

#### Testnevelés:

1. Átfutás halászos fogó
2. Mocsárjárás nagy úszódeszkákkal
3. Köveken ugrálás ( számolyokon kell átfutni)
4. Hídon átfutás (padokon átfutás)
5. Befagyott folyón átkelés (átcsúszás a padon)
6. Gumicsizmás futás a patakon keresztül
7. Vízhordás (vödör+ ásványvíz)
8. Halászás a patakban ( vödör, 2db tollas ütő, „kishalak”)
9. Halászás után az összes hal összeszedése
10. Szánkózás (kartonon való úszás)
11. Szőnyegcsúszás
12. Célba dobás az esernyőbe

#### Eszközök:

1. Tornaszőnyeg
2. Tornaszőnyeg , úszódeszkák
3. Tornaszőnyeg, számoly
4. Tornaszőnyeg, pad
5. Tornaszőnyeg, pad
6. Tornaszőnyeg, pad, gumicsizma
7. Tornaszőnyeg, vödör, ásványvíz
8. Tornaszőnyeg,vödör, tollas ütő, „kinder tojás”
9. Tornaszőnyeg, vödör, tollas ütő, „kinder tojás”
10. Tornaszőnyeg, karton
11. Tornaszőnyeg
12. Tornaszőnyeg, esernyő, „kinder tojas”

#### Testnevelés fejlesztési területei:

- a feladatok gördülékeny végrehajtása
- általános erő és állóképesség fejlesztése
- tanult mozgásfajták kivitelezése
- gyors reagálóképesség fejlesztése
- pontos feladat végrehajtás
- társak mozgásához igazodás
- csapatban egymás segítése
- koordinációs- képességek fejlesztése akadályok leküzdésével
- együttműködése játék közben
- törekvés az egyéni teljesítmény növelésére