

7. melléklet

7.1. Nyelvi előkészítő évfolyam kerettanterve

Tartalom:

- | | |
|----------------------|-----------|
| – 9/Ny kerettanterve | 2. oldal |
| – 7/Ny kerettanterve | 24. oldal |
| – 5/Ny kerettanterve | 47. oldal |

IDEGEN NYELV

Nyelvi előkészítő évfolyam a négy osztályos középiskolai nevelés-oktatás előtt

Az idegen nyelvek oktatásának alapvető célja, összhangban a Közös európai referenciakerettel (KER), a tanulók idegen nyelvi kommunikatív kompetenciájának megalapozása és fejlesztése. A kommunikatív nyelvi kompetencia szorosan összefonódik az általános kompetenciákkal, vagyis a világról szerzett ismeretekkel, a gyakorlati készségekkel és jártasságokkal, valamint a motivációval, amelyek mindenfajta tevékenységhez, így a nyelvi tevékenységekhez is szükségesek.

A korszerű idegennyelv-oktatás a nyelvhasználó valós szükségleteire épül, ezért tevékenységközpontú. Olyan helyzetekre készíti fel a tanulókat, amelyek már most vagy a későbbiek során várhatóan fontos szerepet játszanak életükben. A nyelvtanulási folyamat középpontjában a cselekvő tanulók állnak, akik az idegen nyelv segítségével kommunikatív feladatokat oldanak meg. A feladatok megoldása során receptív, produktív, illetve interaktív nyelvi tevékenységeket végeznek. Mivel a valóságban a legtöbb megoldandó feladat több készség együttes alkalmazását teszi szükségessé, ezeket integráltan tanítjuk.

A mindennapi nyelvhasználatban, ezért a nyelvtanulásban is fontos szerepet játszanak a szövegértelmezési és szövegalkotási stratégiák. A recepció során a nyelvhasználó, illetve a nyelvtanuló észleli az írott vagy hallott szöveget, azonosítja mint számára lényegeset, felfogja mint nyelvi egységet és összefüggésében értelmezi. A produkció során megtervezi és szóban vagy írásban létrehozza a közlendőjét tartalmazó szöveget.

A sikeres kommunikáció érdekében a tanulóknak meg kell ismerniük és használniuk kell azokat a nyelvi eszközöket, amelyekből és amelyekkel helyesen megformált, értelmes mondanivaló alakítható ki. Tisztában kell lenniük a mondanivaló szerveződésének, szerkesztésének elveivel, hogy koherens nyelvi egységgé formálhassák közlendőjüket. Ismerniük kell azokat az eszközöket és forogatókönyveket, amelyekkel sikeresen megoldhatók a különféle kommunikációs helyzetek. Tisztában kell lenniük az egész nyelvi érintkezést átszövő szabályokkal, amelyek a nemek, korosztályok, társadalmi csoportok között különböző alkalmakkor szabályozzák az érintkezést. Ide tartoznak a nyelvi udvariassági szabályok, rituálék és a helyzetnek megfelelő hangnem használatának szabályai is.

A nyelvtanítás során törekedni kell arra, hogy a hallott vagy olvasott szöveg autentikus, a feladatvégzés szempontjából hiteles legyen. Az internet segítségével a tanulók maguk is viszonylag könnyen kerülhetnek autentikus célnyelvi környezetbe, részeseivé válhatnak az adott kultúrának, kapcsolatot teremthetnek a célnyelven beszélőkkel, ami komoly motivációs forrás lehet, és elősegítheti az autonóm tanulóvá válást. A tanulási folyamat szervezésében nagy jelentősége van a kooperatív feladatoknak és a projektmunkának, ezek szintén erősíthetik a motivációt.

Az idegen nyelvű kommunikáció során meghatározó jelentőségű a nyelvekkel, a nyelvtanulással és az idegen nyelveket beszélő emberekkel és a más kultúrákkal kapcsolatos pozitív attitűd, ami magában foglalja a kulturális sokféleség tiszteletben tartását és a nyelvek, kultúrák közötti kommunikáció iránti nyitottságot.

A nyelvtanulás tartalmára vonatkozóan a NAT hangsúlyozza a tantárgyközi integráció fontosságát. Fontos, hogy a tanulók az idegen nyelv tanulása során építeni tudjanak más tantárgyak keretében szerzett ismereteikre és személyes tapasztalataikra is. Ugyanakkor az idegen nyelvvel való foglalkozás olyan ismeretekkel, tapasztalatokkal gazdagíthatja a tanulókat, amelyeket más tantárgyak keretében is hasznosítani tudnak.

Az egész életen át tartó tanulás szempontjából kiemelkedő jelentősége van a nyelvtanulási stratégiáknak, amelyek ismerete és alkalmazása segíti a tanulókat abban, hogy nyelvtudásukat önállóan ápolják és fejlesszék, valamint hogy újabb nyelveket sajátítsanak el.

Az idegen nyelvi kommunikatív kompetencia fejlesztése szoros kapcsolatban áll a NAT-ban megfogalmazott kulcskompetenciákkal. A kommunikatív nyelvi kompetencia több ponton érintkezik az anyanyelvi kompetenciával. A szövegalkotás, szövegértelmezés, szóbeli és írásbeli kommunikáció számos készségeleme átvihető az idegen nyelv tanulásába és fordítva, az idegen nyelv tanulása során elsajátított kompetenciák hasznosak az anyanyelvi kommunikáció területén. A két terület erősítheti egymást, olyannyira, hogy megfelelő módszerek alkalmazása esetén az is lehet sikeres nyelvtanuló és nyelvhasználó, akinek hiányosak az anyanyelvi ismeretei, sőt az idegen nyelv tanulása segíthet abban, hogy tudatosabbá váljon az anyanyelv használata.

Az önálló tanulás képességének kialakításában hasznos segítséget nyújt a modern technika, az interneten található autentikus szövegek, a direkt és indirekt nyelvtanulási lehetőségek sokasága. Míg korábban csak az írott és a hallott szöveg megértésének fejlesztését támogatta az internet, ma már számos lehetőség kínálkozik a produktív nyelvhasználatra is. Az ingyen elérhető autentikus hanganyagok és videók, képek, szótárak, interaktív feladatok mellett az írott és a szóbeli csevegés, a fórumozás és a blogolás is élményszerű nyelvtanulásra ad alkalmat. Az önálló tanulás képességének folyamatos fejlesztéséhez azonban szükség van a tanulásról magáról való beszélgetésre, a tanulási stratégiák kialakításában való segítségnyújtásra, az önértékelés és a társértékelés alkalmainak megteremtésére is.

A nyelvtanítás sikerében fontos szerepet játszik a nyelvtanulók ismereteinek, érdeklődésének, igényeinek, nyelvi és nem nyelvi készségeinek bekapcsolása a tanulási folyamatba. A nyelvtanulás ugyanakkor a témák sokfélesége miatt, valamint azért, mert minden más tantárgynál több lehetőséget nyújt a beszélgetésre, kiválóan alkalmas a személyiség kibontakozásának támogatására. A siker másik kulcsa a folyamatos pozitív megerősítés, a tanulók önmagukhoz mért fejlődésének elismerése.

A táblázatokban megjelenő *fejlesztési egységek* (a hallott szöveg értése, szóbeli interakció, összefüggő beszéd, az olvasott szöveg értése és az íráskészség) a valóságban nem különíthetők el egymástól. A hatékony nyelvtanítás feltétele, hogy a különböző készségek fejlesztése mindig integráltan történjen, úgy, ahogy azok a valós kommunikációs helyzetekben előfordulnak. Ezért nem szerepelnek óraszámok a fejlesztési egységek mellett. Külön táblázat tartalmazza az ajánlott témaköröket, amelyben más tantárgyakkal való kapcsolódási pontok is megtalálhatók. A tanulócsoporthoz más tantárgyakat tanító tanárokkal való együttműködés elevenebbé, aktuálisabbá és érdekesebbé teszi a nyelvtanulást, mert lehetőséget nyújt a témák, témakörök természetes, életszerű összekapcsolására.

A nyelvi előkészítő évfolyamra vonatkozó témalista azonos az élő idegen nyelvi kerettantervekben szereplő, a 9–12. évfolyamok számára ajánlott listával. A NYEK programra készült helyi tantervben kell meghatározni, hogy ezek közül mely témákat dolgozzák fel ezen az évfolyamon és milyen sorrendben, milyen mélységben foglalkoznak velük a későbbi évfolyamokon. Az ajánlott témakörök listája kitekintést tartalmaz a célnyelvi kultúrákra, ily módon biztosítja az interkulturális kompetenciák fejlesztését. Nem szabad szem elől téveszteni azt sem, hogy az idegen nyelvek tanulásának célja egyre inkább az, hogy egy közvetítő nyelv birtokába jussunk, így az is fontos feladat, hogy tanulmányaik során a célnyelvi országok mellett más kultúrákat is megismerjenek és elfogadjanak a tanulók, és olyan kommunikációs helyzeteket is ki tudjanak próbálni, amelyekben a kommunikációs partnernek sem a célnyelv az anyanyelve.

A táblázatok *Fejlesztési célok* rovata a nyelvtanítás aktuális életkori szakaszra vonatkozó, az adott kompetenciával kapcsolatos fejlesztés céljait tartalmazza. A táblázatok *A fejlesztés tartalma* elnevezésű része olyan tevékenységeket tartalmaz, amelyek segítségével az adott nyelvi fejlesztés megvalósítható. A nyelvtanulási és nyelvhasználati stratégiák szervesen beépültek a tartalomba.

A nyelvi előkészítő évfolyam a négy osztályos középiskolai nevelés-oktatás előtt

A 2011. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről 9. § (7) rögzíti, hogy a középiskolákban a kilencedik évfolyamot nyelvi előkészítő évfolyam (NYEK) előzheti meg, feltéve hogy az intézmény megfelel a 20/2012. (VIII. 31.). EMMI rendeletben meghatározott feltételeknek. A rendelet 137. §-a (1-4) alapján nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás csak abban a középiskolában folytatható, amelyik három egymást követő tanév átlagában teljesíti azt a feltételt, hogy a képzés indítását követő harmadik tanév végéig az első idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamokon tanulók legalább hatvan százaléka a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló, a hivatal által szervezett mérést sikeresen teljesíti. A mérés alól mentesül az a tanuló, akik a mérés időpontjáig bemutatja a célnyelvből szerzett, a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló államilag elismert nyelvvizsga-bizonyítványát.

Amennyiben a tanulók két idegen nyelvet tanulnak, az iskolának a második idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamot követő, a 9–12. évfolyamokon folyó nevelési-oktatási szakaszban az oktatás feltételeit oly módon kell biztosítani, hogy a képzést nyelvi előkészítő évfolyamon kezdő tanulók legalább ötven százaléka a tanulmányok befejezéséig vagy a KER szerinti B2 szintű államilag elismert nyelvvizsgát, vagy a KER szerinti B2 szintű idegennyelvtudásnak megfelelő emelt szintű érettségi vizsgát tegyen. A rendeletben megadott feltételeket először a 2012/2013. tanévben nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatásra kell alkalmazni, és a 2014/2015. tanév végéig teljesíteni kell, ennek hiányában új NYEK képzést az adott középiskola a következő tanévben nem indíthat.

A nyelvi előkészítő évfolyam, azaz a 9/Ny osztályok (20/2012., 2. § (2) b)) általános céljai megegyeznek az „Idegen nyelvek” kerettantervekben megfogalmazottakkal. Az előkészítő évben biztosított intenzív nyelvtanulás keretében a különböző háttérrel érkező tanulók esélyt kapnak tudásuk összehangolására, a felzárkózásra és az intenzív fejlődésre. A NYEK képzés közvetlen célja, hogy a nyelvi előkészítő évfolyamon a tanulók intenzív nyelvtanulással olyan nyelvtudáshoz jussanak, amely megalapozza a további négy év nyelvtanulását. A tervezéskor figyelembe kell venni azonban, hogy a nyelvi előkészítő évfolyam magas idegen nyelvi óraszámú elsősorban nem arányosan megemelt tananyagmennyiséget jelent, hanem tágabb teret biztosít az elmélyítésre, a gyakorlásra és a szilárd alapok megerősítésére.

A Nemzeti alaptantervhez hasonlóan, a közműveltségi elemeket a tantárgy egyedi jellemzői miatt a NYEK kerettantervben is azok a nyelvi szintek és kompetenciák testesítik meg, amelyeket a nemzetközi gyakorlatban és az érettségi követelményrendszerben mérceként használt Közös európai referenciakeret (KER) határoz meg. A nyelvi kompetenciák komplex fejlesztéséhez az ajánlott témakörök kínálnak kontextust. Az idegen nyelvi kerettanterv a KER-ben leírt készségek alapján határozza meg a nyelvtanulás fejlesztési egységeit, ezek a hallott és olvasott szöveg értése, a szóbeli interakció, az összefüggő beszéd és az íráskészség. A KER-ben meghatározott nyelvi szintek és kompetenciák azonban nem mechanikusan, hanem a tanulók életkori sajátosságainak tükrében értelmezve kerültek be a kerettantervbe.

Jelen kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló négy osztályos gimnáziumi és szakközépiskolai képzés nyelvi előkészítő évfolyamára készült. A NYEK-nél és a 10. évfolyamnál szereplő két szintet a 20/2012. EMMI rendeletben meghatározott feltételek indokolják. Fontos, hogy az ötéves nyelvtanulási folyamat tervezésekor figyelembe kell venni az egyes tanulócsoportok szükségleteit, az év eleji szintfelmérés eredményét és a tanulók haladási tempóját. A magasabb óraszám és a rendeletben meghatározott két lehetséges kimeneti szint teret ad a differenciált, a tanulók igényeinek megfelelő oktatás megvalósítására.

A nyelvi előkészítő évfolyammal induló középiskolai oktatásban a Nemzeti alaptantervben megadottak szerint a gimnáziumokban kettő, a szakközépiskolákban egy

nyelvet kötelező tanulni, de a megfelelő feltételek megléte esetén itt is két nyelv javasolt. A második idegen nyelv tanítása legkésőbb a 9. évfolyamon meg kell, hogy kezdődjön, de javasolt már a nyelvi előkészítő évfolyamon. A kötelezően elvárt minimumszinteket az első és második idegen nyelvre a lenti táblázat foglalja össze. A megadottaktól az intézmények a megfelelő feltételek megléte esetén felfelé eltérhetnek.

	NYEK évfolyam, minimumszint	10. évfolyam, minimumszint	12. évfolyam, minimumszint
1. idegen nyelv	A2-B1	B1-B2	B2
2. idegen nyelv		A2-B1	B1-B2

Az óraszámok vonatkozásában fontos, hogy a nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás megemelt óraszámja nem elsősorban a tananyag növelésére, hanem annak tényleges elmélyítésére, a gyakorlásra szánt idő bővítésére szolgál. A több nyelvről segítségével az iskolán kívül kevesebb nyelvtanulási lehetőséggel rendelkező tanulók hátránya kompenzálható, sőt a hagyományos képzésben résztvevőkhöz képest magasabb kimeneti szint is elérhető. A kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló képzésre az idegen nyelvek vonatkozásában a következőket írja elő: a nyelvi előkészítő évfolyamon a rendelkezésre álló heti órakeret legalább 60 százalékát, azaz heti 18 órát kell idegennyelv-oktatásra fordítani. A heti öt testnevelés biztosítása a nyelvi előkészítő esetén is kötelező, a fennmaradó órakeret 50%-át pedig fele-fele arányban informatikai ismeretek oktatására valamint képességfejlesztésre kell fordítani.

A 9-10. évfolyamon az első idegen nyelv tanítására legkevesebb heti öt órát, a 11-12. évfolyamokon a haladás függvényében minimum heti három órát kell szánni. Ettől felfelé az intézmények eltérhetnek. Az óraszámba beletartozhatnak a tantárgyközi integrációra felhasznált órák is, azaz lehetséges és módszertanilag javasolt az egyéb közismereti, illetve szakmai tárgyak tartalmi bevonása a nyelvtanításba, különösen az előírt kimeneti szintet a 10. évfolyamon elérő tanulók esetében. A második idegen nyelv oktatására szánt időkeretet a Nemzeti alaptanterv alapján az intézmény határozza meg, de javasolt a heti legalább 3 óra.

Az első idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyam végére a tanulóknak el kell jutniuk az európai hatfokú skála második és harmadik szintjei közé, azaz egy A2-B1 közötti tudásszintre. A magasabb óraszám lehetőséget ad az intenzív készségfejlesztésre, a felzárkózásra és a nyelvi csoportok közös, de szükség szerint differenciált haladására és az egyéni szükségletek figyelembe vételére is. Megfelelő alapul szolgál emellett ahhoz, hogy a továbbiakban minden tanuló eljusson a középiskolai tanulmányok végén minimumként előírt B2 szintre. A különböző célok és tartalmak idegen nyelvi fejlesztésében segítenek eligazodni a témakörök táblázatában megadott kapcsolódási pontok. Ebben a képzési szakaszban a NAT fejlesztési területei és nevelési céljai a tanulók életéhez és környezetéhez kapcsolódó témák feldolgozása során valósíthatók meg. A NYEK tag keretet nyújt annak tudatosítására a tanulóknak, hogy az idegen nyelv kulcskompetencia, amely segítséget nyújt a magánéletben és a tanulásban, később a szakmai pályafutás során is az eligazodásban és a boldogulásban. A tanulók motivációját növeli, ha a nyelvtanítás lehetőséget biztosít a tanulókat érdeklő tantárgyi tartalmak célnyelvi feldolgozására és a kommunikációs és információs technológiák használatára. Tudatosítani kell a nyelvről és az iskolán kívüli nyelvtanulás lehetőségeit, hogy ez is segítse a tanulókat az önálló nyelvtanulóvá válás útján. A szakközépiskolákban érdemes lehetőséget biztosítani arra, hogy a tanulók idegen nyelven is ismerkedjenek az intézmény profiljának megfelelő szakmai tartalommal is.

A NYEK évfolyamon is fontos a korosztályi sajátosságok beépítése a nyelvtanulásba. A tanárnak figyelembe kell vennie, hogy a legtöbb tanuló az önkeresés időszakát éli, kritikus önmagával szemben, erősek a kortárs csoport hatásai. Ugyanakkor építhet a tanár a tanulók nyelvi kreativitására, problémamegoldó és kritikai gondolkodására is. A nyelvoktatás sikerében meghatározóak a motivációt felkeltő és fenntartó órai tevékenységek, a változatos interakciós formák, a nyelvi órák elfogadó légköre, a pozitív visszajelzések, a konstruktív támogatás és a tanulók számára is átlátható értékelés. Ugyancsak segítséget jelent számukra, ha gyakorlatot szereznek az önértékelés és a társértékelés módszereinek alkalmazásában, sikeres próbálkozásaik tudatosításában és hibáik felismerésében, azok önálló javításában. Ezekben az osztályokban mindezek koncentráltan jelennek meg a nagyobb óraszám és a nyelvtanárokkal töltött több óra miatt.

A NYEK sikerét számos tényező segítheti. Az egyik legfontosabb kulcs a tanárok megfelelő felkészítése, hiszen a NYEK csoportok nagy óraszámú történő oktatása mind szakmailag, mind emberileg nagy kihívás elé állítja a nyelvtanárokat. Javasolt, hogy az egyes csoportokat az adott idegen nyelvből egynél több nyelvtanár oktassa, így a tanári és tanuló motiváció fenntartható és erősíthető, az intenzív forma adta nehézségek jelentősen csökkenthetők. Ha egy csoporttal több tanár foglalkozik, az lehetőséget ad a tapasztalatcserére, egymás segítésére és a felelősség megosztására is. A munkamegosztás a tanulási-tanítási folyamat egészére épüljön, a különböző tevékenységeket integráltan kezelve, azaz ne legyenek például a különböző tanároknál a különböző készségek. A tanároknak folyamatosan együtt kell működniük, ebben segítségükre vannak a munka dokumentálásának eszközei, például a közösen vezetett haladási napló és a rendszeres szóbeli egyeztetések. A tanulók több különféle tanári megközelítéssel találkoznak, ezek kiegészítik és erősítik egymást. Ez a kommunikációs helyzetet közelebb viszi a valós nyelvi helyzetekhez, csökkenti az esetleges egyhangúságot, és nagyobb az esély arra is, hogy minden tanuló megtalálja a neki megfelelő nyelvtanulási módot.

A tananyagok esetében a nyelvi előkészítő évfolyam nagyobb nyelvi óraszám miatt több lehetőség adódik kiegészítő anyagok felhasználására, ezek segítségével a tanulási motiváció tovább erősíthető, és a nyelvtanulás autentikusabbá válik. A jól kiválasztott anyagok az egyes készségek fejlesztésében nagy segítséget jelenthetnek. Az elektronikus anyagok, az IKT integrálása a nyelvtanulásba különösen fontos eszköz lehet. A nyelvi előkészítő évfolyam megfelelő tervezéssel változatos és hatékony nyelvtanulást eredményez, számos olyan tevékenységre ad lehetőséget, amelyekre az egyéb nyelvtanulási formákban általában kevesebb idő jut.

A nyelvi előkészítő évfolyam a mérés, értékelés terén is összetettebb feladatot jelent. A tanulók iskolai életében különösen nagy hangsúly kerül a nyelvtanulásra, így a folyamatos visszajelzés nagy jelentőséggel bír. A nagyobb óraszám lehetőséget ad az alapos és sokszínű értékelésre, mely mind eszközeiben (projektmunka, prezentáció stb.), mind az értékelő személyében (tanár, társ vagy a tanuló önmaga) igen változatos lehet. Az osztályozáson túl hasznos lehet a rendszeres írásbeli vagy szóbeli szöveges értékelés, például egy előre kidolgozott szempontsorról (órai munka, iskolán kívüli nyelvtanulás, házi feladat, projektmunkák stb.). A NYEK-en elérhető látványos fejlődés regisztrálásában segítség lehet az Európai nyelvtanulási napló, mellyel a tanulók maguk is dokumentálni tudják eredményességüket, így tudatosabban követhetik nyelvtudásuk erősödését. Abban is segítségükre lehet, hogy kialakuljon bennük a saját tanulásukért, fejlődésükért vállalt felelősség.

Az intenzív nyelvtanulás dinamikája eltér a szokásostól, ezért több pontra külön figyelmet kell fordítani. Különösen fontos a motiváció fenntartása, amiben segít a tanulókkal való szoros együttműködés, a valós tanulási helyzetek megteremtése, a változatos tevékenységek. Meg kell találni az új anyag és a gyakorlás megfelelő arányát, valamint tudni

kell kezelni azt a csaldást, amelyet az intenzív tanulásból fakadó látványos fejlődés későbbi (természetes) lassulása okoz.

A nyelvi előkészítő évfolyamon megnő a differenciálás jelentősége is. A NYEK elegendő teret hagy számos olyan feladatra, amelyekre a normál nyelvi képzésben nehezebb időt találni, ilyen például a tanulók fokozatos felkészítése az önálló nyelvtanulásra, vagy a nyelvtanulásnak a személyiségfejlődésre gyakorolt pozitív hatásainak kiaknázása. A nagyobb órakeret több lehetőséget kínál a „kísérletezésre”, az innovációra, új módszerek, eljárások kipróbálására. Az eredmények jól hasznosíthatók az intézmény munkájának más területein is, például más tantárgyakban is segíthetik a módszertani innovációt.

A NYEK végére a tanulók idegen nyelvi tudása lehetővé teszi, hogy a körülöttük lévő világról idegen nyelven is szerezzenek információt, és ezzel a lehetőséggel már tudatosan éljenek. A különböző célok és tartalmak idegen nyelvi fejlesztésében segítenek eligazodni a témakörök táblázatában megadott kapcsolódási pontok. Tudatosítani kell a tanulóknak, hogy az idegen nyelv kulcskompetencia, amely segítséget nyújt a magánéletben és a tanulásban, később a szakmai pályafutás során is az eligazodásban és a boldogulásban. A szakközépiskolákban indított előkészítő évfolyamokon érdemes lehetőséget biztosítani arra is, hogy a tanulók idegen nyelven is ismerkedjenek az intézmény profiljának megfelelő szakmai tartalommal.

