

CİMNASTİK DERSİ

ARALIK AYI

PROGRAMI

1.hafta

- Cimnastikte Isınma Çalışmaları

-Fiziksel Beceri Parkuru

-Temel Cimnastik Hareketleri(Öne Takla)

Kazanımlar: Üst vücudun kontrol edilmesi,beden dengesinin artırılması.

2.hafta

-Cimnastikte Isınma Çalışmaları

-Fiziksel Beceri Parkuru

-Eğitici Oyun

Kazanımlar: Oyun ile Birlikte Sosyal Gelişim

3.hafta

Temel Cimnastik Hareketleri(Ters Takla)

-Cimnastikte Isınma Çalışmaları

Kazanımlar:Vücut Dengesinin Sağlanması,Koordinasyon Becerisi.

4.hafta

-Temel Cimnastik Hareketleri(Mum Duruşu)

-Cimnastikte Isınma Egzersizleri

-Eğitici Oyun

Kazanımlar:Temel Cimnastik Hareketlerinin Öğrenimi, Vücut Bilinci