

CİMNASTİK DERSİ KASIM AYI PROGRAMI

1.hafta

- Cimnastikte Isınma Çalışmaları
- Fiziksel Beceri Parkuru
- Temel Cimnastik Hareketleri(Geriye Takla)
- Kazanımlar: Üst vücudun güçlenmesi,esneklik için geliştirilmesi.

2.hafta

- Cimnastikte Isınma Çalışmaları
- Fiziksel Beceri Parkuru
- Eğitici Oyun
- Kazanımlar: Oyun ile Birlikte Zihinsel ve Fiziksel Gelişim

3.hafta

- Temel Cimnastik Hareketleri(Ters Takla)
- Cimnastikte Isınma Çalışmaları
- Kazanımlar:Vücut Dengesinin Sağlanması,Koordinasyon Becerisi.

4.hafta

- Temel Cimnastik Hareketleri(Amut)
- Cimnastikte Soğuma Egzersizleri
- Eğitici Oyun
- Kazanımlar:Temel Cimnastik Hareketlerinin Öğrenimi, Vücut Bilinci