



رؤية
VISION
2030
وزارة التعليم

عرض بوربوينت

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

الالتفاف والدوران حول محوري

الجسم الطولي والعرضي



الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ

إعداد : أ. زواف محمد المنيف

مراجعة : أ. محمد بوخليف

SASPOORT.COM



الفصل الدراسي الثالث



صف ثالث ابتدائي





أن يتمكن الطالب / ه
من الالتفاف حول محور
الجسم الطولي والعرضي





يتضمن لف الجسم لف كل من العمود الفقري، والرقبة، والأكتاف، والحوض، واليدين. ويشجع الطلاب على لف

أجسامهم الأكثر من لفة مع التحكم الجيد في الجسم.

- الدوران حركة يتم فيها تدوير الجسم حول محوره العرضي أو الأفقي، الذي يمثل خط وسط الجسم.
- يمكن أداء حركة دوران الجسم حول محوره العرضي من أوضاع ابتدائية مختلفة مثل الوقوف والجلوس على أربع.
- يمكن عمل ربع أو نصف أو ثلاثة أرباع أو دورة كاملة من الثبات ومن الحركة حول المحور العرضي للجسم.



لفف حول المحور الطولي للجسم



الدوران حول المحور العرضي للجسم



والآن أبنائي نشاهد فيديو توضيحي للمهارة التي تعلمناها بدرسنا اليوم



لمشاهدة فيديو الدرس على اليوتيوب
اضغط هنا

التربية البدنية والصحية

لمشاهدة فيديو الدرس على موقعنا
اضغط هنا



الدوران حركة يتم فيها تدوير الجسم حول محوره العرضي
أو الأفقي الذي يمثل خط وسط الجسم ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





يمكن أداء حركة دوران الجسم حول محوره العرضي من
أوضاع ابتدائية مختلفة مثل الوقوف والجلوس على أربع ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





يمكن عمل ربع أو نصف أو ثلاثة أرباع أو دورة كاملة من الثبات ومن الحركة حول المحور العرضي للجسم؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





أذكر خطوات الأداء الصحيح للالتفاف والدوران حول محوري الجسم الطولي والعرضي؟