

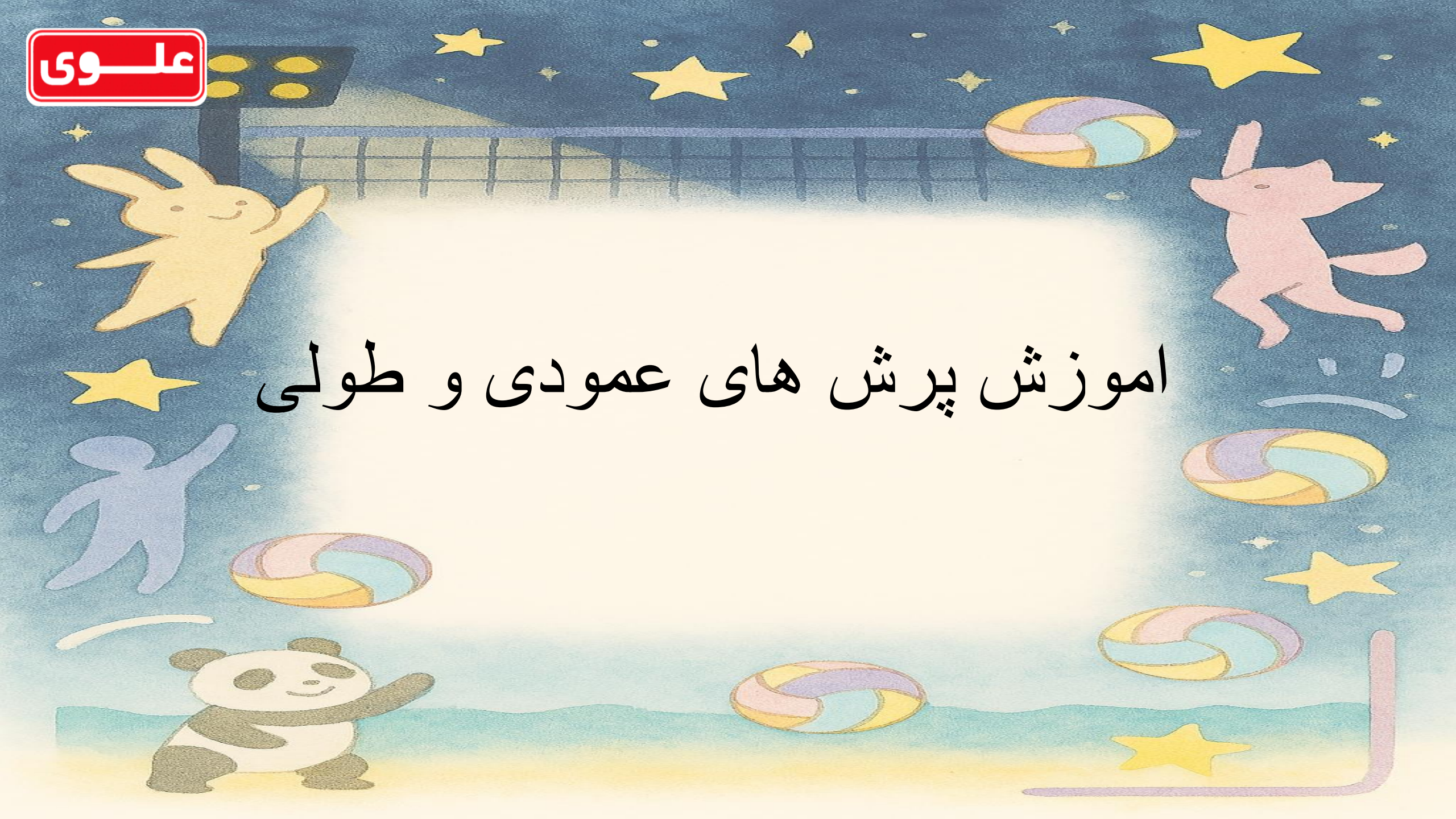
پایه چهارم



آموزش صحیح نشستن و راه رفتن و دویدن



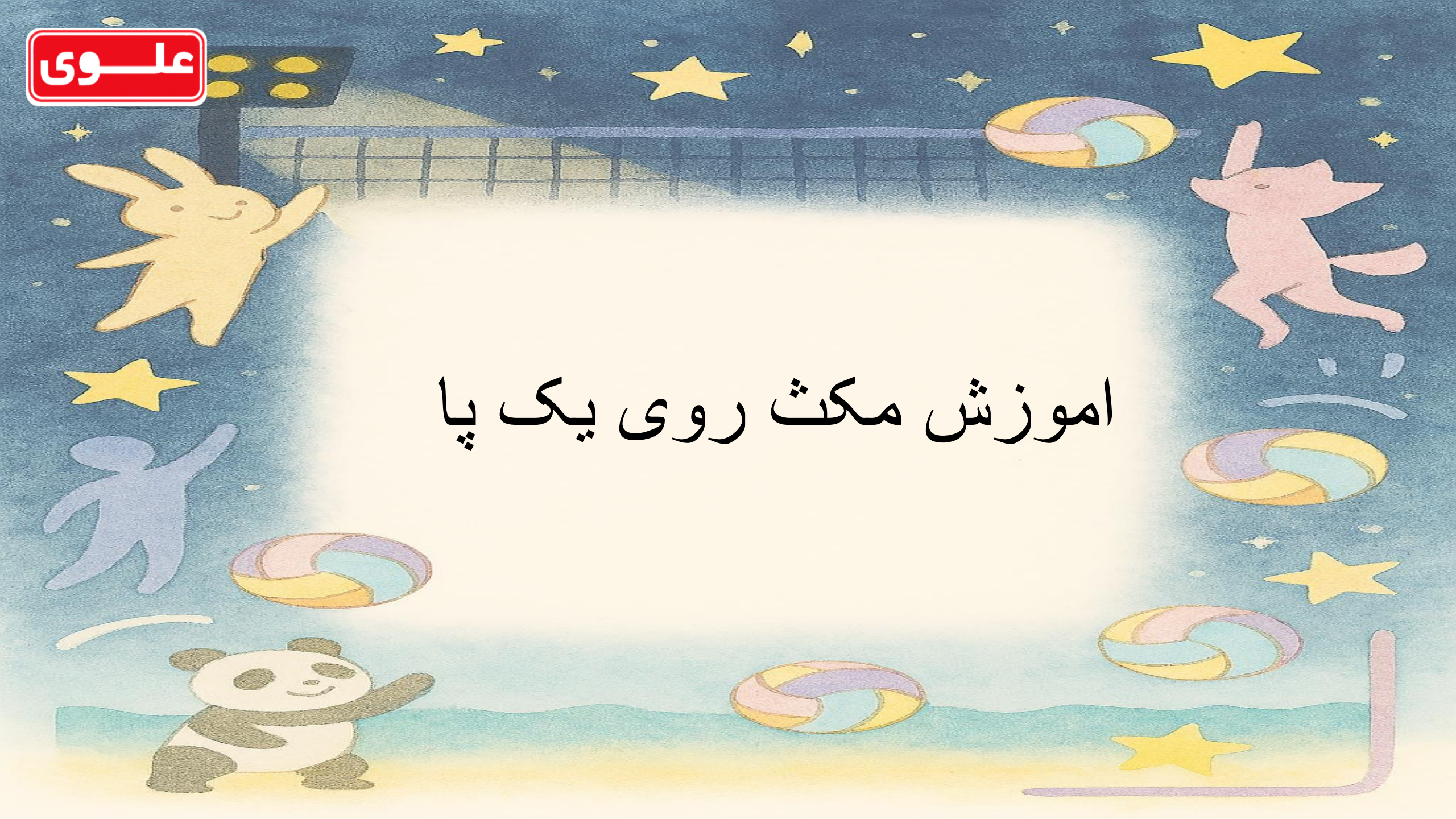
آموزش پرش های عمودی و طولی



