

SPORTÁGVÁLASZTÓ

AZ ÁLTALÁNOS ISKOLA 1-4. ÉVFOLYAMAI SZÁMÁRA

SPORTTAGOZATOS TANTERVŰ OSZTÁLY RÉSZÉRE

Sportágválasztó helyi tanterv alapjai.....	1
A sportágválasztó tantárgy oktatásának céljai	1
A sportágválasztó tantárgy oktatásának módszerei	2
Számonkérés módszerei, értékelési elvek.....	2
Taneszközök kiválasztásának elvei és módjai.....	2
1. évfolyam.....	2
2. évfolyam.....	4
3. évfolyam.....	6
4. évfolyam.....	10

Sportágválasztó helyi tanterv alapjai

A NAT 110/2012. rendelete alapján, valamint az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet (OFI) kerettantervek kiadásának és jogállásának rendjéről szóló 51/2012. (XII. 21.) számú EMMI rendelet mellékletei alapján közzétett sportágválasztó kerettanterv szerint szerkesztettük a sportágválasztó helyi tantervünket. Az évi órakeret felosztását alább, egy táblázatban írtuk le.

A sportágválasztó tantárgy oktatásának céljai

- A gyermekek megismerjék a sportolási lehetőségeket, bepillantást kapjanak a sport világába, megismerjék a testedzés jelentőségét, a különböző sportágak jellegzetességeit.
- A gyermekeket a sportra, az egészséges életmódra neveljük.
- Felkeltsük a gyermekekben a sport iránti érdeklődést, vágyat.
- Segítséget adjunk a gyermekek számára - az adottságok figyelembe vételével - a legmegfelelőbb sportág tudatos kiválasztására.
- A tanítványainkat a mindennapos mozgásra neveljük.
- A mozgás örömeinek átélése mellett az akár játékosan végzett sporttevékenység, valamint a testedzés számtalan lehetőségének kihasználása során tanítványaink rendez, fegyelemhez szokjanak, szabályismereteket sajátítsanak el.
- Tanítványaink megértsék, hogy a sportmunka erősíti, edzi a jellemet, az akaraterőt, a küzdeni tudást, kitartásra nevel, és megtanít az egyéni és kisebb-nagyobb közösségek céljaiért küzdeni.
- Célja az is, hogy a fiatalok sportválasztása pontos ismereteken és tudatos döntéseken alapuljon. A tantárgy tanulása során a tanulók megismerkedjenek a saját, önerőből elért sikerek örömeivel, de a kudarcokat, a csalódásokat is el tudják viselni.

- A komolyan sportolni kívánók fiatal korban megismerkedjenek a sportolási lehetőségekkel, és időben kezdhessék – a változtatás esélyét is beleszöve – a sportmunkát.
- A különböző sportágak rendszabályaival kialakítsuk a sportszerű viselkedés alapjait, fejlesszük az erkölcsi tulajdonságokat, és a környezettudatosságot.
- A tanulóink megismerjék szaknyelvi alapokat, a testnevelésórán használatos szerek, eszközök balesetmentes használatát, és azokat tudják használni sportolás közben.

A sportágválasztó tantárgy oktatásának módszerei

A tanulási folyamatot a sikerre és élményszerzésre építjük, hogy a mozgás örömmé váljon a tanulóknak. A motivációt a variációk sokaságával, a játékosággal igyekszünk fenntartani. A differenciálás elvét alkalmazzuk, hogy minden tanuló eljusson a számára megszerezhető tudás legmagasabb szintjére. A pedagógus tanuló közötti minőségi kommunikációval kialakítjuk a hajlandóságot és nyitottságot tanulóinkban a testkultúra felé. Hibajavítással, a saját és a társak teljesítményének megfigyelésével és értékelésével, a játéksituációk, illetve játékfeladatok megbeszélésével, a sikerek és kudarcok okainak feltárásával igényt alakítunk ki a gyermekekben a fejlődésre és a minőségi munka elvégzésére.

Számonkérés módszerei, értékelési elvek

Sportágválasztó tantárgyból a tanév során félévkor és év végén négyfokozatú szöveges értékelést kapnak a tanulók. Tanév közben egyes tematikai egységek, vagy sportági témakörök befejeztével a tanulók bemutatóit, beszámolóit, vagy órai feladatvégzést és aktivitást értékelünk.