A2 bemeneti szinthez

Fejlesztési egység	Hallott szöveg értése
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz a gazdagodó nyelvi eszközökkel megfogalmazott célnyelvi óravezetés megértése, egyszerű, rövid, hangzó szövegekhez kapcsolódó feladatok megoldása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az osztálytermi tevékenységekhez kapcsolódó tanári utasítások megértése;</p> <p>az ismert témákhoz kapcsolódó egyszerű kérdések és kijelentések megértése;</p> <p>a tanult témakörökben elhangzó szövegekben a tanult szavak, szó- és beszédfordulatok felismerése, és ezekből következtetés a szövegek témájára, tartalmára;</p> <p>az ismert témakörökben elhangzó szövegekben a beszélők gondolatmenetének követése;</p> <p>a lényeg és néhány alapvető információ kiszűrése az ismert témakörökben elhangzó szövegekből, részben önállóan, részben a megértést segítő, változatos feladatokra támaszkodva;</p> <p>néhány, a megértést segítő alapvető stratégia egyre önállóbb alkalmazása.</p>
A fejlesztés tartalma	
<p>Az ismert nyelvi elemekre támaszkodó, szükség szerint nonverbális elemekkel támogatott célnyelvi óravezetés folyamatos követése (pl. osztálytermi rutincselekvések, a közös munka megszervezése, eszközhasználat) és a tanári utasítások megértése.</p> <p>Ismert témákhoz kapcsolódó rövid kérések és kijelentések megértése.</p> <p>Az életkornak megfelelő, ismert témakörökhöz kapcsolódó, rövid, egyszerű autentikus szövegek bemutatásának aktív követése; a tanult nyelvi elemek felismerése; következtetés levonása a szövegfajtára, a témára és a lehetséges tartalomra vonatkozóan;</p>	

a szöveg lényegének, néhány konkrét információnak a kiszűrése megértést segítő, változatos feladatok segítségével.

Ismert témakörökben elhangzó rövid, egyszerű szövegekben a beszélők gondolatmenetének követése a tanult nyelvi eszközökre támaszkodva, a beszédhelyzetet figyelembe vételével. Különböző beszélők egyre nagyobb biztonsággal való megértése, amennyiben azok a célnyelvi normának megfelelő vagy ahhoz közelítő kiejtéssel, a tanuló nyelvi szintjéhez igazított tempóban, szükség esetén szüneteket tartva és a lényegi információkat megismételve beszélnek.

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Dalok, versek, képekkel illusztrált mesék és történetek, kisfilmek, a célnyelvi kultúrát bemutató multimédiás anyagok, a korosztálynak szóló egyéb hangzó anyagok; tanárral, tanuló társakkal, célnyelvi országokból érkező személyekkel folytatott rövid párbeszéd, tanári beszéd, interaktív feladatok.

Fejlesztési egység	Szóbeli interakció
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal folytatott kommunikáció.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egyszerű és közvetlen információcserét igénylő feladatokban kommunikáció ismert témákról, egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal; kérdésfeltevés kiszámítható, mindennapi helyzetekben, válaszadás a hozzá intézett kérdésekre, illetve rövid párbeszéd folytatása; az első lépések megtétele a célnyelv spontán módon történő használata útján; egyre több kompenzációs stratégia tudatos alkalmazása a megértés, illetve a beszédpartner megértése érdekében; törekvés a célnyelvi normához közelítő kiejtésre, intonációra és beszédtempóra.
A fejlesztés tartalma	
<p>Tudatosan megválasztott nonverbális elemekkel támogatott mondanivaló kifejezése, egyre bővülő szókinccsel, begyakorolt beszédfordulatokkal, egyszerű nyelvi eszközökkel.</p> <p>Egyszerű, tényszerű információk megszerzése és továbbadása.</p> <p>Vélemény, gondolat, érzés kifejezése, illetve ezekre való rákérdezés egyszerű nyelvi eszközökkel.</p> <p>Ismert témákhoz, mindennapi helyzetekhez vagy osztálytermi szituációkhoz kapcsolódó, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott kérdések feltevése, kérések, felszólítások megfogalmazása, illetve az azokra történő válaszadás.</p> <p>Részvétel ismert témákhoz, mindennapi helyzetekhez kapcsolódó rövid párbeszédben, beszélgetésben.</p> <p>A célnyelv tudatos használata a tanórai tevékenységek során, spontán kommunikálás strukturált, előre látható szituációkban (pl. pár- vagy csoportmunka során társakkal).</p> <p>Lehetőség esetén kapcsolatfelvétel, rövid társalgásban való részvétel, spontán kommunikálás célnyelvi beszélőkkel.</p> <p>Beszélgetés során meg nem értés esetén ismétlés, magyarázat kérése, visszakérdezés alkalmazása, illetve szükség esetén a saját mondanivaló átfogalmazása, egyszerűsítése, pontosítása a</p>	

kommunikáció fenntartása érdekében.
 Néhány egyszerű, a beszélgetés strukturálása szempontjából fontos elem megismerése és alkalmazása (pl. a kommunikáció fenntartása, követése, lezárása).
 Észlelt (hallott/látott) jelenségekre (pl. váratlan osztálytermi történésekre, helyzetekre) való reagálás egyszerű nyelvi eszközökkel.
A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások
 Rövid párbeszéd, egyszerű társalgás, szerepjátékok, dramatizált jelenetek, kérdések, felszólítások, kérések, információ hiányán, illetve különbözőségén, véleménykülönbségen alapuló szövegek, spontán megnyilvánulások.

Fejlesztési egység	Összefüggő beszéd
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz felkészülés után rövid szövegek elmondása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rövid, de egyre bővülő szókinccs, egyszerű beszédfordulatok alkalmazásával, összefüggő beszéd saját magáról és közvetlen környezetéről; munkája bemutatása egyszerű nyelvi eszközökkel; rövid, egyszerű történetek mesélése; egyszerű állítások, összehasonlítás, magyarázat, indoklás megfogalmazása; egyszerű nyelvtani szerkezetek és mondatfajták használata; a szavak, szócsoportok, egyszerű cselekvések, történések összekapcsolása lineáris kötőszavakkal, és az ok-okozati összefüggések kifejezése; a megértést segítő legfontosabb stratégiák alkalmazása; a célnyelvi normához közelítő kiejtés, intonáció és beszédtempó alkalmazása.
A fejlesztés tartalma	
Egyre bővülő szókinccsel, egyszerű nyelvi elemekkel megfogalmazott szöveg elmondása ismert témákról, felkészülés után. Történet elmesélése, élménybeszámoló, előre megírt szerep eljátszása egyszerű nyelvtani szerkezetekkel, mondatfajtákkal. Minta alapján összefüggő szöveg alkotása; szavak, szócsoportok, cselekvéssorok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, de, azután), illetve magyarázatok, indoklások, ok-okozati kapcsolatok kifejezése kötőszavakkal (pl. mert, ezért, tehát). A mondanivaló jelentésének pontosítása, tisztázása a testbeszéd tudatos alkalmazásával. Csoportos előadás vagy prezentáció jegyzetek alapján. Önálló vagy csoportban létrehozott alkotás rövid bemutatása és értékelése (pl. közös plakát készítése, kiállítása, szóbeli bemutatása és értékelése). Tanári példa vagy autentikus hangzóanyag meghallgatás utáni elismérlése, a célnyelvi normához közelítő kiejtés gyakorlása. <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Rövid történetek, élménybeszámolók, szerepek, leírások (pl. képleírás, tanulói munka bemutatása), előadás, prezentáció, témakifejtés.	

Fejlesztési egység	Olvasott szöveg értése
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz közös feldolgozást követően egyszerű olvasott szövegek lényegének, tartalmának megértése.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az ismerős témákról szóló rövid szövegek megértése; az alapvető információk megtalálása az egyszerű, hétköznapi szövegekben; az életkornak megfelelő témájú autentikus szövegek lényegének megértése, a szövegekből az alapvető információk kiszűrése; az olvasott szövegekre vonatkozó feladatok elvégzése; a készsége kreatív használata az olvasott szövegek megértéséhez, értelmezéséhez; tájékozottság növelése a célnyelvi kultúráról; az érdeklődés fokozása a célnyelvi kultúrába tartozó irodalmi, művészeti alkotások iránt.
A fejlesztés tartalma	
<p>Rövid, egyszerű nyelvi eszközökkel, bővülő szókinccsel megfogalmazott szövegek megértése (pl. leírás, történet, párbeszéd a tanulóhoz közel álló témákról).</p> <p>Lényeges információk megtalálása egyszerű szövegekben (pl. hirdetésben, prospektusban, étlapon és menetrendben, rövid újságcikkben, programfüzetben).</p> <p>Egyszerű üzenetek, levelek, elektronikus üzenetek, SMS-ek, bejegyzések megértése.</p> <p>Egyszerű használati utasítások, instrukciók megértése, követése.</p> <p>Információszerzés hagyományos és elektronikus forrásokból.</p> <p>Egyszerű, rövid történetek, mesék, versek és egyszerűsített célnyelvi irodalmi művek olvasása.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Ismeretterjesztő szövegek, egyszerűsített irodalmi szövegek, mesék, rövid történetek, versek, dalszövegek, cikkek a korosztálynak szóló újságokból és holnapokról, útleírások, hirdetések, plakátok, hagyományos és elektronikus nyomtatványok, internetes fórumok hozzászólásai, képregények, egyszerű üzenetek, képeslapok, feliratok, étlap, menetrend, egyszerű biztonsági előírások, magánlevelek.</p>	

Fejlesztési egység	Íráskészség
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz ismert témáról rövid, egyszerű mondatok írása; mintát követve különböző műfajú és a tanulók életkorának megfelelő témájú szövegek alkotása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Összefüggő mondatok írása a közvetlen környezettel kapcsolatos témákról; az írás kommunikációs eszközként történő használata egyszerű interakciókban; gondolatok kifejezése egyszerű kötőszavakkal összekapcsolt mondatokban; a nyelvismeret kreatívan alkalmazása egyszerű szövegek írására az őt érdeklő, ismert témákról; az alapvető írásbeli műfajok sajátos szerkezeti és stílusjegyeinek

	felismerése és követése.
A fejlesztés tartalma	
<p>Szavak és rövid szövegek másolása és diktálás utáni leírása. Egyszerű szerkezetű, összefüggő mondatok írása a tanuló közvetlen környezetével kapcsolatos témákról, különböző szövegtípusok létrehozása (pl. leírás, élménybeszámoló, párbeszéd). Egyszerű szövegek írása kommunikációs céllal (pl. levél, üzenet, blogbejegyzés, fórumbejegyzés). Egyszerű írásos minták követése, kreatív átdolgozása, aktuális, konkrét és személyes tartalmakkal való megtöltése (pl. egyszerű, személyes témákról minta alapján vers, dalszöveg, rap írása). Gondolatok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, vagy, mert, de, ezért, azután). Gyakori írásbeli műfajok legalapvetőbb szerkezeti és stílusjegyeinek követése saját írásmű létrehozása során (pl. megszólítás levélben, e-mailben, záró formula). A mondanivaló közvetítése vizuális eszközökkel (pl. szövegkiemelés, internetes, vagy SMS-ben használt emotikon, rajz, ábra, diáor). <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Leírás, ismertető, képaláírás, élménybeszámoló, párbeszéd, üzenet, levél, email, SMS, blogbejegyzés.</p>	

Ajánlott témakörök a 9/Ny és a 9–12. évfolyamokra	
Témák	Kapcsolódási pontok
<p><i>Személyes vonatkozások, család</i> A tanuló személye, életrajza, életének fontos állomásai. Személyes tervek. Családi élet, családi kapcsolatok. A családi élet mindennapjai, otthoni teendők. Egyén és család nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: család és háztartás.</i></p> <p><i>Etika: generációk kapcsolata, családi élet.</i></p>
<p><i>Ember és társadalom</i> Emberek külső és belső jellemzése. Baráti kör. A tizenévesek világa: kapcsolat a kortársakkal, felnőttekkel. Női és férfi szerepek, ismerkedés, házasság. Felelősségvállalás másokért, rászorulóknak segítése. Ünnepek, családi ünnepek. Öltözködés, divat. Hasonlóságok és különbségek az emberek között, tolerancia, pl. fogyatékkal élők. Konfliktusok és kezelésük. Társadalmi szokások nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Etika: társas kapcsolatok, előítélet, tolerancia, bizalom, együttérzés; fogyasztékkal élők, szegények és gazdagok.</i></p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek: a jövedelem szerepe a családban, kiadás, bevétel, megtakarítás, hitel, rezszi, zsebpénz.</i></p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: tudatos vásárlás.</i></p> <p><i>Földrajz; biológia-</i></p>

	<i>egészségtan: biotermékek.</i>
<p><i>Környezetünk</i> Az otthon, a lakóhely és környéke (a lakószoba, a lakás, a ház bemutatása). A lakóhely nevezetességei, szolgáltatások, szórakozási lehetőségek. A városi és a vidéki élet összehasonlítása. Növények és állatok a környezetünkben. Időjárás, éghajlat. Környezetvédelem a szűkebb környezetünkben és globálisan - Mit tehetünk környezetünkért és a természet megóvásáért, a fenntarthatóságért?</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: fenntarthatóság, környezettudatosság otthon és a lakókörnyezetben, víz és energia-takarékosság, újrahasznosítás.</i></p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek. lakóhely és környék hagyományai.</i></p> <p><i>Biológia-egészségtan: élőhely, életközösség, védett természeti érték, változatos élővilág.</i></p> <p><i>Földrajz: településtípusok; globális problémák, életminőségek különbségei; a Föld mozgása, az időjárás tényezői, a Föld szépsége, egyedisége.</i></p>
<p><i>Az iskola</i> Saját iskolájának bemutatása (sajátosságok, pl. szakmai képzés, tagozat). Tantárgyak, órarend, érdeklődési kör, tanulmányi munka nálunk és más országokban. Az ismeretszerzés különböző módjai. A nyelvtanulás, a nyelvtudás szerepe, fontossága. Az internet szerepe az iskolában, a tanulásban. Az iskolai élet tanuláson kívüli eseményei. Iskolai hagyományok nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek: a tudás fogalmának átalakulása, a tanulás technikái, élethosszig tartó tanulás.</i></p> <p><i>Informatika: digitális tudásbázisok, könyvtári információs rendszerek.</i></p>
<p><i>A munka világa</i> Diákmunka, nyári munkavállalás. Foglalkozások és a szükséges kompetenciák, rutinok, kötelességek. Pályaválasztás, továbbtanulás vagy munkába állás. Önéletrajz, állásinterjú.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: pályaorientáció és munka.</i></p>
<p><i>Életmód</i> Napirend, időbeosztás. Az egészséges életmód (a helyes és a helytelen táplálkozás, a testmozgás szerepe az egészség megőrzésében, testápolás). Életünk és a stressz. Étkezési szokások a családban.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: testi és lelki egészség, balesetek megelőzése, egészséges étel- lek.</i></p>

<p>Ételek, kedvenc ételek, sütés-főzés. Étkezés iskolai menzán, éttermekben, gyorséttermekben. Ételrendelés telefonon és interneten. Gyakori betegségek, sérülések, baleset. Gyógykezelés (házi orvos, szakorvos, kórházak, alternatív gyógy- módok). Életmód nálunk és más országokban. Függőségek (dohányzás, alkohol, internet, drog stb.).</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> testrészek, egészséges életmód, a betegségek ismérvei, fogyatékkal élők, betegségmegelőzés, elsősegély.</p> <p><i>Testnevelés és sport:</i> a rendszeres testedzés sze- repe, relaxáció.</p>
<p><i>Szabadidő, művelődés, szórakozás</i> Szabadidős elfoglaltságok, hobbik. Színház, mozi, koncert, kiállítás stb. A művészetek szerepe a mindennapokban. Sportolás, kedvenc sport, iskolai sport. Olvasás, rádió, tévé, videó, számítógép, internet. Az infokommunikáció szerepe a mindennapokban. Kulturális és sportélet nálunk és más országokban.</p>	<p><i>Földrajz:</i> más népek kul- túrái.</p> <p><i>Magyar nyelv és iroda- lom:</i> különböző kultúrák mítoszai, mondái; a rek- lám és a popzene új szó- beli költészete.</p> <p><i>Informatika:</i> e-könyvek, médiatudatosság.</p> <p><i>Testnevelés és sport:</i> tán- cok, népi játékok, a sport és olimpia története, pél- daképek szerepe, sport- ágak jellemzői.</p> <p><i>Ének-zene:</i> népzene, klasszikus zene, popzene.</p> <p><i>Dráma és tánc:</i> a szituá- ció alapelemei, beszédre készítés, befogadás, értelmezés.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> művészi alkotások leírása, értel- mezése.</p>
<p><i>Utazás, turizmus</i> A közlekedés eszközei, lehetőségei, a tömegközlekedés, a kerék- páros közlekedés. Nyaralás itthon, illetve külföldön. Utazási előkészületek, egy utazás megtervezése, megszervezése. Az egyéni és a társas utazás előnyei és hátrányai. Turisztikai célpontok. Célnyelvi és más kultúrák.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> közlekedési ismeretek, közlekedésbiz- tonság, fenntarthatóság, környezettudatosság a közlekedésben.</p> <p><i>Földrajz:</i> a kulturális élet földrajzi alapjai, nyelvek és vallások, egyes meg-</p>

	határozó jellegű országok turisztikai jellemzői.
<p><i>Tudomány és technika</i> Népszerű tudományok, ismeretterjesztés. A technikai eszközök szerepe a mindennapi életben. Az internet szerepe a magánéletben, a tanulásban és a munkában.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; fizika:</i> tudománytörténeti jelentőségű felfedezések, találmányok.</p> <p><i>Informatika:</i> számítógépen keresztül való kapcsolattartás, információ keresése, az informatikai eszközöket alkalmazó média, az elterjedt infokommunikációs eszközök előnyei és kockázatai, a netikett alapjai, előszóval kísért bemutatók és felhasználható eszközeik.</p>
<p><i>Gazdaság és pénzügyek</i> Családi gazdálkodás. A pénz szerepe a mindennapokban. Vásárlás, szolgáltatások (pl. posta, bank). Üzleti világ, fogyasztás, reklámok. Pénzkezelés a célnyelvi országokban.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> család és háztartás, tudatos vásárlás, pénzügyi ismeretek.</p> <p><i>Matematika:</i> alapműveletek, grafikonok értelmezése.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> a jövedelem szerepe a családban, kiadás, bevétel, megtakarítás, hitel rezszi, zsebpénz.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>A2 szintű nyelvtudás: A tanuló egyszerű hangzó szövegekből kiszűri a lényegét és néhány konkrét információt. Válaszol a hozzá intézett kérdésekre, sikeresen vesz részt rövid beszélgetésekben. Egyre bővülő szókinccsel, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazva történetet mesél el, valamint leírást ad saját magáról és közvetlen környezetéről. Megért ismerős témákról írt rövid szövegeket, különböző típusú, egyszerű írott szövegekben megtalálja a fontos információkat. Összefüggő mondatokat, rövid szöveget ír hétköznapi, őt érintő témákról.</p>
---	--

B1 kimeneti szinthez

Fejlesztési egység	Hallott szöveg értése
Előzetes tudás	A2, azaz a tanuló már megérti a leggyakrabban előforduló szókinccset és bizonyos nyelvi fordulatokat, ha közvetlen, személyes témákról van szó. Megérti a rövid, világos és egyszerű üzenetek és közlések lényegét.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismerős témákról szóló köznyelvi beszéd megértése főbb vonalaiban és egyes részleteiben is. Egy beszélgetés során a résztvevők világosan megfogalmazott érveinek megértése több beszélő esetén is. Fontos információk megértése azokban a rádió- és tévé-műsorokban, filmjelenetekben, amelyek aktuális eseményekről, illetve az érdeklődési körhöz kapcsolódó témákról szólnak, ha viszonylag lassan és érthetően beszélnek.
A fejlesztés tartalma	
<p>A köznyelvi beszéd főbb fordulatainak megértése rendszeresen előforduló, ismerős témák esetén.</p> <p>A hallott szöveg gondolatmenetének nagy vonalakban való követése, egyes tényszerű részinformációk megértése, amennyiben a beszéd világos, és ismerős kiejtéssel folyik.</p> <p>Mindennapi társalgásban a világos beszéd követése szükség esetén visszakerdezések segítségével.</p> <p>Ismerős témájú, lényegre törő előadás vagy beszéd követése.</p> <p>Egyszerű műszaki információ megértése, részletes útbaigazítások követése.</p> <p>Telefonbeszélgetésekben a főbb információk megértése.</p> <p>Ismerős témákról szóló rádiós és televíziós hírműsorok és egyszerűbb hangfelvételek lényegének megértése.</p> <p>Egyszerű nyelvezetű film követése, amelyben a cselekményt nagyrészt a vizuális eszközök és az események közvetítik.</p> <p>A köznyelvi szövegekben az érzések, kérések és vágyak kifejezésének megértése.</p> <p>A szövegértési stratégiák alkalmazása, például ismerős beszédtema esetén az időnként előforduló ismeretlen szavak jelentésének kitalálása a szövegösszefüggésből és a mondat jelentésének kikövetkeztetése.</p> <p>Felkészülés mindezek alkalmazására az érettségi vizsga feladatainak megoldása során.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Hosszabb használati utasítások, információk, instrukciók, előadások, beszédek, viták, interjúk, dalok, visszaemlékezések, rögzített telefonos szövegek, reklámok, viccek, tévé- és rádióműsorok, filmelőzetesek, filmek.</p>	

Fejlesztési egység	Szóbeli interakció
Előzetes tudás	A2, azaz a tanuló egyszerű és begyakorolt feladatok során kommunikál az iskolával, otthonnal és szabadidővel kapcsolatos témákról. Rövid beszélgetésekben vesz részt. Kérdez és válaszol kiszámítható, mindennapi helyzetekben. egyszerű gondolatokat és információkat cserél ismerős témákról.

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Önálló boldogulás a mindennapi élet legtöbb, akár váratlan helyzetében is Gondolatokat cseréje, véleménynyilvánítás és érvelés az érdeklődési körbe tartozó és általános témákról is. A leggyakoribb kommunikációs forgatókönyvek ismerete és biztonsággal történő alkalmazása. Alkalmazkodás a kommunikációs helyzethez stílusban, regiszterhasználatban.</p>
<p>A fejlesztés tartalma</p>	
<p>Társalgásban való részvétel ismerős témák esetén, felkészülés nélkül. Érzelmek kifejezése és reagálás mások érzelmeire, mint például reménykedés, csalódottság, aggodalom, öröm. Problémák felvetése, megvitatása, teendők meghatározása, választási lehetőségek összehasonlítása. A tanulmányokhoz, érdeklődési körhöz kapcsolódó beszélgetésben való részvétel, információcsere, álláspont kifejtése, rákérdezés mások nézeteire. Gondolatok, vélemény kifejezése kulturális témákkal kapcsolatban, például zene, film, könyvek. Elbeszélés, újságcikk, előadás, eszmecsere, interjú vagy dokumentumfilm összefoglalása, véleménynyilvánítás, a témával kapcsolatos kérdések megválaszolása. Nézetek világos kifejtése, érvek egyszerű cáfolata. Választási lehetőségek összehasonlítása, előnyök és hátrányok mérlegelése. Utazások során felmerülő feladatok, például közlekedés, szállás intézése vagy ügyintézés a hatóságokkal külföldi látogatás során. Váratlan nehézségek kezelése (pl. elveszett poggyász, lekéssett vonat). Szolgáltatásokkal kapcsolatos helyzetek kezelése akár váratlan nehézségek esetén is, panasz, reklamáció. Részletes utasítások adása, követése és kérése (pl. hogyan kell valamit csinálni). Interjúban, konzultáción való részvétel kezdeményezése és információ megadása (pl. tünetek megadása orvosnál). Órai interakciókban, pármunkában való magabiztos részvétel. Ismerős témáról beszélgetés kezdeményezése, fenntartása, szó átvétele, átadása, mások bevonása, beszélgetés lezárása. Beszélgetésben elhangzottak összefoglalása, a lényeg kiemelése, a megértés ellenőrzése, félreérthető megfogalmazás javítása, körülírás, szinonimák használata. A kommunikációs eszközök széles körének alkalmazása és reagálás azokra közismert nyelvi megfelelőik semleges stílusban való használatával. Az udvariassági szokások ismerete és alkalmazása. A mindennapi témák, család, érdeklődési kör, iskola, utazás és aktuális események megtárgyalásához elegendő szókinccs és annak általában helyes alkalmazása. Ismerős kontextusokban elfogadhatóan helyes nyelvhasználat. A szövegszervezés alapvető eszközeinek megbízható használata. Általában tisztán érthető kiejtés és intonáció. A szóbeli interaktív vizsgálathoz szükséges kommunikációs stratégiák. <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Társalgás, megbeszélés, eszmecsere, tranzakciók, utasítások, interjúk, viták.</p>	

Fejlesztési egység	Összefüggő beszéd
Előzetes tudás	A2, azaz a tanuló egyszerűen beszél önmagáról, a családjáról, más emberekről, lakóhelyéről, tanulmányairól, iskolájáról.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Folyamatos önkifejezés a szintnek megfelelő szókincs és szerkezetek segítségével ismerős témakörökben. Érthető és folyamatos beszéd, a mondanivaló tudatos nyelvtani és szókincsbeli megtervezése és szükség szerinti módosítása. Egy gondolat vagy probléma lényegének tartalmilag pontos kifejtése.
A fejlesztési tartalma	
<p>Folyamatos megnyilatkozás az érdeklődési körnek megfelelő témákról a gondolatok lineáris összekapcsolásával.</p> <p>Elbeszélések vagy leírások lényegének összefoglalása folyamatos beszédben, a gondolatok lineáris összekapcsolásával.</p> <p>Részletes élménybeszámoló az érzések és reakciók bemutatásával.</p> <p>Valóságos vagy elképzelt események részleteinek bemutatása.</p> <p>Könyv vagy film cselekményének összefoglalása és az ehhez kapcsolódó reakciók megfogalmazása.</p> <p>Álmok, remények és ambíciók, történetek elmondása.</p> <p>Vélemények, tervek és cselekedetek rövid magyarázata.</p> <p>Rövid, begyakorolt megnyilatkozás ismerős témákról.</p> <p>Előre megírt, lényegre törő, követhető előadás ismerős témáról.</p> <p>Az összefüggő beszéd tervezése során új kombinációk, kifejezések begyakorlása, alkalmazása.</p> <p>Az összefüggő beszédben kompenzáció alkalmazása, például körülírás elfelejtett szó esetén.</p> <p>Ismerős kontextusokban a nyelvi norma követésére törekvő nyelvhasználat.</p> <p>A nyelvi eszközök rugalmas használata a mondanivaló kifejezésére, ezek adaptálása kevésbé begyakorolt helyzetekben.</p> <p>A közlés magabiztos bevezetése, kifejtése és lezárása alapvető eszközökkel.</p> <p>Önellenőrzés és önkorrekció, például a félreértéshez vezető hibák felismerése és javítása.</p> <p>Mindezeknek a szóbeli érettségi vizsgán történő alkalmazására való felkészülés.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Leírások, képleírások, témakifejtés (például vizuális segédanyag alapján), elbeszélő szöveg, érveléssor, előadás, prezentáció (önállóan vagy segédanyagok, instrukciók alapján), projektek bemutatása, versek, rapszövegek.</p>	

Fejlesztési egység	Olvasott szöveg értése
Előzetes tudás	A2, azaz a tanuló képes többféle szövegfajtát olvasni, tudja, hogy a szövegfajták sajátosságainak ismerete segít a szöveg megértésében. Megtalálja az adott helyzetben fontos konkrét információkat egyszerű, ismerős témákról szóló mindennapi szövegekben.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A nagyrészt közérthető nyelven írt, érdeklődési körhöz kapcsolódó, lényegre törő szövegek megértése. Az írott vélemény, érvelés követése, ezekből a lényeges részinformációk kiszűrése.

