المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
إدارة التعليم بمنطقة .....

ورقة عمل

الاسم : الصف : التاريخ : / / ١٤هـ

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

عند الإرسال من الجانب يتم رمي الكرة عالياً أمام الجسم مع أرجحه المضرب خلفاً عالياً وتقوس الجذع خلفاً؟

صح ( ) خطأ ( )

عند الإرسال من الجانب يتم نقل ثقل الجسم على القدم الخلفية اليمنى وانثناء الركبتين قليلاً ؟

صح ( ) خطأ ( )

عند الإرسال من الجانب يتم فرد الجسم أماماً مع أرجحه الذراع الضاربة على استقامتها للأمام ونقل ثقل الجسم للأمام ؟

صح ( ) خطأ ( )

التربية البدنية والدفاع عن النفس

LIVEWORKSHEETS