Taneszközök kiválasztásának elvei és módjai

A pedagógus egyes tematikai egység, sportági témakörök megvalósításához, a foglalkozások levezetéséhez, a tematikának megfelelő, biztonságosan használható eszközöket használ, melyekkel a gyermekeknek bemutatja a sportolási lehetőségeket, és felkelti a gyermekekben a sport iránti érdeklődést, vágyat. Sportfilmekkel, PPT-vel, kiselőadásokkal, élménybeszámolókkal, sporteszközök bemutatásával teszi színessé a tanórákat.

1. évfolyam

1. évfolyam sportosztály éves órakeret felosztása sportágválasztó tantárgyból	
TEMATIKUS EGYSÉGEK	óraszám
A mozgás örömei	5
Sporteszközök	5
A sport és az évszakok kapcsolata	5
Ki? Mit? Tud?	5
Sportágválasztási lehetőségek	16
Összesen :	36

1. évfolyam sportosztály részletes tanterv

Az életkori sajátosságok figyelembevételével, játékos formában bepillantás a sport világába, a sportolás alapjainak megismertetése történik. Fontos feladatok és célok:

- a mozgás élményének megélése, megtapasztalása;
- sportjátékokkal, mozgáshoz köthető mondókákkal, énekekkel történő különböző mozgástevékenységekre történő ráhangolás;
- testrészek ismerete, mozgásorientációs gyakorlatok végzése;
- a sport mint örömforrás megtapasztaltatása;
- sporttevékenységekhez köthető tudásbővítés játékos formában.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A mozgás örömei	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	A mozgás örömeinek felfedeztetése, megismertetése, megtapasztalása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Játék a szabadban. Játékos mozgásformák végzése. Tornatermi játékok.		Ének-zene: ritmizálás. Környezetismeret
Kulcsfogalmak	mozgás, viselkedés.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sporteszközök	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Sporteszközök megismerése, kezelésük	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Ismerkedés mindennapi sporteszközökkel. Alap-sporteszközök megismerése, kipróbálása, használata (labda, karika, gerenda, ugrószekevény stb.).		Testnevelés és sport: sporteszközök.
Kulcsfogalmak	sporteszköz	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport és az évszakok kapcsolata	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Hasonlóságok és különbözőségek felismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Különböző évszakokhoz kapcsolódó sportági ismeretszerzés.		Környezetismeret: évszakok, időjárás.
Kulcsfogalmak	Téli sport, tavaszi sport, nyári sport, őszi sport	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Ki? Mit? Tud?	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Ismeretszerzés a sportolás szintereiről, sportágakról, öltözékekről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A sportolás szinterei. Sportruházat. Ki milyen sportágot ismer?		<i>Technika, életvitel és gyakorlat; erkölcsstan:</i> család, barátok, közösségek. <i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> bevásárlóhelyek. <i>Vizuális kultúra:</i> televíziós műsorok.
Kulcsfogalmak	Sportruházat	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportágválasztási lehetőségek	órakeret 16 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Reális énkép, önismeret kialakítása, fejlesztése. Optimális választási készség, képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Próbajátékok. Különböző sportágak jellemzőinek felismerése, kipróbálása.		<i>Testnevelés és sport:</i> sportrendezvények, versenyek, edzések.
Kulcsfogalmak	próbajáték.	

A fejlesztés várt eredményei és a továbbhaladás feltételei az 1. évfolyam végén

A sport játékos megismertetése során fejlődik a mozgáskoordináció, a térközi és térbeli mozgás biztonsága. A mozgás örömforrásként való megélése pozitív hatású a sportmunka megalapozásához. A tantárgy tanulása megkönnyíti és segíti a sportágválasztást.

