

Rugalmas tanulási utak: Orientációs évfolyam

Ágazati alapoktatásban: ágazat száma, neve/
Szakirányú oktatásban: szakma száma, neve (és szakmairány,
amennyiben releváns) ¹

KKK érintett deskriptor sorai az ágazati alapoktatás/ szakirányú (szakmairány
közös/szakmai követelményeiből adott szakmára vonatkozó) oktatás táblázatából 2 :

Projekt címe: Wellness-fitness!
Projekttermék/produktum: Sportnapis forgatókönyv megtervezése
A projekt célok meghatározása (produktum, pedagógiai célok – dokumentáció, képek, ábrák, leírások) A projekt során a Sporttal, sportágakkal, szabályaikkal, sportolási lehetőséggel és a sporthoz kapcsolható szakmákkal ismerkedhetnek meg a tanulók. Tudják alkalmazni a megismert szabályokat. Képesek legyenek csapatban játszani. Szociális érzékenység fejlesztése. Mások elfogadása. A tanulás tanulása. Fejlesztendő területek feltérképezése, belső mérések végzése. Érzékenyítés. Informális és formális tudás alkalmazása. Ezek a képzetek érettségire épülnek. Egy sportnapot tervezünk meg Gyermeknap alkalmából. Forgatókönyvet állítunk össze, feladatokkal, programokkal, eszközökkel. Az idők folyamán sikeres magyarországi olimpiakonjainkat ismerhetik meg!
Javasolt/tervezett időtartam: 30 óra
Előzetes ismeretek: Alapkompetenciák
Tárgyi feltételek (rajzeszközök, szerszámok, alapanyag) Számítógép és internetkapcsolat, nyomtató, projektor, hangszóró, cerza, üres lapok
A projekt tervezése során felhasznált források: 1. https://www.youtube.com/watch?v=J3QBUYwE0Pc 2. https://www.youtube.com/watch?v=jfC1Za-gvZE 3. https://www.youtube.com/watch?v=zX5hntkoAjY 4. https://atlo.team/olimpia125/ 5. https://wordwall.net/hu/resource/1444191/testnevel%c3%a9s/olimpia 6. https://wordwall.net/hu/resource/1515299/olimpia
Félkész termékek/produktumok tárolásának helye (ha releváns): osztályterem, szertár
Digitális produktumok tárolására szolgáló tárhely: pendrive, iskolai szerver

1. A projekt illeszkedése a KKK-hoz (deskriptorok a KKK-ból)

Sorszám	Készségek, képességek	Ismeretek	Elvárt viselkedésmódok, attitűdök	Önállóság és felelősség mértéke
1.	Betartja a munka-, tűz-, környezetvédelmi előírásokat, balesetvédelmi szabályokat fogalmaz meg.	Ismeri a munka-, tűz-, környezet-, balesetvédelmi szabályokat és a munkaeszközök rendeltetésszerű használatának módját.	Elkötelezett a biztonságos munkavégzés mellett, törekszik a munkájához kapcsolódó eszközök rendeltetésszerű használatára és a sportfoglalkozáson való részvevők pontos balesetvédelmi tájékoztatására	Betartatja a be rendezések, gépek, továbbá sportszerek és sporteszközök rendeltetésszerű használatával, kezelésével kapcsolatos rendszabályokat.
2.	A felismert edzésártalmak tüneteinek alapján megfelelően módosítja a bemelegítés tartalmát, az alkalmazott módszereket és eszközöket.	Ismeri és felismeri a sportsérüléseket, edzésártalmakat, valamint tisztában van azok megelőzésének lehetőségeivel.	Törekszik a sérülésmentes feladatvégzés elősegítésére a bemelegítés során.	Szükség esetén egészségügyi szakemberek segítségével az edzésártalmakat kivédi, ellátja, gyógyítja..
6	Elősegíti az ügyfél helyes táplálkozási szokásainak kialakítását.	Tisztában van a helyes táplálkozási szokásokkal és a folyadékpotlással fontosságával.	Elkötelezett az egészséges életmód szemléletének terjesztésében, személyes példamutatásával segíti a helyes táplálkozási szokások kialakítását, megerősítését. Tudatosan védi a környezetét, a hulladékokat szelektív módon gyűjti és tárolja.	Önállóan fogalmaz meg személyre szabott javaslatot az ügyfél helyes táplálkozási szokásainak kialakításának elősegítésére.
8	A bemelegítés céljainak megfelelően összehallítja	Ismeri az edzés-tervezést, edzéselveket és edzés-módszereket, va-	Elkötelezett az edzőmunka szakmaiságának	Önállóan tervez, szervez és vezet bemelegítéseket.

