

<b>A modultervet készítő pedagógus:</b>	<b>Buzási Éva</b>
<b>A modul címe, témája:</b>	<i>Mozdul a sulí</i> - Egy egész hetet és iskolát felölelő sportos/mozgásos verseny, melyben az osztályok összemérhetik teljesítményeiket (mennyit mozogtak a hét során). A foglalkozások során megismerkednek a Magadért Sportolj! applikáció használatával és részt vehetnek a 2020. évi Fenntarthatósági Témahét keretében kiírásra kerülő Iskolai Sport Programon.
<b>Ajánlott korosztály:</b>	5-12. osztályos tanulók
<b>Időigény</b>	1 hét

## MOZDUL A SULI

### Előkészítő feladatok

- Tájékoztató kiküldése a szülőknek a heti eseményekről.
- A Magadért Sportolj! applikáció letöltése és megismertetése a tanárokkal és diákokkal (használati útmutató segítségével).
- A heti események alapján az osztályok beosztása, a felelősök kiválasztása.
- Hetirend elkészítése az aulába a faliújságra (1. számú melléklet).
- Heti program ismertetése.
- Tájékoztató az Iskolai Sport Programról (mellékelt tájékoztató alapján).
- Tájékoztató a TripleX tréningről (mellékelt tájékoztató alapján).

Tevékenység, időbeosztás	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák, módszerek	Eszközök, mellékletek
<b>Osztályfőnöki óra</b>			
A heti programterv megismertetése a gyerekekkel. Heti időbeosztás elkészítése. Magadért Sportolj! applikáció letöltése és megismerése és kipróbálása: <a href="https://magadertsportolj.hu/">https://magadertsportolj.hu/</a>	Együttműködési készség fejlesztése, digitális kompetencia fejlesztése	Frontális munka	A Magadért Sportolj! applikáció használati útmutatója Hetirend (1. számú melléklet). okostelefonok
<b>Programlehetőségek az iskola létszámától és adottságaitól függően</b>			
<b>Testnevelés óra:</b> - 5 labda bajnokság (floorball, foci, pingpong, kosárlabda, röplabda) - futóverseny, kötélhúzás - biciklis/gördeszkás/rolleres akadálypálya (ezt érdemes egy nap felállítani, és a testnevelés óra keretében itt játszhatnak a gyerekek)	Együttműködés	Csapatverseny	floorball ütők, labda pingpong ütők, labda, asztalok kosárlabda, röplabda kötél bóják, rámpa, bicikli, gördeszka, roller, aszfaltkréta védőfelszerelések

<p><b>Technika/rajz óra:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zöldség-gyümölcs szobor készítése sport témában. Érdekes hangsúlyozni, hogy lehetőség szerint hazai terméseket használjunk. Versenyt lehet rendezni, hogy kiszámoljuk, melyik gyümölcs mennyit utazott. A legkevesebb km-t megtevő szobor nyer, jutalma gyöngy/pont.</li> <li>- Smoothie készítése</li> <li>- Táplálékpíramis készítése kartonból és újságból kivágott ételekből</li> <li>- Gyümölcstálak készítése, vagy gyümölcsös sütemények készítése – majd kóstolása, kínálata (gyöngyért/pontért)</li> <li>- Hazai idénygyümölcsök, zöldségek kóstolása, evése</li> <li>- Gyógynövényekből gyógyteák főzése, kóstolása</li> </ul>	<p>Motiválás, játék, kreativitás, fantázia fejlesztése</p>		<p>zöldségek és gyümölcsök</p>
<p><b>Tanórán kívüli kiegészítő tevékenységek:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kirándulás szervezése biciklivel, gyalog</li> <li>- Általános egészségfelmérés védőnő által</li> <li>- Éjszakai foci</li> <li>- Családtagok bevonása a Magadért Sportolj! kihívásaiba</li> <li>- Egészséges tízórai környezetbarát csomagolásban (vagy nulla-hulladékkal)</li> <li>- A gyerekek minden nap a Seppo fenntartható közlekedésről szóló játékával indulhatnak iskolába: <a href="https://seppo.hu/">https://seppo.hu/</a></li> </ul>	<p>Testi és lelki egészségre nevelés, figyelem felkeltése az egészséges életmód fontosságára</p>		<p>okostelefonok Seppo alkalmazást segítő leírások.</p>
<b>Értékelés</b>			
<i>Osztályon belüli</i>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gyöngyök összegyűjtése/ pontok összesítése</li> <li>- Melyik tanuló gyűjtötte a legtöbb gyöngyöt/pontot a hét során?</li> <li>- Hogyan érte el mindezt?</li> <li>- Applikációval kapcsolatos tapasztalatok megbeszélése.</li> <li>- A hét értékelése.</li> </ul>	<p>Önismeret</p>	<p>Párbeszéd</p>	
<i>Iskola szintű</i>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A gyöngyök egybeöntése az aulában egy üvegedénybe</li> <li>- Győztes osztály kihirdetése</li> </ul>			