

English: Fundamental movement skills

Chinese: 基本的运动技能

Arabic: مهارات الحركة الأساسية

Vietnamese: Các kỹ năng vận động cơ bản

Dari: مهارت های بنیادی حرکتی (ورزشی)



Running

跑步

الجري

Chạy

دويدن (دوش)



Leaping

向前跳跃

القفز بشكل قوي

Nhảy qua chướng ngại vật

قدم كلان پرشی برداشت



Jumping

向上跳跃

القفز

Nhảy lên

پريدين



Hopping

跃迁

قفز بساق واحدة

Nhảy cù cù

قصى(پريدين با يك پاي)



Side-sliding

侧滑

انزلق جانبی

di trượt ngang

کشش جانبی



Galloping

蹦跳着跑

الركض السريع

Phi nước đại

قدم پرشی



Skipping

跳跃

التخطي

nhảy dây

حرکت رقص(طناب زدن)



Catching

捕捉

التقاط

Chụp banh

گرفتن توپ



Overarm throwing

过臂投掷

رمي بالذراع لأعلى

Thái banh

پرتاپ بالازى بازو



Kicking

踢

الركل

Đá banh

شوت کردن



Stationary dribbling

原地运球

المراوغة الثابتة

dập banh tại Thchõ

ايستادهه دربيل زدن



Striking a stationary ball

击打静止的球

ضرب كرة ثابتة

Đánh banh tại chõ

توب زدن ايستادهه



Underarm throw

腋下投掷

رمي بالذراع لأسفل

Ném banh

پرتاپ زير بازو

Multicultural

health week 2023

Fundamental movement skills can be practiced anywhere: at home, school, day care, or at the park! They help children grow, develop and make movement fun. How will you get active today?

基本的运动技能可以在任何地方练习：在家里、学校、托儿所或公园！它们帮助孩子成长、发展并让运动变得有趣。您今天将如何活跃起来？

يمكن ممارسة مهارات الحركة الأساسية في أي مكان: في المنزل، والمدرسة، ومراكز الرعاية النهارية، أو في الحديقة! تساعد هذه المهارات الأطفال على النمو والتطور وتجعل الحركة ممتعة. كيف ستكون نشيطاً اليوم؟

Các kỹ năng vận động cơ bản có thể được thực hành ở bất cứ nơi đâu: ở nhà, trường học, nhà trẻ hoặc tại công viên! Chúng giúp trẻ lớn lên, phát triển và làm cho việc di chuyển trở nên thú vị. Hôm nay bạn sẽ hoạt động như thế nào?

شما من توانيد اين حرکت های بنیادی را در هر جای انجام دهید: مثل خانه، مكتب، كودكستان و يا درپارک! اين حرکات باعث رشد و پيشرفت اطفال گشته و من تواند به يك سرگرم مفید تبدیل شود. امروز چه فعالیتی را من خواهید داشته باشید؟



Worimi artist, Lara Went
"The heart of a child"

Good for kids
Good for life

