

Javítóvizsga tematika

Testnevelés

9.évfolyam

1. Bemelegítés elmélet, gyakorlat (magyarázat, bemutatás)
2. Erőnléti gyakorlatok bemutatása (talajgyakorlat, bordásfal gyakorlat)
3. Medicinlabdás erőnléti gyakorlatok bemutatása (2kg-os labda)
4. Ügyességi gyakorlatok bemutatása (ugrálókötél)
5. Labdás ügyességi gyakorlatok bemutatása (röplabda, kosárlabda, gumilabda)
6. Időmérő gyakorlatok bemutatása (60 méteres síkfutás , 200 méteres síkfutás)