A fejlesztés tartalma

A fontos általános vagy részinformációk megértése autentikus, hétköznapi nyelven íródott szövegekben, például levelekben, brosúrákban és rövid, hivatalos dokumentumokban.

A feladat megoldásához szükséges információk megtalálása hosszabb szövegekben is.

A fontos gondolatok felismerése ismerős témákról szóló, lényegre törő újságcikkekben.

A gondolatmenet és a következtetések felismerése világosan írt érvelésekben.

A köznyelven írt szövegekben az érzések, kérések és vágyak kifejezésének megértése.

A mindennapi témákkal összefüggő, köznyelven írt magánlevelek megértése annyira, hogy sikeres írásbeli kommunikációt tudjon folytatni.

Különböző eszközök egyszerű, világosan megfogalmazott használati utasításának megértése.

Ismert témájú hivatalos levélben az elintézéshez szükséges információk megértése.

Az egyszerű szövegfajták felépítésének felismerése, ezen ismeret alkalmazása a szövegértés során.

A feladat elvégzéséhez szükséges információk összegyűjtése a szöveg különböző részeiből, illetve több szövegből.

Az egyszerű szövegfajták felépítésének felismerése, ezen ismeret alkalmazása a szövegértés során.

Az ismeretlen szavak jelentésének kikövetkeztetése a mondat megértett részei és a szövegösszefüggés alapján.

Az autentikus szövegek jellegéből fakadó ismeretlen fordulatok kezelése a szövegben.

Felkészülés mindezek alkalmazására az érettségi vizsga feladatainak megoldása során.

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Utasítások (pl. feliratok, használati utasítások), tájékoztató szövegek (pl. hirdetés, reklám, menürend, prospektus, műsorfüzet), játékszabályok, hagyományos és elektronikus levelek, újságcikkek (pl. hír, beszámoló, riport), internetes fórumok hozzászólásai, ismeretterjesztő szövegek, képregények, viccek egyszerű irodalmi szövegek.

Fejlesztési egység	Íráskészség
Előzetes tudás	<p>A2, azaz a tanuló összefüggő mondatokat ír olyan témákról, amelyek közvetlen szükségletekre, élményekre, eseményekre és konkrét információkra vonatkoznak.</p> <p>Ismerős témákról gondolatait egyszerű kötőszavakkal összekapcsolt mondatokban fejezi ki írásban.</p> <p>Néhány műfajban egyszerű és rövid, tényközlő szövegeket ír minta alapján az őt érdeklő, ismert témákról.</p>
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Részletesebb, összefüggő és tagolt szövegek fogalmazása ismert, hétköznapi és elvontabb témákról.</p> <p>Eseményekről, élményekről, érzésekről, benyomásaokról és véleményről írásbeli beszámolás, valamint tvélemény alátámasztása.</p> <p>Hatékony írásbeli interakció folytatása.</p> <p>Jegyzetkészítés olvasott vagy hallott, érdeklődési körhöz tartozó szövegről, illetve saját ötletekről.</p> <p>Több ismert műfajban is rövid, lényegre törő szövegek létrehozása a műfaj főbb jellegzetességeinek és stílusjegyeinek alkalmazásával.</p>

A fejlesztés tartalma

Egyszerű, összefüggő, lényegre törő szöveg írása számos, érdeklődési köréhez tartozó, ismerős témában, rövid, különálló elemek lineáris összekapcsolásával.

Hírek, gondolatok, vélemények és érzések közlése olyan elvontabb és kulturális témákkal kapcsolatban is, mint például a zene vagy a művészet.

Információt közlő/kérő feljegyzések/üzenetek írása pl. barátoknak, szolgáltatóknak, tanároknak.

Véleményt kifejező üzenet, komment írása (pl. internetes fórumon, blogban).

Formanyomtatvány, kérdőív kitöltése, online ügyintézés.

Életrajz, lényegre koncentráló leírás, elbeszélés készítése.

Riport, cikk, esszé írása.

Rövid olvasott vagy hallott szöveg átfogalmazása, összefoglalása, jegyzet készítése.

Saját ötletekről jegyzet készítése.

Interaktív írás esetén megerősítés, vélemény kérése, az információ ellenőrzése, problémákra való rákérdezés, ill. problémák elmagyarázása.

Az írás egyszerű tagolása: bevezetés, kifejtés, lezárás; bekezdések szerkesztése.

Néhány egyszerű szövegkohéziós és figyelemvezető eszköz használata.

Az alapvető írásbeli műfajok fő szerkezeti és stílusjegyeinek követése (pl. levélben/e-mailben megszólítás, záró formula; a formális és informális regiszterhez köthető néhány szókincsbeli és helyesírási sajátosság).

Kreatív, önkifejező műfajokkal való kísérletezés (pl. vers, rap, rigmus, dalszöveg, rövid jelent, paródia írása, illetve átírása).

Írásos minták követése és aktuális tartalmakkal való megtöltésük.

Kész szövegekből számára hasznos fordulatok kiemelése és saját írásában való alkalmazása.

Irányított fogalmazási feladat kötött tartalmainak a fogalmazásban való megjelenítése.

Írásának tudatos ellenőrzése, javítása; félreértést okozó hibáinak korrigálása.

A mondanivaló közvetítése egyéb vizuális eszközökkel (pl. nyilazás, kiemelés, központosítás, internetes/SMS rövidítés, emotikon, rajz, ábra, térkép, kép).

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Hagyományos és elektronikus nyomtatvány, kérdőív; listák; hagyományos és elektronikus képeslapok; poszterszövegek; képaláírások. Üzenetek; SMS-ek/MMS-ek; személyes adatokat tartalmazó bemutatkozó levelek, e-mailek vagy internes profilok. Tényszerű információt nyújtó, illetve kérő levelek és e-mail-ek; személyes információt, tény, ill. tetszést/nemetszést kifejező üzenetek, internetes bejegyzések; egyszerű cselekvéssort tartalmazó instrukciók. Egyszerű ügyintéző levelek/e-mail-ek (pl. tudakozódás, megrendelés, foglalás, visszaigazolás); egyszerű, rövid történetek, elbeszélések, mesék; rövid jellemzések. Rövid leírások; jegyzetek; riportok, cikkek, esszék, felhívások, versek, rapszövegek, rigmusok, dalszövegek, rövid jelenetek, paródiák.

Ajánlott témakörök a 9/Ny és a 9–12. évfolyamokra

Témák	Kapcsolódási pontok
<p><i>Személyes vonatkozások, család</i></p> <p>A tanuló személye, életrajza, életének fontos állomásai.</p> <p>Személyes tervek.</p> <p>Családi élet, családi kapcsolatok.</p> <p>A családi élet mindennapjai, otthoni teendők.</p> <p>Egyén és család nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: család és háztartás.</i></p> <p><i>Etika: generációk kapcsolata, családi élet.</i></p>

<p><i>Ember és társadalom</i> Emberek külső és belső jellemzése. Baráti kör. A tizenévesek világa: kapcsolat a kortársakkal, felnőttekkel. Női és férfi szerepek, ismerkedés, házasság. Felelősségvállalás másokért, rászorulóknak segítése. Ünnepek, családi ünnepek. Öltözködés, divat. Hasonlóságok és különbségek az emberek között, tolerancia, pl. fogyatékkal élők. Konfliktusok és kezelésük. Társadalmi szokások nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Etika</i>: társas kapcsolatok, előítélet, tolerancia, bizalom, együttérzés; fogyasztókkal élők, szegények és gazdagok.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek</i>: a jövedelem szerepe a családban, kiadás, bevétel, megtakarítás, hitel, rezsi, zsebpénz.</p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat</i>: tudatos vásárlás.</p> <p><i>Földrajz; biológia-egészségtan</i>: biotermékek.</p>
<p><i>Környezetünk</i> Az otthon, a lakóhely és környéke (a lakószoba, a lakás, a ház bemutatása). A lakóhely nevezetességei, szolgáltatások, szórakozási lehetőségek. A városi és a vidéki élet összehasonlítása. Növények és állatok a környezetünkben. Időjárás, éghajlat. Környezetvédelem a szűkebb környezetünkben és globálisan - Mit tehetünk környezetünkért és a természet megóvásáért, a fenntarthatóságért?</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat</i>: fenntarthatóság, környezettudatosság otthon és a lakókörnyezetben, víz és energia-takarékosság, újrahasznosítás.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek</i>. lakóhely és környék hagyományai.</p> <p><i>Biológia-egészségtan</i>: élőhely, életközösség, védett természeti érték, változatos élővilág.</p> <p><i>Földrajz</i>: településtípusok; globális problémák, életminőségek különbségei; a Föld mozgása, az időjárás tényezői, a Föld szépsége, egyedisége.</p>

<p><i>Az iskola</i> Saját iskolájának bemutatása (sajátosságok, pl. szakmai képzés, tagozat). Tantárgyak, órarend, érdeklődési kör, tanulmányi munka nálunk és más országokban. Az ismeretszerzés különböző módjai. A nyelvtanulás, a nyelvtudás szerepe, fontossága. Az internet szerepe az iskolában, a tanulásban. Az iskolai élet tanuláson kívüli eseményei. Iskolai hagyományok nálunk és a célországokban.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> a tudás fogalmának átalakulása, a tanulás technikai, élethosszig tartó tanulás. <i>Informatika:</i> digitális tudásbázisok, könyvtári információs rendszerek.</p>
<p><i>A munka világa</i> Diákmunka, nyári munkavállalás. Foglalkozások és a szükséges kompetenciák, rutinok, kötelességek. Pályaválasztás, továbbtanulás vagy munkába állás. Önéletrajz, állásinterjú.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> pályaaorientáció és munka.</p>
<p><i>Életmód</i> Napirend, időbeosztás. Az egészséges életmód (a helyes és a helytelen táplálkozás, a testmozgás szerepe az egészség megőrzésében, testápolás). Életünk és a stressz. Étkezési szokások a családban. Ételek, kedvenc ételek, sütés-főzés. Étkezés iskolai menzán, éttermekben, gyorséttermekben. Ételrendelés telefonon és interneten. Gyakori betegségek, sérülések, baleset. Gyógykezelés (házi orvos, szakorvos, kórházak, alternatív gyógymódok). Életmód nálunk és más országokban. Függőségek (dohányzás, alkohol, internet, drog stb.).</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> testi és lelki egészség, balesetek megelőzése, egészséges ételek. <i>Biológia-egészségtan:</i> testrészek, egészséges életmód, a betegségek ismérvei, fogyasztékkal élők, betegségmegelőzés, elsősegély. <i>Testnevelés és sport:</i> a rendszeres testedzés szerepe, relaxáció.</p>
<p><i>Szabadidő, művelődés, szórakozás</i> Szabadidős elfoglaltságok, hobbik. Színház, mozi, koncert, kiállítás stb. A művészetek szerepe a mindennapokban. Sportolás, kedvenc sport, iskolai sport. Olvasás, rádió, tévé, videó, számítógép, internet. Az infokommunikáció szerepe a mindennapokban. Kulturális és sportélet nálunk és más országokban.</p>	<p><i>Földrajz:</i> más népek kultúrái. <i>Magyar nyelv és irodalom:</i> különböző kultúrák mítoszai, mondái; a reklám és a popzene új szóbeli költészete. <i>Informatika:</i> e-könyvek, médiatudatosság.</p>

	<p><i>Testnevelés és sport:</i> táncok, népi játékok, a sport és olimpia története, példaképek szerepe, sportágak jellemzői.</p> <p><i>Ének-zene:</i> népzene, klasszikus zene, popzene.</p> <p><i>Dráma és tánc:</i> a szituáció alapelemei, beszédre készítés, befogadás, értelmezés.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> művészi alkotások leírása, értelmezése.</p>
<p><i>Utazás, turizmus</i> A közlekedés eszközei, lehetőségei, a tömegközlekedés, a kerékpáros közlekedés. Nyaralás itthon, illetve külföldön. Utazási előkészületek, egy utazás megtervezése, megszervezése. Az egyéni és a társas utazás előnyei és hátrányai. Turisztikai célpontok. Célnyelvi és más kultúrák.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> közlekedési ismeretek, közlekedésbiztonság, fenntarthatóság, környezettudatosság a közlekedésben.</p> <p><i>Földrajz:</i> a kulturális élet földrajzi alapjai, nyelvek és vallások, egyes meghatározó jellegű országok turisztikai jellemzői.</p>
<p><i>Tudomány és technika</i> Népszerű tudományok, ismeretterjesztés. A technikai eszközök szerepe a mindennapi életben. Az internet szerepe a magánéletben, a tanulásban és a munkában.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; fizika:</i> tudománytörténeti jelentőségű felfedezések, találmányok.</p> <p><i>Informatika:</i> számítógépen keresztül való kapcsolattartás, információ keresése, az informatikai eszközöket alkalmazó média, az elterjedt infokommunikációs</p>

	eszközök előnyei és kockázatai, a netikett alapjai, élőszóval kísért bemutatók és felhasználható eszközeik.
<p><i>Gazdaság és pénzügyek</i> Családi gazdálkodás. A pénz szerepe a mindennapokban. Vásárlás, szolgáltatások (pl. posta, bank). Üzleti világ, fogyasztás, reklámok. Pénzkezelés a célnyelvi országokban.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> család és háztartás, tudatos vásárlás, pénzügyi ismeretek.</p> <p><i>Matematika:</i> alapműveletek, grafikonok értelmezése.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> a jövedelem szerepe a családban, kiadás, bevétel, megtakarítás, hitel rezszi, zsebpénz.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>B1 nyelvi szint. A tanuló képes főbb vonalaiban és egyes részleteiben is megérteni a köznyelvi beszédet a számára ismerős témákról. Képes önállóan boldogulni, véleményt mondani és érvelni a mindennapi élet legtöbb, akár váratlan helyzetében is. Stílusában és regiszterhasználatában alkalmazkodik a kommunikációs helyzethez. Ki tudja magát fejezni a szintnek megfelelő szókinccs és szerkezetek segítségével az ismerős témakörökben. Beszéde folyamatos, érthető, a főbb pontok tekintetében tartalmilag pontos, stílusa megfelelő. Több műfajban képes részleteket is tartalmazó, összefüggő szövegeket fogalmazni ismert, hétköznapi és elvontabb témákról. Írásbeli megnyilatkozásaiban megjelennek műfaji sajátosságok és különböző stílusjegyek. Képes megérteni a gondolatmenet lényegét és egyes részinformációkat a nagyrészt közérthető nyelven írt, érdeklődési köréhez kapcsolódó, lényegre törően megfogalmazott szövegekben.</p>
---	---

IDEGEN NYELV

Nyelvi előkészítő évfolyam a hat osztályos középiskolai nevelés-oktatás előtt

Az idegen nyelvek oktatásának alapvető célja, összhangban a Közös európai referenciakerettel (KER), a tanulók idegen nyelvi kommunikatív kompetenciájának megalapozása és fejlesztése. A kommunikatív nyelvi kompetencia szorosan összefonódik az általános kompetenciákkal, vagyis a világról szerzett ismeretekkel, a gyakorlati készségekkel és jártasságokkal, valamint a motivációval, amelyek mindenfajta tevékenységhez, így a nyelvi tevékenységekhez is szükségesek.

A korszerű idegennyelv-oktatás a nyelvhasználó valós szükségleteire épül, ezért tevékenységközpontú. Olyan helyzetekre készíti fel a tanulókat, amelyek már most vagy a későbbiek során várhatóan fontos szerepet játszanak életükben. A nyelvtanulási folyamat középpontjában a cselekvő tanulók állnak, akik az idegen nyelv segítségével kommunikatív feladatokat oldanak meg. A feladatok megoldása során receptív, produktív, illetve interaktív nyelvi tevékenységeket végeznek. Mivel a valóságban a legtöbb megoldandó feladat több készség együttes alkalmazását teszi szükségessé, ezeket integráltan tanítjuk.

A mindennapi nyelvhasználatban, ezért a nyelvtanulásban is fontos szerepet játszanak a szövegértelmezési és szövegalkotási stratégiák. A recepció során a nyelvhasználó, illetve a nyelvtanuló észleli az írott vagy hallott szöveget, azonosítja mint számára lényegeset, felfogja mint nyelvi egységet és összefüggésében értelmezi. A produkció során megtervezi és szóban vagy írásban létrehozza a közlendőjét tartalmazó szöveget.

A sikeres kommunikáció érdekében a tanulóknak meg kell ismerniük és használniuk kell azokat a nyelvi eszközöket, amelyekből és amelyekkel helyesen megformált, értelmes mondanivaló alakítható ki. Tisztában kell lenniük a mondanivaló szerveződésének, szerkesztésének elveivel, hogy koherens nyelvi egységgé formálhassák közlendőjüket. Ismerniük kell azokat az eszközöket és forogatókönyveket, amelyekkel sikeresen megoldhatók a különféle kommunikációs helyzetek. Tisztában kell lenniük az egész nyelvi érintkezést átszövő szabályokkal, amelyek a nemek, korosztályok, társadalmi csoportok között különböző alkalmakkor szabályozzák az érintkezést. Ide tartoznak a nyelvi udvariassági szabályok, rituálék és a helyzetnek megfelelő hangnem használatának szabályai is.

A nyelvtanítás során törekedni kell arra, hogy a hallott vagy olvasott szöveg autentikus, a feladatvégzés szempontjából hiteles legyen. Az internet segítségével a tanulók maguk is viszonylag könnyen kerülhetnek autentikus célnyelvi környezetbe, részeseivé válhatnak az adott kultúrának, kapcsolatot teremthetnek a célnyelven beszélőkkel, ami komoly motivációs forrás lehet, és elősegítheti az autonóm tanulóvá válást. A tanulási folyamat szervezésében nagy jelentősége van a kooperatív feladatoknak és a projektmunkának, ezek szintén erősíthetik a motivációt.

Az idegen nyelvű kommunikáció során meghatározó jelentőségű a nyelvekkel, a nyelvtanulással és az idegen nyelveket beszélő emberekkel és a más kultúrákkal kapcsolatos pozitív attitűd, ami magában foglalja a kulturális sokféleség tiszteletben tartását és a nyelvek, kultúrák közötti kommunikáció iránti nyitottságot.

A nyelvtanulás tartalmára vonatkozóan a NAT hangsúlyozza a tantárgyközi integráció fontosságát. Fontos, hogy a tanulók az idegen nyelv tanulása során építeni tudjanak más tantárgyak keretében szerzett ismereteikre és személyes tapasztalataikra is. Ugyanakkor az idegen nyelvvel való foglalkozás olyan ismeretekkel, tapasztalatokkal gazdagíthatja a tanulókat, amelyeket más tantárgyak keretében is hasznosítani tudnak.

Az egész életen át tartó tanulás szempontjából kiemelkedő jelentősége van a nyelvtanulási stratégiáknak, amelyek ismerete és alkalmazása segíti a tanulókat abban, hogy nyelvtudásukat önállóan ápolják és fejlesszék, valamint hogy újabb nyelveket sajátítsanak el.

Az idegen nyelvi kommunikatív kompetencia fejlesztése szoros kapcsolatban áll a NAT-ban megfogalmazott kulcskompetenciákkal. A kommunikatív nyelvi kompetencia több ponton érintkezik az anyanyelvi kompetenciával. A szövegalkotás, szövegértelmezés, szóbeli és írásbeli kommunikáció számos készségeleme átvihető az idegen nyelv tanulásába és fordítva, az idegen nyelv tanulása során elsajátított kompetenciák hasznosak az anyanyelvi kommunikáció területén. A két terület erősítheti egymást, olyannyira, hogy megfelelő módszerek alkalmazása esetén az is lehet sikeres nyelvtanuló és nyelvhasználó, akinek hiányosak az anyanyelvi ismeretei, sőt az idegen nyelv tanulása segíthet abban, hogy tudatosabbá váljon az anyanyelv használata.

Az önálló tanulás képességének kialakításában hasznos segítséget nyújt a modern technika, az interneten található autentikus szövegek, a direkt és indirekt nyelvtanulási lehetőségek sokasága. Míg korábban csak az írott és a hallott szöveg megértésének fejlesztését támogatta az internet, ma már számos lehetőség kínálkozik a produktív nyelvhasználatra is. Az ingyen elérhető autentikus hanganyagok és videók, képek, szótárak, interaktív feladatok mellett az írott és a szóbeli csevegés, a fórumozás és a blogolás is élményszerű nyelvtanulásra ad alkalmat. Az önálló tanulás képességének folyamatos fejlesztéséhez azonban szükség van a tanulásról magáról való beszélgetésre, a tanulási stratégiák kialakításában való segítségnyújtásra, az önértékelés és a társértékelés alkalmainak megteremtésére is.

A nyelvtanítás sikerében fontos szerepet játszik a nyelvtanulók ismereteinek, érdeklődésének, igényeinek, nyelvi és nem nyelvi készségeinek bekapcsolása a tanulási folyamatba. A nyelvtanulás ugyanakkor a témák sokfélesége miatt, valamint azért, mert minden más tantárgynál több lehetőséget nyújt a beszélgetésre, kiválóan alkalmas a személyiség kibontakozásának támogatására. A siker másik kulcsa a folyamatos pozitív megerősítés, a tanulók önmagukhoz mért fejlődésének elismerése.

A táblázatokban megjelenő *fejlesztési egységek* (a hallott szöveg értése, szóbeli interakció, összefüggő beszéd, az olvasott szöveg értése és az íráskészség) a valóságban nem különíthetők el egymástól. A hatékony nyelvtanítás feltétele, hogy a különböző készségek fejlesztése mindig integráltan történjen, úgy, ahogy azok a valós kommunikációs helyzetekben előfordulnak. Ezért nem szerepelnek óraszámok a fejlesztési egységek mellett. Külön táblázat tartalmazza az ajánlott témaköröket, amelyben más tantárgyakkal való kapcsolódási pontok is megtalálhatók. A tanulócsoporthoz más tantárgyakat tanító tanárokkal való együttműködés elevenebbé, aktuálisabbá és érdekesebbé teszi a nyelvtanulást, mert lehetőséget nyújt a témák, témakörök természetes, életszerű összekapcsolására.

A nyelvi előkészítő évfolyamra vonatkozó témalista mindkét szinten azonos az élő idegen nyelvi kerettantervekben szereplő, a 7-8. évfolyamok számára ajánlott listával. A NYEK programra készült helyi tantervben kell meghatározni, hogy ezek közül mely témákat dolgozzák fel ezen az évfolyamon és milyen sorrendben, milyen mélységben foglalkoznak velük a későbbi évfolyamokon. Az ajánlott témakörök listája kitekintést tartalmaz a célnyelvi kultúrákra, ily módon biztosítja az interkulturális kompetenciák fejlesztését. Nem szabad szem elől téveszteni azt sem, hogy az idegen nyelvek tanulásának célja egyre inkább az, hogy egy közvetítő nyelv birtokába jussunk, így az is fontos feladat, hogy tanulmányaik során a célnyelvi országok mellett más kultúrákat is megismerjenek és elfogadjanak a tanulók, és olyan kommunikációs helyzeteket is ki tudjanak próbálni, amelyekben a kommunikációs partnernek sem a célnyelv az anyanyelve.

