

ورقة عمل الأسبوع الثاني عن أهمية التهدئة



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف السادس ← التربية البدنية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 16-02-2026 19:53:49

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات احلول | عروض بوربوينت | أوراق عمل
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | مذكرات وبنوك | الامتحان النهائي | للمدرس

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف السادس



الرياضيات



اللغة الانجليزية



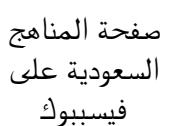
اللغة العربية



ال التربية الاسلامية



المواد على تلغرام



صفحة المناهج

السعودية على
فيسبوك

المزيد من الملفات بحسب الصف السادس والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

ورقة عمل الأسبوع الثاني عن كيفية تجنب الإصابات

1

الأسبوع الثاني إثراء الإحماء وأهميته في تهيئة الجسم للجهد البدني

2

الأسبوع الثاني إثراء أهمية التهدئة بعد ممارسة النشاط البدني

3

الأسبوع إثراء الثاني كيفية تجنب الإصابات

4

اختبار انتساب نهائي الدور الأول مع نموذج الإجابة

5



المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس

الصف : سادس ابتدائي

الخبرة التعليمية : أهمية التهدئة

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

ادارة التعليم بحافظة

مدرسة :

..... الصف : اسم الطالب :

ورقة عمل للأسبوع الثاني

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة الخاطئة

السؤال الأول :

أ- ضع/ي علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة :

()	تتم التهدئة في نهاية النشاط البدني ، وهي تمثل جزءاً مهماً لأي نشاط بدني.	- ١
()	يؤدي الخفض التدريجي للنشاط إلى خفض متطلبات الجسم من الطاقة.	- ٢
()	ت تكون التهدئة من أنشطة خفيفة تتسم بالبطء في التوفيق.	- ٣