2. évfolyam

2. évfolyam sportosztály éves órakeret felosztása sportágválasztó tantárgyból	
TEMATIKUS EGYSÉGEK	óraszám
A mozgás örömei	5

Sporteszközök	5
A sport és az évszakok kapcsolata	5
Ki? Mit? Tud?	5
Sportágválasztási lehetőségek	16
Összesen :	36

2. évfolyam sportosztály részletes tanterv

Az életkori sajátosságok figyelembevételével, játékos formában bepillantás a sport világába, a sportolás alapjainak megismertetése történik. Fontos feladatok és célok:

- a mozgás élményének megélése, megtapasztalása;
- sportjátékokkal, mozgáshoz köthető mondókákkal, énekekkel történő különböző mozgástevékenységekre történő ráhangolás;
- testrészek ismerete, mozgásorientációs gyakorlatok végzése;
- a sport mint örömforrás megtapasztaltatása;
- sporttevékenységekhez köthető tudásbővítés játékos formában.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A mozgás örömei	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	A sporttevékenység megszerettetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szabályok megismerése. Mozgáskoordináció, térérzékelés fejlesztése.		<i>Ének-zene: ritmizálás. Környezetismeret</i>
Kulcsfogalmak	Testtartás, irány, térérzékelés.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sporteszközök	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Az eszközök szakszerű, biztonságos használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A sport egyéb eszközei.		<i>Testnevelés és sport: sporteszközök.</i>
Kulcsfogalmak	Mozgásforma, gyakorlat.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport és az évszakok kapcsolata	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Hasonlóságok és különbségek felismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Évszakhoz nem köthető sportágak. Azonosságok és eltérések megfogalmazása.		<i>Környezetismeret: évszakok, időjárás.</i>
Kulcsfogalmak	időjárás-független sporttevékenység.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Ki? Mit? Tud?	órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Ismeretszerzés a sportolás színtereiről, sportágakról, öltözékekről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Új sportágak. Sport a családban, barátoknál, ismerősöknél. Sporttevékenységek, sportöltözékek felismerése, azonosítása, megnevezése.		<i>Technika, életvitel és gyakorlat;</i> <i>erkölcsstan:</i> család, barátok, közösségek. <i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> bevásárlóhelyek. <i>Vizuális kultúra:</i> televíziós műsorok.
Kulcsfogalmak	sportágsoroló.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportágválasztási lehetőségek	órakeret 16 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Sportágválasztás az egyéni adottságok, képességek és a lehetőségek figyelembevételével.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Részvétel sportágválasztó rendezvényeken. Sportágak megismerése, kipróbálása.		<i>Testnevelés és sport:</i> sportrendezvények, versenyek, edzések.
Kulcsfogalmak	Sportágválasztás, sportrendezvény, sportválasztás	

A fejlesztés várt eredményei és a továbbhaladás feltételei a 2. évfolyam végén

A különböző sportágak kipróbálása során reális önismeret alakul ki. A sporteszközök megismertetésével sikerül megalapozni a későbbiekben használt eszközök feladatát, funkcióját. Ismeretekre tesznek szert a tanulók a sport színtereiről, fajtáiról, sportolási lehetőségekről. A tantárgy tanulása megkönnyíti és segíti a sportágválasztást.

3. évfolyam

3. évfolyam sportosztály éves órakeret felosztása sportágválasztó tantárgyból	
TEMATIKUS EGYSÉGEK	óraszám
Élménysoroló	4
Kötelező és szabadidős tevékenységek Az idő helyes beosztása	2
A sport világa	4
A sport szerepe életünkben	4
Sportolási lehetőségek A lehetőségek széleskörű megismerése	3

A sport és az egészség kapcsolata	3
Sportegyesületek látogatása	4
Olvasmányélmények Példaképek gyűjtése	3
Elődeink nyomában	2
Sportágválasztás	7
Összesen :	36

