

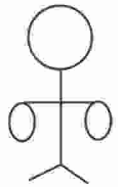
فعالیت‌های حرکتی - ورزشی

همکار عزیز:

از دانش آموزان بخواهید فعالیت‌های ذیل را تحت نظر شما انجام دهند و با توجه به راهنما در پاسخ‌نامه، نمرات دانش آموزان را در پاسخ برگ معلم وارد نمایید.

فعالیت ۱

۳۶- دو عدد بطری آب معدنی کوچک را در حد معقول با آب یا شن پر کنید و از دانش آموز بخواهید با دستان باز آنها را نگه دارد و زمان نگه داشتن آن را محاسبه کنید.



فعالیت ۲

۳۷- از دانش آموز بخواهید مسیری ۲ متری را به صورت پای لی لی و دست‌های جمع در سینه حرکت کند و در پایان مسیر توپی را برداشته و درون سبدهی که با فاصله‌ی ۱ متر می‌باشد، پرتاب کند و با پای مخالف مسیر را برگردد.

