

Testnevelés fakultáció osztályozó vizsgáinak követelményei

ÉVFOLYAM		11. évfolyam második félév
SZERTORNA	Talaj	középszintű gyakorlat bemutatása
	Párhuzamos korlát	saslengés előre-hátra
	Szekrényugrás	dobbantóhasználat,lebegőtámasz
	Gerenda	180 fokos fordulatok mindkét irányba,felugrás terpesztámaszba-guggolótámaszba
	Lólengés	alákörzés
	Gyűrű	hátsó lefüggés,bicska lefüggés,homorított leugrás
LABDAJÁTÉKOK	Labdarúgás	hármasonyolcas (mögé)
	Kosárlabda	hármasonyolcas (elé-mögé),elzárások,büntetődobás
	Kézilabda	hármasonyolcas (elé-mögé),büntetődobás célra
	Röplabda	nyitásfogadás célba
ÚSZÁS		vegyesúszás 3 tanult technikával (6 hossz)
ATLÉTIKA	Futó számok	állórajtok,hosszútávfutás,gátfutás
	Ugró számok	magasugró technikák ismerete
	Dobó számok	gerelyhajítás,diszkoszvetés oldalt felállásból