

إدارة تعليم تبوك
ابتدائية شريح القاضي
اعداد : نواف المنيف



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

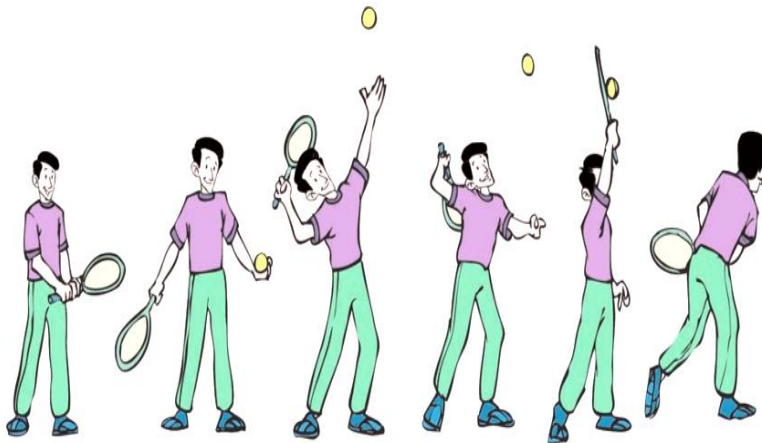
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك

بإشراف قسم التربية البدنية بمنطقة تبوك

ورقة عمل للأسبوع الخامس للصف الخامس الابتدائي

الإرسال لمستقيم - الضربة الخلفية

ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك



١- الإرسال الساحق ٢- الإرسال المستقيم ٣- الإرسال الجانبي

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

()

الإرسال الجانبي هو الأقوى والأسرع والأكثر استخداماً؟

تبدأ الضربة الخلفية من وقفة الاستعداد يكون المضرب للأمام في مستوى الحوض مع ثني مفصلي الركبتين وسند المضرب

()

على اليد الحرة