



التربية البدنية والصحية
saspoort.com



رؤية VISION
2030
وزارة التعليم

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
إعداد فريق عمل
التربية البدنية والصحية

الميزان الجانبي

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

يتم أداء مهارة الميزان الجانبي من وضع الوقوف والذراعين عالياً يتم ثني الجذع لأحد الجانبين

خطأ

صح

تكون زاوية ارتفاع الرجل عند أداء الميزان الجانبي تقريباً ٩٠ درجة ؟

خطأ

صح

يكون الرأس في وضعه الطبيعي على استقامة الجذع والنظر متجه للأمام؟

خطأ

صح

التربية البدنية والصحية