

Életmód és egészség
A táplálkozás, az öltözködés és a tisztálkodás szerepe egészségünk megőrzésében

Kompetenciaterület:
Szociális, életviteli és környezeti kompetenciák

2. évfolyam

Programcsomag: Én és a világ

A modul szerzője: IFA Műhely

(Dr. Mihály Ottó, dr. Falus Katalin, Jakab György, F. Kristóf Mária, Czincz Józsefné, Iván Márta, Janicsek Lajos Tamás, Kálmán Katalin, Kolláth Erzsébet, Márcz Klára, Molnár Géza, Molnár Zsuzsa, Montay Beáta, Tölgyesi Lívía, Ursu Zsuzsa, Zsigmond Ottília)

MODULLEÍRÁS

Ajánlott korosztály	7-8 évesek
Ajánlott időkeret	3 × 45 perc
A modul közvetlen célja	Az egészséges életmód fontosságának tudatosítása, az egyéni felelősségtudat kialakítása, erősítése
A modul témái, tartalma	Témák: Testünk és életműködéseink Tartalom: Az egészséges életmóddal kapcsolatos tevékenységek; öltözködés, étkezés.
Megelőző tapasztalat	Ételképek, tisztálkodószerek képeinek gyűjtése, otthoni takarítási szokások megfigyelése
Ajánlott továbbhaladási irány	Egyszerű és egészséges ételek receptjeinek gyűjtése, egészséges testmozgáshoz ötlet- és képgyűjtemény
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Önismerettel összefüggő kompetenciák: önállóság (egészségvédő képesség) A szociális kompetenciákhoz szükséges kognitív készségek: információfeldolgozás Társas kompetenciák: együttműködés, véleményalkotás
Kapcsolódási pontok	A NAT-hoz: Magyar nyelv és irodalom, Művészetek Tantárgyakhoz: magyar nyelv és irodalom, természetismeret, vizuális kultúra, technika Modulokhoz: A mozgás öröme, Napirend, Így működik az emberi test, Iskolaorvosnál és iskolaafogászat, Mit ettünk ma?, Én nem akarom...
Támogatórendszer	Dr. Spencer Kagan: <i>Kooperatív tanulás</i> . Önkonet Kft. Budapest, 2001 O. Nagy Gábor: <i>Magyar szólások és közmondások</i> . Talentum Kiadó. Budapest, 1998 E. Beaumont – P. Simon: <i>Nézd, milyen az emberi test!</i> Passage Kiadó. Budapest, 1994 Kaposi László (szerk.): <i>Drámapedagógiai olvasókönyv</i> . Színházi füzetek/VII. Marczibányi téri Művelődési Központ. Budapest, 1995 Gabnai Katalin: <i>Drámajátékok</i> . Helikon Kiadó. Budapest, 2001 <i>Gyermekeknek, fiataloknak, felnőtteknek</i> . Színházi füzetek/III. Marczibányi téri Művelődési Központ. Budapest, 1993

Módszertani ajánlás

A modul a tanulók gyűjtőmunkáját igényli. Kérjük meg a gyerekeket, hogy hozzanak minél több képet a tisztálkodószerekről és különböző ételekről, valamint a foglalkozás napján hozzanak magukkal olyan ruhadarabokat, amelyeket az adott évszakban nem hordanak.

A feladatok különböző variációit választhatóan kell kezelni. Az A, B, C stb. variációk szabadon alkalmazhatók, nem kell mindegyiket elvégeztetni a gyerekekkel, s a betűjelek az egyes részekben nem jelölik mindig ugyanazt a célcsoportot. Minden részben újabb választási lehetőséget kínálnak. Ezek egyrészt különböző képességű, személyiségű és különböző szociális készségekkel rendelkező gyerekek szerint, másrészt módszertani megoldásukat tekintve jelentenek variációkat a tanórán. Fordítsunk különös figyelmet azokra a feladatokra, amikben a hátrányos helyzetű gyerekek érzéseit bántathatják. Az étrend készítésénél adjunk ötletet olyan egészséges, de egyszerű ételekre, amelyeket feltehetően a szegényebb anyagi háttérrel rendelkező családok is elkészíthetnek. A saláta készítésénél is törekedjünk az egyszerűsége. A csoportos munkák során különösen ajánljuk a heterogén csoportok képzését, hiszen ez szolgálja leginkább a tolerancia fejlődését. A drámajátékokban kevésbé jártas gyerekeknél a szabályokat nagyon pontosan, célirányosan kell elmagyarázni. A játék nem lehet kötelező. Önkéntes, s ezzel éri el örömszerző hatását.

Amennyiben a tanító úgy érzi, hogy valamilyen oknál fogva nem oldható meg, hogy a modul egésze egy napon valósuljon meg, akkor a következő helyeken ajánlunk megszakításokat: II/c után, illetve a II/g után. Ilyenkor az újabb rész elején utaljunk a II/a 1. pont játékában rögzített pontokra.

Speciális javaslatok az értékeléssel kapcsolatban

A modul végén leírt értékelések természetesen a tanulási folyamat egy-egy egységének végén értelemszerűen alkalmazhatók, pl. saláta kóstolásánál vagy a csoportmunkák befejeztével. Így a modul végén már egy összegző értékelés szükséges a gyerekek és a tanító részéről egyaránt.

A modul mellékletei

Tanári mellékletek

- P1 – Szólások – közmondások
- P2 – Beteg–egészséges
- P3 – Zsákbamacska
- P4 – Kakukktojás
- P5 – Mivel tisztálkodsz?
- P6 – Ételek képei
- P7 – Saláta készítése
- P8 – Öltöztetés

Diákmelléletek

D1 – Nekem az jut eszembe a...

D2 – Mivel tisztálkodsz?

D3 – Fejezd be a mondatokat!

D4 – Heti étrend

D5 – Igaz–hamis