

التقييم الذاتي

□ أختري الإجابة الصحيحة :

أ- عند أداء الدفع من الدوران يحتاج التلميذ الدفع بكامل

- العضلات الكبيرة
- العضلات الصغيرة
- العضلات الكبيرة والصغيرة

ب- عند أداء الدفع من الدوران يكون

- التوافق بين العين والذراعين
- التوافق بين الجذع والذراعين
- التوافق بين القدمين والذراعين