



ورقة عمل

اللكمة الأمامية المستقيمة من الثبات شودان - تسوكي



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

عند أداء اللكمة الأمامية المستقيمة يجب الحفاظ على توازي الكتفين واستقامة الظهر؟

☐ خطأ

☐ صح

عند أداء اللكمة الأمامية المستقيمة يجب أن يكون النظر للأمام؟

☐ خطأ

☐ صح

عند أداء اللكمة الأمامية المستقيمة يجب أن يكون مواجهة صدر الطالب للأمام؟

☐ خطأ

☐ صح