



ورقة عمل

الوقوف المتوازية هيكو - داتشي



ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

عند أداء الوقفة المتوازية تحرك الرجل اليسرى للجانب الأيسر بحيث تكون القدمان متباعدتين بقدر عرض الكتفين ؟

☐ خطأ

☐ صح

عند أداء الوقفة المتوازية يكون اتجاه القدمين للأمام في خط مستقيم ومتوازي؟

☐ خطأ

☐ صح

عند أداء الوقفة المتوازية يكون توزيع وزن الجسم على القدمين بالتساوي؟

☐ خطأ

☐ صح