

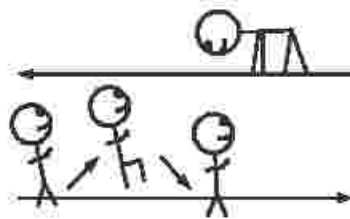
فعالیت‌های حرکتی - ورزشی

همکار عزیز:

از دانش‌آموزان بخواهید فعالیت‌های ذیل را تحت نظر شما انجام دهند و با توجه به راهنما در پاسخنامه، نمرات دانش‌آموزان را در پاسخ‌برگ معلم وارد نمایید.

فعالیت ۱

۱۶- از دانش‌آموز بخواهید مسیری مشخص را به صورت خرجنگ (دو دست و دو پا بر روی زمین) حرکت کند و سپس در پایان به صورت جفت پا (پرش طول) مسیر را برگردد.



فعالیت ۲

۱۷- ۳ سبد را در مسافت به ترتیب ۱ m ، ۵۰ cm و ۲ m قرار دهید و از دانش‌آموز بخواهید توپ والیبال را به ترتیب درون آن‌ها بیاندازد. پرتاب با دو دست انجام شود.

