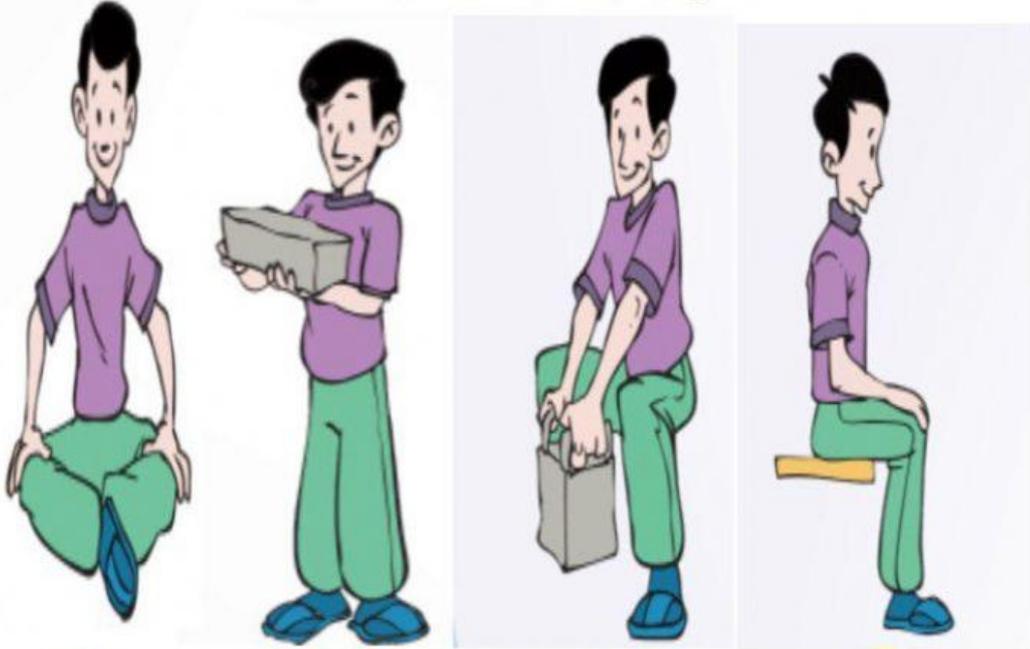


الاسم /
الصف / رابع ()

الأسبوع الأول		الأسبوع
الوحدة : الأولى	الصف : الرابع الابتدائي	المرحلة : الابتدائية
الأوضاع الصحيحة للجلوس وأهميتها لسلامة القوام		عنوان الدرس
<p><u>التعرف على الوضع الصحيح للجسم أثناء:</u> - الجلوس التربييع - الجلوس على مقعد - رفع الأشياء من الأرض - حمل الأشياء أثناء الوقوف . <u>عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة :</u> تعريف اللياقة القلبية التنفسية - التكوين الجسمي (من خلال التعرف على مؤشر كتلة الجسم وتصنيفاته)</p>		عناصر المحتوى
<p>ضع الرقم المناسب أسفل الصورة المناسبة</p>  <p>() () () ()</p> <p>١/ رفع الأشياء من الأرض ٢/ الجلوس على مقعد ٣/ الجلوس تربييع ٤/ حمل الأشياء أثناء الوقوف</p>		الواجبات والتكاليف

أ / موضي فيصل البصيص