

Kúszások-mászások

Tanulási cél:

- saját testtel kapcsolatos tudatosság fejlesztése
- alapvető helyváltoztató mozgáskészségek gyakorlása (kúszások, csúszások, mászások)

Feladat leírása	A feladat ismertetése	Feladat közbeni instrukció	Szükséges eszközök
<p>A területen két-két tornapadot teszünk le egymás mellé kb. 1,5 méterre. Közéjük gumiszalagból véletlenszerűen kúszófolyosót alakítunk ki.</p> <p>Cél: a kúszófolyosón végighaladni úgy, hogy a gumikötélhez ne érjenek hozzá a tanulók.</p> <p>Megkötések: egy keresztkötelet alul, egyet felül kell kikerülni.</p>	<p>A területen két-két tornapadot láttok magatok előtt, amelyek közé gumiszalagból kúszófolyosót alakítottunk ki.</p> <p>BEMUTATTATÁS KÖZBENI MAGYARÁZAT: Úgy kell végighaladnotok a két pad között, hogy az egyik szalagot alulról, a másik szalagot felülről kerülitek ki.</p> <p>KÉRDÉSEK: Hogyan tudjátok alul kikerülni a szalagot?</p> <p>VÁRT VÁLASZOK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kúzással! 	<p>Kerüljétek el, hogy hozzátok érjen a szalag!</p>	<p>4 db tornapad ; 2 db gumiszalag (minimum 15 méter)</p>