A táblázatok *Fejlesztési célok* rovata a nyelvtanítás aktuális életkori szakaszra vonatkozó, az adott kompetenciával kapcsolatos fejlesztés céljait tartalmazza. A táblázatok *A fejlesztés tartalma* elnevezésű része olyan tevékenységeket tartalmaz, amelyek segítségével az adott nyelvi fejlesztés megvalósítható. A nyelvtanulási és nyelvhasználati stratégiák szervesen beépültek a tartalomba.

A nyelvi előkészítő évfolyam a hat osztályos középiskolai nevelés-oktatás előtt

A 2011. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről 9. § (7) rögzíti, hogy a középiskolákban a nevelés-oktatást nyelvi előkészítő évfolyam (NYEK) előzheti meg, amennyiben az intézmény megfelel a 20/2012. (VIII. 31.). EMMI rendeletben meghatározott feltételeknek. A rendelet 137. §-a (1-4) alapján nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás csak abban a középiskolában folytatható, amelyik három egymást követő tanév átlagában teljesíti azt a feltételt, hogy a 10. évfolyam végéig az első idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamokon tanulók legalább hatvan százaléka a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló, a hivatal által szervezett mérést sikeresen teljesíti. A mérés alól mentesül az a tanuló, akik a mérés időpontjáig bemutatja a célnyelvből szerzett, a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló államilag elismert nyelvvizsga-bizonyítványát.

Amennyiben a tanulók két idegen nyelvet tanulnak, az iskolának a második idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamot követő évfolyamokon folyó nevelési-oktatási szakaszban az oktatás feltételeit oly módon kell biztosítani, hogy a képzést nyelvi előkészítő évfolyamon kezdő tanulók legalább ötven százaléka a tanulmányok befejezéséig vagy a KER szerinti B2 szintű államilag elismert nyelvvizsgát, vagy a KER szerinti B2 szintű idegennyelvtudásnak megfelelő emelt szintű érettségi vizsgát tegyen. A rendeletben megadott feltételeket először a 2012/2013. tanévben nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatásra kell alkalmazni, és a 2014/2015. tanév végéig teljesíteni kell, ennek hiányában új NYEK képzést az adott középiskola a következő tanévben nem indíthat.

A hat osztályos gimnáziumi nevelés-oktatást megelőző nyelvi előkészítő évfolyam, azaz a 7/Ny osztályok (20/2012., 2. § (2) b)) általános céljai megegyeznek az „Idegen nyelvek” kerettantervekben megfogalmazottakkal. Az előkészítő évben biztosított intenzív nyelvtanulás keretében a különböző háttérrel érkező tanulók esélyt kapnak tudásuk összehangolására, a felzárkózásra és az intenzív fejlődésre. A NYEK képzés közvetlen célja, hogy a nyelvi előkészítő évfolyamon a tanulók intenzív nyelvtanulással olyan nyelvtudáshoz jussanak, amely megalapozza a további évek nyelvtanulását. A tervezéskor figyelembe kell venni azonban, hogy a nyelvi előkészítő évfolyam magas idegen nyelvi óraszámú elsősorban nem arányosan megemelt tananyagmennyiséget jelent, hanem tágabb teret biztosít az elmélyítésre, a gyakorlásra és a szilárd alapok megteremtésére. A tanulók életkora és nyelvtanulási tapasztalata miatt különösen fontos ez a hat osztályos nyelvi előkészítő évfolyamokon.

A Nemzeti alaptantervhez hasonlóan, a közműveltségi elemeket a tantárgy egyedi jellemzői miatt a NYEK kerettantervben is azok a nyelvi szintek és kompetenciák testesítik meg, amelyeket a nemzetközi gyakorlatban és az érettségi követelményrendszerben mérceként használt Közös európai referenciakeret (KER) határoz meg. A nyelvi kompetenciák komplex fejlesztéséhez az ajánlott témakörök kínálnak kontextust. Az idegen nyelvi kerettanterv a KER-ben leírt készségek alapján határozza meg a nyelvtanulás fejlesztési egységeit, ezek a hallott és olvasott szöveg értése, a szóbeli interakció, az összefüggő beszéd és az íráskészség. A KER-ben meghatározott nyelvi szintek és kompetenciák azonban nem mechanikusan, hanem a tanulók életkori sajátosságainak tükrében értelmezve kerültek be a kerettantervbe.

Jelen kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló hat osztályos gimnáziumi képzés nyelvi előkészítő évfolyamára készült. Az egyes évfolyamoknál szereplő két szintet egyrészt a 20/2012. EMMI rendeletben meghatározott feltételek indokolják, másrészt annak biztosítása, hogy az intézmények a haladás tempóját az adott tanulók igényeihez igazíthassák. A nyelvtanulási folyamat tervezésekor figyelembe kell venni az egyes tanulócsoportok szükségleteit, az év eleji szintfelmérés eredményét és a tanulók haladási tempóját. A

magasabb óraszám és a rendeletben meghatározott két lehetséges kimeneti szint teret ad tehát a differenciált, a tanulók igényeinek és életkorának megfelelő oktatás megvalósítására.

A nyelvi előkészítő évfolyammal induló középiskolai oktatásban a Nemzeti alaptantervben megadottak szerint a gimnáziumokban kettő nyelvet kötelező tanulni. A második idegen nyelv tanítását célszerű legkésőbb a 7. évfolyamon megkezdeni. A kötelezően elvárt minimumszinteket az első és második idegen nyelvre a lenti táblázat foglalja össze. A megadottaktól az intézmények a megfelelő feltételek megléte esetén felfelé eltérhetnek.

	NYEK évfolyam (7/Ny), minimumszint	8. évfolyam	10. évfolyam, minimumszint	12. évfolyam, minimumszint
1. idegen nyelv	A1-A2	A2-B1	B1-B2	B2
2. idegen nyelv		A1-A2	A2-B1	B1-B2

Az óraszámok vonatkozásában fontos, hogy a nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás megemelt óraszámja nem elsősorban a tananyag növelésére, hanem annak tényleges elmélyítésére, a gyakorlásra szánt idő bővítésére szolgál. A több nyelvóra segítségével az iskolán kívül kevesebb nyelvtanulási lehetőséggel rendelkező tanulók hátránya kompenzálható, sőt a hagyományos képzésben résztvevőkhöz képest magasabb kimeneti szint is elérhető. A kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló képzésre az idegen nyelvek vonatkozásában a következőket írja elő: a nyelvi előkészítő évfolyamon a rendelkezésre álló heti órakeret legalább 60 százalékát, azaz heti 18 órát kell idegennyelv-oktatásra fordítani. A heti öt testnevelés biztosítása a nyelvi előkészítő esetén is kötelező, a fennmaradó órakeret 50%-át pedig fele-fele arányban informatikai ismeretek oktatására valamint képességfejlesztésre kell fordítani.

A 6-10. évfolyamon az első idegen nyelv tanítására legkevesebb heti öt órát, a 11-12. évfolyamokon a haladás függvényében minimum heti három órát kell szánni. Ettől fölfelé az intézmények eltérhetnek. Az óraszámba beletartozhatnak a tantárgyközi integrációra felhasznált órák is, azaz lehetséges és módszertanilag javasolt az egyéb közismereti, illetve szakmai tárgyak tartalmi bevonása a nyelvtanításba, különösen az előírt kimeneti szintet a 10. évfolyamon elérő tanulók esetében. A második idegen nyelv oktatására szánt időkeretet a Nemzeti alaptanterv alapján az intézmény határozza meg, de javasolt a heti legalább 3 óra.

A hat évfolyamos gimnáziumba, így a 7/Ny osztályokba a tanulók igen változatos idegen nyelvi tapasztalatokkal érkeznek, miközben olyan életkorba lépnek, amikor jelentősen felgyorsulhat a nyelvtanulás sebessége. A NYEK célja tehát olyan szilárd alapok létrehozása, mely differenciált oktatással, az életkornak és a valós nyelvhasználatnak megfelelő tevékenységekkel kezeli az új környezetet, az új tanulócsoporthoz, valamint a tanulók nyelvi készségei terén mutatkozó különbségeket, és emellett segíti a motiváció fenntartását. A különböző nyelvtanulási háttérrel érkező tanulók a 7/Ny évfolyam végére az A1, illetve az A2 KER szintet kell, hogy elérjék. Ez szoros kölcsönhatásban történik az adott életkori szakaszra megfogalmazott nevelési célokkal és más kulcskompetenciák fejlesztésével, elsősorban az anyanyelvi kommunikáció, a szociális kompetencia, az esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség, valamint a hatékony, önálló tanulás területén. Egyre nagyobb szerepet kap a digitális kompetencia.

A nyelvi készségek fejlesztése komplex módon történik, úgy, ahogy azok a valós kommunikációs helyzetekben természetes módon összekapcsolódnak. A tanulók egyre több autentikus szövegfajttával ismerkednek meg, bővül a szókincsük, szélesedik nyelvtani ismereteik köre, egyre magabiztosabban tudják megvalósítani beszédszándékaikat. Amellett,

hogy az új nyelvtani szerkezetekkel a korábbi fejlesztési szakaszokhoz hasonlóan továbbra is kontextusba ágyazva ismerkednek meg, egyre többen és egyre jobban érdeklődnek a nyelvben előforduló szabályszerűségek és az anyanyelvhez hasonló vagy attól eltérő nyelvtani jelenségek iránt. A helyes nyelvhasználatban segíthetik őket azok a nyelvtani szabályok, amelyeket maguk fedeznek fel és fogalmazznak meg. Fontos, hogy a nyelvi előkészítő évfolyamon biztosított magasabb óraszám az életkoruknak megfelelő minőségű és mennyiségű, kontextusba ágyazott nyelvtani fejlesztést biztosítja, és nem célozhatja meg magasabb nyelvi szintekhez tartozó szerkezetek tanításának előrehozását vagy környezetükből kiragadott tanítását.

A nyelvtanulás korábbi szakaszainak témakörei a 7/Ny évfolyamon tovább bővülnek és mélyülnek azért, hogy a tanulók érdeklődése és igényei szerint új szempontokból kerülnek feldolgozásra. Ezek és az újonnan feldolgozásra kerülő témák is összhangban állnak a Nat más műveltségi területeinek tartalmaival, és lehetővé teszik a tanulók számára, hogy a nyelv eszközeivel alaposabban, árnyaltabban megismerjék szűkebb és tágabb környezetüket. A nyelvtanulás iránti motiváció fenntartása szempontjából meghatározó jelentősége van a témák gondos megválasztásának és annak, hogy a tanulók kívánságára időről-időre olyan témák is feldolgozásra kerüljenek, amelyek aktuálisan érdeklik, foglalkoztatják őket. A tanulási kedvet fokozza, ha a tanulók változatos munkaformák, értelmes tevékenységek és érdekes, kihívást jelentő feladatok keretében fejleszthetik nyelvtudásukat.

Ebben a fejlesztési szakaszban tovább bővül a megismert és alkalmazott nyelvtanulási stratégiáknak a köre. Ezek fokozatos elsajátítása lehetővé teszi, hogy a tanulók az iskolán kívül is egyre inkább hasznosítsák, fejlesszék nyelvtudásukat. Ugyancsak segítséget jelent számukra, ha gyakorlatot szereznek az önértékelés és a társértékelés módszereinek alkalmazásában, sikeres próbálkozásaik tudatosításában és hibáik felismerésében, azok önálló javításában.

A NYEK sikerét számos tényező segítheti. Az egyik legfontosabb kulcs a tanárok megfelelő felkészítése, hiszen a NYEK csoportok nagy óraszámú történő oktatása mind szakmailag, mind emberileg nagy kihívás elé állítja a nyelvtanárokat. Javasolt, hogy az egyes csoportokat az adott idegen nyelvből egynél több nyelvtanár oktassa, így a tanári és tanulói motiváció fenntartható és erősíthető, az intenzív forma adta nehézségek jelentősen csökkenthetők. Ha egy csoporttal több tanár foglalkozik, az lehetőséget ad a tapasztalatcserére, egymás segítésére és a felelősség megosztására is. A munkamegosztás a tanulási-tanítási folyamat egészére épüljön, a különböző tevékenységeket integráltan kezelve, azaz ne legyenek például a különböző tanároknál a különböző készségek. A tanároknak folyamatosan együtt kell működniük, ebben segítségükre vannak a munka dokumentálásának eszközei, például a közösen vezetett haladási napló és a rendszeres szóbeli egyeztetések. A tanulók több különféle tanári megközelítéssel találkoznak, ezek kiegészítik és erősítik egymást. Ez a kommunikációs helyzetet közelebb viszi a valós nyelvi helyzetekhez, csökkenti az esetleges egyhangúságot, és nagyobb az esély arra is, hogy minden tanuló megtalálja a neki megfelelő nyelvtanulási módot.

A tananyagok esetében a nyelvi előkészítő évfolyam nagyobb nyelvi órászáma miatt több lehetőség adódik kiegészítő anyagok felhasználására, ezek segítségével a tanulási motiváció tovább erősíthető, és a nyelvtanulás autentikusabbá válik. A jól kiválasztott anyagok az egyes készségek fejlesztésében nagy segítséget jelenthetnek. Az elektronikus anyagok, az IKT integrálása a nyelvtanulásba különösen fontos eszköz lehet. A nyelvi előkészítő évfolyam megfelelő tervezéssel változatos és hatékony nyelvtanulást eredményez, számos olyan tevékenységre ad lehetőséget, amelyekre az egyéb nyelvtanulási formákban általában kevesebb idő jut.

A nyelvi előkészítő évfolyam a mérés, értékelés terén is összetettebb feladatot jelent. A tanulók iskolai életében különösen nagy hangsúly kerül a nyelvtanulásra, így a folyamatos

visszajelzés nagy jelentőséggel bír. A nagyobb óraszám lehetőséget ad az alapos és sokszínű értékelésre, mely mind eszközeiben (projektmunka, prezentáció stb.), mind az értékelő személyében (tanár, társ vagy a tanuló önmaga) igen változatos lehet. Az osztályozáson túl hasznos lehet a rendszeres írásbeli vagy szóbeli szöveges értékelés, például egy előre kidolgozott szempontsorról (órai munka, iskolán kívüli nyelvtanulás, házi feladat, projekt munkák stb.). A NYEK-en elérhető látványos fejlődés regisztrálásában segítség lehet az Európai nyelvtanulási napló, mellyel a tanulók maguk is dokumentálni tudják eredményességüket, így tudatosabban követhetik nyelvtudásuk erősödését. Abban is segítségükre lehet, hogy kialakuljon bennük a saját tanulásukért, fejlődésükért vállalt felelősség.

Az intenzív nyelvtanulás dinamikája eltér a szokásostól, ezért több pontra külön figyelmet kell fordítani. Különösen fontos a motiváció fenntartása, amiben segít a tanulókkal való szoros együttműködés, a valós tanulási helyzetek megteremtése, a változatos tevékenységek. Meg kell találni az új anyag és a gyakorlás megfelelő arányát, valamint tudni kell kezelni azt a csalódást, amelyet az intenzív tanulásból fakadó látványos fejlődés későbbi (természetes) lassulása okoz.

A nyelvi előkészítő évfolyamon megnő a differenciálás jelentősége is. A NYEK elegendő teret hagy számos olyan feladatra, amelyekre a normál nyelvi képzésben nehezebb időt találni, ilyen például a tanulók fokozatos felkészítése az önálló nyelvtanulásra, vagy a nyelvtanulásnak a személyiségfejlődésre gyakorolt pozitív hatásainak kiaknázása. A nagyobb órakeret több lehetőséget kínál a „kísérletezésre”, az innovációra, új módszerek, eljárások kipróbálására. Az eredmények jól hasznosíthatók az intézmény munkájának más területein is, például más tantárgyakban is segíthetik a módszertani innovációt.

A NYEK végére a tanulók idegen nyelvi tudása lehetővé teszi, hogy a körülöttük lévő világról idegen nyelven is szerezzenek információt, és ezzel a lehetőséggel már tudatosan éljenek. A különböző célok és tartalmak idegen nyelvi fejlesztésében segítenek eligazodni a témakörök táblázatában megadott kapcsolódási pontok. Tudatosítani kell a tanulóknál, hogy az idegen nyelv kulcskompetencia, amely segítséget nyújt a magánéletben és a tanulásban, később a szakmai pályafutás során is az eligazodásban és a boldogulásban. A szakközépiskolákban indított előkészítő évfolyamokon érdemes lehetőséget biztosítani arra is, hogy a tanulók idegen nyelven is ismerkedjenek az intézmény profiljának megfelelő szakmai tartalommal.

A1 kimeneti szinthez

Fejlesztési egység	Hallott szöveg értése
Előzetes tudás	Aktív részvétel az órai tevékenységekben, a célnyelvi óravezetés követése, az egyszerű tanári utasítások és kérdések, valamint a korábban feldolgozott szövegek megértése, begyakorolt rövid párbeszédtek folytatása, minta alapján egyszerű szövegek alkotása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kissé komplexebb formában elhangzó és kevesebb nonverbális elemmel támogatott célnyelvi óravezetés követése; az osztálytermi tevékenységekhez kapcsolódó, kevesebb nonverbális elemmel támogatott és bővülő szókinccsel megfogalmazott, de továbbra is rövid, egyszerű tanári utasítások megértése; az ismert témákhoz kapcsolódó, egy-egy rövid mondatból álló kérdések, néhány rövid mondatból álló megnyilatkozások megértése;

	a mindennapi témakörökben elhangzó rövid, egyszerű szövegekben az ismerős szavak, fordulatok felismerése, ezekből következtetés a szövegek témájára; a megértést segítő feladatokra támaszkodva a lényeg és néhány konkrét információ kiszűrése ismert témájú rövid, egyszerű szövegekből; néhány, a megértést segítő alapvető stratégia egyre önállóbb alkalmazása.
A fejlesztés tartalma	
<p>A kissé komplexebb formában elhangzó és kevesebb nonverbális elemmel támogatott célnyelvi óravezetés növekvő biztonsággal történő követése (pl. osztálytermi rutincselekvések, a közös munka megszervezése, eszközhasználat).</p> <p>Rövid, egyszerű tanári utasítások alaposabb és biztosabb megértése (pl. játékos feladatok; manuális tevékenységek; mozgásos, játékos tevékenységek).</p> <p>A tanulóhoz közel álló, ismert témákról szóló rövid kérdések és néhány rövid mondatból álló szövegek megértése.</p> <p>Az életkornak megfelelő, ismert témakörökhöz kapcsolódó, rövid, egyszerű autentikus szövegek bemutatásának aktív követése; a tanult nyelvi elemek felismerése a szövegekben, következtetések levonása a témára, lehetséges tartalomra vonatkozóan; a szöveg lényegének kiszűrése megértést segítő, változatos feladatok segítségével.</p> <p>A megértés során egyre tudatosabb támaszkodás a hallott szövegeket kísérő nonverbális elemekre (pl. képek, képsorok, tárgyak, testbeszéd, hanglejtés) és a beszédhelyzetre.</p> <p>Tanári ösztönzésre a hallott szövegből kiszűrt információk egyre tudatosabb összekapcsolása a témával kapcsolatos egyéb ismeretekkel, és ezek alapján következtetések levonása a tartalomra vonatkozóan.</p> <p>Különböző beszélők egyre biztosabb megértése, amennyiben azok a célnyelvi normának megfelelő vagy ahhoz közelítő kiejtéssel, a tanuló nyelvi szintjéhez igazított tempóban, szükség esetén szüneteket tartva és a lényegi információkat hangsúlyozva, megismételve beszélnek.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Dalok, versek, képekkel illusztrált mesék és történetek, kisfilmek, animációs filmek, a korosztálynak szóló egyéb hangzó anyagok, tanárral, tanuló társakkal, célnyelvi országokból érkező személyekkel folytatott rövid párbeszéd, tanári beszéd.</p>	

Fejlesztési egység	Szöbéli interakció
Előzetes tudás	Részvétel interakciót igénylő tevékenységekben, egyszerű nyelvi eszközök alkalmazásával.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A beszéd szándék kifejezése egyszerű nyelvi eszközökkel, bővülő szókinccsel és nonverbális elemekkel támogatva;</p> <p>egyszerű kérdések feltevése ismert témákról, illetve válaszadás egyszerű nyelvi eszközökkel a hozzá intézett kérdésekre;</p> <p>rövid beszélgetés folytatása ismert témákról, egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszéd fordulatokkal;</p> <p>rövid beszélgetés folytatása a társakkal a tanult témákról;</p> <p>rövid, egyszerű szövegek közös előadása; az ismert szöveg célnyelvi normákhoz közelítő kiejtése, helyes intonációval és megfelelő beszédtempóban.</p>
A fejlesztés tartalma	
A mondanivaló nonverbális elemekkel (pl. testbeszéddel, hanglejtéssel, vizuális eszközökkel)	

támogatott kifejezése bővülő szókinccsel, egyszerű nyelvi eszközökkel.
 Rövid válaszokkal, cselekvéssel való reagálás ismert témákhoz vagy osztálytermi szituációkhoz kapcsolódó, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott kérdésekre, kérésekre, felszólításokra.
 Egyszerű kérdések feltevése ismert témákhoz, osztálytermi szituációkhoz, egyéni szükségletekhez kapcsolódva.
 Egyszerű nyelvi eszközöket és nonverbális elemeket tartalmazó rövid párbeszéd eljátszása társakkal.
 Kommunikálás begyakorolt beszédfordulatokkal (pl. bemutatkozás, bemutatás, üdvözlés, köszönés, alapvető információ kérése és adása saját magáról, társairól, közvetlen környezetéről, különböző dolgok kérése és adása, tetszés, nemtetszés kifejezése).
 Meg nem értés esetén nonverbális elemekkel, pl. testbeszéddel támogatott ismétlés, magyarázat kérése.
 Néhány egyszerű, a beszélgetés strukturálása szempontjából fontos elem megismerése és alkalmazása (pl. beszélgetés kezdeményezése, figyelemfelhívás).
 Hallott, látott jelenségekre (pl. váratlan osztálytermi történésekre, időjárással kapcsolatos megfigyelésekre) való reagálás egyszerű nyelvi eszközökkel.
 Aktív részvétel dalok, mondókák, versek, mesék, történetek előadásában, szóbeli nyelvi játékokban; nonverbális elemekkel támogatott történet elmondásába való bekapcsolódás az ismert szavak, kifejezések, beszédfordulatok szintjén.
A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások
 Dalok, mondókák, versek, mesék, illusztrált történetek, mozgással kísért rövid cselekvéssorok, kérdések, rövid párbeszédek, dramatizált jelenetek, néhány mondatos leírások, egyszerű felszólítások, kérések, információ hiányán, illetve különbözőségén alapuló szövegek.

Fejlesztési egység	Összefüggő beszéd
Előzetes tudás	Néhány összefüggő mondat elmondása önmagáról és a tanult témákról. A megismert versek, mondókák felidézése.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rövid, egyszerű szövegek elmondása, illetve párbeszéd előadása társaival közösen, tanári segítséggel; egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott, összefüggő leírás adása saját magáról és a környezetében előforduló tárgyokról, élőlényekről, eseményekről; néhány egyszerű nyelvtani szerkezet és mondatfajta használata; a szavak, szócsoportok, egyszerű cselekvések, történések összekapcsolása kötőszavakkal; munkájának bemutatása egyszerű nyelvi eszközökkel; ismert szöveg elmondása a célnyelvi normához közelítő kiejtéssel, intonációval és beszédtempóban.
A fejlesztés tartalma	
Gyermekirodalmi mű (pl. vers, dal, mese), történet, cselekvéssor közös vagy önálló előadása társak, másik osztály, szülők vagy tanárok részére. Felkészülést követően nonverbális elemekkel támogatott egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal megfogalmazott szerepjáték előadása társakkal. Minta alapján, tanári segítséggel összefüggő szöveg alkotása; szavak, szócsoportok, cselekvéssorok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, de, azután). Egyénileg vagy csoportban létrehozott alkotás, tárgy rövid bemutatása és értékelése (pl. kö-	

zős plakát készítése, kiállítása, szóbeli bemutatása és értékelése).
 Tanári példa vagy autentikus hangzóanyag hallgatása és együttes elmondása után közös vagy önálló ismétlés; a kiejtés, intonáció, hangsúly, ritmus játékos gyakorlása (pl. hangerő vagy hangszín változtatásával, érzelmek kifejezésével, ritmushangszerek vagy mozgás kíséretével).
A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások
 Dalok, versek, mesék, rövid történetek, cselekvéssorok, leírások (pl. tanulói munka bemutatása), rövid szerepek, interaktív feladatok.

