



ورقة عمل للأسبوع التاسع - الصف : المرحلة المتوسطة

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

تؤدي مهارة السقطة الجانبية من وضع الرقود على الظهر يقوم الطالب بالدرجة على الجانب الأيمن؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

أثناء أداء مهارة السقطة الجانبية اليمنى تصنع القدم اليمنى مع القدم اليسرى زاوية قائمة؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

عند ملامسة الجسم للبساط تضرب الذراع اليمنى بقوة وتصنع مع الجسم ٣٠ درجة تقريباً؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

من الأخطاء الشائعة في مهارة السقطة الجانبية اليمنى من الرقود ارتطام الرأس بالبساط ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

من أهم النقاط التعليمية لأداء مهارة السقطة الجانبية اليسرى من القرفصاء هي أن تكون الكتفان على خط واحد أفقياً ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة