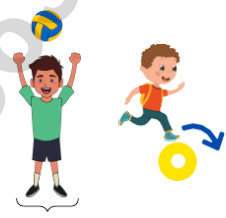


6'lı kule halinde dizili bulunan plastik bardakları tek sıra halinde toplar ve tekrar dizer.

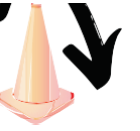


Yerde duran voleybol topunu 2 kere baş üstüne atıp tutar

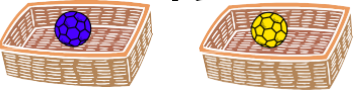


Yere konulan huni vb. engellerin arasında slalom yapar

Ek-3



5 metre düz koşu



3 metre mesafe ile konulan 2 kasa içerisinde farklı renkte olan topların tek tek yerleri değiştirilir

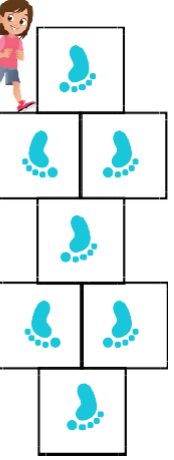
5 metre düz koşu

SINIFIN TAMAMI ELELE TUTUŞUR

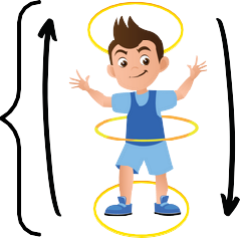
- 1- Döndük çaldığında sağa doğru kayma adımı ilerlenir
- 2- Döndük çaldığında sola doğru kayma adımı ilerlenir
- 3- Döndük çaldığında daire içine doğru koşulur
- 4- Döndük çaldığında daire dışına doğru geri koşulur
- 5- Döndük çaldığında yere çökülür
- 6- Döndük çaldığında ayağa kalkılır
- 7- En az 10 saniye alkış tutulur

- 1- Parkurunu tamamlayan ve daire oluşturan sınıf çözülmeye yaparak orta çizgide saf düzenine geçer
- 2- Aralarında belirleyecekleri 4 kız ve 4 erkek ile 20 metreden oluşan bayrak yarışına katılırlar
- 3- Çıkış sıralaması (kız / erkek) serbesttir
- 4- Takım olarak en kısa sürede bayrak yarışını bitiren puan sıralamasında en üstte yer alır

Yere çizilen 25 cm.'lik karelerden oluşan sek-sekte tek ve çift ayak ile sekme yapar



Yerde duran hulahop'un içine girilir ve baş üstünden çıkarılır.



10 metre düz koşu

10 metre düz koşu



İLKOKUL
1.SINIF