

AZ ÉN ÉS A VILÁG MOZOGNI JÓ!

A mozgás szerepe egészséges életmód kialakításában



AKADÁLY NÉLKÜL

modul adaptációja
értelmileg akadályozott
tanulók együttneveléséhez

**SZOCIÁLIS, ÉLETVITELI ÉS
KÖRNYEZETI KOMPETENCIÁK**

Szk-101-12-AdE

A modult készítette:

Halmai Lászlóné

Az adaptációt készítette:

Kajáry Ildikó és Ruttkay Leventéné

SULINOVA
Köznevelési, fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Központ

Magyarország célba ér



MODULLEÍRÁS

Ajánlott korosztály	6–7 évesek
Ajánlott időkeret	3×45 perc
A modul közvetlen célja	Tapasztalatszerzés a mozgás örömeiről.
A modul tartalma	Gimnasztikai, tartásjavító gyakorlatok, csapatjátékok.
Megelőző tapasztalat	Kötetlen mozgásos játékok.
Ajánlott továbbhaladási irány	A gimnasztikai és a tartásjavító mozgások megtanulása.
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes kompetencia: mozgásszükséglet, öntevékenységi vágy, önbizalom, magam-érzés, kudarctűrés
	Kognitív kompetencia: környezettudatosság, problémamegoldó képesség
	Szociális kompetencia: empátia, tolerancia, együttműködés, szabálykövetés, csoportkezelő képesség
Kapcsolódási pontok	A NAT-hoz: Testnevelés és sport, Ember a természetben
	Tantárgyakhoz: testnevelés, természetismeret
	Modulokhoz: Az emberi test, Éttezzünk egészségesen!, Sportoljunk együtt
Támogató rendszer	Dr. Spencer, Kagan: <i>Kooperatív tanulás</i> . ÖNKONET Kft., Budapest, 2001. Csákvári Judit (szerk.): Ajánlások értelmileg akadályozott gyermekek, tanulók kompetencia alapú fejlesztéséhez. Szociális, életviteli és környezeti kompetenciák. sulinova Kht., Budapest, 2006.

MÓDSZERTANI AJÁNLÁS

A különböző feladatokat választhatóan célszerű alkalmazni. Az A, B, C stb. variációk szabadon alkalmazhatók, nem fontos mindegyiket kezdeményezni. A kooperatív kiscsoportokban (lehetőleg 4 fő) különösen ajánljuk a heterogén csoportok képzését, hiszen ez szolgálja leginkább a tolerancia fejlődését. A sportversenyeknél nagyobb létszámú, szintén heterogén csoportokat alakítsunk. Törekedjünk arra, hogy a gyerekek képesek legyenek egyre inkább betartani a szabályokat. Hívjuk fel a figyelmet egymás és saját testi épség megóvására!





Az SNI-tanulótól a szabályok spontán betartása nem várható el, erre folyamatosan figyelmeztetni kell. A mozgássorokat és testtartásokat bemutatásra vagy együttmozgásra képes csak elvégezni.







A feladatvégzésnél elfogadható, ha a ritmust teljes testével próbálja követni, a mozgások pontos követése feltehetően csak a hosszas iskolai pályafutás végére érhető el. A testtudat és a téri orientáció bizonytalan, sérült az egyensúlyozó készség és a test koordinációja. Folyamatosan pozitívan kell értékelni, ha a mozgások végzésében aktív, együttműködő.

Csapatversenyeknél figyelembe kell venni, hogy a csapat teljesítményét ne rontsa le gyengébb teljesítményével, de a versenyből lehetőleg ne maradjon ki.

SPECIÁLIS JAVASLATOK AZ ÉRTÉKELEÉSSEL KAPCSOLATBAN

Igen fontos az önértékelés, együttműködés, segítőkészség fejlesztése, mások teljesítményének elismerése, a teljesítőképesség javulása. Tegyük természetessé, hogy – a felnőtt versenysporttól eltérően – a relatív teljesítményváltozást, a saját teljesítmény javulását értékeljük.