	az edzés-programot, gyakorlat-anyagot, a használandó eszközlístát.	lamint az edzésel-mélet alapfogal-mait és azok gya-korlatba történő át-ültetését.	megőr-zése és a minőség-orientált munkavég-zés iránt.	
10	Általános beme-legít-tést állít össze és ve-zet le a	Ismeri a bemelegít-tés alapelveit, fo-lyamatát és rész-egységeit.	Szem előtt tartja a bemelegítés alapel-veit és azoknak	Önállóan állítja össze a beme-legít-tés szakmai
11	Változatos formá-ban használja a gimnasz-tika moz-gás- és gya-korlat-rendszerét a cél-csoportnak és az edzéscél-nak meg-fele-lően.	Ismeri a gimnasz-tika mozgás- és gyakorlat-rendsze-rét, a gimnasz-ti-kai rajzírás szabá-lyait.	Törekszik a gim-nasztika mozgás-anyagának haszná-latakor a minőségi és mennyiségi té-nyezők edzéscél-hoz való igazítá-sára.	Kreatívan, a cél-csoportnak és az edzéscél-nak meg-felelően használja a gim-nasztika mozgás-és gya-korlat-rendszerét a vál-tozatos edzés-cé-lok eléréséhez.

2. A projekt tartalmi felépítése és elvárt tanulási eredmények

Projektelelem (téma)	Készségek, képességek	Ismeretek	Elvárt viselkedés-módok, attitűdök	Önállóság és felelősség mértéke	Tevékenység	Munkaforma (egyéni, páros, csoportos)	Általános és szakmához kötődő digitális kompetenciák	Felelős	Időtartam
1. A wellness és fitness fogalma, szerepe az egészségmegőrzésben	Kommunikáció, információfeldolgozás	Egészséges életmód, wellness, fitness alapfogalmak	Nyitottság, érdeklődés, egészségtudatosság	Irányított önállóság	Kiselőadások, beszélgetés, információgyűjtés	Csoportos	Online információkeresés, prezentációkészítés	Oktató	4 óra
2. A sportedző szakma bemutatása	Önismeret, pályaorientáció	Sportedző feladatai, kompetenciái, munkaterületei	Motiváltság, szakma iránti érdeklődés	Részben önálló	Videók, szakmaleírások elemzése, interjúkérdések összeállítása	Páros, csoportos	Digitális jegyzetelés, dokumentumszerkesztés	Oktató	4 óra
3. Magyar olimpiai bajnok és sportpéldaképek	Kutatási készség, prezentációs készség	Magyar olimpiai sikerek, sportágak	Tisztelet, nemzeti identitás, elismerés	Önálló feladatvégzés	Információgyűjtés, plakát vagy prezentáció készítése	Egyéni, páros	Prezentációkészítés, képszerkesztés	Oktató	4 óra

