

ورقة عمل
المادة : التربية البدنية

الموضوع : الأرسال الصحيح للكرة باليد

السؤال الأول: اختاري الاجابة الصحيحة

١ - الشكل الاتي يوضح :



(٢) ضرب الكرة

(١) ضرب الكرة باليد

(٤) تمرير الصحيح للكرة بالقدم

(٣) الأرسال الصحيح للكرة باليد

٢- من ابرز خطوات الأرسال الصحيح للكرة باليد

(٢) يجب متابعة اليد الضاربة
بمرجحتها الى الامام(١) تقف الطالبة والصدر مواجه للامام مع
وضع احدى القدمين للامام والآخرى للخلف

(٤) جميع ما سبق

(٣) تمرجح الطالبة الذراع الضاربة للخلف
مع ميل الجسم للامام قليلا وضرب الكرة

٣- تتطلب مهارة ارسال الصحيح للكرة باليد فى وقفة الاستعداد

(٢) التصلب

(١) عدم التصلب

(٤) اللين

(٣) القوة

السؤال الثاني: ضعي علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ (x) أمام العبارة الخاطئة :-

()

(١) مهارة ارسال الكرة باليد من المهارات الحركية الأساسية التي تتطلب تحكما وسيطرة على الكرة

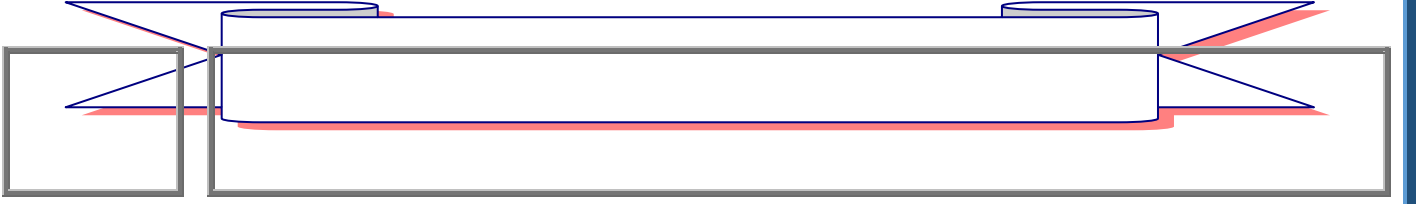
()

(٢) تساعد مهارة ارسال الكرة باليد كمهارة حركية أساسية الطالب على اكتشاف حركة الأشياء في الفراغ

()

(٣) ينبغي عدم ارسال الكرة بعيدا او قريبا من الجسم عند أداء المهارة

ورقة عمل المادة : التربية البدنية



الأخوة المعلمين والمعلمات

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

www.mta.sa

أن تقدم كل ما يخص تحاضير التربية البدنية

لعام ١٤٤٠هـ - ١٤٤١هـ للفصل الدراسي الثاني

أنواع التحاضير

المسرد – التعلم النشط الجديد

المرفقات

دليل المعلم

+

الكتاب الالكتروني

+

سجل انجاز

التوصيل للرياض والخرج مجانا

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية ٥٠ ريال للفيدكس) من ٨ ٤
ساعة الى ٧٢ ساعة)

يمكنكم كذلك تسجيل الطلب

ورقة عمل

المادة : التربية البدنية

إلكترونيًا عن طريق الرابط

www.mta.sa/c

كذلك يمكننا التوصيل عن الايميل او الفيدكس لجميع مدن المملكة

حسب طلبكم) سي دي _ طباعة ملونة _ طباعة عادية)

ايميل المبيعات

T@mta.sa

سعر المادة على سي دي 20 ريال

سعر المادة عن طريق الايميل 20 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة عادية 30 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة ملونة 60 ريال

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية ٥٠ ريال للفيدكس المستعجل

اعمال منصة مدرستي الاسبوع الواحد ٦٠ ريال سبعة اسابيع ٤٠٠ ريال

وهنا أرقام حسابات المؤسسة للمعلمين

حسابات بنوك بإسم "مؤسسة التحاضير الحديثة"

=====

مصرف الراجحي

233608010954856

(اي بان)

SA5780000233608010954856

حسابات بنوك بإسم "سعد عبدالرحمن العتيبي"

=====

البنك الأهلي

ورقة عمل

المادة : التربية البدنية

21065828000106

(اي بان)

SA0610000021065828000106

بنك سامبا

8001852539

(اي بان بنك سامبا)

SA2740000000008001852539

بنك الرياض

2052558759940

(اي بان)

SA3520000002052558759940

البنك السعودي الفرنسي

K2213000185

(اي بان)

SA8255000000K2213000185

بنك البلاد

900127883010006

(اي بان)

SA4715000900127883010006

البنك السعودي للاستثمار

0101001926001

(اي بان)

SA6065000000101001926001

بنك الجزيرة

030680161166001

(اي بان)

SA6760100030680161166001

بنك الانماء

68202882885000

اسم الطالبة:

ورقة عمل

المادة : التربية البدنية

(اي بان)

SA2805000068202882885000

للتواصل عبر الواتس أو الاتصال تليفونيا على احدي الارقام التالية:

0555107025

0557977722

0551092444

0558396006

0558396004

0558396119

0505107025