Fejlesztési egység	Olvasott szöveg értése
Előzetes tudás	Részvétel olvasást igénylő nyelvi tevékenységekben, ismert szavak, rövid szövegek elolvasása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A megértést segítő elemekre támaszkodva felismeri és megérti az egyszerű szövegekben az ismert nevek, szavak és mondatok felismerése és megértése; a különböző műfajú, egyszerű, autentikus szövegek lényegének megértése; egyszerű, autentikus szövegekből néhány alapvető információ kiszűrése; az olvasott szövegre vonatkozó egyszerű feladatok elvégzése; a készségek, képességek kreatív használata az olvasott szövegek értelmezéséhez; érdeklődés kialakítása a célnyelvi kultúra irodalmi, művészeti alkotásai iránt.
A fejlesztés tartalma	
<p>Rövid, hétköznapi szövegekben ismerős nevek, szavak és egyszerű fordulatok felismerése. Írott szöveggel kapcsolatos tevékenységek végzése (pl. leírás alapján illusztráció készítése, képek sorba rendezése, szövegrészlettel való párosítása).</p> <p>Egyszerű, különböző műfajú szövegek olvasása, lényegük megértése, a szövegek feladatokon keresztül történő feldolgozása.</p> <p>Különböző műfajú szövegek (pl. versek, mesék, történetek, fabulák, viccek) közös olvasása.</p> <p>Egyszerű, informatív szövegből (pl. brosúrából, menetrendből, utcai táblákról, feliratokról) tárgyyszerű információ szerzése.</p> <p>Rövid, egyszerű, írott instrukciók követése képek segítségével (pl. játék összerakása, útbaigazítás).</p> <p>Egyszerűsített nyelvezetű irodalmi alkotások olvasása (pl. versek, mesék, dalszövegek, novellák).</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Történetek, hirdetések, plakátok, egyszerű katalógusok, egyszerű üzenetek, útleírások, képeslapok, feliratok, nyomtatványok hagyományos és online formában.</p>	

Fejlesztési egység	Íráskészség
Előzetes tudás	Részvétel írást igénylő játékos nyelvi tevékenységekben, s ezek során rövid szavak, mondatok másolása.

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Ismert témáról rövid, egyszerű mondatok írása; Meadott mintát követve különböző műfajú és életkorának megfelelő témájú rövid szövegek alkotása; írásbeli válaszadás személyes adatokra vonatkozó egyszerű kérdésekre; a közösen feldolgozott olvasott szöveghez kapcsolódó írásbeli feladatok elvégzése; részvétel írásbeli nyelvi játékokban; a meglévő szókincs, tudás képes kreatív alkalmazása az őt érdeklő témájú, egyszerű szövegek írásához.</p>
<p>A fejlesztés tartalma</p>	
<p>Szavak és rövid szövegek másolása, illetve hallás utáni leírása. Rövid mondatok írása egyszerű nyelvi szerkezetek felhasználásával (pl. napirend bemutatása, emberek, állatok, tárgyak jellemzése, képfeliratok készítése). Különböző műfajú, egyszerű, rövid szövegek írása (pl. hagyományos vagy elektronikus képeslap, üdvözlőlap, meghívó, üzenet, SMS, e-mail). Egyszerű, autentikus kérdőívek, adatlapok kitöltése. Projektmunka készítése (pl. poszterek, hirdetések, faliújságok, tájékoztató táblák, ismertető). Az életkornak megfelelő irodalmi művek (pl. mesék, történetek) bizonyos elemeinek megváltoztatása, átírása. Különböző típusú szövegek kreatív írása (pl. napló, dalszöveg, listaversek, szabadversek). Egy-két mondatos üzenet, illetve bejegyzés írása internetes közösségi oldalon, blogban vagy fórumban. <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Leírás, felirat, utasítás, képeslap, üdvözlőkártya, meghívó, üzenet, SMS, e-mail, levél, adatlap, bejegyzés, dalszöveg.</p>	

<p>Ajánlott témakörök a 7/Ny és a 7-8. évfolyamokra</p>	
<p>Ajánlott témakörök</p>	<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Család Én és a családom Családtagok bemutatása, családfa Családi események, közös programok Családi ünnepek Nagyszüleim világa</p>	<p>Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok: család, otthon; az ember az időben: gyermekkor, felnőttkor, öregkor Hon- és népismeret: családuknk története Életvitel és gyakorlat: családi munkamegosztás</p>

<p>Otthon Otthonom, szűkebb környezetem Lakóhelyiségek, bútorok, berendezési tárgyak Lakóhelyem, tágabb környezetem Otthonok a célnyelvi országban és a nagyvilágban Otthontalanok</p>	<p>Matematika: tájékozódás a térben Történelem: család és lakóhely Hon- és népismeret: az én városom, falum</p>
<p>Étkezés Napi étkezések Kedvenc ételeim, italaim Egészséges táplálkozás Receptek, főzés, sütés, főzőműsorok Étkezési szokások a célnyelvi kultúrában és a nagyvilágban</p>	<p>Biológia: táplálkozás Kémia: egészséges táplálkozás: a zsírok és cukrok szerepe Életvitel és gyakorlat: családi munkamegosztás Matematika: halmazok, diagramok készítése, értelmezése, táblázatok olvasása</p>
<p>Idő, időjárás Az óra Évszakok és hónapok A hét napjai és napszakok Időjárás Időjárási rekordok Időjárási jelenségek Természeti katasztrófák</p>	<p>Földünk - környezetünk: éghajlat és lakóhelyek; időjárási, éghajlati elemek Fizika: természeti katasztrófák</p>
<p>Öltözködés Ruhadarabok Kedvenc ruháim Divat világa</p>	<p>Történelem: öltözködés, divat Erkölcstan és etika: szokások, társadalmi szabályok</p>
<p>Sport Testrészek és mozgás Kedvenc sportom Sportok, sportfelszerelések Extrém sportok Sportversenyek, olimpia</p>	<p>Biológia: az ember megismerése és egészsége Testnevelés és sport: mozgásos játékok, sportversenyek, szabályok</p>

<p>Iskola, barátok Iskolám, osztálytermünk Tantárgyaim, tanárain Osztálytársaim, barátaim Tanórán kívüli közös programjaink Iskolai élet más országokban</p>	<p>Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok: barátság, szeretet, tisztelet, egymás segítése</p>
<p>Szabadidő, szórakozás Szabadidős tevékenységek, kedvenc időtöltésem Internet, interaktív játékok, Mozi, színház, zenehallgatás, kiállítások Közös időtöltés barátokkal</p>	<p>Testnevelés és sport: sportok Ének - Zene: zenehallgatás Dráma és tánc: színház, előadások Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások Informatika: Az információs technológián alapuló kommunikációs formák, médiainformatika</p>
<p>Természet, állatok Kedvenc állataim Kisállatok, felelős állattartás Kontinensek, tájegységek Hazánk és más országok, más kontinensek élővilága</p>	<p>Biológia: a természetföldrajzi környezet és az élővilág összefüggései Földünk - környezetünk: földrészek és óceánok, felszínformák, hazánk természeti adottságai; Európán kívüli kontinensek, tájak, országok Életvitel és gyakorlat: hobbiállatok gondozása</p>
<p>Ünnepek és szokások Az én ünnepeim Ünnepek itthon és a nagyvilágban</p>	<p>Történelem: hétköznapiak, ünnepek Hon- és népismeret: találkozás a múlttal: Ünnepeinek eredete és szokásrendje</p>
<p>Város, bevásárlás Városok, települések, falvak Épületek, utcák Tájékozódás, útbaigazítás Üzletek, bevásárlóközpontok, piac Vásárlás Látnivalók, nevezetességek a lakóhelyemen Híres városok és nevezetességeik</p>	<p>Matematika: tájékozódás a térben, térbeli alakzatok Földünk - környezetünk: országok, városok Hon- és népismeret: az én városom, falum, a hazai táj, a világörökség elemei Életvitel és gyakorlat: közlekedés, vásárlás</p>
<p>Utazás, pihenés Vakáció, nyaralás</p>	<p>Földünk - környezetünk: tájékozódás a földrajzi térben, Európa, Európán kívüli kontinensek, tájak, országok</p>

Táborok, osztálykirándulás Közlekedési eszközök Utazás belföldön és külföldön	Biológia: az erdők világa Hon- és népismeret: az én városom, falum, a hazai táj, a világörökség elemei
Fantázia és valóság Kedvenc olvasmányaim, könyveim Képzetelem világa Utazás a jövőbe	Dráma és tánc: dramatikus játékok Rajz és vizuális kultúra: képzeletem világa
Zene, művészetek Kedvenc zeném, együttesem Film- és színházi élményeim Kedvenc múzeumom Kiállítások, rendezvények, koncertek Zenei világnap	Ének - Zene: zenehallgatás Dráma és tánc: színház, előadások Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások
Környezetünk védelme Veszélyeztetett állat és növényvilág Nevezetes napok: Fák és madarak Napja, a Víz Világnapja, a Duna Napja Szelektív hulladékgyűjtés Környezettudatos viselkedés	Biológia: környezeti rendszerek állapota, védelme, fenntarthatósága Fizika: energiatermelési eljárások Földünk - környezetünk: globális problémák, fenntarthatóság, védett hazai és nemzetközi természeti értékek példái Életvitel és gyakorlat: tudatos vásárlás, egészséges életmód
Egészséges életmód A rendszeres testedzés A helyes táplálkozás Betegségek és megelőzésük	Biológia: betegségek megelőzése Életvitel és gyakorlat: egészséges életmód
Felfedezések Nagy földrajzi felfedezések Híres felfedezők és életútjuk	Történelem: felfedezők és feltalálók Hon- és népismeret: a magyar tudomány és kultúra eredményei a világban
Tudomány, technika Feltalálók és találmányok Híres feltalálók és életútjuk A jövő technikai vívmányai	Biológia: tudománytörténet Hon- és népismeret: a magyar tudomány és kultúra eredményei a világban

<p>Múltunk és jövőnk Családom múltja, gyökereim Az én jövőm Iskolám múltja, jelene A jövő iskolája Lakóhelyem régen és most A jövő városa Földünk jövője</p>	<p>Történelem: különböző korszakok, globális problémák Hon- és népismeret: az én világom, Találkozás a múlttal Földünk - környezetünk: településtípusok; környezettudatosság, környezetvédelem Erkölcstan és etika: a munka világa Életvitel és gyakorlat: pályaorientáció: szakmák, foglalkozások</p>
<p>Média, kommunikáció Internet, interaktív játékok, közösségi oldalak Infokommunikációs eszközök a mindennapokban A média szerepe a hétköznapi életben Testbeszéd Kommunikáció az állatvilágban</p>	<p>Történelem: hírközlés Biológia: kommunikáció az állatvilágban Társadalmi, állampolgári és gazdasági ismeretek: a média és a nyilvánosság szerepe Informatika: az információs technológián alapuló kommunikációs formák, médiainformatika</p>
<p>Földünk és a világűr A naprendszer és a bolygók A Nap és a csillagok Utazások az űrben</p>	<p>Földünk - környezetünk: égitestek Fizika: a naprendszer objektumai, a világűr megismerésének eszközei Matematika: tájékozódás a térben</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A1 szintű nyelvtudás: A tanuló megérti a gazdagodó nyelvi eszközökkel megfogalmazott célnyelvi órávezetést, az ismert témákhoz kapcsolódó kérdéseket, rövid megnyilatkozásokat, szövegeket. Egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal kommunikál. Felkészülés után elmond rövid szövegeket. Közös feldolgozás után megérti az egyszerű olvasott szövegek lényegét, tartalmát. Ismert témáról rövid, egyszerű mondatokat ír, mintát követve önálló írott szövegeket alkot.</p>
--	--

A2 kimeneti szinthez

Fejlesztési egység	Hallott szöveg értése
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz a gazdagodó nyelvi eszközökkel megfogalmazott célnyelvi óravezetés megértése, egyszerű, rövid, hangzó szövegekhez kapcsolódó feladatok megoldása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az osztálytermi tevékenységekhez kapcsolódó tanári utasítások megértése;</p> <p>az ismert témákhoz kapcsolódó egyszerű kérdések és kijelentések megértése;</p> <p>a tanult témakörökben elhangzó szövegekben a tanult szavak, szó- és beszédfordulatok felismerése, és ezekből következtetés a szövegek témájára, tartalmára;</p> <p>az ismert témakörökben elhangzó szövegekben a beszélők gondolatmenetének követése;</p> <p>a lényeg és néhány alapvető információ kiszűrése az ismert témakörökben elhangzó szövegekből, részben önállóan, részben a megértést segítő, változatos feladatokra támaszkodva;</p> <p>néhány, a megértést segítő alapvető stratégia egyre önállóbb alkalmazása.</p>
A fejlesztés tartalma	
<p>Az ismert nyelvi elemekre támaszkodó, szükség szerint nonverbális elemekkel támogatott célnyelvi óravezetés folyamatos követése (pl. osztálytermi rutincselekvések, a közös munka megszervezése, eszközhasználat) és a tanári utasítások megértése.</p> <p>Ismert témákhoz kapcsolódó rövid kérések és kijelentések megértése.</p> <p>Az életkornak megfelelő, ismert témakörökhöz kapcsolódó, rövid, egyszerű autentikus szövegek bemutatásának aktív követése; a tanult nyelvi elemek felismerése; következtetés levonása a szövegfajtára, a témára és a lehetséges tartalomra vonatkozóan;</p> <p>a szöveg lényegének, néhány konkrét információnak a kiszűrése megértést segítő, változatos feladatok segítségével.</p> <p>Ismert témakörökben elhangzó rövid, egyszerű szövegekben a beszélők gondolatmenetének követése a tanult nyelvi eszközökre támaszkodva, a beszédhelyzetet figyelembe vételével.</p> <p>Különböző beszélők egyre nagyobb biztonsággal való megértése, amennyiben azok a célnyelvi normának megfelelő vagy ahhoz közelítő kiejtéssel, a tanuló nyelvi szintjéhez igazított tempóban, szükség esetén szüneteket tartva és a lényegi információkat megismételve beszélnek.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Dalok, versek, képekkel illusztrált mesék és történetek, kisfilmek, a célnyelvi kultúrát bemutató multimédiás anyagok, a korosztálynak szóló egyéb hangzó anyagok; tanárral, tanuló társakkal, célnyelvi országokból érkező személyekkel folytatott rövid párbeszéd, tanári beszéd, interaktív feladatok.</p>	

Fejlesztési egység	Szóbeli interakció
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal folytatott kommunikáció.

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Egyszerű és közvetlen információcserét igénylő feladatokban kommunikáció ismert témákról, egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal; kérdésfeltevés kiszámítható, mindennapi helyzetekben, válaszadás a hozzá intézett kérdésekre, illetve rövid párbeszéd folytatása; az első lépések megtétele a célnyelv spontán módon történő használata útján; egyre több kompenzációs stratégia tudatos alkalmazása a megértetés, illetve a beszédpartner megértése érdekében; törekvés a célnyelvi normához közelítő kiejtésre, intonációra és beszédtempóra.</p>
<p>A fejlesztés tartalma</p>	
<p>Tudatosan megválasztott nonverbális elemekkel támogatott mondanivaló kifejezése, egyre bővülő szókinccsel, begyakorolt beszédfordulatokkal, egyszerű nyelvi eszközökkel. Egyszerű, tényszerű információk megszerzése és továbbadása. Vélemény, gondolat, érzés kifejezése, illetve ezekre való rákérdezés egyszerű nyelvi eszközökkel. Ismert témákhoz, mindennapi helyzetekhez vagy osztálytermi szituációkhoz kapcsolódó, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott kérdések feltevése, kérések, felszólítások megfogalmazása, illetve az azokra történő válaszadás. Részvétel ismert témákhoz, mindennapi helyzetekhez kapcsolódó rövid párbeszédben, beszélgetésben. A célnyelv tudatos használata a tanórai tevékenységek során, spontán kommunikálás strukturált, előre látható szituációkban (pl. pár- vagy csoportmunka során társakkal). Lehetőség esetén kapcsolatfelvétel, rövid társalgásban való részvétel, spontán kommunikálás célnyelvi beszélőkkel. Beszélgetés során meg nem értés esetén ismétlés, magyarázat kérése, visszakérdezés alkalmazása, illetve szükség esetén a saját mondanivaló átfogalmazása, egyszerűsítése, pontosítása a kommunikáció fenntartása érdekében. Néhány egyszerű, a beszélgetés strukturálása szempontjából fontos elem megismerése és alkalmazása (pl. a kommunikáció fenntartása, követése, lezárása). Észlelt (hallott/látott) jelenségekre (pl. váratlan osztálytermi történésekre, helyzetekre) való reagálás egyszerű nyelvi eszközökkel. <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Rövid párbeszéd, egyszerű társalgás, szerepjátékok, dramatizált jelenetek, kérdések, felszólítások, kérések, információ hiányán, illetve különbözőségein, véleménykülönbségen alapuló szövegek, spontán megnyilvánulások.</p>	

Fejlesztési egység	Összefüggő beszéd
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz felkészülés után rövid szövegek elmondása.
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Rövid, de egyre bővülő szókinccsel, egyszerű beszédfordulatok alkalmazásával, összefüggő beszéd saját magáról és közvetlen környezetéről; munkája bemutatása egyszerű nyelvi eszközökkel; rövid, egyszerű történetek mesélése; egyszerű állítások, összehasonlítás, magyarázat, indoklás megfogalmazása;</p>

	egyszerű nyelvtani szerkezetek és mondatfajták használata; a szavak, szócsoporthoz, egyszerű cselekvések, történések összekapcsolása lineáris kötőszavakkal, és az ok-okozati összefüggések kifejezése; a megértést segítő legfontosabb stratégiák alkalmazása; a célnyelvi normához közelítő kiejtés, intonáció és beszédtempó alkalmazása.
A fejlesztés tartalma	
<p>Egyre bővülő szókinccsel, egyszerű nyelvi elemekkel megfogalmazott szöveg elmondása ismert témákról, felkészülés után.</p> <p>Történet elmesélése, élménybeszámoló, előre megírt szerep eljátszása egyszerű nyelvtani szerkezetekkel, mondatfajtákkal.</p> <p>Minta alapján összefüggő szöveg alkotása; szavak, szócsoporthoz, cselekvéssorok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, de, azután), illetve magyarázatok, indoklások, ok-okozati kapcsolatok kifejezése kötőszavakkal (pl. mert, ezért, tehát).</p> <p>A mondanivaló jelentésének pontosítása, tisztázása a testbeszéd tudatos alkalmazásával.</p> <p>Csoportos előadás vagy prezentáció jegyzetek alapján.</p> <p>Önálló vagy csoportban létrehozott alkotás rövid bemutatása és értékelése (pl. közös plakát készítése, kiállítása, szóbeli bemutatása és értékelése).</p> <p>Tanári példa vagy autentikus hangzóanyag meghallgatás utáni elismérlése, a célnyelvi normához közelítő kiejtés gyakorlása.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Rövid történetek, élménybeszámolók, szerepek, leírások (pl. képleírás, tanulói munka bemutatása), előadás, prezentáció, témakifejtés.</p>	

Fejlesztési egység	Olvasott szöveg értése
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz közös feldolgozást követően egyszerű olvasott szövegek lényegének, tartalmának megértése.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az ismerős témákról szóló rövid szövegek megértése; az alapvető információk megtalálása az egyszerű, hétköznapi szövegekben; az életkornak megfelelő témájú autentikus szövegek lényegének megértése, a szövegekből az alapvető információk kiszűrése; az olvasott szövegekre vonatkozó feladatok elvégzése; a készsége kreatív használata az olvasott szövegek megértéséhez, értelmezéséhez; tájékozottság növelése a célnyelvi kultúráról; az érdeklődés fokozása a célnyelvi kultúrába tartozó irodalmi, művészeti alkotások iránt.</p>
A fejlesztés tartalma	
<p>Rövid, egyszerű nyelvi eszközökkel, bővülő szókinccsel megfogalmazott szövegek megértése (pl. leírás, történet, párbeszéd a tanulóhoz közel álló témákról).</p> <p>Lényeges információk megtalálása egyszerű szövegekben (pl. hirdetésben, prospektusban, étlapon és menetrendben, rövid újságcikkben, programfüzetben).</p> <p>Egyszerű üzenetek, levelek, elektronikus üzenetek, SMS-ek, bejegyzések megértése.</p> <p>Egyszerű használati utasítások, instrukciók megértése, követése.</p>	

Információszerzés hagyományos és elektronikus forrásokból.
Egyszerű, rövid történetek, mesék, versek és egyszerűsített célnyelvi irodalmi művek olvasása.
A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások
Ismeretterjesztő szövegek, egyszerűsített irodalmi szövegek, mesék, rövid történetek, versek, dalszövegek, cikkek a korosztálynak szóló újságokból és holnapokról, útleírások, hirdetések, plakátok, hagyományos és elektronikus nyomtatványok, internetes fórumok hozzászólásai, képregények, egyszerű üzenetek, képeslapok, feliratok, étlap, menetrend, egyszerű biztonsági előírások, magánlevelek.

Fejlesztési egység	Íráskészség
Előzetes tudás	A1 nyelvi szint, azaz ismert témáról rövid, egyszerű mondatok írása; mintát követve különböző műfajú és a tanulók életkorának megfelelő témájú szövegek alkotása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Összefüggő mondatok írása a közvetlen környezettel kapcsolatos témákról; az írás kommunikációs eszközként történő használata egyszerű interakciókban; gondolatok kifejezése egyszerű kötőszavakkal összekapcsolt mondatokban; a nyelvismeret kreatívan alkalmazása egyszerű szövegek írására az őt érdeklő, ismert témákról; az alapvető írásbeli műfajok sajátos szerkezeti és stílusjegyeinek felismerése és követése.
A fejlesztés tartalma	
<p>Szavak és rövid szövegek másolása és diktálás utáni leírása. Egyszerű szerkezetű, összefüggő mondatok írása a tanuló közvetlen környezetével kapcsolatos témákról, különböző szövegtípusok létrehozása (pl. leírás, élménybeszámoló, párbeszéd). Egyszerű szövegek írása kommunikációs céllal (pl. levél, üzenet, blogbejegyzés, fórumbejegyzés). Egyszerű írásos minták követése, kreatív átdolgozása, aktuális, konkrét és személyes tartalmakkal való megtöltése (pl. egyszerű, személyes témákról minta alapján vers, dalszöveg, rap írása). Gondolatok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, vagy, mert, de, ezért, azután). Gyakori írásbeli műfajok legalapvetőbb szerkezeti és stílusjegyeinek követése saját írásmű létrehozása során (pl. megszólítás levélben, e-mailben, záró formula). A mondanivaló közvetítése vizuális eszközökkel (pl. szövegkiemelés, internetes, vagy SMS-ben használt emotikon, rajz, ábra, diasor). <i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i> Leírás, ismertető, képaláírás, élménybeszámoló, párbeszéd, üzenet, levél, email, SMS, blogbejegyzés.</p>	

Ajánlott témakörök a 7/Ny és a 7-8. évfolyamokra	
Ajánlott témakörök	Kapcsolódási pontok
<p>Család Én és a családom Családtagok bemutatása, családfa Családi események, közös programok Családi ünnepek Nagyszüleim világa</p>	<p>Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok: család, otthon; az ember az időben: gyermekkor, felnőttkor, öregkor Hon- és népismeret: családjunk története Életvitel és gyakorlat: családi munkamegosztás</p>
<p>Otthon Otthonom, szűkebb környezetem Lakóhelyiségek, bútorok, berendezési tárgyak Lakóhelyem, tágabb környezetem Otthonok a célnyelvi országban és a nagyvilágban Otthontalanok</p>	<p>Matematika: tájékozódás a térben Történelem: család és lakóhely Hon- és népismeret: az én városom, falum</p>
<p>Étkezés Napi étkezések Kedvenc ételeim, italaim Egészséges táplálkozás Receptek, főzés, sütés, főzőműsorok Étkezési szokások a célnyelvi kultúrában és a nagyvilágban</p>	<p>Biológia: táplálkozás Kémia: egészséges táplálkozás: a zsírok és cukrok szerepe Életvitel és gyakorlat: családi munkamegosztás Matematika: halmazok, diagramok készítése, értelmezése, táblázatok olvasása</p>
<p>Idő, időjárás Az óra Évszakok és hónapok A hét napjai és napszakok Időjárás Időjárási rekordok Időjárási jelenségek Természeti katasztrófák</p>	<p>Földünk - környezetünk: éghajlat és lakóhelyek; időjárási, éghajlati elemek Fizika: természeti katasztrófák</p>
<p>Öltözködés Ruhadarabok</p>	<p>Történelem: öltözködés, divat Erkölcstan és etika: szokások, társadalmi szabályok</p>

