

ÓRATERV

A pedagógus neve	Rikli Zsuzsanna
Az iskola neve	Székesfehérvári Munkácsy Mihály Általános Iskola
Osztály	4. a
Dátum	2019. 10. 03.
Időkeret	45 perc
Műveltségi terület	testnevelés és sport
Tantárgy	testnevelés
Az óra témája	Vonzás és taszítás
Szitakötő folyóirat lapszáma	47.
Kapcsolódó cikkek	Vonzások és taszítások – Kapitány Máté: Zsófi (1. oldal) Victor András: Vonz, mint a mágnes (6. oldal) Garay Zsófia: Szöcskejáték (26. oldal)
Az óra cél és feladatrendszere	A gyermek ismerje, igényelje a mozgásos játékok, a versengés örömét; mozgása legyen koordinált, esztétikus és kulturált; ismerje fel a sport egészségügyi értékét; a sport váljon életmódja részévé; követelmények készítsék erőfeszítésre, de ne legyenek kilátástalanok, ne okozzanak hátrányos megkülönböztetést!
Készség és képességfejlesztés	motoros, koordinációs és kondicionális képességek; személyiségfejlesztés, szociális és emocionális képességek erősítése, mozgásszükséglet kielégítése; cselekvési biztonság; tanuló életigenlő, az egészséget kiemelt helyen kezelő személyiségfejlesztése
Tantárgyi kapcsolatok	drámapedagógia, etika

Felhasznált források

- Szitakötő folyóirat 47. szám
- NEMZETI ALAPTANTERV 2012. Magyar Közlöny. 66. szám. 2012. június 4. <http://ofi.hu/nemzeti-alaptanterv>
- HELYI TANTERV 2013. *Testnevelés 4. évfolyam*. Munkácsy Mihály Általános Iskola. Székesfehérvár. (intézményi dokumentum)
- Kunné Darók Anikó: A drámapedagógia módszerei az óvodában című 2 alkalmas előadássorozat első alkalma KPSZTI, 2014.02.06.
- Tornatermi játéköröttek
<https://www.facebook.com/notes/tan%C3%ADt%C3%B3/tornatermi-j%C3%A1t%C3%A9k%C3%B3r%C3%B3t%C3%A9k/1391770940833137/>
- testnevelés-tanítás-es-modszertan_544f3a032bdb9 (1)

Időkeret (perc)	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Megjegyzés
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
2	Előkészítés Tornasor – üdvözlés, óra céljának ismertetése				
3	Térjáték Járás a tanteremben - térdemeléssel - sarokemeléssel - lábujjhegyen - sarkon <u>Utasítás</u> Sosem érhetsz senkihez! Először térkitöltés leengedett kézzel. Ha elkiáltom magam EGY!, akkor egyik kar csípőn, KETTŐ!, két kar csípőn, HÁROM!, egyik kar oldalsó középtartásban, NÉGY!, két kar oldalsó középtartásban	feladat ismertetése, megbeszélés	egyéni		

Időkeret (perc)	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Megjegyzés
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
5	<p>Köszöntő játék Kézfogós társam – egyenletes ütemben járás a teremben</p> <p><u>Utasítás</u> Tapsra válasszatok magatoknak</p> <ul style="list-style-type: none"> - egy kézfogós társat - egy tenyérbe csapós társat - egy térdérintős társat - vállérintős társat! <p><u>Játék indítása</u> Keresd a kézfogós társad stb. társad!</p>	megbeszélés	páros, frontális		
5	<p>Fogójáték – fészekfogó Párválasztás – kézfogós társ</p> <p><u>Játékleírás</u> A párok szemben állnak egymással, kézfogás nyújtott karral. Egy pár tagjai közül az egyik a fogó, a másik menekülő. Ha a menekülő beáll egy fészekbe és megfogja a vele szemben lévő kezét, a mögötte álló fogóvá válik.</p>	magyarázat	páros, frontális		

Időkeret (perc)	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Megjegyzés
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
5	<p>Kapus vonzás, taszítás <u>Játékleírás</u> Egy játékos kimegy. Megbeszéljük, hol lesz a két kapu a körben. A két kapu vonzza a játékost, a többiek taszítják a tekintetükkel. Ki kell találni, hol a bejárat és hol a kijárat.</p>	megbeszélés	csapat		<p><u>Szitakötő 47. szám</u> Vonzások és taszítások – Kapitány Máté: Zsófi (1. oldal)</p>
5	<p>Szöcskejáték 1. Az újságban leírtak szerint játszunk.</p>	szabály megbeszélése	egyéni		<p><u>Szitakötő 47. szám</u> Garay Zsófia: Szöcske- játék (26. oldal)</p>
5	<p>Szöcskejáték 2. (átalakítva az előző játékot) <u>Játékleírás</u> A gyermekekkel kört alkotunk úgy, hogy a külső talpélek összeérnek. Kiszámoljuk a fogót. A menekülők és fogó is egy vagy két lábon szökdelve közlekedik, akit a fogó megfogott, leül a padra.</p>	megbeszélés	egyéni		

Időkeret (perc)	Az óra menete	Nevelési-oktatási stratégia			Megjegyzés
		Módszerek	Tanulói munkaformák	Eszközök	
5	<p>Medvék-mormoták</p> <p><u>Játékleírás</u></p> <p>Megalkotjuk a medvék és a mormoták csapatait. A csapatok a tornaterem két végében, egymással szemben állnak. Vezényszóra elindulnak egymás felé. Ha elkiáltom magam: MEDVÉK!, akkor a medvék üldözik a másik csapatot. Akit megfogtak a mormoták közül – mielőtt odaértek a kiindulási helyükre –, leülnek a padra.</p>	megbeszélés	csapat		
5	<p>Labdakígyó</p> <p><u>Játékleírás</u></p> <p>Az előző két csapat kígyóvá alakul, kötőelem a labda. A két csapat elindul egymás felé és egy kígyóvá alakul.</p>	megbeszélés	csapat	labdák	<u>Szitakötő 47. szám</u> Victor András: Vonz, mint a mágnes (6. oldal)
5	<p>Óra értékelése</p> <p>Ha jól érezted magad, mássz fel a bordásfalra, ha nem, ülj le törökülésben!</p>			bordásfal	