Projektelelem (téma)	Készségek, képességek	Ismeretek	Elvárt viselkedés-módok, attitűdök	Önállóság és felelősség mértéke	Tevékenység	Munkaforma (egyéni, páros, csoportos)	Általános és szakmához kötődő digitális kompetenciák	Felelős	Időtartam
4. Sportágak és szabályrendszereik	Szabálykövetés, problémamegoldás	Különböző sportágak alapvető szabályai	Fair play szemlélet, együttműködés	Közös felelősségvállalás	Sportági bemutatók, szabályismertetés	Csoportos	Digitális tananyagok használata	Oktató	4 óra
5. Job shadowing – látogatás a Nyíregyházi Atlétikai Centrumban	Megfigyelés, kérdéstechnika	Sportlétesítmények működése, sportedzői tevékenység	Aktív érdeklődés, fegyelmesség	Felelős részvétel	Megfigyelés, interjúkészítés, jegyzetelés	Csoportos	Digitális fotó- és jegyzetkészítés	Oktató, szakmai partner	6 óra
6. Sportnapi programok tervezése	Tervezés, kreativitás, szervező-készség	Rendezvényszervezés alapjai	Együttműködés, felelősségvállalás	Önálló és csoportos döntések	Programok, állomások, eszközlista összeállítása	Csoportos	Táblázatkezelés, dokumentumszerkesztés	Oktató	4 óra
7. Sportnapi forgatókönyvelkészítése	Dokumentálás, rendszerezés	Forgatókönyv készítésének szabályai	Precizitás, pontosság	Önálló munkavégzés	Forgatókönyv véglegesítése és bemutatása	Csoportos	Szövegszerkesztés, prezentáció	Oktató	4 óra

3. A projekt megvalósítás ütemezése

A projekt megvalósítása egy tanítási hetet (30 tanórát) vesz igénybe. Tantárgyi koncentráció keretében a részt vevő oktatók a sport, az egészséges életmód, a wellness–fitness szemlélet és a sportedző szakma megismerésére helyezik a hangsúlyt.

A projekt első napján a tanulók megismerik a projekt célját, feladatait és a hét során elkészítendő produktumot. Ekkor kerül sor a csoportok kialakítására, az egyéni és közös feladatok kiosztására, valamint az értékelési szempontok ismertetésére. A tanulók áttekintik a sport és az egészségmegőrzés kapcsolatát, valamint a wellness és fitness fogalomrendszerét.

A projekt második és harmadik napján a tanulók a sportedző szakma sajátosságaival, a sporthoz kapcsolódó foglalkozásokkal, valamint a különböző sportágak alapvető szabályaival és követelményeivel ismerkednek meg. Kutatómunkát végeznek, információkat gyűjtenek az egészséges életmódról, a rendszeres testmozgás jelentőségéről, valamint az idők során kiemelkedő eredményeket elért magyar olimpikonokról. A megszerzett ismereteket prezentációk, plakátok és digitális tartalmak készítésével dolgozzák fel. A tanulók ezen időszak alatt fejlesztik kommunikációs, együttműködési és digitális kompetenciáikat is.

A projekt negyedik napján job shadowing tevékenység keretében szakmai látogatást tesznek a Nyíregyházi Atlétikai Centrumban. Az előzetesen összeállított megfigyelési szempontsor alapján betekintést nyernek a sportlétesítmény működésébe, a sportedzők feladataiba, valamint a sportolók felkészítésének folyamatába. A látogatás során szerzett tapasztalataikat jegyzetek, fényképek és reflexiók formájában dokumentálják, melyeket saját portfóliójukban helyeznek el.

A projekt záró szakaszában a tanulók csoportmunkában megtervezik a gyermeknap alkalmából megvalósítandó sportnapot. Kidolgozzák a programok részletes leírását, az egyes állomások feladatait, az időbeosztást, a szükséges eszközöket, valamint a lebonyolítás személyi feltételeit. A csoportok elkészítik a sportnap teljes forgatókönyvét, amely a projekt végső produktuma.

A projekt utolsó napján a tanulók bemutatják elkészült munkáikat, ismertetik a sportnap forgatókönyvét, valamint prezentálják a projekt során szerzett tapasztalataikat. A bemutatókat önértékelés, társértékelés és oktatói értékelés követi, amely során reflektálnak saját fejlődésükre, együttműködésükre és a megszerzett szakmai ismeretekre.