Kedvenc ruháim Divat világa	
Sport Testrészek és mozgás Kedvenc sportom Sportok, sportfelszerelések Extrém sportok Sportversenyek, olimpia	Biológia: az ember megismerése és egészsége Testnevelés és sport: mozgásos játékok, sportversenyek, szabályok
Iskola, barátok Iskolám, osztálytermünk Tantárgyaim, tanárain Osztálytársaim, barátaim Tanórán kívüli közös programjaink Iskolai élet más országokban	Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok: barátság, szeretet, tisztelet, egymás segítése
Szabadidő, szórakozás Szabadidős tevékenységek, kedvenc időtöltésem Internet, interaktív játékok, Mozi, színház, zenehallgatás, kiállítások Közös időtöltés barátokkal	Testnevelés és sport: sportok Ének - Zene: zenehallgatás Dráma és tánc: színház, előadások Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások Informatika: Az információs technológián alapuló kommunikációs formák, médiainformatika
Természet, állatok Kedvenc állataim Kisállatok, felelős állattartás Kontinensek, tájegységek Hazánk és más országok, más kontinensek élővilága	Biológia: a természetföldrajzi környezet és az élővilág összefüggései Földünk - környezetünk: földrészek és óceánok, felszínformák, hazánk természeti adottságai; Európán kívüli kontinensek, tájak, országok Életvitel és gyakorlat: hobbiállatok gondozása
Ünnepek és szokások Az én ünnepeim Ünnepek itthon és a nagyvilágban	Történelem: hétköznapiak, ünnepek Hon- és népismeret: találkozás a múlttal: Ünnepeinek eredete és szokásrendje
Város, bevásárlás Városok, települések, falvak Épületek, utcák	Matematika: tájékozódás a térben, térbeli alakzatok Földünk - környezetünk: országok, városok Hon- és népismeret: az én városom, falum, a

<p>Tájékozódás, útbaigazítás</p> <p>Üzletek, bevásárlóközpontok, piac</p> <p>Vásárlás</p> <p>Látnivalók, nevezetességek a lakóhelyemen</p> <p>Híres városok és nevezetességeik</p>	<p>hazai táj, a világörökség elemei</p> <p>Életvitel és gyakorlat: közlekedés, vásárlás</p>
<p>Utazás, pihenés</p> <p>Vakáció, nyaralás</p> <p>Táborok, osztálykirándulás</p> <p>Közlekedési eszközök</p> <p>Utazás belföldön és külföldön</p>	<p>Földünk - környezetünk: tájékozódás a földrajzi térben, Európa, Európán kívüli kontinensek, tájak, országok</p> <p>Biológia: az erdők világa</p> <p>Hon- és népismeret: az én városom, falum, a hazai táj, a világörökség elemei</p>
<p>Fantázia és valóság</p> <p>Kedvenc olvasmányaim, könyveim</p> <p>Képzetelem világa</p> <p>Utazás a jövőbe</p>	<p>Dráma és tánc: dramatikus játékok</p> <p>Rajz és vizuális kultúra: képzeletem világa</p>
<p>Zene, művészetek</p> <p>Kedvenc zeném, együttesem</p> <p>Film- és színházi élményeim</p> <p>Kedvenc múzeumom</p> <p>Kiállítások, rendezvények, koncertek</p> <p>Zenei világnap</p>	<p>Ének - Zene: zenehallgatás</p> <p>Dráma és tánc: színház, előadások</p> <p>Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások</p>
<p>Környezetünk védelme</p> <p>Veszélyeztetett állat és növényvilág</p> <p>Nevezetes napok: Fák és madarak Napja, a Víz Világnapja, a Duna Napja</p> <p>Szelektív hulladékgyűjtés</p> <p>Környezettudatos viselkedés</p>	<p>Biológia: környezeti rendszerek állapota, védelme, fenntarthatósága</p> <p>Fizika: energiatermelési eljárások</p> <p>Földünk - környezetünk: globális problémák, fenntarthatóság, védett hazai és nemzetközi természeti értékek példái</p> <p>Életvitel és gyakorlat: tudatos vásárlás, egészséges életmód</p>
<p>Egészséges életmód</p> <p>A rendszeres testedzés</p> <p>A helyes táplálkozás</p> <p>Betegségek és megelőzésük</p>	<p>Biológia: betegségek megelőzése</p> <p>Életvitel és gyakorlat: egészséges életmód</p>

<p>Felfedezések Nagy földrajzi felfedezések Híres felfedezők és életútjuk</p>	<p>Történelem: felfedezők és feltalálók Hon- és népismeret: a magyar tudomány és kultúra eredményei a világban</p>
<p>Tudomány, technika Feltalálók és találmányok Híres feltalálók és életútjuk A jövő technikai vívmányai</p>	<p>Biológia: tudománytörténet Hon- és népismeret: a magyar tudomány és kultúra eredményei a világban</p>
<p>Múltunk és jövőnk Családom múltja, gyökereim Az én jövőm Iskolám múltja, jelene A jövő iskolája Lakóhelyem régen és most A jövő városa Földünk jövője</p>	<p>Történelem: különböző korszakok, globális problémák Hon- és népismeret: az én világom, Találkozás a múlttal Földünk - környezetünk: településtípusok; környezettudatosság, környezetvédelem Erkölcstan és etika: a munka világa Életvitel és gyakorlat: pályaorientáció: szakmák, foglalkozások</p>
<p>Média, kommunikáció Internet, interaktív játékok, közösségi oldalak Infokommunikációs eszközök a mindennapokban A média szerepe a hétköznapi életben Testbeszéd Kommunikáció az állatvilágban</p>	<p>Történelem: hírközlés Biológia: kommunikáció az állatvilágban Társadalmi, állampolgári és gazdasági ismeretek: a média és a nyilvánosság szerepe Informatika: az információs technológián alapuló kommunikációs formák, médiainformatika</p>
<p>Földünk és a világűr A naprendszer és a bolygók A Nap és a csillagok Utazások az űrben</p>	<p>Földünk - környezetünk: égitestek Fizika: a naprendszer objektumai, a világűr megismerésének eszközei Matematika: tájékozódás a térben</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>A2 szintű nyelvtudás: A tanuló egyszerű hangzó szövegekből kiszűri a lényegét és néhány konkrét információt. Válaszol a hozzá intézett kérdésekre, sikeresen vesz részt rövid beszélgetésekben. Egyre bővülő szókincssel, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazva történetet mesél el, valamint leírást ad saját magáról és közvetlen környezetéről. Megért ismerős témákról írt rövid szövegeket, különböző típusú, egyszerű írott szövegekben megtalálja a fontos információkat. Összefüggő mondatokat, rövid szöveget ír hétköznapi, őt érintő témákról.</p>
---	---

IDEGEN NYELV

Nyelvi előkészítő évfolyam a nyolc osztályos gimnáziumi nevelés-oktatás előtt

Az idegen nyelvek oktatásának alapvető célja, összhangban a Közös európai referenciakerettel (KER), a tanulók idegen nyelvi kommunikatív kompetenciájának megalapozása és fejlesztése. A kommunikatív nyelvi kompetencia szorosan összefonódik az általános kompetenciákkal, vagyis a világról szerzett ismeretekkel, a gyakorlati készségekkel és jártasságokkal, valamint a motivációval, amelyek mindenfajta tevékenységhez, így a nyelvi tevékenységekhez is szükségesek.

A korszerű idegennyelv-oktatás a nyelvhasználó valós szükségleteire épül, ezért tevékenységközpontú. Olyan helyzetekre készíti fel a tanulókat, amelyek már most vagy a későbbiek során várhatóan fontos szerepet játszanak életükben. A nyelvtanulási folyamat középpontjában a cselekvő tanulók állnak, akik az idegen nyelv segítségével kommunikatív feladatokat oldanak meg. A feladatok megoldása során receptív, produktív, illetve interaktív nyelvi tevékenységeket végeznek. Mivel a valóságban a legtöbb megoldandó feladat több készség együttes alkalmazását teszi szükségessé, ezeket integráltan tanítjuk.

A mindennapi nyelvhasználatban, ezért a nyelvtanulásban is fontos szerepet játszanak a szövegértelmezési és szövegalkotási stratégiák. A recepció során a nyelvhasználó, illetve a nyelvtanuló észleli az írott vagy hallott szöveget, azonosítja mint számára lényegeset, felfogja mint nyelvi egységet és összefüggésében értelmezi. A produkció során megtervezi és szóban vagy írásban létrehozza a közlendőjét tartalmazó szöveget.

A sikeres kommunikáció érdekében a tanulóknak meg kell ismerniük és használniuk kell azokat a nyelvi eszközöket, amelyekből és amelyekkel helyesen megformált, értelmes mondanivaló alakítható ki. Tisztában kell lenniük a mondanivaló szerveződésének, szerkesztésének elveivel, hogy koherens nyelvi egységgé formálhassák közlendőjüket. Ismerniük kell azokat az eszközöket és forgatókönyveket, amelyekkel sikeresen megoldhatók a különféle kommunikációs helyzetek. Tisztában kell lenniük az egész nyelvi érintkezést átszövő szabályokkal, amelyek a nemek, korosztályok, társadalmi csoportok között különböző alkalmakkor szabályozzák az érintkezést. Ide tartoznak a nyelvi udvariassági szabályok, rituálék és a helyzetnek megfelelő hangnem használatának szabályai is.

A nyelvtanítás során törekedni kell arra, hogy a hallott vagy olvasott szöveg autentikus, a feladatvégzés szempontjából hiteles legyen. Az internet segítségével a tanulók maguk is viszonylag könnyen kerülhetnek autentikus célnyelvi környezetbe, részeseivé válhatnak az adott kultúrának, kapcsolatot teremthetnek a célnyelven beszélőkkel, ami komoly motivációs forrás lehet, és elősegítheti az autonóm tanulóvá válást. A tanulási folyamat szervezésében nagy jelentősége van a kooperatív feladatoknak és a projektmunkának, ezek szintén erősíthetik a motivációt.

Az idegen nyelvű kommunikáció során meghatározó jelentőségű a nyelvekkel, a nyelvtanulással és az idegen nyelveket beszélő emberekkel és a más kultúrákkal kapcsolatos pozitív attitűd, ami magában foglalja a kulturális sokféleség tiszteletben tartását és a nyelvek, kultúrák közötti kommunikáció iránti nyitottságot.

A nyelvtanulás tartalmára vonatkozóan a NAT hangsúlyozza a tantárgyközi integráció fontosságát. Fontos, hogy a tanulók az idegen nyelv tanulása során építeni tudjanak más tantárgyak keretében szerzett ismereteikre és személyes tapasztalataikra is. Ugyanakkor az idegen nyelvvel való foglalkozás olyan ismeretekkel, tapasztalatokkal gazdagíthatja a tanulókat, amelyeket más tantárgyak keretében is hasznosítani tudnak.

Az egész életen át tartó tanulás szempontjából kiemelkedő jelentősége van a nyelvtanulási stratégiáknak, amelyek ismerete és alkalmazása segíti a tanulókat abban, hogy nyelvtudásukat önállóan ápolják és fejlesszék, valamint hogy újabb nyelveket sajátítsanak el.

Az idegen nyelvi kommunikatív kompetencia fejlesztése szoros kapcsolatban áll a NAT-ban megfogalmazott kulcskompetenciákkal. A kommunikatív nyelvi kompetencia több ponton érintkezik az anyanyelvi kompetenciával. A szövegalkotás, szövegértelmezés, szóbeli és írásbeli kommunikáció számos készségeleme átvihető az idegen nyelv tanulásába és fordítva, az idegen nyelv tanulása során elsajátított kompetenciák hasznosak az anyanyelvi kommunikáció területén. A két terület erősítheti egymást, olyannyira, hogy megfelelő módszerek alkalmazása esetén az is lehet sikeres nyelvtanuló és nyelvhasználó, akinek hiányosak az anyanyelvi ismeretei, sőt az idegen nyelv tanulása segíthet abban, hogy tudatosabbá váljon az anyanyelv használata.

Az önálló tanulás képességének kialakításában hasznos segítséget nyújt a modern technika, az interneten található autentikus szövegek, a direkt és indirekt nyelvtanulási lehetőségek sokasága. Míg korábban csak az írott és a hallott szöveg megértésének fejlesztését támogatta az internet, ma már számos lehetőség kínálkozik a produktív nyelvhasználatra is. Az ingyen elérhető autentikus hanganyagok és videók, képek, szótárak, interaktív feladatok mellett az írott és a szóbeli csevegés, a fórumozás és a blogolás is élményszerű nyelvtanulásra ad alkalmat. Az önálló tanulás képességének folyamatos fejlesztéséhez azonban szükség van a tanulásról magáról való beszélgetésre, a tanulási stratégiák kialakításában való segítségnyújtásra, az önértékelés és a társértékelés alkalmainak megteremtésére is.

A nyelvtanítás sikerében fontos szerepet játszik a nyelvtanulók ismereteinek, érdeklődésének, igényeinek, nyelvi és nem nyelvi készségeinek bekapcsolása a tanulási folyamatba. A nyelvtanulás ugyanakkor a témák sokfélesége miatt, valamint azért, mert minden más tantárgynál több lehetőséget nyújt a beszélgetésre, kiválóan alkalmas a személyiség kibontakozásának támogatására. A siker másik kulcsa a folyamatos pozitív megerősítés, a tanulók önmagukhoz mért fejlődésének elismerése.

A táblázatokban megjelenő *fejlesztési egységek* (a hallott szöveg értése, szóbeli interakció, összefüggő beszéd, az olvasott szöveg értése és az íráskészség) a valóságban nem különíthetők el egymástól. A hatékony nyelvtanítás feltétele, hogy a különböző készségek fejlesztése mindig integráltan történjen, úgy, ahogy azok a valós kommunikációs helyzetekben előfordulnak. Ezért nem szerepelnek óraszámok a fejlesztési egységek mellett. Külön táblázat tartalmazza az ajánlott témaköröket, amelyben más tantárgyakkal való kapcsolódási pontok is megtalálhatók. A tanulócsoporthoz más tantárgyakat tanító tanárokkal való együttműködés elevenebbé, aktuálisabbá és érdekesebbé teszi a nyelvtanulást, mert lehetőséget nyújt a témák, témakörök természetes, életszerű összekapcsolására.

A nyelvi előkészítő évfolyamra vonatkozó témalista azonos az élő idegen nyelvi kerettantervekben szereplő, az 5-6. évfolyamok számára ajánlott listával. A NYEK programra készült helyi tantervben kell meghatározni, hogy ezek közül mely témákat dolgozzák fel ezen az évfolyamon és milyen sorrendben, milyen mélységben foglalkoznak velük a későbbi évfolyamokon. Az ajánlott témakörök listája kitekintést tartalmaz a célnyelvi kultúrákra, ily módon biztosítja az interkulturális kompetenciák fejlesztését. Nem szabad szem elől téveszteni azt sem, hogy az idegen nyelvek tanulásának célja egyre inkább az, hogy egy közvetítő nyelv birtokába jussunk, így az is fontos feladat, hogy tanulmányaik során a célnyelvi országok mellett más kultúrákat is megismerjenek és elfogadjanak a tanulók, és olyan kommunikációs helyzeteket is ki tudjanak próbálni, amelyekben a kommunikációs partnernek sem a célnyelv az anyanyelve.

A táblázatok *Fejlesztési célok* rovata a nyelvtanítás aktuális életkori szakaszra vonatkozó, az adott kompetenciával kapcsolatos fejlesztés céljait tartalmazza. A táblázatok *A fejlesztés tartalma* elnevezésű része olyan tevékenységeket tartalmaz, amelyek segítségével az adott nyelvi fejlesztés megvalósítható. A nyelvtanulási és nyelvhasználati stratégiák szervesen beépültek a tartalomba.

A nyelvi előkészítő évfolyam a nyolc osztályos gimnáziumi nevelés-oktatás előtt

A 2011. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről 9. § (7) rögzíti, hogy a középiskolákban a nevelés-oktatást nyelvi előkészítő évfolyam (NYEK) előzheti meg, amennyiben az intézmény megfelel a 20/2012. (VIII. 31.). EMMI rendeletben meghatározott feltételeknek. A rendelet 137. §-a (1-4) alapján nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás csak abban a középiskolában folytatható, amelyik három egymást követő tanév átlagában teljesíti azt a feltételt, hogy a 10. évfolyam végéig az első idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamokon tanulók legalább hatvan százaléka a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló, a hivatal által szervezett mérést sikeresen teljesíti. A mérés alól mentesül az a tanuló, akik a mérés időpontjáig bemutatja a célnyelvből szerzett, a KER szerinti B2 szintű nyelvtudást igazoló államilag elismert nyelvvizsga-bizonyítványát.

Amennyiben a tanulók két idegen nyelvet tanulnak, az iskolának a második idegen nyelvből a nyelvi előkészítő évfolyamot követő évfolyamokon folyó nevelési-oktatási szakaszban az oktatás feltételeit oly módon kell biztosítani, hogy a képzést nyelvi előkészítő évfolyamon kezdő tanulók legalább ötven százaléka a tanulmányok befejezéséig vagy a KER szerinti B2 szintű államilag elismert nyelvvizsgát, vagy a KER szerinti B2 szintű idegennyelvtudásnak megfelelő emelt szintű érettségi vizsgát tegyen. A rendeletben megadott feltételeket először a 2012/2013. tanévben nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatásra kell alkalmazni, és a 2014/2015. tanév végéig teljesíteni kell, ennek hiányában új NYEK képzést az adott középiskola a következő tanévben nem indíthat.

A nyolc osztályos gimnáziumi nevelés-oktatást megelőző nyelvi előkészítő évfolyam, azaz az 5/Ny osztályok (20/2012., 2. § (2) b)) általános céljai megegyeznek az „Idegen nyelvek” kerettantervekben megfogalmazottakkal. Az előkészítő évben biztosított intenzív nyelvtanulás keretében a különböző háttérrel érkező tanulók esélyt kapnak tudásuk összehangolására, a felzárkózásra és az intenzív fejlődésre. A NYEK képzés közvetlen célja, hogy a nyelvi előkészítő évfolyamon a tanulók intenzív nyelvtanulással olyan nyelvtudáshoz jussanak, amely megalapozza a további évek nyelvtanulását. A tervezéskor figyelembe kell venni azonban, hogy a nyelvi előkészítő évfolyam magas idegen nyelvi óraszámú elsősorban nem arányosan megemelt tananyagmennyiséget jelent, hanem tágabb teret biztosít az elmélyítésre, a gyakorlásra és a szilárd alapok megteremtésére. A tanulók kora és előzetesen kevés nyelvtanulási tapasztalata miatt különösen igaz ez a nyolc osztályos gimnáziumok NYEK-es tanulóira.

A Nemzeti alaptantervhez hasonlóan, a közműveltségi elemeket a tantárgy egyedi jellemzői miatt a NYEK kerettantervben is azok a nyelvi szintek és kompetenciák testesítik meg, amelyeket a nemzetközi gyakorlatban és az érettségi követelményrendszerben mérceként használt Közös európai referenciakeret (KER) határoz meg. A nyelvi kompetenciák komplex fejlesztéséhez az ajánlott témakörök kínálnak kontextust. Az idegen nyelvi kerettanterv a KER-ben leírt készségek alapján határozza meg a nyelvtanulás fejlesztési egységeit, ezek a hallott és olvasott szöveg értése, a szóbeli interakció, az összefüggő beszéd és az íráskészség. A KER-ben meghatározott nyelvi szintek és kompetenciák azonban nem mechanikusan, hanem a tanulók életkori sajátosságainak tükrében értelmezve kerültek be a kerettantervbe.

Jelen kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló nyolc osztályos gimnáziumi képzés nyelvi előkészítő évfolyamára készült. Az egyes évfolyamoknál szereplő két szintet egyrészt a 20/2012. EMMI rendeletben meghatározott feltételek indokolják, másrészt annak biztosítása, hogy az intézmények a haladás tempóját az adott tanulók igényeihez igazíthassák. A nyelvtanulási folyamat tervezésekor figyelembe kell venni az egyes tanulócsoportok szükségleteit, az év eleji szintfelmérés eredményét és a tanulók haladási tempóját. A

magasabb óraszám és a rendeletben meghatározott két lehetséges kimeneti szint teret ad tehát a differenciált, a tanulók igényeinek és életkorának megfelelő oktatás megvalósítására.

A nyelvi előkészítő évfolyammal induló középiskolai oktatásban a Nemzeti alaptantervben megadottak szerint a gimnáziumokban kettő nyelvet kötelező tanulni. A második idegen nyelvet célszerű legkésőbb a 7. évfolyamon megkezdeni. A kötelezően elvárt minimumszinteket az első és második idegen nyelvre a lenti táblázat foglalja össze. A megadottaktól az intézmények a megfelelő feltételek megléte esetén felfelé eltérhetnek.

	NYEK évfolyam (5/Ny), mini- mumszint	8. évfolyam, minimumszint	10. évfolyam, minimumszint	12. évfolyam, minimumszint
1. idegen nyelv	A1	A2-B1	B1-B2	B2
2. idegen nyelv		A1-A2	A2-B1	B1-B2

Az óraszámok vonatkozásában fontos, hogy a nyelvi előkészítő évfolyammal induló nevelés-oktatás megemelt óraszámja nem elsősorban a tananyag növelésére, hanem annak tényleges elmélyítésére, a gyakorlásra szánt idő bővítésére szolgál. A több nyelvóra segítségével az iskolán kívül kevesebb nyelvtanulási lehetőséggel rendelkező tanulók hátránya kompenzálható, sőt a hagyományos képzésben résztvevőkhöz képest magasabb kimeneti szint is elérhető. A kerettanterv a nyelvi előkészítő évfolyammal induló képzésre az idegen nyelvek vonatkozásában a következőket írja elő: a nyelvi előkészítő évfolyamon a rendelkezésre álló heti órakeret legalább 60 százalékát, azaz 18 órát kell idegennyelv-oktatásra fordítani. A heti öt testnevelés biztosítása a nyelvi előkészítő esetén is kötelező, a fennmaradó órakeret 50%-át pedig fele-fele arányban informatikai ismeretek oktatására valamint képességfejlesztésre kell fordítani.

Az 5-10. évfolyamon az első idegen nyelv tanítására legkevesebb heti öt órát, a 11-12. évfolyamokon a haladás függvényében minimum heti három órát kell szánni. Ettől felfelé az intézmények eltérhetnek. Az óraszámba beletartozhatnak a tantárgyközi integrációra felhasznált órák is, azaz lehetséges és módszertanilag javasolt az egyéb közismereti tárgyak tartalmi bevonása a nyelvtanításba, különösen az előírt kimeneti szintet a 10. évfolyam végéig elérő tanulók esetében. A második idegen nyelv oktatására szánt időkeretet a Nemzeti alaptanterv alapján az intézmény határozza meg, de javasolt a heti legalább 3 óra.

A nyolcosztályos gimnáziumba általában egy év idegennyelv-tanulás után érkeznek a tanulók. A nyelvi előkészítő évfolyam, azaz az 5/Ny osztályokban folyó nyelvoktatás célja az, hogy a tanulók ennek végére elérjék a KER szerinti A1 szintet. A magas óraszám mellett lehetőséget nyújt az új környezet, az új tanulócsoporthoz, valamint a tanulók nyelvi készségei terén mutatkozó különbségek kezelésére. Ezek csak úgy valósulhatnak meg, ha megfelelő tanulási környezet kialakításával (játékos, kooperatív feladatok, tevékenység alapú megközelítés, toleráns, biztonságos környezet megteremtése) a tanulók nyelvtanulási motivációja kialakul és fenn is marad. Fontos, hogy a nyolc osztály előtt álló tanulók örömeiket leljék a nyelvvel való foglalkozásban, valamint hogy ébren maradjon kíváncsiságuk az idegen nyelvet beszélő emberek és kultúrájuk iránt, nyitottak maradjanak az új ismeretek, tapasztalatok befogadására.

Ebben az életkorban a beszédértés és a beszédkézség fejlesztése mellé fokozatosan felzárkózik az olvasott szöveg értése és az írás is. A készségek fejlesztése komplex módon történik, úgy, ahogy azok a valós kommunikációs helyzetekben természetes módon összekapcsolódnak. Az idegen nyelv elsajátítása továbbra is minden esetben kontextusba ágyazva, konkrét beszédhelyzetek során történik, melyekben a verbális és a nem verbális

elemek természetes egységet alkotnak. A nyelvi előkészítő évfolyam magas óraszama ezek elmélyítésére szilárd alapot biztosít.

A nyelvtani szerkezeteket a korábbiakhoz hasonlóan továbbra is kontextusba ágyazva sajátítják el, de fokozatosan felébred az érdeklődésük a célnyelv szabályrendszere és az anyanyelvükhöz hasonló, illetve attól eltérő nyelvi jelenségek iránt. Örömeiket lelik a szabályszerűségek felfedezésében, de a szabályok ismerete csak csekély mértékben segíti nyelvi fejlődésüket. Fontos, hogy a nyelvi előkészítő évfolyamon biztosított magasabb óraszám az életkoruknak megfelelő minőségű és mennyiségű, kontextusba ágyazott nyelvtani fejlesztést biztosítja, és nem célozhatja meg magasabb nyelvi szintekhez tartozó szerkezetek tanításának előrehozását vagy környezetükből kiragadott tanítását.

