سؤال الاسبوع الخامس قم بتحليل محتوى الفيديو من خلال الإجابة على ما يلي: 1 اسم التمرين : تمرير الكرة 2. اسم عنصر اللياقة البدنية الخاص به يتطلب تمرير الكرة التنسيق بين العينين واليدين والجسم (الدقة)، مما يعزز اللياقة البدنية الحرة. والتوازن. 3 الهدف من التمرين ويهدف تمرير الكرة إلى تطوير المهارات الفنية والتنسيق بين اللاعبين مع تحسين اللياقة البدنية وتطوير استراتيجيات اللعب في الرياضات الجماعية. تمرير الكرة هو تمرين رياضي يتضمن تحريك الكرة بين اللاعبين. بطريقة دقيقة ومحددة. يتضمن التمرين توجيه الكرة بدقة باستخدام

Summarized by © lakhasly.com