



## الصد من الخارج إلى الداخل «مومتوج-ماكي»

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

عند أداء الصد من الخارج للداخل بالذراع اليسرى واليمنى من التحرك للأمام يتم رفع كل من الذراع اليمنى للأمام في مستوى الكتف وقبضة الذراع اليسرى بجوار الأذن ؟

☐ خطأ

☐ صح

يستدير مشط قدم الرجل الخلفية اليسرى للخارج بزاوية ٣٠ درجة؟

☐ خطأ

☐ صح

الصد من الخارج للداخل بالذراع اليسرى واليمنى من التحرك للأمام باستخدام وقفة .....

☐ وقفة الطعن الامامية

☐ وقفة المشي

# التربية البدنية والصحية