4. A projekt záró értékelése:

A tanulók csoportonként mutatják be a projekt során elkészített gyermeknap sportnap részletes forgatókönyvét. A bemutató során ismertetik a tervezett programokat, sportági feladatokat, az állomások felépítését, az időbeosztást, valamint a megvalósításhoz szükséges eszközöket és személyi feltételeket. Külön hangsúlyt kap a programok szakmai megalapozottsága, a korosztályi sajátosságok figyelembevétele, valamint a biztonságos és élményszerű lebonyolítás szempontjai.

A tanulók bemutatják a projekt során végzett kutatómunkájuk eredményeit, ismertetik a sportedző szakmával kapcsolatos legfontosabb ismereteket, valamint beszámolnak a Nyíregyházi Atlétikai Centrumban tett szakmai látogatás tapasztalatairól. Kitérnek arra, hogy milyen feladatokat láttak el a sportedzők, milyen kompetenciák szükségesek a szakma gyakorlásához, illetve milyen új ismeretekkel gazdagodtak a job shadowing program során.

A prezentációk során a tanulók ismertetik a projekttervezés folyamatát, a csoporton belüli feladatmegosztást, valamint az együttműködés során felmerülő kihívásokat és azok megoldásait. Bemutatják az elkészített digitális anyagokat, prezentációkat és a portfóliójukba elhelyezett dokumentumokat is.

Ezt követően a tanulók önértékelés keretében reflektálnak saját munkájukra, részvételükre és fejlődésükre, valamint értékelik a csoport együttműködésének hatékonyságát. Az oktató szöveges értékelés formájában visszajelzést ad a szakmai tartalom, a kreativitás, az együttműködés, a problémamegoldó gondolkodás és a projektproduktum minősége alapján. A végső értékelést az oktató a KRÉTA rendszerben szöveges formában rögzíti.

4.1. Külső értékelés:

Nem releváns, de opcionálisan megvalósítható.

4.2. Belső értékelés

4.2.1. Tanulók önértékelése/önreflexió

A két hét alatti aktivitást, részvételt és pontos, precíz munkát szövegesen értékelik. Kiemelve, hogy mit tanultak a projekt során a kereskedelemről és önmagukról, valamint a fejlődésük szintjéről

4.2.2. Társak értékelése

Az értékelés során külön figyelmet fordítunk a csoportos munkában való részarányos feladat megoldásokra. Ezt a tanulók értékelik szövegesen.

4.2.3. Oktatói értékelés

Orientációs évfolyamon, négyfokú skálán, szöveges értékelés a gyakorlat.

Értékelésnél figyelembe vesszük a munkafolyamat részfeladatainak aktív megvalósítását a termék/produktum minőségi megjelenését, valamint a bemutatás szakmaiságát.

4.3. Előre ismertetett értékelési kritériumok, megfigyelési szempontok:

Értékelési kritériumok:

- A sportedző szakmával kapcsolatos ismeretek pontossága és alkalmazása.
- A wellness, fitness és egészséges életmód témakörében szerzett tudás felhasználása.
- A sportnap forgatókönyvének szakmai tartalma és megvalósíthatósága.
- A sportprogramok kreativitása és változatossága.
- A sportági szabályok helyes alkalmazása.
- A szakmai látogatás során szerzett tapasztalatok beépítése a produktumba.
- A digitális eszközök szakszerű használata.
- A prezentáció és bemutató minősége.
- Az egyéni és csoportos feladatok határidőre történő teljesítése.

Megfigyelési szempontok:

- Aktív részvétel a projekttevékenységekben.
- Együttműködés a csoporttagokkal.
- Kommunikációs készség és kulturált véleménynyilvánítás.
- Felelősségvállalás a vállalt feladatokért.
- Önálló információgyűjtés és problémamegoldás.
- Nyitottság az új ismeretek befogadására.
- Szabálykövető magatartás.
- Kreativitás és kezdeményezőkészség.
- A sport és az egészséges életmód iránti pozitív attitűd.
- A szakmai látogatáson tanúsított érdeklődés és fegyelmezett viselkedés.
- A tanult ismeretek gyakorlati alkalmazásának képessége.
- Reális önértékelés és reflektív gondolkodás.