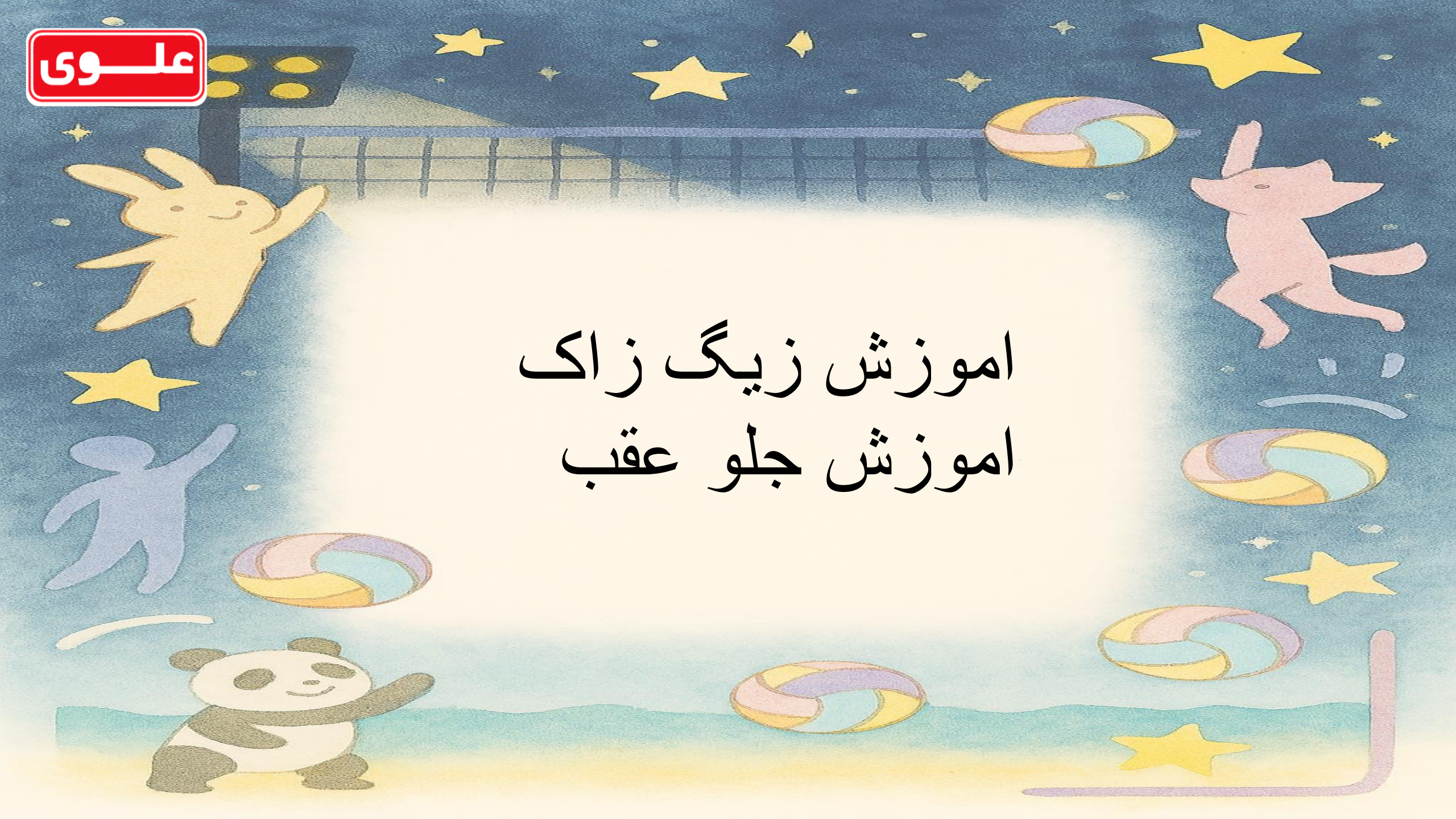
آموزش طناب زنی ساده



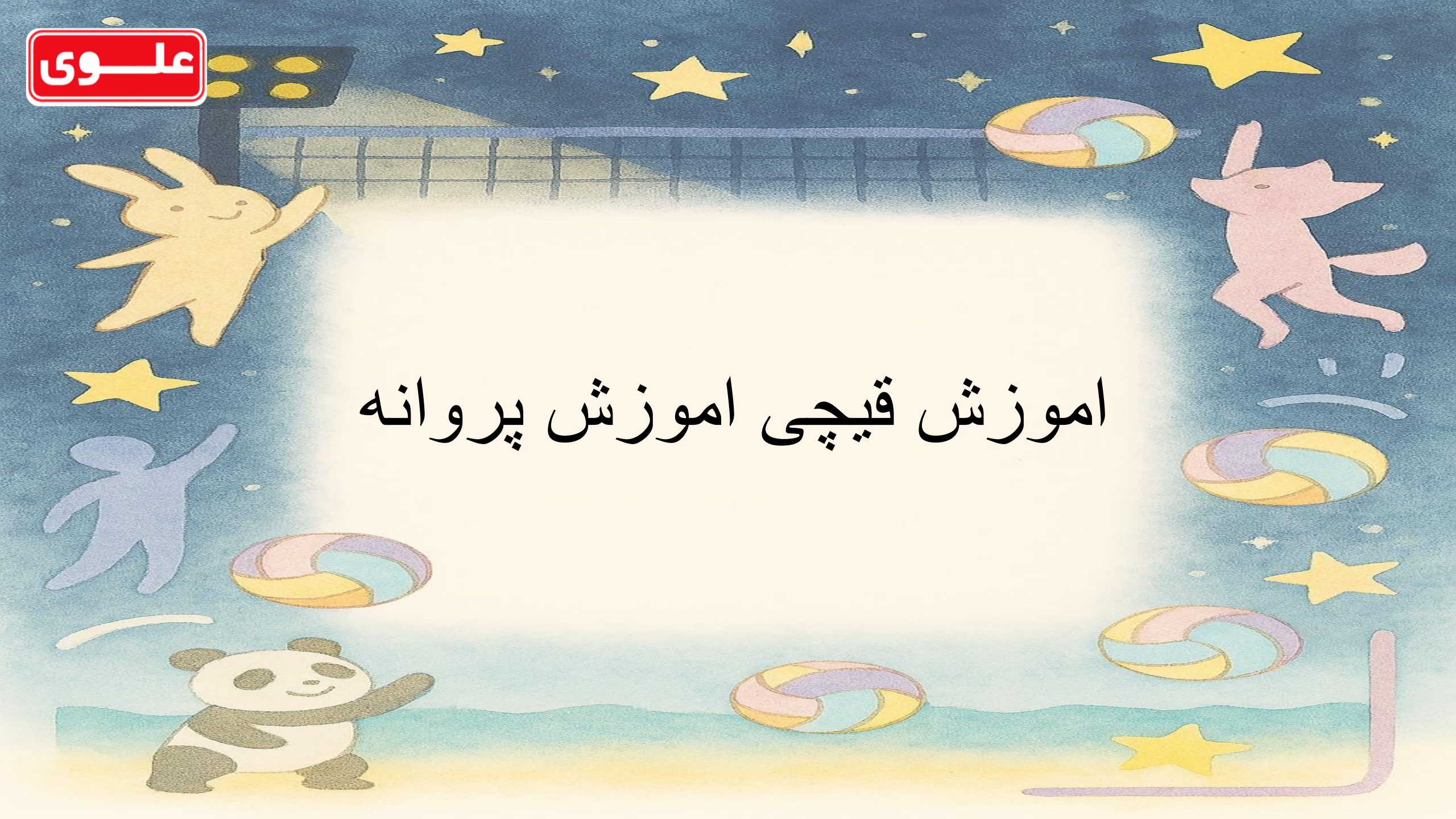
اموزش مکث روی یک پا



اموزش زیگ زاگ اموزش جلو عقب



آموزش قیچی آموزش پروانه