3. évfolyam sportosztály részletes tanterv

Elsődleges cél a sporttevékenység fokozatos tudatossá tétele. A sport nyújtotta pozitív lehetőségek megismerésével a sportolni vágyó fiatalok folyamatosan megismerik a sport világát, megismerkednek különböző sportolási lehetőségekkel, a sport egészségre ható erejével, nevelő hatásával.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Élménysoroló	Ajánlott órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Szárazföldi és vízi sportélmények.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A sport szeretetének erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Legkedvesebb sportélmények – élménybeszámolók.		<i>Testnevelés és sport:</i> úszásfoglalkozás, játékos foglalkozások, szabadidős tevékenységek, tánc. <i>Dráma és tánc:</i> zene, tánc.
Kulcsfogalmak	Mozgás, szárazföldi sport, vízi sport, élmény, öröm	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Kötelező és szabadidős tevékenységek – Az idő helyes beosztása	Ajánlott órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Korábbi tapasztalatok a napi elfoglaltságok ütemezésében, megvalósításában.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A napi tevékenységek tudatos megtervezése, kivitelezés	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mindennapi tevékenységeink. Tanulás. Sport. Játék. Pihenés.		<i>Környezetismeret;</i> <i>természetismeret:</i> iskolai elfoglaltság, szabadidős tevékenység, sport- elfoglaltság, játék. <i>Testnevelés és sport:</i> sportelfoglaltság, játék.
Kulcsfogalmak	kötelező, szabadon választható, változtatás, lehetőség.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport világa		Ajánlott órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Személyes vagy közvetett formában szerzett egyéni tapasztalatok a sportolói életvitelről.		
Tantárgyi fejlesztési célok	A sportolói életvitellel járó életforma megismertetése.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
Információgyűjtés a környezetben, családban, barátok között fellelhető élsportolók életéről.		<i>Testnevelés és sport:</i> edzések, sportfórumok.	
Kulcsfogalmak	munka, teljesítmény.		

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport szerepe életünkben		Ajánlott órakeret: 4 óra
Előzetes tudás	Egyéni ismeretszerzés, információgyűjtés, tapasztalat átadása.		
Tantárgyi fejlesztési célok	A tanulók megismertetése a komoly sportmunkával járó pozitív élményekkel, negatív hatásokkal.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
A sport mint játék. A sport mint hobbi. A sport mint hivatás		<i>Testnevelés és sport:</i> sportprogramok, fórumok.	
Kulcsfogalmak	Játék, hobbi, hivatás		

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportolási lehetőségek – A lehetőségek széleskörű megismerése		Ajánlott órakeret: 3 óra
Előzetes tudás	Testnevelésórákon, edzéseken, edzéstáogatásokon, televízióból megszerzett élmények, tapasztalatok.		
Tantárgyi fejlesztési célok	Optimális választási készség, képesség fejlesztése. Helyes önkép, önismeret kialakítása.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
Sport a nevelési-oktatási intézményben. Egyesületekben történő sportolás		<i>Testnevelés és sport:</i> edzés, versenylátogatás.	
Kulcsfogalmak	Lehetőség, adottság, választhatóság		

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport és az egészség kapcsolata		Ajánlott órakeret: 3 óra
Előzetes tudás	Olvasmányélmények, tanórai beszélgetések.		
Tantárgyi fejlesztési célok	A sport szerepének megismertetése ez egészséges életmód kialakításában.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	

Egészséges életmód kialakítása. Az egészséges táplálkozás fontossága	<i>Környezetismeret; technika, életvitel és gyakorlat:</i> egészséges életmód, egészséges táplálkozás. <i>Testnevelés és sport:</i> edzés.
Kulcsfogalmak	Egészség, fejlődő szervezet

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportegyesületek látogatása	Ajánlott órakeret: 4 óra
Előzetes tudás	Közvetett vagy közvetlen úton megszerzett személyes információ az egyesületi munkáról.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Életközeli, személyes tapasztalatszerzés, információgyűjtés a sporttevékenységgel kapcsolatos feladatokról, elfoglaltságról, terhelésről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Edzések, mérkőzések, versenyek megtekintése.		<i>Testnevelés és sport</i>
Kulcsfogalmak	Edzés, mérkőzés, időtartam,	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Olvasmányélmények – Példaképek gyűjtése	Ajánlott órakeret 3 óra
Előzetes tudás	Írott vagy elektronikus adatgyűjtés.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A sikerhez és az eredményességhez vezető út megismerése. Akaraterő, kitartás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Betekintés sikeres sportolók életébe. Ki lehet példakép?		
Kulcsfogalmak	Siker, sikerorientáltság, példakép.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Elődeink nyomában	Ajánlott órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Neves sportolóink versenyeredményei, helyezései.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Törekvés a nagy elődökhöz méltó teljesítményekre.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Híres magyar sportolók.		<i>Testnevelés és sport:</i> olimpiák, Európa-bajnokságok, világbajnokságok, hazai és nemzetközi versenyek.
Kulcsfogalmak	Eredménylista, sportolói identitás	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportágválasztás	Ajánlott órakeret 7 óra
Előzetes tudás	A sporttevékenységekről megszerzett és megtapasztalt korábbi információk.	
Tantárgyi fejlesztési	A sportágválasztás szempontjainak megismertetése. Reális önkép és a	

