

# mozgás aktivitás növelése

Zsbánné Forrai Judit küldte be 2024. 01. 02., k - 14:07 time időpontban

## **Terv típusa**

Óraterv

## **Szektor**

Oktatás

Egészségügy és jólét

## **Témakör, tanulási terület**

mozgásfejlesztés

## **Szakmai tantárgy(ak)**

mozgásfejlesztés

## **Évfolyam**

9. évfolyam

10. évfolyam

## **Tanulási, fejlesztési célok**

diszkonfort érzet redukálása

## **Fogalmak**

testkép, tudatos kontraktura oldás

## **Szükséges eszközök**

matrac, gimnasztikai labda, gumiszalag

## **Az óra / projekt bevezető része, előkészítése**

Gyerekek motiválása, panaszok meghallgatása

## **Az óra / projekt megvalósítása**

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

## **Értékelési terv**

Együtműködés megköszönése

## **Differenciálás**

Diagnózis szerint

## **Házi feladat, projektfeladat**

önellátás idejének kontrollálása