

Helyi tanterv
2013/2014 tanévtől felmenő rendszerben
Testnevelés és sport

5.-8. évfolyam
Célok és feladatok

Gyakorlati tudásanyag

Az iskolai testnevelés és sport célja, hogy a tanulók életkori sajátosságaihoz, pszichoszomatikus fejlettségéhez és érdeklődéséhez alkalmazkodó játékos mozgásanyaggal gazdagítsa és fejlessze mozgásműveltségüket, hogy olyan fiatalokká váljanak, akik ismerik motorikus képességeiket, azok fejlesztésének és fenntartásának módját, ismerik és igénylik a versengés örömét, felismerik a testnevelés és sport egészségügyi prevenció értékét és a rendszeres fizikai aktivitás életmódjuk részévé, válják, élethosszig tartson.

Az egészségkultúra, a pszichikai képességek versenyszerű összemérése, szerves része az egyetemes kultúrának.

Elméleti tudásanyag

A sportági és testgyakorlati ágak motoros tartalmai mellett, tudást elmélyítő és informáltságot gazdagító elméleti ismeretek elsajátítása is alapvető cél. Ezek az ismeretek a következők: személyi higiénia, balesetek megelőzése, játék és versenyszabályok, technikai-taktikai tudáselemek, életkorhoz igazított élettani ismeretek, tudatos tanulást segítő cselekvési, biomechanikai, edzéselméleti elvek, módszerek.

Fejlesztési területek feladatai: megvalósításukkal hozzájárulunk, a hatékony, önálló tanulás, valamint a szociális és állampolgári kompetencia kialakításán.

Az erkölcsi tulajdonságok fejlesztése:

- szabálykövető magatartás/megalapozható, a játék és viselkedésszabályok betartásával/
- a fair play fogalmának megismerése
- az igazságosság elvének elfogadása és annak gyakorlatba ültetése
- kötelességteljesítés
- szorgalmas munkavégzés és a mások teljesítménye iránti felelősségérzet elismerése
- a társakkal való együttműködés
- együttnevelés esetén a közösséghez tartozó fogyatékkal élő társaknak a segítése

Nemzeti öntudat és hazafias nevelés fejlesztésében, fontos szerep jut, a magyar sportélet sikereinek és kiváló sportolóinak és sporttal foglalkozó eredményeket elérő személyiségek megismerésének.

Ez a témakör minden tanulót megérint, és büszkeséggel tölt el. Nagy hatással van a sportban tehetséges tanulóokra, segítve őket a pályaorientációban.

Demokráciára nevelés: alapvető elv, és gyakorlat a testnevelésben, az erőszakmentesség, az agresszió elvetése és a konfliktusok normális kezelése

A teljesítmény külső értékelése mellett, az önértékelés szerepe felértékelődik, 7.-8. évfolyamra.

Testi és lelki egészségre nevelés:”ép testben, ép lélek”

Környezettudatosságra nevelés, a sport és környezet kapcsolata a szabadtéri foglalkozásokon, /pl. kirándulás, túrázás, biciklitúrák stb. valósulhat meg.

A motoros képességek és a motoros készségek egymással kapcsolatban fejlesztendők, játékos, élményt nyújtó módszerekkel, ezáltal megismertetjük a tanulókat az eredményes tanulás alapvető technikáival, felkészítve őket az önálló testkultúrára.

Kompetenciafejlesztések

Az anyanyelvi kommunikáció fejlesztése: szaknyelvi terminológia, testkultúrával kapcsolatos ismeretek közlése a testnevelő tanár által, tanár-tanuló kommunikáció lehetőségének biztosítása, kommunikációs hajlandóság és nyitottság kialakítása.

A kezdeményezőképeség, a vállalkozói kompetencia fejlesztése: testnevelési játékok, sportjátékok csapatainak megszervezése, tanórai versenyek lebonyolításában való részvétel, önálló feladatmegoldások. Ennek a kompetenciának a fejlesztése a többi fejlesztési terület céljait is szolgálja/erkölcsi nevelés, demokráciára nevelés, az önismeret és a társas kapcsolati kultúra fejlesztése, felelősségvállalás másokért, önkéntesség, pályaaorientáció/

Észtétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképeség fejlesztése: nagy hangsúlyt kell fektetni, a megjelenítés, és a végrehajtás minőségére

Ellenőrzés, értékelés, minősítés

Ősszel és tavasszal mérjük fel, a tanulók fizikai és motorikus képességeit

„Hungarofit”(1+6 motorikus próba értékelésével)

A tanórai munka ellenőrzése és értékelése:

- az elsajátított ismeretek gyakorlati bemutatása
- egyes technikák elemenkénti, majd folyamatban való számonkérése
- az eszközhasználat helyes (balesetmentes) alkalmazása
- a tanuló testneveléshez és sporthoz való hozzáállása
- a tanuló mutasson fejlődést önmagához mérten
- tematikus ellenőrzések (előre meghatározott témákban és időpontokban)
- sportágban iránymutató teljesítményértékek mérése (teljesítménypróbák)
- az értékelésnél figyelembe kell venni a mozgáskészségek és a testi képességek egyéni fejlődését, valamint az értelmi és érzelmi személyiségi jegyek változását

Az értékelésnél figyelembe kell venni a különböző iskolai-, és kerületi versenyeken és bajnokságokon való részvételt, közreműködés és eredményesség alapján

Osztályzás:

A testnevelés tantárgy osztályzásánál a következőket kell figyelembe venni: a helyes technikai végrehajtást, a megjelenítés és a végrehajtás minőségét, a teljesítményt, a teljesítményben bekövetkezett változást (fejlődést), a tanulói aktivitást.

A folyamatos megfigyelés, és az időszakos ellenőrzés útján történő osztályzás módszerét alkalmazzuk.

Megjegyzés:

*A helyi tantervet, az iskola adottságaihoz terveztük. Udvar nincs, órákat kettő tornateremben tartjuk.

Kis terem mérete: 6m x12m; Nagy terem mérete: 12m x 21m; a nagy tornatermen, a 2013/2014 tanévtől két osztály osztozik ugyanabban az órában..

Szabadtéri tevékenység, szabadidőben, tanítási időn kívül tervezhető, rekreáció formájában (korcsolyázás, kirándulás, túrázás, biciklizés, stb.). Az iskola sportfelszereltsége, sport eszközei, hely hiánya, bizonyos sportágak üzését nem teszik lehetővé, vagy azok csak egyes elemei taníthatók. A balesetek elkerülése végett, önvédelmet, küzdő játékot, a felső tagozat 5.-6. évfolyamon tanítunk*

Óraszámok 2013/2014 tanévben

	5. évfolyam	6. évfolyam	7. évfolyam	8. évfolyam
Heti óraszám	5	5	2, 5	2, 5
Éves óraszám	185	185	93	93

Óraszámok felmenő rendszerben

	5. évfolyam. 2013/2014 tanév	6. évfolyam. 2014/2015 tanév	7. évfolyam 2015/2016 tanév	8. évfolyam 2016/2017 tanév
Heti óraszám	5	5	5	5
Éves óraszám	185	185	185	185

5. évfolyam

TÉMAKÖRÖK Mozgásműveltség	ÓRASZÁM 2013/2014 tanév
Rendgyakorlatok-térbelialakzatok kialakítása Prevenció Gimnasztika	14
Fizikai és motoros képességek felmérése	6
Atlétika jellegű gyakorlatok	35
Torna jellegű feladatok	35
Testnevelési és sportjátékok Kosárlabda, kézilabda	70
Szabadidős sporttevékenység Sportági technikák	20
Önvédelem, küzdő játékok	5
Összes óraszám	185

6. évfolyam

TÉMAKÖRÖK Mozgásműveltség	ÓRASZÁM 2014/2015 tanév
Rendgyakorlatok-térbelialakzatok kialakítása Prevenció Gimnasztika	14
Fizikai és motoros képességek felmérése	6
Atlétika	35
Torna jellegű feladatok	35
Testnevelési és sportjátékok Kosárlabda, kézilabda	70
Szabadidős sporttevékenység Sportági technikák	20
Önvédelem, küzdő játékok	5
Összes óraszám	185

7. évfolyam

ÓRASZÁM 2013/2014 tanév	TÉMAKÖRÖK Mozgásműveltség	ÓRASZÁM 2015/2016 tanév
2	Rendgyakorlatok-térbeli alakzatok kialakítása	2
6	Fizikai és motoros képességek felmérése	6
13	Előkészítés és prevenció Gimnasztika	15
18	Atlétika jellegű gyakorlatok	36
18	Torna jellegű feladatok	36
22	Testnevelési és sportjátékok Kosárlabda, röplabda (lányok) és kispályás labdarúgás (fiúk)	70
14	Szabadidős sporttevékenység Sportági technikák	20
93	Összes óraszám	185

8. évfolyam

ÓRASZÁM 201tanév3/2014	TÉMAKÖRÖK Mozgásműveltség	ÓRASZÁM 2016/2017 tanév
2	Rendgyakorlatok-térbelialakzatok kialakítása	2
6	Fizikai és motoros képességek felmérése	6
13	Előkészítés és prevenció Gimnasztika	15
18	Atlétika jellegű feladatok, gyakorlatok	36
18	Torna jellegű feladatok, gyakorlatok	36
22	Testnevelési és sportjátékok Kosárlabda, Röplabda (lányok), Kispályás labdarúgás (fiúk)	70
14	Szabadidős sporttevékenység Sportági technikák	20
93	Összes óraszám	185