célok	lehetőségek egyeztetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
Hogyan válasszak sportágat? Milyen vagyok? Önismeret. Lehetőségek számbavétele.	<i>Erkölcstan; technika, életvitel és gyakorlat:</i> önismeret. <i>Testnevelés és sport:</i> edzések, versenyek, rendezvények.	
Kulcsfogalmak	önismeret, alkalmasság, tehetség, alkalmazkodás.	

A fejlesztés várt eredményei és a továbbhaladás feltételei a 3. évfolyam végén

Sportmotivált és sportorientált magatartás kialakulása. A sport élményként való megélése. Tudatos, egészségmegőrző életformára törekvés. A nagy példaképek megismerése, ösztönző hatás a mindennapi munkára.

4. évfolyam

4. évfolyam sportosztály éves órakeret felosztása sportágválasztó tantárgyból	
TEMATIKUS EGYSÉGEK	Óraszám
Élménysoroló	2
Kötelező és szabadidős tevékenységek Az idő helyes beosztása	2
A sport világa	4
A sport szerepe életünkben	4
Sportolási lehetőségek A lehetőségek széleskörű megismerése	3
A sport és az egészség kapcsolata	3
Sportegyesületek látogatása	6
Olvasmányélmények Példaképek gyűjtése	3
Elődeink nyomában	2
Sportágválasztás	7
Összesen :	36

4. évfolyam sportosztály részletes tanterv

Elsődleges cél a sporttevékenység fokozatos tudatossá tétele. A sport nyújtotta pozitív lehetőségek megismerésével a sportolni vágyó fiatalok folyamatosan megismerik a sport világát, megismerkednek különböző sportolási lehetőségekkel, a sport egészségre ható erejével, nevelő hatásával. Személyes élmények és közvetett források segítségével bepillantanak élsportolók életébe, sportágválasztó rendezvényeken való részvétel útján szakszerű segítséget kapnak az egyén számára legmegfelelőbb sportág kiválasztásához és műveléséhez.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Élménysoroló	Ajánlott órakeret 4
--------------------------------------	--------------	------------------------

		óra
Előzetes tudás	Szárazföldi és vízi sportélmények.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A sport szeretetének erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Legkedvesebb sportjátékok. Különböző mozgásformák tudatos alkalmazása (guggolás, térdepelés, ugrás, lendítés stb.).		<i>Testnevelés és sport:</i> úszásfoglalkozás, játékos foglalkozások, szabadidős tevékenységek, tánc. <i>Dráma és tánc:</i> zene, tánc.
Kulcsfogalmak	guggolás, térdepelés, ugrás, lendítés.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Kötelező és szabadidős tevékenységek - Az idő helyes beosztása	Ajánlott órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Korábbi tapasztalatok a napi elfoglaltságok ütemezésében, megvalósításában.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A korrigálás lehetőségének figyelembevétele.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Napirend, az idő beosztása.		<i>Környezetismeret; természetismeret:</i> iskolai elfoglaltság, szabadidős tevékenység, sport-elfoglaltság, játék. <i>Testnevelés és sport:</i> sportelfoglaltság, játék.
Kulcsfogalmak	Tervezés, megvalósítás	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport világa	Ajánlott órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Személyes vagy közvetett formában szerzett egyéni tapasztalatok a sportolói életvitelről.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A sportolói életvitellel járó életforma megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Ismerkedés az élsportolókkal, a sportoló fiatalok életével. Sportolói életutak megismerése. A sportelfoglaltsággal járó mindennapi tevékenység megismertetése.		<i>Testnevelés és sport:</i> edzések, sportfórumok.
Kulcsfogalmak	Rendszeresség, következetesség, pontosság, elfoglaltság	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport szerepe életünkben	Ajánlott órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Egyéni ismeretszerzés, információgyűjtés, tapasztalat átadása.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A tanulók megismertetése a komoly sportmunkával járó pozitív	

