

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

الملف اختبار وحدة ألعاب القوى

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

الملف اختبار وحدة ألعاب القوى

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

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

<a href="#">اختبار مهارة الوثب العالي بالطريقة المقصية</a>	1
<a href="#">توزيع مقرر ودروس التربية البدنية</a>	2
<a href="#">تحضير دروس التربية البدنية</a>	3
<a href="#">ورقة عمل مع الإجابة</a>	4

## وحدة ألعاب القوى الصف الخامس

### ١- مهارة البد المنخفض .

هذه المرحلة في مهارة البدء المنخفض تسمى :

١- خذمكانك .

٢- انطلق .



### ٢- مهارة العدو .

نوع الارتكاز في الشكل الواضح في الصورة لمهارة العدو هو :

١- الارتكاز الامامي .

٢- الارتكاز الخلفي .

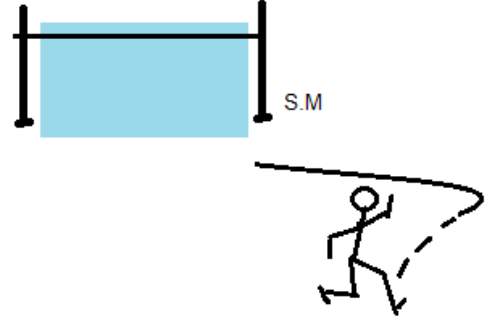


٣-مهارة الوثب العالي بالطريقة المقصية :

الوثب العالي بالطريقة المقصية عدة مراحل هذه المرحلة التي أمامك هي :

١- مرحلة الارتقاء .

٢- مرحلة الاقتراب .



- هذه أسئلة لوحة العاب القوى للصف الخامس مقترحة وللمعلم والمعلمة  
الإضافة والابداع حيث تتسم بالمرونة .