Természetes mozgásformák

Pelle
János
Submitted by Pelle János on 2024. 05. 18., szo – 18:49
Type of lesson / project plan
Lesson plan
Sector
Pedagógia, oktatás
Topic, learning area
testnevelés
Vocational subject(s)
Testnevelés
Grade
1. évfolyam
Learning and development goals
akadálypályán elemi mozgások gyakorlása, mozgásemlékezet fejlesztése, alkalmazkodási képesség fejlesztés, egymásra figyelés fejlesztése
Introductory part and preparation of the lesson / project plan

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

Implementation plan for the lesson / project

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)

Evaluation plan

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