

**1- DÜZ KOŞU YAPILIR (3 METRE )**

**2-SOLA DOĞRU KAYMA ADIMI YAPARKEN KOLLAR YANDAN YUKARI AŞAĞI HAREKET EDER.(3 METRE )**

**3- SAĞA DOĞRU KAYMA ADIMI YAPARKEN KOLLAR YANDAN YUKARI AŞAĞI HAREKET EDER.(3 METRE )**

**4- KOLLAR DİRSEKLERDEN BÜKÜLÜ ÖNDERN YERE PARALEL KOŞARKEN DİZLER ELLERE DEĞDİRİLİR.(3 METRE )**

**5- KOLLAR ARKADA DÜZ TUTULURKEN KOŞU ESNASINDA TOPUKLAR ELLERE DEĞDİRİLİR.(3 METRE )**

**6-İKİ FARKLI TOP YER DEĞİŞTİRİLİR.(3 METRE )**

**7-YERDEKİ İŞARETLER ARASINDA SLOLOM YAPILIR.(3 METRE )**

**8-BÜTÜN ÖĞRENCİLER PARKUR SONUNDA YELEKLERİ GİYEREK SAF DÜZENİNDE YERLERİNİ ALIRLAR. ARALARINDA 4KIZ 4ERKEK ÖĞRENCİ 20 mt. BAYRAK YARIŞINI TAMAMLAR. EN İYİ (KISA) SÜREYE SAHİP OLAN TAKIM (SINIF) DERECEYE GİRER.**

**ANA SINIFI**

**1-DÜZ KOŞU**

**6-RENKLİ TOPLARI YER DEĞİŞTİRME**

**5-TOPUKLARI ARKADA ÇEKME ÇEKME**

**10 METRE**

**DÖNÜŞ ALANI**

**BAŞLANGIÇ**

**BAŞLANGIÇ**

**SIRAYA GEÇİP OTURMA ALANI**

**YELEK GİYME ALANI**

**7-10 ADET DUBA İLE SLOLOM YAPMA**

**G**

**4-DİZLERİ ÖNDE ÇEKME**

**3-SAĞA KAYMA ADIMI**

**2-SOLA KAYMA ADIMI**