



## Az edzés és a versenyzés összefüggései

*Javasolt feldolgozási idő: 20 perc*

*Írj le öt versenyhelyzetet tartalmazó edzésfeladatot! Az ötleteidet merítheted a testnevelésórán tapasztalt szituációkból is. Állíts fel fontossági sorrendet az egyénre vonatkoztatott tét nagysága szerint!*

1.

---

---

---

---

---

2.

---

---

---

---

---



3.

---

---

---

---

---

4.

---

---

---

---

---

5.

---

---

---

---

---