

Namn: \_\_\_\_

Klass: \_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_

# Enkla Gymnastikövningar

Stadie: Åk. 1 - 3

Ämne: Svenska

Tema: Idrott. Enkla gymnastikövningar.

## Ordkollen

Orden i listan nedan är bra att känna till i ämnet och hjälper dig att lyckas väl med arbetsbladet.

| Ämnesbegrepp | Förklaring                                                 | Synonymer           |
|--------------|------------------------------------------------------------|---------------------|
| Hoppa        | Att lyfta sig från marken med benen.                       | Skutta, studsa      |
| Balans       | Förmågan att stå eller röra sig stadigt.                   | Jämvikt, stabilitet |
| Ställa       | Att sätta kroppen i upprätt läge.                          | Rikta, positionera  |
| Rulla        | Att röra sig framåt eller bakåt genom att kroppen snurrar. | Välta, vrida        |
| Sträck       | Att förlänga kroppen eller en kroppsdel.                   | Förlänga, nå        |

## Frågor om Gymnastikövningar

### 1. Vad betyder ordet "hoppa"?

Skriv ditt svar här:

### 2. Vilket av följande är ett sätt att behålla balans?

- a) Springa snabbt
- b) Stå stilla
- c) Sitta ner

### 3. Sant eller falskt:

Att rulla innebär att du står helt stilla.

Skriv "Sant" eller "Falskt".

### 4. Fyll i meningen:

När jag sträcker mig, förlänger jag mina \_\_\_\_.

Tags: [Arbetsblad](#)