	élményekkel, negatív hatásokkal.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
A sporttevékenység fokozatainak megismerése.	<i>Testnevelés és sport:</i> sportprogramok, fórumok.	
Kulcsfogalmak	elkötelezettség, példamutatás.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportolási lehetőségek – A lehetőségek széleskörű megismerése	Ajánlott órakeret: 6 óra
Előzetes tudás	Testnevelésórákon, edzéseken, edzéstáogatásokon, televízióból megszerzett élmények, tapasztalatok.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Az egyéni adottságokhoz és a lehetőségekhez történő igazodás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
Sportági ajánlások.	<i>Testnevelés és sport:</i> edzés, versenylátogatás.	
Kulcsfogalmak	elméleti ismeret, gyakorlati tudnivaló.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport és az egészség kapcsolata	Ajánlott órakeret: 6 óra
Előzetes tudás	Olvasmányélmények, tanórai beszélgetések.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Tudatos egészségmegőrző életmód kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
Tudatos magatartásforma, szemlélet kialakítása.	<i>Környezetismeret; technika, életvitel és gyakorlat:</i> egészséges életmód, egészséges táplálkozás. <i>Testnevelés és sport:</i> edzés.	
Kulcsfogalmak	Egészség, fejlődő szervezet, sportolói életvitel, életmód.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportegyesületek látogatása	Ajánlott órakeret: 10 óra
Előzetes tudás	Közvetett vagy közvetlen úton megszerzett személyes információ az egyesületi munkáról.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Életközeli, személyes tapasztalatszerzés, információgyűjtés a sporttevékenységgel kapcsolatos feladatokról, elfoglaltságról, terhelésről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
Élménybeszámolók a látottakról. A sporteredmények eléréséhez szükséges feladatok, tennivalók megismertetése.	<i>Testnevelés és sport</i>	
Kulcsfogalmak	Edzés, mérkőzés, időtartam, fejlesztés, gyakorlás.	

Tematikai egység/	Olvasmányélmények – Példaképek gyűjtése	Ajánlott
--------------------------	--	-----------------

Fejlesztési cél		órakeret: 4 óra
Előzetes tudás	Írott vagy elektronikus adatgyűjtés.	
Tantárgyi fejlesztési célok	A sikerhez és az eredményességhez vezető út megismerése. Akaraterő, kitartás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Betekintés sikeres sportolók életébe. Ki lehet példakép?		
Kulcsfogalmak	Siker, sikerorientáltság, példakép.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Elődeink nyomában		Ajánlott órakeret: 4 óra
Előzetes tudás	Neves sportolóink versenyeredményei, helyezései.		
Tantárgyi fejlesztési célok	Törekvés a nagy elődökhöz méltó teljesítményekre.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
Helyünk, szerepünk a világban. Dicsőségtábla készítése.		<i>Testnevelés és sport:</i> olimpiák, Európa-bajnokságok, világbajnokságok, hazai és nemzetközi versenyek.	
Kulcsfogalmak	ranglista, eredményesség.		

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportágválasztás		Ajánlott órakeret 11 óra
Előzetes tudás	A sporttevékenységekről megszerzett és megtapasztalt korábbi információk.		
Tantárgyi fejlesztési célok	A sportágválasztás szempontjainak megismertetése. Reális önkép és a lehetőségek egyeztetése.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
Részvétel sportágválasztó rendezvényeken. Sportbemutatók megtekintése. A sportolói életvitel és a hétköznapi élet összehangolása.		<i>Erkölcstan; technika, életvitel és gyakorlat:</i> önismeret. <i>Testnevelés és sport:</i> edzések, versenyek, rendezvények.	
Kulcsfogalmak	Sportolói életvitel, sportolói magatartás		

A fejlesztés várt eredményei a 4. évfolyam végén

A sportegyesületek munkájának megismerésével, a sportrendezvények látogatásával lehetőség az egyén számára legalkalmasabb sportág kiválasztására.