

ورقة عمل للأسبوع الثامن للصفوف العليا

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

باشراف قسم التربية البدنية

وقفه الطعن الأمامية (أب كوبي)

يجب المحافظة على وقفه الطعن الأمامية (اب - كوبي) من التحرك دائما لأداء المسافة العرضية بين القدمين

١. صح

٢. خطأ

للخلف بالرجل اليمنى يتم وقفه الطعن الأمامية (اب - كوبي) من التحرك لأداء تحريك الرجل اليمنى خطوة طويلة للخلف مسافة ثلاث اقدام تقريبا

١ - صح

٢ - خطأ

تستخدم وقفه الطعن الأمامية (اب - كوبي) من التحرك للأمام كثيرا عند التدريب لأداء اللكمات والركلات

١ - صح

٢ - خطأ