

OSZTÁLYOZÓ VIZSGA ÉS JAVÍTÓVIZSGA FELADATAI

ÉVFOLYAMONKÉNT ÉS IDŐSZAKONKÉNT

(minimum követelmények)

12. évfolyam:

1. negyedéves vizsga

-12 kör futás(fiúk:13,30;lányok:17,30)

-60m futás

-fekvőtámasz(fiúk:13,lányok:5),felülés(f:39,l:29),

törzsemelés(f:39;l:29)

-kézilabda: kapura lövések

-kosárlabda: labdás feladatok

-helyből távolugrás(f:1,69;l:1,09)

-talajgyakorlat bemutatása az eddig tanult elemek

felhasználásával

3. negyedéves vizsga

-12 kör futás(fiúk:13,10;lányok:17,10)

-60m futás

-fekvőtámasz(f:13,l:5),felülés(f:41,l:31)

törzsemelés(f:41;l:31)

-kézilabda: kapura lövések

-kosárlabda: labdás feladatok

-helyből távolugrás(f:1,70;l:1,10)

-talajgyakorlat bemutatása az eddig

tanult elemek felhasználásával

2. Félévi vizsga

-12 kör futás(fiúk:13,20;lányok:17,20)

-60m futás

-fekvőtámasz(fiúk:13,lányok:5), felülés(f:40,l:30),

törzsemelés(f:40;l:30)

-kézilabda: kapura lövések

-kosárlabda: labdás feladatok

-helyből távolugrás(f:1,71;l:1,11)

-talajgyakorlat bemutatása az eddig tanult elemek

felhasználásával