

CAREER COUNSELLING



PRACTICAL APPROACH

Plan lekcji

Aktywność fizyczna w czasie wolnym

Wiek uczniów	15-19 lat
Przedmiot	Wychowanie fizyczne
Dodatkowe przedmioty	Biologia, informatyka.
Cele	Świadome planowanie aktywności fizycznej w czasie wolnym.
Liczba osób na grupę	14-26
Czas aktywności	5-10 min
Narzędzia	Komputer, laptop, telefon.
Kompetencje	Kompetencje cyfrowe, osobiste i społeczne.
Ewentualne działania przygotowawcze	Na wcześniejszych lekcjach wychowania fizycznego, w ramach edukacji zdrowotnej, uczeń zapoznaje się z definicją zdrowia i czynnikami, które pozytywnie i negatywnie wpływają na zdrowie.
Oczekiwane rezultaty	Uczeń posiada wiedzę na temat wpływu aktywności fizycznej na zdrowie. Uczeń poznaje zawody związane pośrednio i bezpośrednio z wychowaniem fizycznym.
Spodziewane trudności podczas realizacji wśród uczniów	Brak dostatecznej wiedzy i świadomości na ww. temat wśród uczniów.
Kontynuacja działania	Poszerzanie wiedzy z zakresu wpływu sportu i aktywności fizycznej na zdrowie.



CAREER COUNSELLING



PRACTICAL APPROACH

CZAS	STRATEGIA DZIAŁANIA, PROCEDURA	METODA, NARZĘDZIA
5-10	Uczniowie odpowiadają na pytania zawarte w ankiecie, a następnie wspólnie omawiają ją i analizują z nauczycielem. załącznik 1	Platforma, komputer, laptop, telefon.

