

## **Uszodában (sportközpontban)**

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

**2. évfolyam**

**Programcsomag: Én és a világ**

**A modul szerzője: Tóth Anett**

## MODULLEÍRÁS

<b>Ajánlott korosztály</b>	7-8 éves
<b>Ajánlott időkeret</b>	2 × 45 perc
<b>A modul közvetlen célja</b>	A vízzel kapcsolatos félelmek oldása, a vízbiztonság elősegítése
<b>A modul témái, tartalma</b>	Témák: Testünk és életműködéseink: testedzés, mozgás, sport Tartalom: Játékos kapcsolatteremtés a vízzel mint természetes közeggel.
<b>Megelőző tapasztalat</b>	Vízbiztonság, helyes légzés, tónusszabályozás, mozgáskoordináltság alapfoka
<b>Ajánlott továbbhaladási irány</b>	E képességek magasabb készségi szintre emelése, más sportlétesítmény hasonló, közös megtekintése, használata
<b>A kompetenciafejlesztés fókuszai</b>	Önszabályozás: érzelmek kezelése: sikerkezelés, kudarctűrés, kitartás A szociális kompetenciákhoz szükséges kognitív készségek: információgyűjtés, -feldolgozás Társas kompetenciák: együttműködés
<b>Kapcsolódási pontok</b>	A NAT-hoz: Életviteli és gyakorlati ismeretek (egészségkultúra, mentálhigiéniá, testi-lelki egészség, a víz) Tantárgyakhoz: testnevelés, dráma Modulokhoz: A mozgás öröme
<b>Támogató rendszer</b>	Dr. Spencer Kagan: <i>Kooperatív tanulás</i> . Önkonet Kft. Budapest, 2001

### Módszertani ajánlás

A modult azokban az osztályokban ajánljuk, ahol nincs szervezett, rendszeres úszás. Tudnunk kell, hogy az úszás igénye, annak egészségmegőrző hatása valójában csak akkor alakulhat ki, ha elérjük, hogy a gyerekek viszonylag rendszeresen járjanak úszni. A modul előkészítésénél érdemes utánanézni, hogy ez milyen szervezésben megoldható, és a foglalkozás végén ajánljuk a gyerekeknek.

Abban az esetben is jól működik a modul, ha az úszásoktatás mellett a tanító a gyerekekkel közös élménynek, közösségformálásnak szánja a foglalkozást. Ebben az esetben érdemes a ráhangolóldó részre és a befejező játékokra nagyobb súlyt fektetni.

A modult ősszel vagy tavasszal érdemes megvalósítani, mert ilyenkor kisebb a megfázás esélye, kevesebb ruhát kell az öltözőben elhelyezni, az együtt közlekedés is kellemesebb.

A bevezető részt érdemes drámateremben vagy tornateremben megszervezni, ha osztályteremben tartjuk, akkor húzzuk el a padokat, hogy elegendő hely legyen a mozgásos játékokhoz. A ráhangolódást és az új tartalom feldolgozását (a közlekedési feladaton kívül) az uszodában (öltözőben) is elvégezhetjük. Az utazásra nem terveztünk időt, mivel ez településenként, iskolánként más-más lehet.

A modul végrehajtása az úszóoktató és a tanító összehangolt munkáján múlik. A szárazföldi előkészítő, a rávezető gyakorlatok és a vízbiztonságot elősegítő játékok a tanító irányításával történnek.

Azoknak a gyerekeknek, akik az uszodában valamilyen ok miatt nem mehetnek a vízbe, adjunk megfigyelési feladatokat, például: hány emberen van úszósapka, hányan nem zuhanyoznak, hányan úsznak mellúszásban, stb.

Kérjük meg őket, hogy segítsenek azzal, hogy a játékoknál nagyon figyelnek, esetleg mérik az időt.

A levezető részben a versenyt ne tegyük kötelezővé! Csak az legyen részt benne, akinek kedve van hozzá.

A modulnak nem célja, hogy a tanulókat megtanítsa úszni, ezt bízunk a képzett oktatóra!

### *Speciális javaslatok az értékeléssel kapcsolatban*

Vannak gyerekek, akik félnek beletenni a fejüket a vízbe, náluk emeljük ki azt a pillanatot, amikor ez valamilyen formában mégis sikerült. Az értékeléssel is hívjuk fel a figyelmet arra, hogy milyen fontos az egymásra figyelés az uszodában.

## **A modul mellékletei**

### *Tanári mellékletek*

P1 – Mi jut eszedbe?

P2 – Mit visz a kishajó?

P3 – Cáparaj

P4 – Közlekedési tábla

P5 – Úszófelszerelés

P6 – Mi a dolgunk az uszodában?

P7 – Feladatcsere

P8 – Uszoda vagy strand?

P9 – Előkészítő gyakorlatok

P10 – Rávezető gyakorlatok

P11 – Halacska

P12 – Szuflya

P13 – Kincskeresés