A motiváció fenntartása érdekében fontos, hogy a tanuló a fejlettségi szintjének megfelelő, változatos, érdekes és értelmes, kihívást jelentő tevékenységek során sajátítsa el az idegen nyelvet, és hogy a feldolgozásra kerülő témakörök megfeleljenek a tanulók érdeklődésének, igényeinek és szükségleteinek. A témakörök az előző fejlesztési szakaszhoz képest bővülnek és mélyülnek, azzal párhuzamosan, ahogy a tanulók érdeklődése alakul, igényeik, szükségleteik változnak. További témák is feldolgozásra kerülnek, amelyek összhangban állnak a Natban szereplő más műveltségi területek, tantárgyak tartalmaival. A „Témakörök” táblázatban megjelölt kapcsolódási pontok segítenek megtalálni azokat a területeket, ahol megvalósítható a tantárgyakon átívelő – akár közös projektek keretében zajló – tanulás.

A nyelvi előkészítő évfolyamon is fontos célkitűzés, hogy a tanulók idegen nyelvi kompetenciájának fejlesztése szoros összefonódásban és kölcsönhatásban történjen a fejlesztési szakaszra vonatkozó nevelési célokkal és más kulcskompetenciák fejlesztésével, elsősorban az anyanyelvi kommunikációval, a szociális kompetenciával, az esztétikai-művészeti tudatossággal és kifejezőképességgel, valamint az önálló tanulással. Fokozatosan egyre nagyobb szerepet kap a digitális kompetencia, hiszen az IKT eszközök használata idegen nyelven is az információszerzés és információcsere korszerű és hatékony eszköze

A NYEK sikerét számos tényező segítheti. Az egyik legfontosabb kulcs a tanárok megfelelő felkészítése, hiszen a NYEK csoportok nagy óraszámában történő oktatása mind szakmailag, mind emberileg nagy kihívás elé állítja a nyelvtanárokat. Javasolt, hogy az egyes csoportokat az adott idegen nyelvből egynél több nyelvtanár oktassa, így a tanári és tanulói motiváció fenntartható és erősíthető, az intenzív forma adta nehézségek jelentősen csökkenthetők. Ha egy csoporttal több tanár foglalkozik, az lehetőséget ad a tapasztalatcserére, egymás segítésére és a felelősség megosztására is. A munkamegosztás a tanulási-tanítási folyamat egészére épüljön, a különböző tevékenységeket integráltan kezelve, azaz ne legyenek például a különböző tanároknál a különböző készségek. A tanároknak folyamatosan együtt kell működniük, ebben segítségükre vannak a munka dokumentálásának eszközei, például a közösen vezetett haladási napló és a rendszeres szóbeli egyeztetések. A tanulók több különféle tanári megközelítéssel találkoznak, ezek kiegészítik és erősítik egymást. Ez a kommunikációs helyzetet közelebb viszi a valós nyelvi helyzetekhez, csökkenti az esetleges egyhangúságot, és nagyobb az esély arra is, hogy minden tanuló megtalálja a neki megfelelő nyelvtanulási módot.

A tananyagok esetében a nyelvi előkészítő évfolyam nagyobb nyelvi óraszama miatt több lehetőség adódik kiegészítő anyagok felhasználására, ezek segítségével a tanulási motiváció tovább erősíthető, és a nyelvtanulás autentikusabbá válik. A jól kiválasztott anyagok az egyes készségek fejlesztésében nagy segítséget jelenthetnek. Az elektronikus anyagok, az IKT integrálása a nyelvtanulásba különösen fontos eszköz lehet. A nyelvi előkészítő évfolyam megfelelő tervezéssel változatos és hatékony nyelvtanulást eredményez, számos olyan tevékenységre ad lehetőséget, amelyekre az egyéb nyelvtanulási formákban általában kevesebb idő jut.

A nyelvi előkészítő évfolyam a mérés, értékelés terén is összetettebb feladatot jelent. A tanulók iskolai életében különösen nagy hangsúly kerül a nyelvtanulásra, így a folyamatos visszajelzés nagy jelentőséggel bír. A nagyobb óraszám lehetőséget ad az alapos és sokszínű értékelésre, mely mind eszközeiben (projektmunka, prezentáció stb.), mind az értékelő személyében (tanár, társ vagy a tanuló önmaga) igen változatos lehet. Az osztályozáson túl hasznos lehet a rendszeres írásbeli vagy szóbeli szöveges értékelés, például egy előre kidolgozott szempontsorról (órai munka, iskolán kívüli nyelvtanulás, házi feladat, projektmunkák stb.). A NYEK-en elérhető látványos fejlődés regisztrálásában segítség lehet az Európai nyelvtanulási napló, mellyel a tanulók maguk is dokumentálni tudják eredményességüket, így tudatosabban követhetik nyelvtudásuk erősödését. Abban is segítségükre lehet, hogy kialakuljon bennük a saját tanulásukért, fejlődésükért vállalt felelősség.

Az intenzív nyelvtanulás dinamikája eltér a szokásostól, ezért több pontra külön figyelmet kell fordítani. Különösen fontos a motiváció fenntartása, amiben segít a tanulókkal való szoros együttműködés, a valós tanulási helyzetek megteremtése, a változatos tevékenységek. Meg kell találni az új anyag és a gyakorlás megfelelő arányát, valamint tudni kell kezelni azt a csalódást, amelyet az intenzív tanulásból fakadó látványos fejlődés későbbi (természetes) lassulása okoz.

A nyelvi előkészítő évfolyamon megnő a differenciálás jelentősége is. A NYEK elegendő teret hagy számos olyan feladatra, amelyekre a normál nyelvi képzésben nehezebb időt találni, ilyen például a tanulók fokozatos felkészítése az önálló nyelvtanulásra, vagy a nyelvtanulásnak a személyiségfejlődésre gyakorolt pozitív hatásainak kiaknázása. A nagyobb órakeret több lehetőséget kínál a „kísérletezésre”, az innovációra, új módszerek, eljárások kipróbálására. Az eredmények jól hasznosíthatók az intézmény munkájának más területein is, például más tantárgyakban is segíthetik a módszertani innovációt.

A NYEK végére a tanulók idegen nyelvi tudása lehetővé teszi, hogy a körülöttük lévő világról idegen nyelven is szerezzenek információt, és ezzel a lehetőséggel már tudatosan éljenek. A különböző célok és tartalmak idegen nyelvi fejlesztésében segítenek eligazodni a témakörök táblázatában megadott kapcsolódási pontok. Tudatosítani kell a tanulóknak, hogy az idegen nyelv kulcskompetencia, amely segítséget nyújt a magánéletben és a tanulásban, később a szakmai pályafutás során is az eligazodásban és a boldogulásban. A szakközépiskolákban indított előkészítő évfolyamokon érdemes lehetőséget biztosítani arra is, hogy a tanulók idegen nyelven is ismerkedjenek az intézmény profiljának megfelelő szakmai tartalommal.

A1 kimeneti szinthez

Fejlesztési egység	Hallott szöveg értése
Előzetes tudás	Aktív részvétel az órai tevékenységekben, a célnyelvi óravezetés követése, az egyszerű tanári utasítások és kérdések, valamint a korábban feldolgozott szövegek megértése, begyakorolt rövid párbeszédtek folytatása, minta alapján egyszerű szövegek alkotása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kissé komplexebb formában elhangzó és kevesebb nonverbális elemmel támogatott célnyelvi óravezetés követése; az osztálytermi tevékenységekhez kapcsolódó, kevesebb nonverbális elemmel támogatott és bővülő szókinccsel megfogalmazott, de továbbra is rövid, egyszerű tanári utasítások megértése; az ismert témákhoz kapcsolódó, egy-egy rövid mondatból álló kérdé-

	<p>sek, néhány rövid mondatból álló megnyilatkozások megértése; a mindennapi témakörökben elhangzó rövid, egyszerű szövegekben az ismerős szavak, fordulatok felismerése, ezekből következtetés a szövegek témájára; a megértést segítő feladatokra támaszkodva a lényeg és néhány konkrét információ kiszűrése ismert témájú rövid, egyszerű szövegekből; néhány, a megértést segítő alapvető stratégia egyre önállóbb alkalmazása.</p>
--	---

A fejlesztés tartalma

A kissé komplexebb formában elhangzó és kevesebb nonverbális elemmel támogatott célnyelvi óravezetés növekvő biztonsággal történő követése (pl. osztálytermi rutincselekvések, a közös munka megszervezése, eszközhasználat).

Rövid, egyszerű tanári utasítások alaposabb és biztosabb megértése (pl. játékos feladatok; manuális tevékenységek; mozgásos, játékos tevékenységek).

A tanulóhoz közel álló, ismert témákról szóló rövid kérdések és néhány rövid mondatból álló szövegek megértése.

Az életkornak megfelelő, ismert témakörökhöz kapcsolódó, rövid, egyszerű autentikus szövegek bemutatásának aktív követése; a tanult nyelvi elemek felismerése a szövegekben, következtetések levonása a témára, lehetséges tartalomra vonatkozóan; a szöveg lényegének kiszűrése megértést segítő, változatos feladatok segítségével.

A megértés során egyre tudatosabb támaszkodás a hallott szövegeket kísérő nonverbális elemekre (pl. képek, képsorok, tárgyak, testbeszéd, hanglejtés) és a beszédhelyzetre.

Tanári ösztönzésre a hallott szövegből kiszűrt információk egyre tudatosabb összekapcsolása a témával kapcsolatos egyéb ismeretekkel, és ezek alapján következtetések levonása a tartalomra vonatkozóan.

Különböző beszélők egyre biztosabb megértése, amennyiben azok a célnyelvi normának megfelelő vagy ahhoz közelítő kiejtéssel, a tanuló nyelvi szintjéhez igazított tempóban, szükség esetén szüneteket tartva és a lényegi információkat hangsúlyozva, megismételve beszélnek.

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Dalok, versek, képekkel illusztrált mesék és történetek, kisfilmek, animációs filmek, a korosztálynak szóló egyéb hangzó anyagok, tanárral, tanuló társakkal, célnyelvi országokból érkező személyekkel folytatott rövid párbeszéd, tanári beszéd.

Fejlesztési egység	Szóbeli interakció
Előzetes tudás	Részvétel interakciót igénylő tevékenységekben, egyszerű nyelvi eszközök alkalmazásával.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A beszédszándék kifejezése egyszerű nyelvi eszközökkel, bővülő szókinccsel és nonverbális elemekkel támogatva; egyszerű kérdések feltevése ismert témákról, illetve válaszadás egyszerű nyelvi eszközökkel a hozzá intézett kérdésekre; rövid beszélgetés folytatása ismert témákról, egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal; rövid beszélgetés folytatása a társakkal a tanult témákról; rövid, egyszerű szövegek közös előadása; az ismert szöveg célnyelvi normákhoz közelítő kiejtése, helyes intonációval és megfelelő beszédtempóban.</p>

A fejlesztés tartalma

A mondanivaló nonverbális elemekkel (pl. testbeszéddel, hanglejtéssel, vizuális eszközökkel) támogatott kifejezése bővülő szókinccsel, egyszerű nyelvi eszközökkel.

Rövid válaszokkal, cselekvéssel való reagálás ismert témákhoz vagy osztálytermi szituációkhoz kapcsolódó, egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott kérdésekre, kérésekre, felszólításokra.

Egyszerű kérdések feltevése ismert témákhoz, osztálytermi szituációkhoz, egyéni szükségletekhez kapcsolódva.

Egyszerű nyelvi eszközöket és nonverbális elemeket tartalmazó rövid párbeszéd eljátszása társakkal.

Kommunikálás begyakorolt beszédfordulatokkal (pl. bemutatkozás, bemutatás, üdvözlés, köszönés, alapvető információ kérése és adása saját magáról, társairól, közvetlen környezetéről, különböző dolgok kérése és adása, tetszés, nemtetszés kifejezése).

Meg nem értés esetén nonverbális elemekkel, pl. testbeszéddel támogatott ismétlés, magyarázat kérése.

Néhány egyszerű, a beszélgetés strukturálása szempontjából fontos elem megismerése és alkalmazása (pl. beszélgetés kezdeményezése, figyelemfelhívás).

Hallott, látott jelenségekre (pl. váratlan osztálytermi történésekre, időjárással kapcsolatos megfigyelésekre) való reagálás egyszerű nyelvi eszközökkel.

Aktív részvétel dalok, mondókák, versek, mesék, történetek előadásában, szóbeli nyelvi játékokban; nonverbális elemekkel támogatott történet elmondásába való bekapcsolódás az ismert szavak, kifejezések, beszédfordulatok szintjén.

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Dalok, mondókák, versek, mesék, illusztrált történetek, mozgással kísért rövid cselekvéssorok, kérdések, rövid párbeszédtek, dramatizált jelenetek, néhány mondatos leírások, egyszerű felszólítások, kérések, információ hiányán, illetve különbözőségén alapuló szövegek.

Fejlesztési egység	Összefüggő beszéd
Előzetes tudás	Néhány összefüggő mondat elmondása önmagáról és a tanult témákról. A megismert versek, mondókák felidézése.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rövid, egyszerű szövegek elmondása, illetve párbeszéd előadása társai-val közösen, tanári segítséggel; egyszerű nyelvi eszközökkel megfogalmazott, összefüggő leírás adása saját magáról és a környezetében előforduló tárgyokról, élőlényekről, eseményekről; néhány egyszerű nyelvtani szerkezet és mondatfajta használata; a szavak, szócsoporthoz, egyszerű cselekvések, történések összekapcsolása kötőszavakkal; munkájának bemutatása egyszerű nyelvi eszközökkel; ismert szöveg elmondása a célnyelvi normához közelítő kiejtéssel, intonációval és beszédtempóban.
A fejlesztés tartalma	
Gyermekirodalmi mű (pl. vers, dal, mese), történet, cselekvéssor közös vagy önálló előadása társak, másik osztály, szülők vagy tanárok részére. Felkészülést követően nonverbális elemekkel támogatott egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal megfogalmazott szerepjáték előadása társakkal.	

Minta alapján, tanári segítséggel összefüggő szöveg alkotása; szavak, szócsoportok, cselekvéssorok összekapcsolása egyszerű kötőszavakkal (pl. és, de, azután).

Egyénileg vagy csoportban létrehozott alkotás, tárgy rövid bemutatása és értékelése (pl. közös plakát készítése, kiállítása, szóbeli bemutatása és értékelése).

Tanári példa vagy autentikus hangzóanyag hallgatása és együttes elmondása után közös vagy önálló ismétlés; a kiejtés, intonáció, hangsúly, ritmus játékos gyakorlása (pl. hangerő vagy hangszín változtatásával, érzelmek kifejezésével, ritmushangszerek vagy mozgás kíséretével).

A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások

Dalok, versek, mesék, rövid történetek, cselekvéssorok, leírások (pl. tanulói munka bemutatása), rövid szerepek, interaktív feladatok.

Fejlesztési egység	Olvasott szöveg értése
Előzetes tudás	Részvétel olvasást igénylő nyelvi tevékenységekben, ismert szavak, rövid szövegek elolvasása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A megértést segítő elemekre támaszkodva felismeri és megérti az egyszerű szövegekben az ismert nevek, szavak és mondatok felismerése és megértése;</p> <p>a különböző műfajú, egyszerű, autentikus szövegek lényegének megértése;</p> <p>egyszerű, autentikus szövegekből néhány alapvető információ kiszűrése;</p> <p>az olvasott szövegre vonatkozó egyszerű feladatok elvégzése;</p> <p>a készségek, képességek kreatív használata az olvasott szövegek értelmezéséhez;</p> <p>érdeklődés kialakítása a célnyelvi kultúra irodalmi, művészeti alkotásai iránt.</p>
A fejlesztés tartalma	
<p>Rövid, hétköznapi szövegekben ismerős nevek, szavak és egyszerű fordulatok felismerése. Írott szöveggel kapcsolatos tevékenységek végzése (pl. leírás alapján illusztráció készítése, képek sorba rendezése, szövegrészlettel való párosítása).</p> <p>Egyszerű, különböző műfajú szövegek olvasása, lényegük megértése, a szövegek feladatokon keresztül történő feldolgozása.</p> <p>Különböző műfajú szövegek (pl. versek, mesék, történetek, fabulák, viccek) közös olvasása.</p> <p>Egyszerű, informatív szövegből (pl. brosúrából, menürendből, utcai táblákról, feliratokról) tárgyias információ szerzése.</p> <p>Rövid, egyszerű, írott instrukciók követése képek segítségével (pl. játék összerakása, útbaigazítás).</p> <p>Egyszerűsített nyelvezetű irodalmi alkotások olvasása (pl. versek, mesék, dalszövegek, novellák).</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Történetek, hirdetések, plakátok, egyszerű katalógusok, egyszerű üzenetek, útleírások, képeslapok, feliratok, nyomtatványok hagyományos és online formában.</p>	

Fejlesztési egység	Íráskészség
Előzetes tudás	Részvétel írást igénylő játékos nyelvi tevékenységekben, s ezek során rövid szavak, mondatok másolása.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismert témáról rövid, egyszerű mondatok írása; Megadott mintát követve különböző műfajú és életkorának megfelelő témájú rövid szövegek alkotása; írásbeli válaszadás személyes adatokra vonatkozó egyszerű kérdésekre; a közösen feldolgozott olvasott szöveghez kapcsolódó írásbeli feladatok elvégzése; részvétel írásbeli nyelvi játékokban; a meglévő szókincs, tudás képes kreatív alkalmazása az őt érdeklő témájú, egyszerű szövegek írásához.
A fejlesztés tartalma	
<p>Szavak és rövid szövegek másolása, illetve hallás utáni leírása.</p> <p>Rövid mondatok írása egyszerű nyelvi szerkezetek felhasználásával (pl. napirend bemutatása, emberek, állatok, tárgyak jellemzése, képfeliratok készítése).</p> <p>Különböző műfajú, egyszerű, rövid szövegek írása (pl. hagyományos vagy elektronikus képeslap, üdvözlőlap, meghívó, üzenet, SMS, e-mail).</p> <p>Egyszerű, autentikus kérdőívek, adatlapok kitöltése.</p> <p>Projektmunka készítése (pl. poszterek, hirdetések, faliújságok, tájékoztató táblák, ismertető).</p> <p>Az életkornak megfelelő irodalmi művek (pl. mesék, történetek) bizonyos elemeinek megváltoztatása, átírása.</p> <p>Különböző típusú szövegek kreatív írása (pl. napló, dalszöveg, listaversek, szabadversek).</p> <p>Egy-két mondatos üzenet, illetve bejegyzés írása internetes közösségi oldalon, blogban vagy fórumban.</p> <p><i>A fenti tevékenységekhez használható szövegfajták, szövegforrások</i></p> <p>Leírás, felirat, utasítás, képeslap, üdvözlőkártya, meghívó, üzenet, SMS, e-mail, levél, adatlap, bejegyzés, dalszöveg.</p>	

Ajánlott témakörök az 5/Ny és az 5-6. évfolyamokra	
Ajánlott témakörök	Kapcsolódási pontok
<p>Család</p> <p>Én és a családom</p> <p>Családtagok bemutatása</p> <p>Családi események, közös programok</p> <p>Családi ünnepek</p> <p>Napirend</p>	<p>Történelem: család és lakóhely</p> <p>Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok, szokások</p> <p>Életvitel és gyakorlat: időbeosztás, napirend</p>
<p>Otthon</p> <p>Otthonom, szűkebb környezetem</p> <p>Lakóhelyiségek, bútorok, berendezési tár-</p>	<p>Természetismeret: lakóhelyi környezet</p> <p>Matematika: tájékozódás a térben, halmazok</p> <p>Hon- és népismeret: az én városom, falum</p>

<p>gyak</p> <p>Kedvenc játékaim</p> <p>Lakóhelyem, tágabb környezetem</p>	
<p>Étkezés</p> <p>Napi étkezések</p> <p>Kedvenc ételeim, italaim</p> <p>Egészséges táplálkozás</p> <p>Receptek, főzés, sütés</p>	<p>Természetismeret: az ember megismerése és egészsége: étrend</p> <p>Matematika: halmazok, diagramok készítése, értelmezése, táblázatok olvasása</p>
<p>Idő, időjárás</p> <p>Az óra</p> <p>Évszakok és hónapok</p> <p>A hét napjai és napszakok</p> <p>Időjárás, időjárási jelenségek megfigyelése</p>	<p>Természetismeret: az időjárás tényezői, Ciklusok a természetben</p> <p>Matematika: számok írása, olvasása, állítások igazságának eldöntése, tapasztalati adatok lejegyzése, táblázatba rögzítése</p>
<p>Öltözködés</p> <p>Évszakok és ruhadarabok</p> <p>Kedvenc ruháim</p> <p>Divat</p>	<p>Történelem: öltözködés, divat</p> <p>Matematika: halmazok</p>
<p>Sport</p> <p>Testrészek és mozgás</p> <p>Sportok, sportfelszerelések</p> <p>Kedvenc sportom</p> <p>Sportversenyek</p>	<p>Természetismeret: Az ember megismerése és egészsége: testrészek</p> <p>Testnevelés és sport: mozgásos játékok, sportversenyek, szabályok</p>
<p>Iskola, barátok</p> <p>Iskolám, osztálytermünk</p> <p>Tantárgyaim, tanárain</p> <p>Osztálytársaim, barátaim</p> <p>Tanórán kívüli közös programjaink</p> <p>Iskolai élet más országokban</p>	<p>Erkölcstan és etika: társas kapcsolatok: barátság, szeretet, tisztelet, segítő kapcsolat</p>
<p>Szabadidő, szórakozás</p> <p>Szabadidős tevékenységek, kedvenc időtöltésem</p> <p>Internet, interaktív játékok</p> <p>Közös időtöltés barátokkal</p>	<p>Testnevelés és sport: sportok</p> <p>Ének - zene: zenehallgatás</p> <p>Dráma és tánc: színház, előadások</p> <p>Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások</p>

<p>Természet, állatok</p> <p>Kisállatok</p> <p>Kedvenc állataim</p> <p>Állatok a ház körül</p> <p>Vadon élő és állatkerti állatok</p> <p>Állatok a nagyvilágban</p> <p>Növények az otthonomban, iskolámban</p> <p>Kontinensek, tájegységek</p>	<p>Természetismeret: élőlények a ház körül, az állatok életmódjának főbb jellemzői, szobavagy kerti növények gondozása, érdekes növények; A Föld szépsége, egyedisége: a Kárpát-medence és hazánk nagy tájai, növénytakarója és élővilága</p> <p>Matematika: halmazok</p>
<p>Ünnepek és szokások</p> <p>Az én ünnepeim</p> <p>Ünnepek itthon és a nagyvilágban</p>	<p>Történelem: hétköznapiak, ünnepek</p>
<p>Város, bevásárlás</p> <p>Városok, települések, falvak</p> <p>Épületek, utcák</p> <p>Tájékozódás, útbaigazítás</p> <p>Üzletek, bevásárlóközpontok, piac</p> <p>Vásárlás</p> <p>Az én városom/falvam</p>	<p>Történelem: falvak és városok, közlekedés</p> <p>Matematika: irányok, térbeli alakzatok</p> <p>Életvitel és gyakorlat: közlekedés, vásárlás</p> <p>Hon- és népismeret: az én városom, falum</p>
<p>Utazás, pihenés</p> <p>Vakáció, nyaralás,</p> <p>Táborok, osztálykirándulás</p> <p>Közlekedési eszközök</p>	<p>Életvitel és gyakorlat: közlekedés</p> <p>Hon- és népismeret: az én városom, falum, a hazai táj, a világörökség elemei</p>
<p>Fantázia és valóság</p> <p>Kedvenc olvasmányaim, könyveim</p> <p>Képzeletem világa</p>	<p>Dráma és tánc: dramatikus játékok</p> <p>Rajz és vizuális kultúra: képzeletem világa, Műalkotások</p>
<p>Zene, művészetek</p> <p>Kedvenc zeném, együttesem</p> <p>Film- és színházi élményeim, múzeumlátogatás</p>	<p>Ének - zene: zenehallgatás</p> <p>Dráma és tánc: színház, előadások</p> <p>Rajz és vizuális kultúra: múzeumok, kiállítások</p>
<p>Környezetünk védelme</p> <p>Veszélyeztetett állat és növényvilág</p> <p>Nevezetes napok: Fák és madarak Napja, a Víz Világnapja, a Duna Napja</p>	<p>Természetismeret: környezeti rendszerek állapota, védelme, fenntarthatósága</p> <p>Matematika: diagramok készítése, értelmezése, táblázatok olvasása</p>

Szelektív hulladékgyűjtés	
Egészséges életmód A rendszeres testedzés A helyes táplálkozás	Természetismeret: az ember megismerése és egészsége: étrend Életvitel és gyakorlat: egészséges életmód

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	A1 szintű nyelvtudás: A tanuló megérti a gazdagodó nyelvi eszközökkel megfogalmazott cél-nyelvi óravezetést, az ismert témákhoz kapcsolódó kérdéseket, rövid megnyilatkozásokat, szövegeket. Egyszerű nyelvi eszközökkel, begyakorolt beszédfordulatokkal kommunikál. Felkészülés után elmond rövid szövegeket. Közös feldolgozás után megérti az egyszerű olvasott szövegek lényegét, tartalmát. Ismert témáról rövid, egyszerű mondatokat ír, mintát követve önálló írott szövegeket alkot.
---	--

7. melléklet

7.2. Kerettanterv az Arany János Tehetséggondozó Programja 9. évfolyamának tantárgyai és a 9-12. évfolyam önismeret és tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgyak oktatásához

Tartalom:

— Bevezetés	2. oldal
— Kerettantervek	
- Kötelező tantárgyak	6. oldal
- Arany János blokk	85. oldal
- Szabadon tervezhető	131. oldal

KERETTANTERV

Középfokú nevelés-oktatás szakasza, Arany János Tehetséggondozó Program

Célok és feladatok

Az Arany János Tehetséggondozó Program (továbbiakban: Tehetséggondozó Program) a nehezebb körülmények között élő (kistelepülési hátrány, rossz szociális környezet stb.), rászoruló és hátrányos helyzetű tehetséges tanulók képességeinek minél sokoldalúbb és eredményesebb kibontakoztatása céljából jött létre. A Tehetséggondozó Programba középiskolák (gimnáziumok és szakközépiskolák), illetve kollégiumok (önállóak vagy a középiskolával közös igazgatásúak) pályázhatnak, közösen kialakított programmal.