اموزش طناب بر عکس



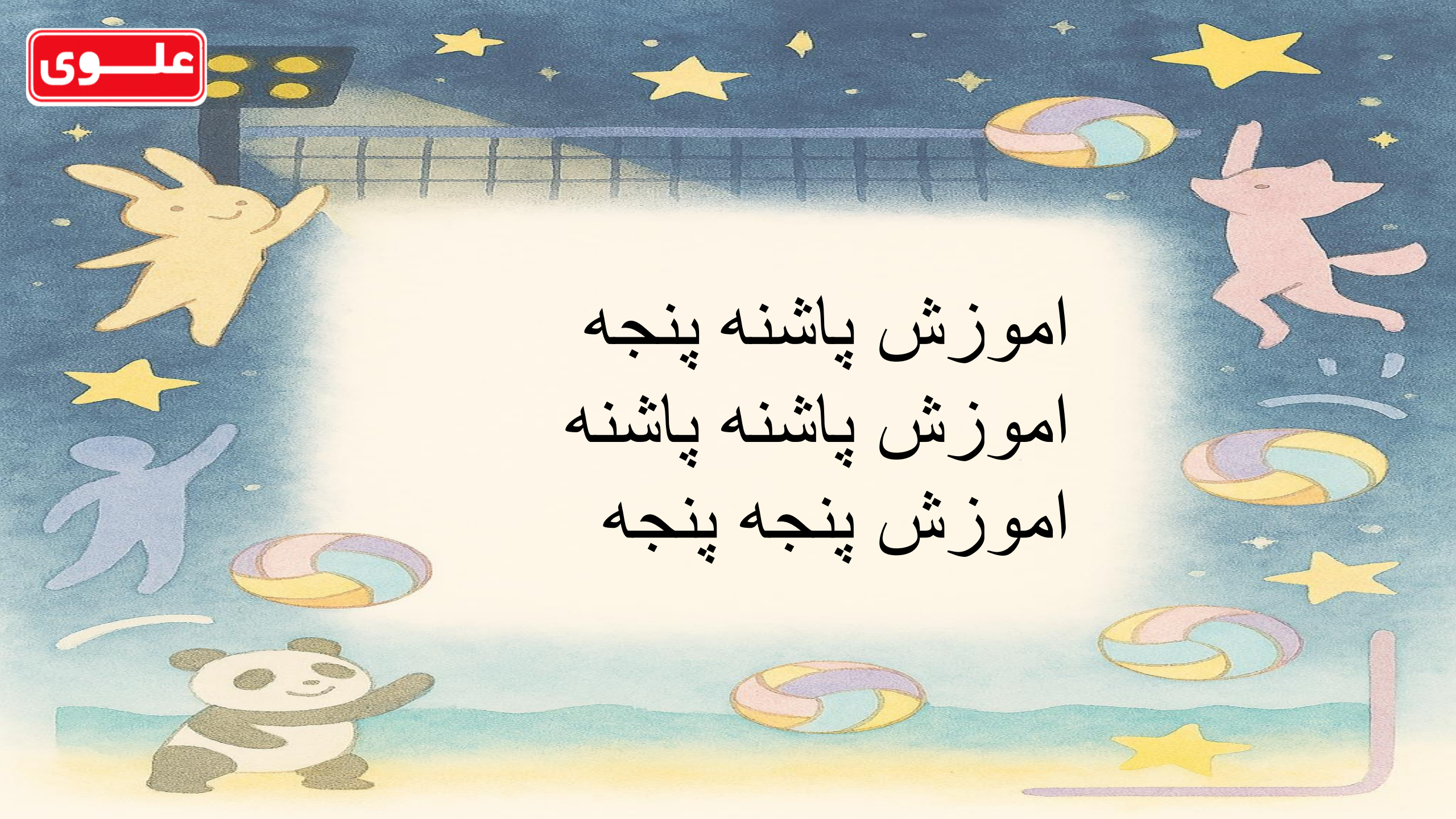
آموزش تعویض پا



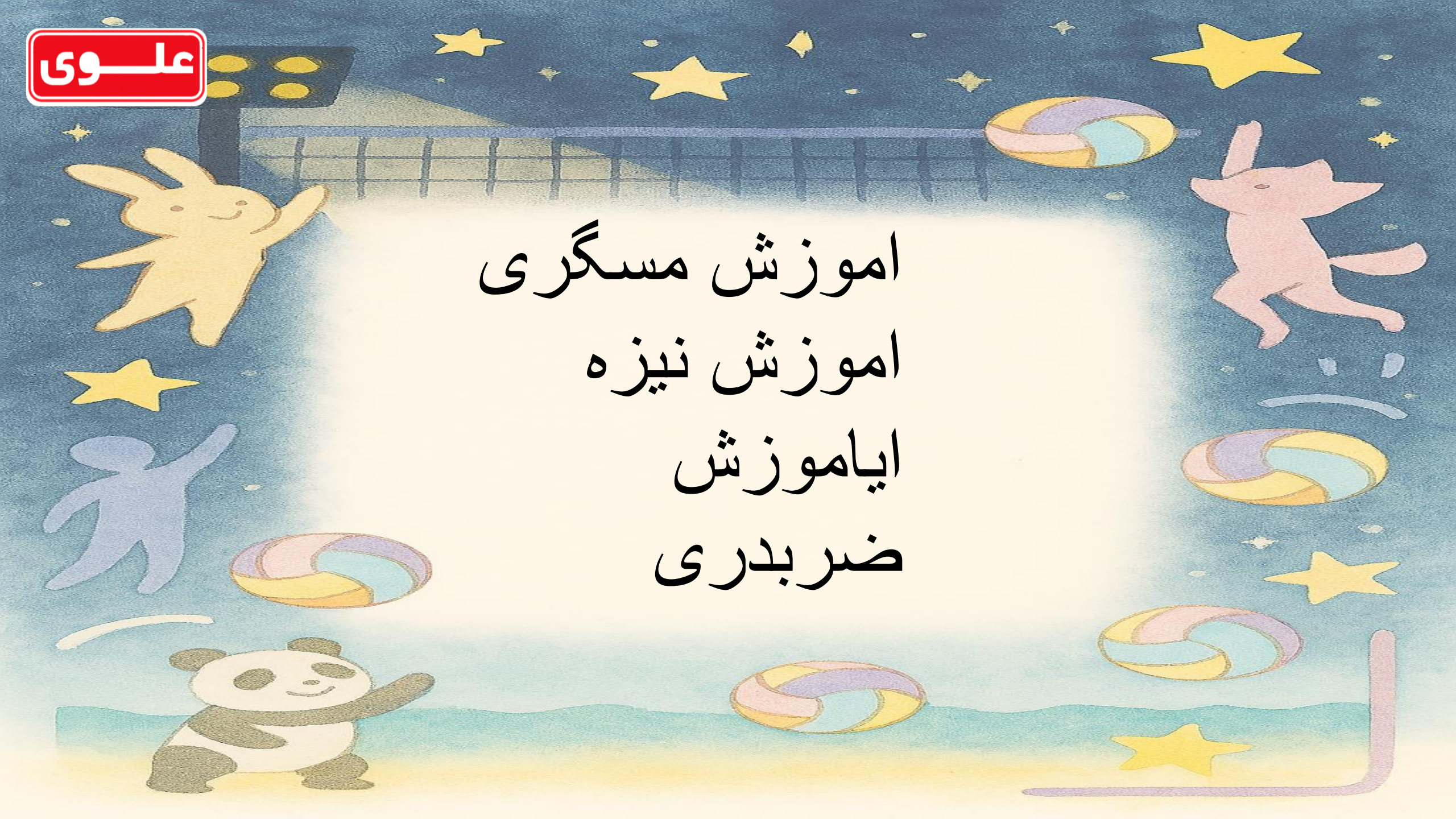
اموزش جاگینگ اموزش گھوارہ



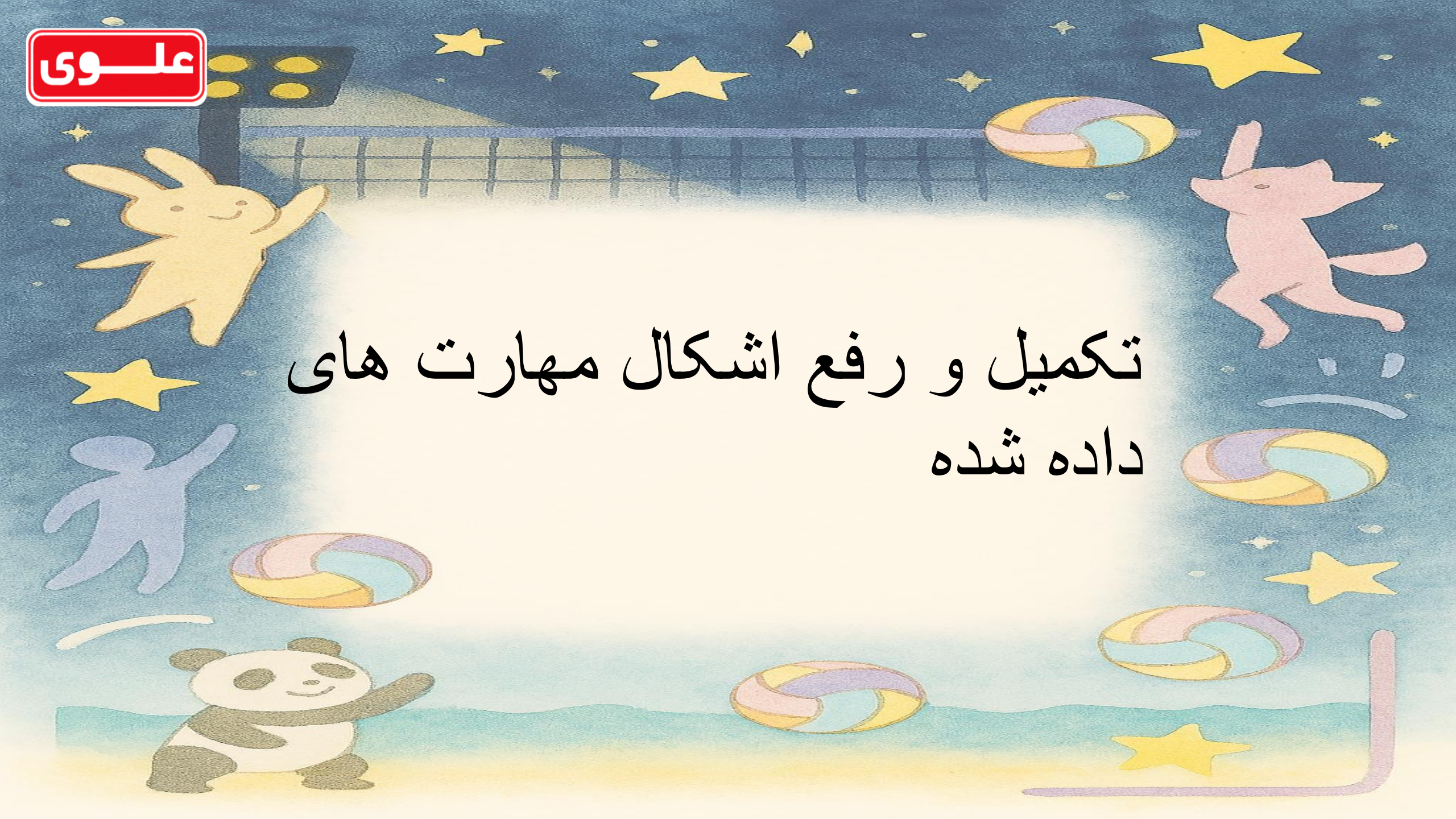
اموزش پاشنه پنجه
اموزش پاشنه پاشنه
اموزش پنجه پنجه



آموزش مسگری
آموزش نیزه
ایاموزش
ضربدري



تکمیل و رفع اشکال مهارت های داده شده



سنجش مهارت های آموزش داده شده



سنجش مهارت های آموزش داده شده



نیم سال دوم



آموزش مقدماتی قوانین در بازی والیبال



آموزش مقدماتی استراتژی های بازی



آموزش پنجه زدن در والیبال



آموزش ساعد زدن در والیبال



آموزش سرویس زدن در والیبال



آموزش پاس دادن در والیبال



آموزش ابشار زدن در والیبال



آموزش چیدمان در زمین والیبال



آموزش مقدماتی بازی و الیبال



تکمیل و رفع اشکال مهارت های آموزش داده شده



تکمیل و رفع اشکال مهارت های آموزش داده شده



سنجش پایانی دانش آموزان



سنجش پایانی دانش آموزان



آموزش مقدماتی قوانین بازی والیبال