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	Saját adaptációs kiegészítéseim (tevékenység; képesség)	A tevékenység célja/fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/melléletek	
					Diák	Pedagógus
I. RÁHANGOLÁS, A FELDOLGOZÁS ELŐKÉSZÍTÉSE						
I/a Reggeli gimnasztika						
	A gyerekek az egész testet megmozgató, zenés reggeli tornát végeznék. 5 perc		Bemelegítés Ritmusérzék Mozgáskoordináció Állóképesség	Frontális osztálymunka – torna		P1 (Reggeli gimnasztika) Bármilyen 4/4-es dal
I/b Ki ügyesebb ma, mint tegnap?						
	A gyerekek fél lábon ugrálnak, és megpróbálják megdönteni saját rekordjukat. 5 perc		Kitartás Állóképesség Mozgáskoordináció	Frontális osztálymunka – önálló feladatmegoldás		P2 (Ugrálás fél lábon)
I/c Csapatversenyek						
A	A gyerekek tartásjavító gyakorlatokat végeznek csoportokban versenyszerűen. 15 perc		Versengési képesség fejlesztése Önkontroll Tolerancia Együttműködés	Csoportmunka – verseny	Labdák	P3 (Csapatverseny)
B	A gyerekek állatok mozgását utánozzák. 15 perc		Utánzás Mozgásemlékezet Szabálytartás Mozgáskoordináció	Kooperatív tanulás – add tovább a mozdulatot!		P4 (Utánzó járások)

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	Saját adaptációs kiegészítéseim (tevékenység; képesség)	A tevékenység célja/fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/mellékletek	
					Diák	Pedagógus
I/d Játsszunk együtt!						
A	A gyerekek csoportokat alakítanak szimpátia alapján. A csoporttagok egymás mögött felsorakoznak, csoportonként külön. Az elöl álló kivételével mindenki becsukott szemmel áll. Az első – akinek nyitva van a szeme – szabadon vezeti a csoportját a teremben. 10 perc		Kapcsolatépítés Figyelem Empátia Bizalom Felelősségérzet Együttműködés	Kooperatív tanulás – vakhernyó játék		P5 (Vakhernyó)
B	A gyerekek a Mókus, mókus ki a házból! c. játékot játsszák. 10 perc		Gyors helyzetfelismerés Szabálytartás Gyorsaság Mozgáskoordináció	Frontális osztálymunka – játék	Kréta vagy hulahoppkarikák	P6 (Mókus, mókus, ki a házból)
II. ÚJ TARTALOM FELDOLGOZÁSA						
II/a Mozgás a szabadban						
A	Télen, ha már leesett a hó, a gyerekek szánkóhúzó és hóemberépítő versenyeket, nagy hócsatákat rendeznek. 40 perc		Téli sportok megkedveltetése Mozgáskoordináció Kapcsolatépítés	Frontális osztálymunka – játék	Téli sporteszközök, hóemberépítéshez kellékek	
B	A gyerekek sétát tesznek a szabadban, és fogójátékokat játszanak. 40 perc		Természetközeli élmények Kapcsolatépítés	Frontális osztálymunka – játék		
C	A gyerekek tavaszi munkákban vesznek részt az iskola udvarán és környékén. 40 perc		Természetközeli élmények Segítőkézség Felelősségtudat	Frontális osztálymunka – feladatvégzés	Kerti szerszámok, zsák, védőkesztyű	P7 (Tavaszi munkák)
D	A gyerekek a szabadban váltóversenyeket rendeznek. 40 perc		Együttműködés Szabálytartás Mozgáskoordináció	Frontális osztálymunka – játék	Labdák, ugrókötelek	P8 (Váltóversenyek)

Tevékenységek – időmegjelöléssel	Saját adaptációs kiegészítéseim (tevékenység; képesség)	A tevékenység célja/fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/mellékletek	
				Diák	Pedagógus
III. AZ ÚJ TARTALOM ÖSSZEFOGLALÁSA, ELLENŐRZÉS ÉS ÉRTÉKELÉS					
III/a Mozogd el újra!					
A gyerekek szimpátia alapján csoportokat alakítanak, és felelevenítik, hogy milyen mozgásokat végeztek. Ezek közül néhányat bemutatnak némajátékkal. 20 perc		Mozgásemlékezet Együttműködés Mozgáskoordináció Asszociációs képesség Rögtönzés	Csoportmunka – megbeszélés, szituációs játék		
III/b Mi volt jó, mi volt nehéz?					
A gyerekek elmondják, hogy melyik mozgást élvezték a legjobban, és melyik okozott nekik nehézséget. 15 perc		Értékelés Véleményalkotás Emlékezet Szóbeli kifejezőkészség	Frontális osztálymunka – beszélgetőkör		