

## ورقة عمل للأسبوع السابع للصف الأول الابتدائي

إدارة تعليم تبوك  
ابتدائية شريح القاضي  
اعداد : نواف المنيف

رؤية  
2030  
المنطقة العربية السعودية  
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

وزارة التعليم  
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

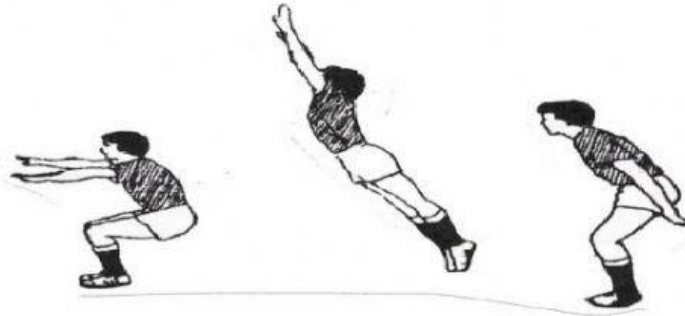
وزارة التعليم

الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك

بإشراف قسم التربية البدنية بمنطقة تبوك

### (الوثب الصحيح في المكان)

#### ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك



١- الوثب الصحيح ٢- الوثب الجانبي ٣- الوثب العالي

#### ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة [x] أمام العبارة الخاطئة

- ( ) يتم تحريك الذراعين للأمام وأعلى مع ثني مفاصلي القدمين ؟
- ( ) تظل الذراعان إلى أعلى طوال مدة الوثب ؟
- ( ) يتم ثني الركبتين أثناء الهبوط لامتصاص اصطدام القدمين بالأرض ؟

اعداد : نواف المنيف