

# mozgás aktivitás növelése

Submitted by Zsbánné Forrai Judit on 2024. 01. 02., k - 14:07

## **Type of lesson / project plan**

Lesson plan

## **Sector**

Oktatás

Egészségügy és jólét

## **Topic, learning area**

mozgásfejlesztés

## **Vocational subject(s)**

mozgásfejlesztés

## **Grade**

9. évfolyam

10. évfolyam

## **Learning and development goals**

diszkonfort érzet redukálása

## **Concepts**

testkép, tudatos kontraktura oldás

## **Required tools**

matrac, gimnasztikai labda, gumiszalag

## **Introductory part and preparation of the lesson / project plan**

Gyerekek motiválása, panaszok meghallgatása

## **Implementation of the lesson / project plan**

*a mozgásérzékelés javítása; önbizalom, függetlenség, önkifejezés, életöröm megjelenése; motiváció fejlesztése; emocionális fejlődés.*

## **Evaluation plan**

Együtműködés megköszönése

## **Differentiation**

Diagnózis szerint

## **Homework, project task**

önellátás idejének kontrollálása