

## ورقة عمل للأسبوع السابع للصف الثالث الابتدائي

إدارة تعليم تبوك  
ابتدائية شريح القاضي  
اعداد : نواف المنيف

رؤية  
VISION 2030  
المملكة العربية السعودية  
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

وزارة التعليم  
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك

باشراف قسم التربية البدنية بمنطقة تبوك

### (الاتزان)

## ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك



١-الاتزان ٢- الوقوف ٣- الجري

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

الوثب: هو قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات جسمه عند أداء حركات الاتزان؟ ( )

العوامل التي تؤثر في الاتزان ( الوراثة -القوة العضلية - مركز الثقل ) ؟ ( )