

آزمون عملکردی پودمان کاراته

رشته: تربیت بدنی / پایه یازدهم تربیت بدنی

گروه تربیت بدنی استان آذربایجان شرقی

ردیف	سوال
۱	معنی زنگوتسو داچی را بگویید و طرز نشستن صحیح بر روی زنگوتسو داچی را اجرا کنید.
۲	به عنوان یک مربی قصد دارید زاویه کمر، انواع آن و کاربرد هر کدام را در کاراته توضیح دهید. چه شیوه‌ای را برای آموزش انتخاب می‌کنید.
۳	معنی مایگری را بگویید و طرز زدن آن را تشریح کنید.
۴	معنی زوکی را گفته و طرز زدن آن را بیان کنید.