Függelék:

A a produktum lehet egy „**Gyermeknapi Sportnap Forgatókönyve**”, amelyet a tanulók a projekt végére állítanak össze.

GYERMEKNAPI SPORTNAP FORGATÓKÖNYVE

Projekt címe: Wellness–Fitness – A sportedző szakma bemutatása

A rendezvény célja:

A gyermekek mozgás iránti motivációjának erősítése, az egészséges életmód népszerűsítése, a sportolás örömeinek meg tapasztalása, valamint a közösségi élmény és az együttműködési készség fejlesztése.

A rendezvény helyszíne:

Iskolai sportudvar és tornaterem

A rendezvény időpontja:

Gyermeknap alkalmából

Részvevők:

Alsó és felső tagozatos tanulók, pedagógusok, segítő diákok

Szervezők:

Sportedző szakirányú tanulók és oktatóik

PROGRAMTERV

08:00–08:30

Megnyitó, köszöntő

- A rendezvény céljának ismertetése
- A programok bemutatása
- Csapatok kialakítása
- Biztonsági szabályok ismertetése

08:30–11:30

Sportállomások teljesítése forgószínpadszerű rendszerben

1. állomás – Akadálypálya

Feladat:

Bóják kerülése, szlalomfutás, ugrófeladatok.

Fejlesztett terület:

Gyorsaság, koordináció, egyensúlyérzék.

Szükséges eszközök:

Bóják, karikák, zsámolyok.

2. állomás – Célbadobó verseny

Feladat:

Labdák célba dobása különböző távolságokból.

Fejlesztett terület:

Pontosság, koncentráció.

Szükséges eszközök:

Labdák, kosarak, célpontok.

3. állomás – Sorversenyek

Feladat:

Váltófutás, labdavezetés, zsákban ugrálás.

Fejlesztett terület:

Csapatmunka, gyorsaság.

Szükséges eszközök:

Labdák, zsákok, bóják.

4. állomás – Ügyességi pálya

Feladat:

Karikákon áthaladás, egyensúlyozó feladatok.

Fejlesztett terület:

Mozgáskoordináció.

Szükséges eszközök:

Karikák, padok, kötelek.

5. állomás – Mini atlétika

Feladat:

Kislabdahajítás, helyből távolugrás, rövidtávfutás.

Fejlesztett terület:

Erő, gyorsaság, állóképesség.

Szükséges eszközök:

Mérőszalag, bóják, jelölők.

11:30–12:00

Egészséges életmód sarok

- Egészséges táplálkozás bemutatása
- Hidratáció jelentősége
- Mozgás szerepe a mindennapokban

12:00–12:30

Közös fitness és bemelegítő program

- Zenés gimnasztika
- Nyújtó gyakorlatok
- Egyszerű aerobik elemek

12:30–13:00

Eredményhirdetés és zárás

- Emléklapok átadása
- Legaktívabb csapat díjazása
- Közös fotó készítése

ESZKÖZLISTA

- Bóják
- Karikák
- Labdák
- Ugrókötelek
- Zsákok
- Stopperóra
- Mérőszalag
- Hangosítás
- Emléklapok
- Elsősegély-felszerelés

SZEMÉLYI FELTÉTELEK

- 1 fő rendezvénykoordinátor
- 5–6 fő állomásvezető
- 2 fő eredményrögzítő
- 1 fő elsősegélynyújtó
- Pedagógus felügyelet

BIZTONSÁGI SZEMPONTOK

- Balesetvédelmi tájékoztató a program elején.
- Az eszközök állapotának ellenőrzése.
- Folyamatos pedagógusi felügyelet.
- Megfelelő folyadékpótlás biztosítása.
- Elsősegélynyújtó pont kijelölése.

