Természetes mozgásformák

Pelle
János
Pelle János küldte be 2024. 05. 18., szo – 18:49 időpontban
Terv típusa
Óraterv
Bővebb szakterület
Pedagógia, oktatás
Témakör, tanulási terület
testnevelés
Szakmai tantárgy(ak)
Testnevelés
Évfolyam
1. évfolyam
Tanulási, fejlesztési célok
akadálypályán elemi mozgások gyakorlása, mozgásemlékezet fejlesztése, alkalmazkodási képesség fejlesztés, egymásra figyelés fejlesztése
Bevezető rész, előkészítés

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

Megvalósítás részletes tervezése

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)

Értékelési terv

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