

Τίτλος Διδακτικού Σεναρίου:

Βασικές κινητικές δεξιότητες μετακίνησης

Φάση 2

Τίτλος Φάσης: Ετερο-αξιολόγηση μαθητών

Χρόνος Υλοποίησης: 1 διδακτική ώρα

Πηγή: ΙΕΠ, Aesop

<http://aesop.iep.edu.gr/node/19702>







Τάξη: _____



















Ημερομηνία: _____

ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

- Διαβάστε τα σημεία κλειδιά της εκτέλεσης κάθε δεξιότητας
- Παρατηρήστε το ζευγάρι σας και βάλτε ένα ✓ για κάθε σημείο της δεξιότητας

στο κουτάκι που δείχνει αν εκτελείται **πάντα** , **μερικές φορές**  ή **ποτέ** 

ΒΑΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ	Όνομα _____			Όνομα _____		
						
Χόπλα (αναπήδηση με εναλλαγές ποδιών)						
Βήμα-κουτσό, βήμα-κουτσό						
Αντίθετο χέρι-πόδι						
Υπερπήδηση						
Μεγάάάάλο βήμα στον αέρα						
Αντίθετο χέρι-πόδι						
Πλάγια μετατόπιση (γλίστρημα)						
Πόδια εναλλάξ πλάγια-μαζί, πλάγια-μαζί						
Γόνατα λυγισμένα						

Καλπασμός						
Το σώμα δείχνει μπροστά, το ένα πόδι ακολουθεί το άλλο						
Μπορεί και με τα δύο πόδια						
Κουτσό (αναπήδηση)						
Ένα πόδι στο έδαφος, σπρώχνει με δάχτυλα						
Το χέρι μαζί						
Οριζόντιο άλμα						
Απογείωση και προσγείωση με 2 πόδια μαζί						
Τα χέρια μαζί από πίσω προς τα μπρος						