

POZITÍV PEDAGÓGIA CAMPUS ÓRAVÁZSLATOK



Korosztály: felsős

Testmozgás

🕒 45 PERC

ppnp

 *Jobb Velel a Világ*
Boldogságóra
PROGRAM

AZ ÓRA FELÉPÍTÉSE

„ZENÉS KÖSZÖNTÉS”

5'



Módszerek és munkaformák:
ráhangolás



Eszközök:
hanglejátszó eszköz

A gyerekek az osztály kedvenc zeneszáma (ez a korábbiakban kerül megbeszélésre) **pacsival köszöntik egymást.**

Sétálgatás közben a mellette elhaladó társukkal lepacsizva köszönnek egymásnak.

A köszöngetés során figyeljünk arra, hogy mindenki mindenkivel pacsizzon.

„SPORTACTIVITY”

20'



Módszerek és munkaformák:
egyéni bemutatás majd közös megbeszélés



Eszközök:
kalap, sportágak megnevezése cetlikén (1. sz. melléklet), dobókocka, falitábla a rajzoláshoz

A gyerekek körben ülnek.

Egy-egy szókarttyát húznak egy kalapból, majd egyesével bemutatják a többieknek a kihúzott sportágot – lerajzolják, szóval körbeírják, vagy pedig elmutogatják.

A többieknek az a feladatuk, hogy kitalálják a szókarttyán szereplő sportágot.

Egy dobókocka dobásával dől el, hogy körülírni, mutogatni vagy rajzolni kell. (Ha a dobás 1-2 → körülír, 3-4 → mutogat, 5-6 → lerajzol).

„Ki próbálta már ki ezt a sportágot?”

„Milyen élményed fűződik ehhez a sporthoz?”

„SPORTPIRAMIS”

10'



Módszerek és munkaformák:
önálló munka, feladatlap kitöltése
közös megbeszélés



Eszközök:
feladatlap (2. sz. melléklet)

A gyerekek kapnak egy-egy feladatlapot, amelyen **egy piramisba kell beírni, hogy mely sportokat űzik napi szinten**, hetente egy-kétszer és ritkábban.

Utána közös megbeszélés:

- „Milyen mozgásformát tudsz minden nap gyakorolni?”
- „Melyek azok a sportolási lehetőségek, amit hetente egyszer-kétszer űzöl/űzhetsz?”
- „Milyen sporttevékenységet végzel ritkábban, mint hetente?”
- „Melyek azok a sportágak, amit otthon is tudunk gyakorolni, melyhez nem kell különösebb eszköz?”
- „Milyen sportolási lehetőségek vannak, amiket a barátaitokkal együtt tudtok végezni?”

ÖSSZEGZÉS

 10'



Módszerek és munkaformák:
közös megbeszélés

Az óra utolsó perceiben a gyerekek körben ülnek a székeken.

A pedagógus elkezd egy mondatot:

„Én azért szeretek mozogni, mert...”

A feladat az, hogy a gyerekek fejezzék be egyesével ezt a mondatot, ki-ki a saját érzései alapján.

MELLÉKLETEK

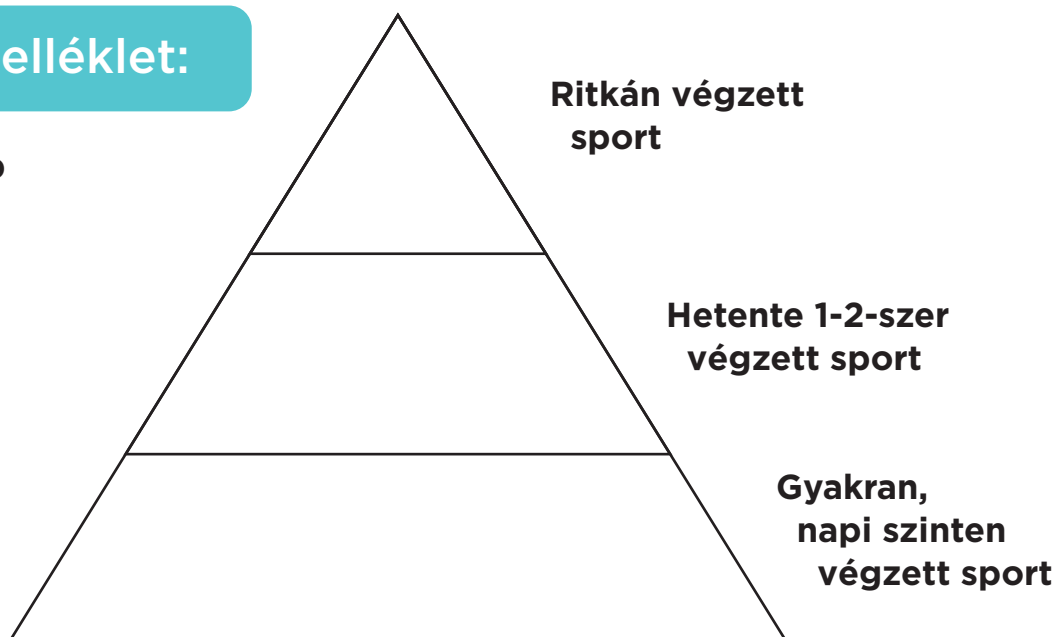
1. sz. melléklet:

Szókártyák

tenisz	vitorlázás	foci	kézilabda
kosárlabda	úszás	röplabda	műkorcsolya
síelés	sportlövészet	kerékpározás	kajakozás
kenuzás	jégkorong	asztalitenisz	birkózás
díjugratás	futás	gerelyhajítás	távolugrás
íjászat	karate	lovaglás	magasugrás
ökölvívás	diszkoszvetés	darts	billiárdozás
sakk	rúdugrás	snowboard	súlyemelés
súlylökés	szumó birkózás	tollaslabda	vívás

2. sz. melléklet:

Feladatlap



KAPCSOLÓDJ A POZITÍV PEDAGÓGUSOK KÖZÖSSÉGÉHEZ!

Az óravázlat a Boldogságóra program keretében készült.
Az óravázlatot Maszkálné Bocsi Dóra boldogságórás pedagógus készítette.

ISMERJ MEG MINKET:



A Boldogságóra program:
www.boldogsagora.hu



**Pozitív Pedagógia
és Nevelés Program:**
www.pozitivpedagogia.hu



**Boldog Óvoda
és Iskola**

Boldog Óvoda és Iskola pályázat:
www.boldogiskola.hu



Pozitív Pedagógia Campus:
www.pozitivpedagogiacampus.hu



Jobb Veled a Világ
Alapítvány

Fontos! A program minden írott és szóbeli anyaga jogvédett! Az ebben a dokumentumban található anyagnak a felhasználása a foglalkozásokon kívüli más nyilvános eseményeken vagy továbbadása harmadik félnek kizárólag a Jobb Veled a Világ Alapítvány előzetes engedélyével lehetséges! 2020

www.pozitivpedagogiacampus.hu
campus@pozitivpedagogia.hu