A rendezvény várható eredménye:

A résztvevők pozitív élményeket szereznek a mozgás és a sport világában, fejlődik együttműködési készségük, erősödik egészségtudatos szemléletük, valamint betekintést nyernek a sportedzői munka szervezési és lebonyolítási feladataiba.

1. számú melléklet – Állomáslapok

ÁLLOMÁSLAP 1.

Állomás neve: Akadálypálya

Cél:

A gyorsaság, az ügyesség és a koordináció fejlesztése.

Feladat leírása:

A résztvevők bóják között szalomoznak, karikákba lépnek, majd egy kijelölt vonalig futnak és visszatérnek a rajthoz.

Szükséges eszközök:

- 10 db bója
- 8 db karika
- 1 db stopperóra

Időtartam:

5 perc/csapat

Állomásvezető feladata:

- A szabályok ismertetése
- A feladat biztonságos lebonyolítása
- Az eredmények rögzítése

Fejlesztett kompetenciák:

- Mozgáskoordináció
- Kitartás
- Szabálykövetés

ÁLLOMÁSLAP 2.

Állomás neve: Célbadobás

Cél:

A koncentráció és a szem-kéz koordináció fejlesztése.

Feladat leírása:

A tanulók különböző távolságokból célba dobják a labdákat.

Szükséges eszközök:

- 10 db kislabda
- 3 db célkosár
- Jelölőszalag

Időtartam:
5 perc/csapat

Állomásvezető feladata:

- Pontszámok rögzítése
- Biztonsági szabályok betartatása

Fejlesztett kompetenciák:

- Pontosság
- Koncentráció
- Kitartás

A többi állomás (sorverseny, mini atlétika, ügyességi pálya) ugyanezzel a sablonnal készülhet.

2. számú melléklet – Eszközugazdálkodási terv

ESZKÖZGAZDÁLKODÁSI TERV

Projekt: Wellness–Fitness – Gyermeknap Sportnap

Az esemény megvalósításához szükséges eszközök felmérése, biztosítása és nyilvántartása a projekt egyik kiemelt szervezési feladata.

Eszköz megnevezése	Szükséges mennyiség	Iskolai készlet	Beszerzendő
Bója	20 db	20 db	0 db
Karika	15 db	15 db	0 db
Kislabda	15 db	10 db	5 db
Futball-labda	5 db	5 db	0 db
Kosárlabda	5 db	5 db	0 db
Ugrókötél	10 db	8 db	2 db
Stopperóra	3 db	2 db	1 db
Jelölőszalag	2 tekercs	1 tekercs	1 tekercs
Oklevelek	50 db	0 db	50 db
Tollak	10 db	10 db	0 db
Elsősegélydoboz	1 db	1 db	0 db

Eszközfelelős feladatai:

- Eszközök kiadása és visszavétele.
- Eszközök állapotának ellenőrzése.
- Hiányzó eszközök jelzése.
- Az eszközlista folyamatos aktualizálása.
- A rendezvény végén leltár készítése.

3. számú melléklet – Költségterv

KÖLTSÉGTERV

Projekt: Wellness–Fitness – Gyermeknap Sportnap

Megnevezés	Mennyiség	Egységár (Ft)	Összesen (Ft)
Kislabda	5 db	1 500	7 500
Ugrókötél	2 db	2 000	4 000
Stopperóra	1 db	4 500	4 500
Jelölőszalag	1 tekercs	1 500	1 500
Oklevélpapír	50 db	50	2 500
Nyomtatási költség	50 db	30	1 500
Ásványvíz résztvevőknek	50 fő	250	12 500

Összes tervezett költség: 34 000 Ft

Finanszírozási lehetőségek:

- Iskolai költségvetés
- Diákönkormányzati támogatás
- Szponzori felajánlás
- Saját intézményi eszközállomány felhasználása

Költséghatékonysági szempontok:

- Elsődlegesen az iskola meglévő sporteszközeinek használata.
- Új beszerzés kizárólag indokolt esetben.
- Többcélú eszközök előnyben részesítése.
- Digitális dokumentáció alkalmazása a papírfelhasználás csökkentése érdekében.

