



س ١ / عرفني خمسة مما يأتي : (٥ درجات)

- ١- خطوة التقاطع
- ٢- وثبة السمكة
- ٣- المرجحة الأفقية في الطوق
- ٤- التموج
- ٥- الدوران المفتوح
- ٦- الفجوة

س ٢ / تشمل أوضاع الوقوف نوعين أساسيين ، أذكريهما وشرحي كل منهما. (٥ درجات)

س ٣ / إن الحركات الشبه بهلوانية (الأكروباتيكية) التي تنجز في الجمناستك الإيقاعي تشمل أربع أنواع ، عنيها مع الشرح . (٥ درجات)

س ٤ / أكملني ما يأتي (أجبني ثلاثة فقط) (٥ درجات)

- ١- الوثب هو _____
- ٢- يقسم الدوران إلى ثلاثة أنواع _____ و _____ و _____ .
- ٣- يقسم درس الجمباز إلى ثلاثة أقسام _____ و _____ و _____ .
- ٤- هناك طريقتان للمساعدة في الميزان الأمامي هي _____ و _____ .