

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

الملف أوراق عمل وحدة ألعاب القوى

موقع المناهج ⇨ المناهج السعودية ⇨ الصف الرابع ⇨ التربية البدنية ⇨ الفصل الأول

الملف أوراق عمل وحدة ألعاب القوى

موقع المناهج ⇨ المناهج السعودية ⇨ الصف الرابع ⇨ التربية البدنية ⇨ الفصل الأول

المزيد من الملفات بحسب الصف الرابع والمادة التربية البدنية في الفصل الأول

[اختبار استقبال الكرة من الأسفل بالساعدين](#)

1

[توزيع دروس التربية البدنية](#)

2

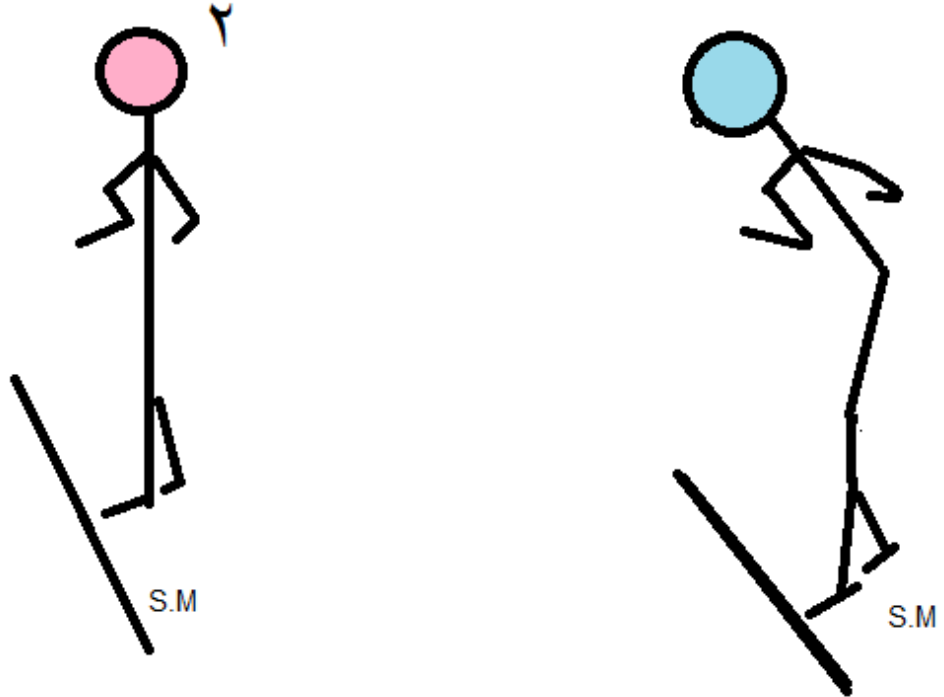
[تحضير دروس التربية البدنية](#)

3

وحدة العاب القوى الصف الرابع

١- البدء العالي :

- يحدد الطالب طريقة أداء البدء العالي الصحيحة :

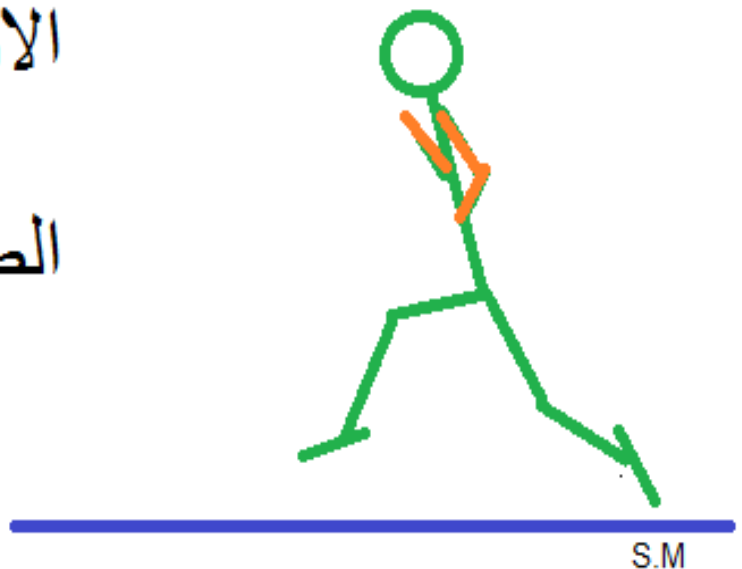


٢- مهارة الجري .

- تسمى هذه المرحلة في مهارة الجري :

الارتكاز .

الطيران .



مهارة الوثب الطويل بطريقة القرفصاء.

- وصل كل مرحلة مع مايناسبها في الصورة :

- الارتقاء. - الهبوط.

