

پاسخنامه

فعالیت ۱

۳۶- اجرای صحیح حرکت:

۱) حفظ تعادل (۵/۱ نمره)

۲) خم نشدن دستان (۵/۱ نمره)

۳) حداقل ۲۰ ثانیه نگه داشتن (۲ نمره)

۵) (نمره ۵) (حمید داورزنی) (انعطاف پذیری - آمادگی جسمانی - استقامت عضلانی - تعادل) (گویه: ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶ و ۴۹) (متوسط)

فعالیت ۲

۳۷- اجرای صحیح حرکت:

۱) رفتن مسیر با پای راست بدون افتادن (۵/۱ نمره)

۲) برگشتن مسیر با پای چپ بدون افتادن (۵/۱ نمره)

۳) انداختن صحیح توپ درون سبد (۱ نمره)

۴) حفظ تعادل (۱ نمره)

۵) (نمره ۵) (حمید داورزنی) (استقامت عضلانی - حفظ تعادل - انعطاف پذیری - آشنایی با پرتاب - هماهنگی چشم و دست) (گویه: ۴۱، ۴۳، ۴۵، ۴۶، ۴۷ و ۴۹)

(متوسط)

