

Testnevelés

Az olimpiai játékok eredete, története, kialakulásának körülményei.

Az általános és középiskolás korú gyerek testi fejlődésének és mozgásos cselekvőképességének kapcsolata.

A testmozgás szerepe az egészséges életmód kialakításában.

A testmozgás, a sport szerepe a személyiség fejlesztésében.

Az iskolai testnevelés célja és feladatai.

A bemelegítés szerepe és lehetőségei.

A tantervben előírt sportjátékok alapvető jellemzői.

„Az atlétika, a sportok királynője.”

A torna oktatásának fontossága az iskolai testnevelésben.

Az úszás jelentősége az ember életében.

Egy természetben űzhető sportág bemutatása.

A kajak-kenu, mint a „legeredményesebb” olimpiai sportág kialakítása, jellemzése.

A küzdősportok és az önvédelem.

Egy szabadon választott sportág bemutatása.