**Tanterv:** értelmileg akadályozottak (NAT 2012)

**Évfolyam:** 8. osztály

**Tantárgy:** Testnevelés

**Vizsgáztatás módja:** gyakorlati

**Vizsgatémakörök:**

* ***Félév:***
* Rendgyakorlatok, téri tájékozódás
* Gimnasztikai gyakorlatok
* Képességfejlesztő gyakorlatok, játékos feladatok
* Fejlesztési ismeretek és tevékenységek
* Labdás gyakorlatok
* Sportjátékok elemei

**Főbb fogalmak/törzsanyag:**

**Félév:** nyit, zár, jobb, bal, magas, alacsony, négy ütem, zenekíséret, terpeszállás, oldalsó középtartás, mellső középtartás, magastartás, sorozat, állórajt, méter, időmérés, stopperóra,

sporteszközök, használat során felmerült fogalmak, váltott kéz, labdavezetés, kosárpalánk, kapu, gól, kétkezes mellső átadás, félidő, harmad, szerva, szerválás

**Követelményszint:**

Képes legyen a tanuló:

* a vezényszavakat követni,
* megállásnál, vonulásnál a megfelelő lábrend érzékelésére,
* irányítással összetett utánzó gyakorlatokat végezni,
* ismeri a használt tornaszerek nevét,
* testtömeghez igazodó erőkifejtésre a gyakorlatok végzésekor,
* mind hosszabb időtartamban végezni az izomerősítő gyakorlatokat,
* egyensúlyozni változó feltételek között,
* kitartóan futni,
* a megfelelő mozgásmintát követni,
* adottságainak megfelelő labdás ügyességgel labdát kezelni,
* labdát továbbítani

**Vizsgatémakörök:**

* ***Tanév vége:***
* Rendgyakorlatok, téri tájékozódás
* Alapvető testhelyzetek, szabad- és kéziszer-gyakorlatok
* Légzőgyakorlatok
* Dobások, labdás gyakorlatok
* Játékos versenyek

**Főbb fogalmak/törzsanyag:**

**Tanév vége:** alacsony, magas, jobb-bal, oszlop, vonal, kicsi, nagy, pad, billeg, egyensúly, előre, hátra, emelkedő, lejtő, testséma, légzés, ütem, egyenletes lüktetés, fújni, szívni, alul, felül, cél, alsó dobás, felső dobás

**Követelményszint:**

Képes legyen a tanuló:

* a vezényszavakat követni,
* megállásnál, vonulásnál a megfelelő lábrend érzékelésére,
* irányítással összetett utánzó gyakorlatokat végezni, törekedni az ütemtartásra,
* ismeri a használt tornaszerek nevét, azok balesetmentes használatát,
* testtömeghez igazodó erőkifejtésre a gyakorlatok végzésekor,
* mind hosszabb időtartamban végezni az izomerősítő gyakorlatokat,
* egyensúlyozni változó feltételek között,
* kitartóan, javuló technikával futni,
* a megfelelő mozgásmintát követni,
* adottságainak megfelelő labdás ügyességgel labdát kezelni,
* labdát vezetni, labdát továbbítani,
* mérkőzés játszására egyszerűsített szabályok figyelembevételével