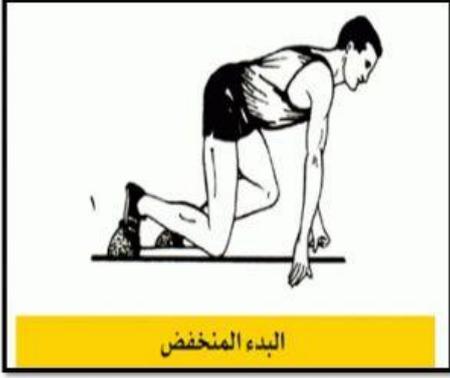


حدد أوجه التشابه والاختلاف بين المهارتين: مهارة البدء العالي ومهارة البدء المنخفض .

البدء المنخفض



مهارة تؤدي من الثبات

وضع اليدين بمحاذاة الجسم

اليدين ملامسة للأرض خلف خط البداية

وضع الجسم مرتفع عن الأرض

وضع الجسم منخفض

الوقوف خلف خط البداية

البدء العالي

