**Óravázlat**

Pedagógus neve: Papp Dániel

Iskola neve: Székesfehérvári Munkácsy Mihály Általános Iskola

Osztály: 6. osztály

Dátum: 2020.10.19.

Időkeret: 45 perc

Műveltségi terület: Testnevelés és sport

Tantárgy: Testnevelés

Az óra témája: Az immunrendszer

Szitakötő folyóirat lapszáma: 51. szám

Kapcsolódó cikkek: A láthatatlan ellenség

Az óra cél és feladatrendszere: Fogó- és kidobójátékokon keresztül az összjáték, kooperativitás erősítése. Reakciógyorsaság és a figyelem megosztás képességének fejlesztése.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Időkeret** | **Az óra menete** | **Módszerek** | **Tanulói munkaformák** | **Eszközök** | **Megjegyzés** |
| 2’ | Szervezés: sorakozó, felszerelés ellenőrzése | tanári utasítás |  |  |  |
| 5’ | Általános bemelegítés, keringésfokozás, futóiskolai gyakorlatok | tanári utasítás | egyéni munka |  |  |
| 8’ | Halász- vagy láncfogó néven ismert fogójáték, ahol a fogók az immunrendszer falósejtjeit, míg a menekülők a kórokozókat testesítik meg.  | tanári utasítás,  | egyéni és csoport munka |  | Játék leírása a mellékletben |
| 10’ | Csapatkidobó: A kidobó csapat az immunrendszert jelképezi, míg a menekülő csapat a kórokozók összességét.  | tanári utasítás | csoport munka | 1 szivacslabda | Játék leírása a mellékletben |
| 5’ | Csapatkidobó úgy, hogy mind a két csapat dobhatja a másikat. Ennél a változatnál a „az idegen anyagok” nagyban gyengíthetik az „immunrendszert.” | tanári utasítás | csoport munka | 1szivacslabda | Játék leírása a mellékletben |
| 10’ | Bójás kidobó:A bóják az egyes szervrendszereket, szerveket szimbolizálják. A bójákat védő csapat az immunrendszer, míg a bójákat támadó csapat tagjai a kórokozókat jelentik. | tanári utasítás | egyéni és csoport munka | 2 szivacslabda | Játék leírása a mellékletben |
| 3’ | Szervezet lecsillapítása, az óra értékelése. | tanári utasítás, közlés | egyéni munka |  | Értékelés szempontjai: aktív részvétel, csapaton belüli összjáték kialakítása |

**Melléklet**

**Halászfogó:**

A kijelölt fogójátékos kergeti a többieket. Miután elkap valakit, megfogják egymás kezét, és ketten együtt kergetik tovább a társakat. Ha így is megérintenek valakit, az csatlakozik hozzájuk és már hárman, egymás kezét megfogva üldözik a többieket. A lánc vagy a „halászháló” két végén álló gyermek foghat csak menekülő gyereket. A játékot játszhatjuk meghatározott ideig, vagy meghatározott hosszúságú (gyerekszámú) hálóig.

**Csapatkidobó:**

Két csapatot alakítunk ki. Az első változatban lesz kidobó és menekülő csapat. Az egész pályát használhatják a csapatok. A kidobó csapat játékosai a labdával maximum hármat léphetnek, utána dobniuk vagy passzolniuk kell a játékszert. Akit közvetlenól eltalál a labda az ellenfél csapatából, az kiesik a játékból és kiül. A menekülő csapat nem akadályozhatja a labda elütésével, elrúgásával a kidobó csapatot. Célja és feladata, minél távolabb kerülni a labdától, hogy nehogy kidobják. Játszhatjuk meghatározott ideig, vagy amíg „el nem fogy” a menekülő csapat.

A második változatban mindkét csapat kidobhatja az ellenfelét. Ekkor el lehet kapni a labdát anélkül, hogy az kidobást érne, illetve a labda elütésével, elrúgásával lehet akadályozni az ellenfelet. Ezt a variációt érdemes addig játszani míg az egyik csapat ki nem dobja a másik csapat összes játékosát, vagy megszabhatjuk, hogy egy csapatból hány kidobott játékosnál van vége a játéknak.

**Bójás kidobó:**

Itt is két csapatot alakítunk ki. A két csapat, a pályánk két térfelére áll, és játék közben is a saját térfelükön maradnak a játékosok. Az egyik (vagy akár mindkét) térfélre, körülbelül 6-8m-re a középvonaltól, egyenlő távolságra egymástól, rövidebb oldalukra állított zsámolyokat helyezünk el, amikre bójákat teszünk. A csapatok célja, hogy kidobják az ellenfél játékosait, vagy ledobják a bójákat a zsámolyokról. Megbeszélhetjük a gyerekekkel, hogy a bójákat lehet-e védeni eléjük állva a labdát elkapva, vagy sem. Akit kidobtak kiül a játéktérről. Játszhatjuk időre, vagy addig amíg mindenkit vagy minden bóját ki nem dobott egy csapat. Ha időre játsszuk, figyelmeztessük a játékosokat, hogy gyorsan dobják a labdát, nehogy - amikor vezetnek – időhúzásra játszanak.