

Természetes mozgásformák

Pelle

János

Enviado por Pelle János el 2024. 05. 18., szo - 18:49

Tipo de plan de clase / proyecto

Plan de clase

Sector

Pedagógia, oktatás

Tema o área de aprendizaje

testnevelés

Materia(s) profesional(es)

Physical education

Curso

1. évfolyam

Objetivos de aprendizaje y desarrollo

akadálypályán elemi mozgások gyakorlása, mozgásemlékezet fejlesztése, alkalmazkodási képesség fejlesztés, egymásra figyelés fejlesztése

Parte introductoria y preparación del plan de clase / proyecto

Sorakozó, köszönés. Óra várható menetének ismertetése. (2 perc)

Plan de desarrollo de la clase/proyecto

Bemelegítő, kedvcsináló játék. Szoboralakítás. Szabadterületen szaladgálás. Sípszóra tetszőleges, majd a tanító által kért statikus testhelyzet felvétele, megtartása. (5 perc)

Körfeladat elvégzése 2x egyik irányba, 2x visszafelé (ha az idő engedi 3x ismételjük) (25-30 perc)

Befejező játék: "Változzatok állatokká!" Állatok mozgásának, hangjának utánzása az eszközök óvatos kerülésével. (3-7 perc)

Plan de evaluación

Sorakozó. Az óra összefoglaló általános értékelése. Köszönés. (2 perc)