

Sportoljunk együtt!

**Kompetenciaterület:
Szociális, életviteli és környezeti kompetenciák**

1. évfolyam

Programcsomag: Én és a világ – Ember és környezte

A modul szerzője: Tóth Anett

MODULLEÍRÁS

Ajánlott korosztály	6-7 évesek
Ajánlott időkeret	3 × 45 perc
A modul közvetlen célja	A rendszeres mozgás kialakítása családdal, társakkal
A modul témái, tartalma	Témák: Testünk és életműködéseink: testedzés, mozgás, sport Tartalom: A mozgásigény felkeltése, közös élmények szerzése a mozgásos játékok során. A család bevonása a mindennapi mozgásba. Osztályteremben is, tanórák alatt is végezhető gyakorlatok, gyakorlatsorok.
Megelőző tapasztalat	A mozgás összerendezettségének alapfoka (egyensúly, rugalmasság, elemi mozgások): testtudat, téri tájékozódás alapfokú elsajátíttósága
Ajánlott továbbhaladási irány	Mindezen képességek magasabb fejlettségi fokra emelése, a családdal együtt végezhető gyakorlatok beépítése a mindennapokba
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Önszabályozás: érzelmek kezelése – sikerkezelés, kudarc-tűrés, kitartás, tekintet másokra; tolerancia A szociális kompetenciákhoz szükséges kognitív készségek: szabálykövetés Társas kompetenciák: empátia, együttműködés
Kapcsolódási pontok	A NAT-hoz: Testnevelés, Ember és társadalom, Ember a természetben, Életvitel és gyakorlati ismeretek, Művészetek, Magyar nyelv és irodalom Modulokhoz: Mozogni jó!
Támogató rendszer	Huba Judit: <i>Pszichomotoros fejlesztés a gyógypedagógiában</i> . II. kötet. Nemzeti Tankönyvkiadó. Budapest, 1996 Gál Lászlóné: <i>Gyógytornagyakorlatok gyűjteménye</i> . HIETE Egészségügyi Főiskolai Kar. Budapest, 1998 Ernst J. Kinhard: <i>Az ügyetlen gyerek</i> . Akkord Kiadó. Budapest, 1998 Dr. Krizsaneczné Németh Edit: <i>Játékos gyermektorna</i> . Sport. Budapest, 1984 <i>Magyar Néprajzi Lexikon</i> „ugróiskola” címszó, http://www.mek.ro/02100/02115/html/2-1484.html

Módszertani ajánlás

A modult három külön órában ajánljuk megtartani. Az órák felépítése mindig azonos. Ez remélhetőleg segít a gyerekeknek a rendszeresség, rendezettség kialakításában.

Ajánljuk, hogy a tanító figyelje meg a következőket:

- A rövid gyakorlatok során (2 perces) a gyermek figyelme összerendezett lett-e?
- Átélt-e a gyermek az aktív kikapcsolódás, feltöltődés érzését? (5 perces)
- A játékok során észrevehetők voltak-e a személyiségváltozások, a pozitív személyiségvonások erősödése (tolerancia, mások elfogadása, problémamegoldó készség, türelem fejlődése) a gyerekekben?
- A „hazavihető” gyakorlatot (1 vagy 2 elem) sikerült-e mindenkinek rögzítenie nagy mozgásbiztonsággal?

A modul mellékletei

Tanári mellékletek

P1 – Film

P2 – Hazavihető gyakorlatok 1.

P3 – Eszköz nélküli gyakorlatok

P4 – Gumizás

P5 – Kétperces gyakorlatok 1.

P6 – Hazavihető gyakorlatok 2.

P7 – Csillaglabda

P8 – Kétperces gyakorlatok 2.

P9 – Ti mit sportoltok?

P10 – Hazavihető gyakorlatok 3.

P11 – Ugróiskolák

P12 – Ki bírja tovább?