Függelék – A projektek tervezésekor nem töltendő!

A Függelékot akkor használjuk, amikor a konkrét projekt megvalósításra kerül. Ebben a projektsablon mintában a függelék lehetséges elemeit soroljuk fel, melyek projektenként változhatnak. Költségvetést nem készítünk, hiszen annak elemei a projekt megvalósulásakor változóak lehetnek.

1. A projekt megvalósításának költségterve
2. Projektnapló: Rendszeres feljegyzések a tanulók / csoportok tevékenységéről *(Elektronikusan vezetett a 2. sz. pontban megfogalmazottakkal megegyező tartalmú, személyre szóló táblázat, melyben jelölésekkel, apróbb bejegyzésekkel követi az oktató a tanulók/ csoportok tevékenységét.)*
3. Munkanapló: A tanulók rendszeresen dokumentálják a projekttel kapcsolatos konkrét feladatokat, tevékenységeket, esetleges megjegyzéseket. *(A tanulók füzetében vagy elektronikusan, a sablonban megfogalmazott tartalommal)*
4. A projekthez tartozó tanulónak szóló **feladatkiírás és egyéb dokumentumok.**

Függelék

1. A projekt részletes költségigénye

Költség tárgya (Pl.: Alap- és segédanyagok műszaki paramétereivel; modell- előadó díja, stb.)	Mértékegység megnevezése	Mennyiség	Egységár (Ft)	Költség (ÁFA-val növelten) (Ft)
Összes költség:				

2. Projektnapló (tanuló / csoport neve)

Projektelelem	Készségek, képességek	Ismeretek	Elvárt viselkedésmódok, attitűdök	Önállóság és felelősség mértéke	Általános és szakmához kötődő digitális kompetenciák
1. A wellness és fitness fogalma, szerepe az egészségmegőrzésben					
2. A sportedző szakma bemutatása					
3. Magyar olimpiai bajnokok és sportpéldaképek					
4. Sportágak és szabályrendszereik					
5. Job shadowing – látoga-					

Projektelelem	Készségek, képességek	Ismeretek	Elvárt viselkedésmódok, attitűdök	Önállóság és felelősség mértéke	Általános és szakmához kötődő digitális kompetenciák
tás a Nyíregyházi Atlétikai Centrumban					
6. Sportnapi programok tervezése					
7. Sportnapi forgatókönyv elkészítése					

3. Munkanapló

Munkanapló tulajdonosa:

Projekt neve/címe:

A projekt témaköre (miről szól?):

Projektvezető(k):

Csoporttársak a projektben:

Projekt időtartama:

A projekt tervezett produktuma:

Saját feladatom/feladataim a projektben:

Előzetes ismereteim/tudásom a projekt témájával kapcsolatban:

.....

A projekt során tanultam meg:

.....

A projekt során a csoporttársaimmal együtt a következő problémákat/feladatokat oldottam meg:

.....

Csoporttársaim ezekben a feladatokban/tevékenységekben segítettek nekem:

.....

A következő tevékenységekben/feladatokban segítettem a csoporttársaimnak:

.....

Teljesen egyedül oldottam meg a következő feladatokat:

.....

A projekt során megtanult ismereteimet hasznosítani tudom a következő szituációkban/területen/problémák megoldásában:

.....

Fotók/rajzok, amelyek a projekt megvalósítás során készültek, az adatvédelmi követelmények szigorú betartásával *(A tanuló csatolja a munkanaplójához, elektronikusan vagy nyomtatva, az előzetes megegyezés szerint.)*

Az önreflexió a tanulók részéről egyéb strukturált formában is elvárható az oktató részéről.