

## ورقة عمل للأسبوع السابع للصف الأول الابتدائي

إدارة تعليم تبوك  
ابتدائية شريح القاضي  
اعداد : نواف المنيف

رؤية  
2030  
المملكة العربية السعودية  
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

وزارة التعليم  
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك

باشرف قسم التربية البدنية بمنطقة تبوك

(مد مفصل الكتف إلى أقصى مدى له )

### ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك



١- مد مفصل الكتف ٢- مد الذراع عالياً ٣- مد الذراعين أماماً

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

( )

يتم تحريك الذراع من مفصل القدم ؟

يتم تحريك الذراعين وهما على كامل امتدادهما من مفصل الكتف من وضع الوقوف

( )

الصحيح ؟

يكون تحريك الذراعين في اتجاه واحد معاً أو في اتجاهات مختلفة بحركة بطيئة أو سريعة ( )