

Javítóvizsga tematika

Testnevelés

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