

# Természetes mozgásformák

Predložil Pelle János dne 2024. 05. 18., szo - 18:49

## **Vrsta učne ure/projektnege načrta**

načrt lekcije

## **Sector**

Oktatás

## **Tema, učno področje**

testnevelés

## **Poklicni predmet(i)**

testnevelés

## **Razred**

1. évfolyam

## **Cilji učenja in razvoja**

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

## **Uvodni del učne ure / Priprave na projekt**

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

## **Izvajanje učne ure/projekta**

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)

## **Načrt vrednotenja**

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