

CAREER COUNSELLING



PRACTICAL APPROACH

ÓRATERV

Szabadidős fizikai tevékenység

Szint, a diákok életkora:	15-19
Tantárgy:	Testnevelés
Érintett tantárgyak:	Biológia, informatika
Célok:	A szabadidőben végzett fizikai aktivitás tudatos tervezése
A diákok száma csoportban (javasolt):	14-26
A fő tevékenység időtartama:	5-10 perc
Szükséges anyagok:	számítógép, laptop, telefon
Kompetenciák:	digitális, személyes és szociális kompetencia
Előkészítő tevékenységek (ha van):	Az eddigi testnevelés órákon az Egészségnevelés részeként a tanuló megismerte az egészség fogalmát és az egészséget pozitívan, illetve negatívan befolyásoló tényezőket
Várt eredmények:	A tanuló ismeri a testmozgás egészségre gyakorolt hatását Elsajátítja a testneveléshez közvetlenül és közvetve kapcsolódó szakmákat.
Várható nehézségek:	A tanulók tudásának és tudatosságának hiánya
További tevékenységek (ha vannak):	A sport és a testmozgás egészségre gyakorolt hatásával kapcsolatos ismeretek bővítése



CAREER COUNSELLING



PRACTICAL APPROACH

Idő	FOLYAMAT (T: TANÁR; D: DIÁK; E: EGYÉB)	MÓDSZER/ESZKÖZIGÉNY
5-10'	A diákok válaszolnak a felmérésben feltett kérdésekre, majd a tanárral együtt megbeszélik és elemzik azokat. 1. melléklet	platform, számítógép, laptop, okostelefon

