

Osztályozóvizsga-tematika

4. évfolyam

Testnevelés

1. félév

- Egyszerű, általános bemelegítő gyakorlatok végrehajtása önállóan, zenére is.
- A gyakorláshoz szükséges egyszerűbb alakzatok, térformák önálló kialakítása.
- Az alapvető tartásos és mozgásos elemek önálló bemutatása.
- Az alapvető hely- és helyzetváltoztató mozgások célszerű, folyamatos és magabiztos végrehajtása.
- Az alapvető hely- és helyzetváltoztató mozgások kombinálása térben, szabályozott energiabefektetéssel, eszközzel, társakkal.
- A bonyolultabb játékeladatok, a játékszerepek és játékszabályok alkalmazása.
- A manipulatív természetes mozgásformák célszerű, folyamatos és magabiztos végrehajtása.
- Részben önállóan tervezett 3-6 torna- és/vagy táncelem összekötése zenére is.
- Talajtorna: gurulások, tarkóállás, mérlegállás, fejjállás, kézállás, cigánykerék biztos végrehajtása.
- Kötélmászás 5 méter magasságig.

Év vége

- Egyszerű, általános bemelegítő gyakorlatok végrehajtása önállóan, zenére is.
- A gyakorláshoz szükséges egyszerűbb alakzatok, térformák önálló kialakítása.
- Az alapvető tartásos és mozgásos elemek önálló bemutatása.
- Az alapvető hely- és helyzetváltoztató mozgások célszerű, folyamatos és magabiztos végrehajtása.
- Az alapvető hely- és helyzetváltoztató mozgások kombinálása térben, szabályozott energiabefektetéssel, eszközzel, társakkal.
- A bonyolultabb játékeladatok, a játékszerepek és játékszabályok alkalmazása.
- A manipulatív természetes mozgásformák célszerű, folyamatos és magabiztos végrehajtása.
- Részben önállóan tervezett 3-6 torna- és/vagy táncelem összekötése zenére is.
- Talajtorna: gurulások, tarkóállás, mérlegállás, fejjállás, kézállás, cigánykerék biztos végrehajtása.
- Kötélmászás 5 méter magasságig.
- A képességszintnek megfelelő magasságú eszközökre helyes technikával történő fel- és leugrás.
- Nyújtott karral történő támasz a támaszugrások során.

- Gurulások, átfordulások, fordulatok, dinamikus kar-, törzs- és lábgyakorlatok közben viszonylag stabil egyensúlyi helyzet.
- A tempóváltozások érzékelése és követése.
- A futó-, ugró- és dobóiskolai gyakorlatok vezető műveleteinek ismerete, precizitásra törekedve történő végrehajtása, változó körülmények között.
- A 3 lépéses dobóritmus ismerete.
- Sportjátékra alkalmas labdavezetések kézzel, lábbal, ritmusváltással.
- Tartós futás egyéni tempóban, akár járások közbeiktatásával is.
- A tanult sportjátékok alapszabályainak ismerete.
- Az alaptechnikai elemek ismerete és azok alkalmazása az előkészítő játékok során.
- Az egyszerű védő és a támadó helyzetek felismerése.
- Legalább 4 szabadidős mozgásforma és alapszabályainak ismerete.
- A tanult szabadidős mozgásformák sporteszközei biztonságos használatának, alaptechnikai és taktikai elemeinek ismerete, alkalmazása.
- A Kölyökatléтика játékos feladatainak teljes ismerete, alkalmazása.