

Αμυντική στάση (καλαθοσφαίριση- κάρτα αυτοελέγχου)

| | | | | | |
|--|----|----|----|----|----|
| Τα καταφέρνω καλά; | 1η | 2η | 3η | 4η | 5η |
| Είναι το άνοιγμα των ποδιών στο ύψος των ώμων; | | | | | |
| Είναι τα πέλματα παράλληλα; | | | | | |
| Είναι τα γόνατα ελαφρά λυγισμένα; | | | | | |
| Είναι οι αγκώνες κοντά στο σώμα; | | | | | |



Σκαστή πάσα (κάρτα κριτηρίων αυτοελέγχου)

| | | | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|----|----|
| Τα καταφέρνω καλά; | 1η | 2η | 3η | 4η | 5η | 6η | 7η |
| Κρατιέται η μπάλα στο ύψος της μέσης; | | | | | | | |
| Γίνεται βήμα προς το δέκτη; | | | | | | | |
| Τεντώνουν οι αγκώνες; | | | | | | | |
| «Σκάει» η μπάλα στα 2/3 της απόστασης του αυτού που κάνει την πάσα και του δέκτη; | | | | | | | |



Στο αμοιβαίο στυλ διδασκαλίας ο μαθητής αξιολογεί τις εκτελέσεις του συμμαθητή του. Διαβάζει πρώτα τα κριτήρια, στη συνέχεια προσέχει την εκτέλεση του συμμαθητή του και τον αξιολογεί.

Ντρίπλα (καλαθοσφαίριση)

| | | | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|----|----|
| Τα καταφέρνει καλά; | 1η | 2η | 3η | 4η | 5η | 6η | 7η |
| Ωθείται η μπάλα με χαλαρή κίνηση του καρπού; | | | | | | | |
| Τα δάκτυλα είναι ανοικτά; | | | | | | | |
| Κινείται ο πήχυς από τον αγκώνα προς τα κάτω και πάνω; | | | | | | | |
| Η αναπήδηση της μπάλας γίνεται μέχρι το ύψος της μέσης; | | | | | | | |