Amennyiben a középiskolák (gimnáziumok és szakközépiskolák) vállalják a Tehetséggondozó Program megvalósítását, a 9/AJTP évfolyamra ajánlott tantárgyi programokat és a 9–12. évfolyamra az önismeret és tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgyi programokat, akkor mindezekhez az alábbi kerettanterv használandó, amely segíti az intézményeket helyi tanterveik elkészítésében.

Az iskolák meghatározó szerepe a Tehetséggondozó Programban abban áll, hogy a tanulók számára az előrejutást tehetségük, szorgalmuk, motivációjuk, érdeklődésük alapján hátrányos helyzetük ellenére is biztosítsák.

A Tehetséggondozó Programban kulcsszerepük van a kiemelkedő képzést nyújtó középiskolák mellett a kollégiumoknak is, hiszen a kistelepüléseken vagy kedvezőtlen körülmények között élő, tehetséges tanulóknak a kollégiumokban, az általuk megszervezett programokon, foglalkozásokon keresztül vezet az út a versenyképes tudás megszerzéséhez.

A Tehetséggondozó Program pedagógiai rendszere az európai tehetséggondozás tapasztalatait, valamint a – nem előzmények nélküli – hazai tehetséggondozás évszázados hagyományait felhasználva, a tehetségek felkutatását és a tehetségsegítést veszi figyelembe, abból kiindulva, hogy mindenki tehetséges valamiben.

A Tehetséggondozó Programba jelentkező rászoruló, hátrányos helyzetű tanulók képességei, kreativitása, motiváltsága, érdeklődése más-más formában nyilvánulnak meg, melyeket az intézmények (középiskola és kollégium) nevelő-oktató munkájukkal, fejlesztő tevékenységükkel, kompetenciafejlesztéssel, különböző szervezett munkaformákkal, intézményi és kollégiumi kötelező és szabadon választott programokkal figyelembe vesznek, és a tanulókat úgy fejlesztik, hogy megfeleljenek a követelményeknek, továbbtanulás esetén az értelmiségi lét kihívásainak.

A Tehetséggondozó Program pedagógiai elvei között szereplő elem, hogy olyan emberré neveljék a tanulókat, akik nyitottak az európai és nemzeti értékekre, egészséges énképpel, megfelelő szociális kompetenciával rendelkeznek, képesek hatékony önmenedzselésre, kialakul bennük az igény, a hajlandóság, a készség az élethosszig tartó tanulásra.

A kerettanterv készítésénél a következőkre helyeztük a hangsúlyt:

- épüljenek be a Nemzeti alaptantervben megfogalmazott fejlesztési területek, kulcskompetenciák;
- érvényesüljön a tartalomban a komplexitás, a problémaközpontú személet;
- az „Arany János-i blokk” nyújtson segítséget ahhoz, hogy a tudásbeli és kulturális különbségek leküzdéséhez a tanulásmódszertan, kommunikáció programján keresztül a tanulóknak a tanulásról, a tanulásszervezésről alkotott véleménye változzon;

- kiemelt fejlesztési feladatként az „Arany János-i blokk” önismeret tanterve szolgálja a tanulók személyiségfejlesztését, valamint kerüljön sor a tehetség valamennyi tényezőjének a fejlesztésére.

A fentiekből következik:

- A kerettantervek a tartalom és tevékenységek megjelölésén túl tartalmazzák azokat a tudás- és képességterületeket, melyekkel a tanulók az alapfokú nevelés-oktatás fejlesztő szakaszában megszerzett ismeretek birtokában képesek lesznek a problémákat felismerni, megoldani.
- Az elkészített kerettantervek a témákon, tevékenységeken, tudás- és képességterületeken túl megjelölik azokat a kapcsolatokat, melyek az egyes tantárgyak között, illetve a különböző kollégiumi programok, tevékenységek között vannak a Tehetséggondozó Programban.
- A kerettantervekben található tartalmak, módszerek, tanulásszervezési eljárások (tevékenységek) nagy hangsúlyt helyeznek a tehetséggondozásra, a tehetségfejlesztésre, a tanulók képességeinek sokoldalú és differenciált fejlesztésére. A kerettantervekben a tevékenységfejlesztés közül a mélységben (tudás alkalmazása, kompetenciák kialakítása), tartalomban (tanulóknak szerkesztett tananyag), tempóban (a tanulók eltérő tanulási tempójának figyelembe vétele), feldolgozási képességben (kreativitás, kritikus gondolkodás, problémamegoldó gondolkodás) történő gazdagítás részesül előnyben.
- A kerettantervek céljai között szerepel, hogy az ötéves képzés során a Tehetséggondozó Programban részt vevő tanulók felkészültek legyenek a felsőoktatási intézményben történő továbbtanulásra, angol (vagy más idegen nyelvből) komplex nyelvismeretük (illetve nyelvvizsgájuk) legyen, informatikai tanulmányaik eredményeképpen szerezzék meg az ECDL-bizonyítványt, valamint a Tehetséggondozó Program végére a tanulók rendelkezzenek gépjárművezetői engedéllyel.
- Helyet kap a kerettantervekben az „Arany János-i blokk” önismeret tantárgya, mely az önismeret fejlesztését, a reális énkép kialakítását, a pályaválasztást előkészítő pályaaorientációt, karriertervezést segíti. A tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgy keretében a tanulástechnikák fejlesztésén túl a retorikai gyakorlatok és a kreatív írás stb. segítségével a tanulók a saját tanulásukat tudatosítják, képességeiket fejlesztik.

A Kerettanterv hatása a középiskola pedagógiai programjára, helyi tantervére, a kollégium helyi programjára és a Tehetséggondozó Program pedagógiai rendszerére a következő:

- A programban részt vevő középiskolák vállalják a rászoruló és hátrányos helyzetű tanulók tehetséggondozását. A programról a tanulók számára meghirdetett tanulói pályázatból értesül a szülő és a tanuló. Az ötéves – a 9/AJTP évfolyammal kezdődő és a 12. évfolyammal befejeződő – képzésben a tanulók a 9/AJTP–10. évfolyamokon külön osztályt képeznek, a 11–12. évfolyamon – az érdeklődésnek vagy a pályaválasztásnak megfelelően – részben vagy teljes mértékben más képzési formában részt vevő tanulókkal együtt tanulhatnak.
- A Tehetséggondozó Program ideje alatt a tanulók számára a kollégiumi jogviszony létesítése kötelező. A kerettanterv alapján elkészített 9/AJTP évfolyamos helyi tantervének, a 9–12. évfolyamokon az adott középiskola pedagógiai programjában tervezett helyi tantervnek, a kollégiumi tevékenység- és foglalkozási rendszerből megalkotott helyi kollégiumi programnak, kiegészülve az „Arany János-i blokk”-

kal, egységes pedagógiai rendszert kell alkotnia, ami azt is jelenti, hogy a foglalkozások, tevékenységek helye, időkerete intézmény páronként változhat.

- A középiskola helyi tantervének kialakításánál az öt év alatt figyelemmel kell lenni a fokozatosság elvére, valamint a tehetségigéretnek, tehetségesek igényeire.

Tantárgyi struktúra és óraszámok

A 9/AJTP évfolyam ajánlott tárgyait és időkereteit, illetve az önismeret és a tanulásmódszertan – kommunikáció tantárgyak 9/AJTP és 9–12. évfolyamra szóló időkereteit az alábbi táblázat tartalmazza.

Tantárgyak		Heti óraszámok				
		9/AJTP	9.	10.	11.	12.
Magyar nyelv és irodalom		4				
Matematika		4				
Angol/német nyelv		5				
Informatika		3				
Testnevelés és sport		5				
Komplex humán ismeretek		1				
Természettudományos alapismeretek		1				
Osztályfőnöki óra		1				
Arany János blokk	Tanulásmódszertan és kommunikáció	2	2	2	2	2
	Önismeret	2	2	2	2	2
Szabadon tervezhető*		2				
<i>Humán ismeretek (választható)</i>		2				
Kötelező óraszám		30				

A tantárgyakat és időkeretet tekintve a Tehetséggondozó Program kerettantervében a magyar nyelv és irodalom, a matematika, az idegen nyelv, az informatika és a testnevelés óraszám magas, alacsonyabb a humán és természettudományos ismeretek óraszám, melyek közül bármelyik a szabadon tervezhető óraszámából kiegészíthető a középiskolák helyi tantervében. Új elem a Tehetséggondozó Program elkészítendő helyi tantervének kidolgozásához ajánlott önismeret, illetve tanulásmódszertan – kommunikáció kerettanterv.

A 9. évfolyam számára az előírt órakerettel (30 óra/hét), a tanulók által választható tantárgyi programok időkeretével és a kollégiumi foglalkozások időkeretével a két intézmény pedagógiai programjában leírtak szerint – átgondolt pedagógiai koncepcióban – az

intézmények gazdálkodhatnak, így a tartalmak feldolgozására, elsajátítására, különböző készségek, képességek kialakítására több lehetőség adódik.

A testnevelés és sport 9/AJTP helyi tantervének elkészítéséhez a középiskolák kerettanterve 9–12. évfolyamos anyagából a 9-10. évfolyam anyaga használható, a helyi lehetőségek és szükségletek alapján.

Kerettanterv az Arany János Tehetséggondozó Programja 9. évfolyamának tantárgyai és a 9-12. évfolyam önismeret és tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgyak oktatásához

Kötelező tantárgyak:

- Magyar nyelv és irodalom
- Matematika
- Idegen nyelv – angol
- Idegen nyelv – német
- Informatika
- Testnevelés és sport
- Komplex humán ismeretek
- Természettudományos alapismeretek

MAGYAR NYELV ÉS IRODALOM

9/AJTP évfolyam

A magyar nyelv és irodalom tanítása az alapozó évfolyamon tevékenység- és probléma-centrikus folyamat. A feltárt hiányosságok ismeretében, akár egyénre szabottan, a magyar nyelv és irodalom tantárgy sajátosságait figyelembe vevő módszerekkel a felzárkózás biztosítása a feladat. Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak elmélyítése; a hiányok pótlása, az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése; a kommunikációs gátak, zavarok oldása, a kommunikációs képesség fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben; a szövegolvasás, szövegértés fejlesztése; tanulási technikák kialakítása. Az előkészítő évfolyamon az osztály szintjéhez igazítva elsősorban a készségek szintre hozására és a képességfejlesztésre helyezük a hangsúlyt.

A nyelvi kifejezőkészség állandó fejlesztését szem előtt tartva nem csupán a hagyományos, "feldolgozó" jellegű munkaformákat részesítjük előnyben, hanem a tanulók önálló szövegalkotási képességének kondicionálását és az önkifejezés formáinak szélesítését is.

Hozzá kell segítenünk a tanulókat ahhoz, hogy ismereteiket a kellő szinten tudják alkalmazni, kreativitásuk fejlődjön.

Az alapozó évfolyam anyanyelvi tanterve szorosan kapcsolódik az általános iskolai kerettantervekhez. Olyan művek válogatására és feldolgozására törekszünk, amelyek megfelelnek a tanulók életkori sajátosságainak, tudásszintjének. A tanterv sem magyar irodalomból, sem magyar nyelvtanból az általános iskolaihoz képest új anyagot nem tartalmaz. A felsorolt témakörök szerves egységet alkotnak, az osztály összetételétől függően szabadon variálhatók, a programot a konkrét csoport igényeihez kell igazítani.

A tanterv kiemelt céljai és feladatai irodalomból:

- Az általános iskolai irodalmi anyag ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása.
- Az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése.
- A kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása.
- A művészi szövegek olvasása és önálló értelmezése iránti igény kialakítása.
- A nyelvi-irodalmi kreativitás sokoldalú fejlesztése.
- Az irodalmi képességek fejlesztése: az olvasottság, az előadói, a szövegalkotó és műértelmezői képesség fejlesztése.
- Az irodalmi művek középpontba helyezésével segítjük a tanulók elemző készségét, erősítjük problémaérzékenységüket, pozitív irányba befolyásoljuk személyiségüket.
- A helyi sajátosságok, jellegzetességek /irodalmi emlékhelyek, a környék kiemelkedő irodalmi személyiségei/ megismertetése.
- A nyelvi program célja:
- Az általános iskolában elsajátított leíró nyelvtani ismeretek ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása.
- Az írás és a helyesírás készségeinek fejlesztése.
- A kulturált szóbeli és írásbeli kifejezőképesség kialakítása a kommunikáció érdekében.
- Az anyanyelvű írásbeliség normáit figyelembe véve helyes szövegalkotási készség erősítése; képzelet, önkifejezés, egyéni stílus bátorítása.
- A kifejezés, a megértés, az értelmes beszéd készségének fejlesztése (pl. a szókinccs gyarapításával).

Magyar nyelv

Tematikai egység	Év eleji felmérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai nyelvi alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szövegértés, helyesírás, fogalmazási, szövegalkotási készség felmérése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Önismereti és szókincesfejlesztő játékok. Szituációs játékok. Beszélgetés a tanulókkal.		<i>Önismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szövegértés, szövegalkotás, helyesírás.	

Tematikai egység	A hangok és betűk	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Hangtani és beszédtechnikai alapismeretek, tapasztalatok az általános iskolából.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Beszédtechnika és helyesírás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Beszédhangok, hangképzés. A magyar ábécé, betűrendbe sorolás. Régi/idegen betűk/ betűkapcsolatok. Magán- és mássalhangzótörvények.		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Hang, betű, magánhangzó, mássalhangzó, hangrend, illeszkedés, hasonulás, összeolvadás, rövidülés.	

Tematikai egység	Helyesírásunk alapelvei	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Alapvető nyelvhelyességi és helyesírási ismeretek, a magyar helyesírás alapelvei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A helyesírás fejlesztése, a szabályok tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kiejtés, szóelem-tükröztetés, hagyomány, egyszerűsítés. A magánhangzók és a mássalhangzók alkalmazkodása. Ly-j.		

Szótagolás, elválasztás.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Helyesírás, kiejtés elve, szóelemzés elve, hagyomány elve, egyszerűsítés elve.

Tematikai egység	Szóelemek	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	A szóelemek felismerése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szóelemzés során a szövegértési képesség, a logikus gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A toldalékok fajtái, írásmódjuk. A szóalaktanhoz kapcsolódó helyesírási szabályok.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szó, szótő, toldalék, tő, képző, jel, rag.	

Tematikai egység	Szavak	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Az alapvető szófajok felismerése, a szavak jelentése, alaki viselkedése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szövegértési képesség, a logikus gondolkodás fejlesztése, szókincsbővítés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szókészlet, szókincs. Közmondások, állandósult szókapcsolatok. Szóalkotás: szóképzés, szóösszetétel. A szó hangalakja és jelentése. Alapvető szófajok. A szavakhoz kapcsolódó helyesírási szabályok.		<i>Komplex humán ismeretek</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szófaj, ige, főnév, melléknév, számnév, névmás, igenév, határozószó, névelő, névutó, igekötő, kötőszó, indulatszó, egyjelentésű, többjelentésű, azonos alakú, hasonló alakú, rokon értelmű szó.	

Tematikai egység	Mondatok	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek a mondatfajtákról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szövegértési képesség, a logikus gondolkodás fejlesztése. Az igény kialakítása a helyes, szabatos fogalmazásra.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok

<p>A mondat fogalma. Mondatfajták. Az egyszerű mondat részei. Az összetett mondatok fő típusai. Mondattani elemzések (ágrajz, tagmondatok közötti kapcsolatok). A mondathoz kapcsolódó helyesírási szabályok. Mondatfonetika.</p>	<p><i>Matematika: logikai állítások.</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Mondat, mondatrész, alany, állítmány, tárgy, határozó, jelző, alá- és mellérendelő összetett mondat.</p>

<p>Tematikai egység</p>	<p>Szövegalkotás, szövegelemzés</p>	<p>Órakeret 13 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Rövidebb fogalmazások írása.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A szövegalkotási és az olvasási készség fejlesztése. Internetes keresők használatával, egyéni könyvtári kutatómunkával az információkeresési és -felhasználási technikák megismertetése, gyakoroltatása.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Írásbeli kommunikációs műfajok; tömegkommunikációs műfajok. Szóbeli kommunikációs műfajok. Szövegszerkesztés: anyaggyűjtés, forrásfeldolgozás. A szövegtagolás.</p>		<p><i>Informatika</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Műfaj, elbeszélés, leírás, jellemzés, ismertetés, hír, kommentár, reklám, apróhirdetés, tudósítás, riport, véleményközlés, hozzászólás, kiselőadás, érvelés, cáfolás.</p>	

<p>Tematikai egység</p>	<p>Szövegfeldolgozó eljárások gyakorlása</p>	<p>Órakeret 12 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Szövegértés.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Szövegfeldolgozási módszerek: aláhúzás, szövegkiemelés, kulcsszavak kigyűjtése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Vázlatkészítés, lényegkiemelés, tömörítés, szövegkiemelés.</p>		<p><i>Komplex humán ismeretek</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Kulcsszó, tételmondat.</p>	

Tematikai egység	Nonverbális-verbális kommunikáció	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	A kommunikációs folyamat összetevőinek azonosítása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kommunikációs képesség, a normakövető magatartás erősítése – viselkedési és udvariassági szabályok különböző kommunikációs helyzetekben. Konfliktuskezelés technikáinak gyakoroltatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A kommunikációs modell, a metakommunikáció, az állati kommunikáció. Jelek és jelrendszerek – titkosírás alkotása.		<i>Önismeret</i> <i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kommunikáció, kommunikációs zavar.	

Tematikai egység	Rendszerező ismétlés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	A tanévben tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerezés, begyakorlás, alkalmazás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kulcsfogalmak		

Irodalom

Tematikai egység	Év eleji felmérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önismeret fejlesztése, szókincsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az általános iskolában tanult irodalomelméleti és poétikai ismeretek felmérése. Beszélgetés a tanulókkal olvasási szokásaikról, egyéni olvasmányélményekről.		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i> <i>Önismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szövegértés, szövegalkotás, információ.	

Tematikai egység	Könyvtárhasználat	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Tapasztalat könyvtárhasználatról és internethasználatról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szövegfeldolgozó eljárások megismertetése, felelevenítése. Tapasztalatszerzés a segédkönyvek, lexikonok, szak-és ismeretterjesztő irodalom használatában. Bibliográfiakészítés elsajátíttatása. Az elektronikus információhordozók kezelésében gyakorlat szerzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Tájékozódás a könyvtár dokumentum-anyagában, a dokumentumok fajtái (az egyes részek felhasználási módja, a katalógus, a források tanulmányozása, jegyzetelés egyszerű formában). A művekhez kapcsolódó könyvtári ismeretek feldolgozása (alkotói portré, életrajz, könyvismertetés, élménybeszámoló, ajánlás). A könyvtári segédeszközök (lexikon, adattár stb.), alkalmazásuk lehetősége, cédulázás, a kutatás gyakorlati elemei. A forrásfeldolgozás mint a könyvtári kutatás legfontosabb célja, illetve eredménye.		<i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Enciklopédia, egynyelvű, többnyelvű szótár, lexikon, elektronikus információhordozó.	

Tematikai egység	Irodalomolvasás és értelmezés	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Szövegelemző eljárások alkalmazása különböző típusú szövegekben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szövegértés fejlesztése: szövegolvasás, irányított szövegelemzés, szövegértelmezések. A kifejező hangos olvasás fejlesztése. Szövegmemorizálással az emlékezet fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Különböző műfajú, hangvételi, tematikájú epikai és lírai művek elemző-értelmező tevékenységen alapuló feldolgozása a diákok egyéni és iskolai olvasmányaira építve. Az olvasott művek elhelyezése különböző kontextusban, például a magyar irodalom történetében, alkotói életpályában. Korok-költemények a nemzeti irodalom múltjából, tallózás a kortárs irodalomban. Kitekintés a világirodalomba. Néhány alapvető irodalmi téma, motívum, vándormotívum jelentése (pl. utazás, kert, sziget, a jó és a rossz harca, háború és béke, haza, hazafiasság). Idézetek, szállóigék, hivatkozások felismerése irodalmi és nem irodalmi szövegekben (pl. a mindennapi nyelvben és a tömegkommunikációban). Az irodalom és a társművészetek kapcsolata. Az értő olvasás.		<i>Informatika</i>

Bevezetés az önálló ismeretszerzés elemeibe, előszó, könyvismertetés, élménybeszámoló, ajánlás. A lakókörnyezet irodalmi emlékei, emlékhelyei.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Téma, motívum, vándormotívum, kompozíció, szerkezet, hatás, elbeszélői nézőpont, történetmondás, cselekmény, epizód, helyszín, leírás, párbeszéd, jellemzés, esszé.	

Tematikai egység	Irodalomelméleti és poétikai ismeretek rendszerezése	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek: műnemek, műfajok megkülönböztetése, népköltészet, műköltészet, verstani és stilisztikai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szövegalkotás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Műnemek, irodalmi műfajok. A nép- és műköltészet jellemző vonásainak ismerete. A műelemzés gyakorlati kérdései. A műalkotás értelmezési lehetőségei. Poétikai alapismeretek áttekintése.		<i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Műnem, műfaj, epika, líra, dráma, dal, óda, himnusz, elégia, rapszódia, epigramma, episztola, novella, regény, elbeszélés, tragédia, komédia, genetikus és strukturális elemzés, időmértékes és hangsúlyos verselés, rím, ritmus, metafora, megszemélyesítés, szinesztézia, hasonlat, ismétlés, halmozás, fokozás.	

Tematikai egység	Színház és film	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Egy dráma ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kritikai gondolkodás, a vitakultúra fejlesztése. Az igény felkeltése, erősítése az árnyalt, érvekkel alátámasztott véleményalkotás iránt. Együttműködési képesség, kreativitás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A színház jelrendszere. Egy dráma mint olvasmány és mint színházi élmény. Kis színháztörténet. A mozgóképi kommunikáció. Egy film megtekintése, megbeszélése. Tanult epikus mű dramatizálása. Képi illusztrációk keresése választott témákhoz. Filmrészletek elemzése. Saját „filmkísérletek”.		<i>Informatika</i>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Média, színház, film.
------------------------------------	-----------------------

Tematikai egység	Rendszerező ismétlés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	A tanévben tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szövegértés, szövegalkotás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló legyen képes jó tempóban szöveget olvasni, értően befogadni. Íráskészsége jól olvasható, rendezett legyen.</p> <p>Tudjon eligazodni az iskolai könyvtárban, alkalmas legyen az önálló ismeretszerzésre.</p> <p>Törekedjen irodalomelméleti és leíró nyelvtani ismereteinek egységbe szervezésére; aktívan vegyen részt az ismeretek közös felidezésében és a tisztázandó homályos pontok megtalálásában.</p> <p>Legyen képes korábbi ismereteit szintetizálni.</p> <p>Tudja a már tanult szakszókincset pontosan használni.</p> <p>Törekedjen a kommunikációs helyzetnek megfelelő stílus használatára. Sajátítsa el a személyiségének megfelelő árnyalt önkifejezés technikáit a különböző kommunikációs szinteken.</p> <p>Legyen képes alkalmazni anyanyelvi és kommunikációs ismereteit a szövegolvasás és szövegértés, valamint a szóbeli és írásbeli megnyilatkozás minden területén.</p> <p>Az anyanyelv sajátosságainak ismeretében legyen képes kontrasztív szemléletre a tanult idegen nyelvek vonatkozásában.</p> <p>Tudja értékelni a nyelvben megjelenő új jelenségeket (pozitív nyelvművelés).</p> <p>Ismerje meg a jegyzet- és vázlatkészítés módszereit, az elektronikus információhordozókat.</p> <p>Képes legyen a mindennapi élethez, irodalmi vagy egyéb tanulmányokhoz kapcsolódó témák önálló feldolgozására.</p>
--	--

MATEMATIKA

9/AJTP évfolyam

Az iskolai matematikatanítás célja, hogy hiteles képet nyújtson a matematikáról mint tudásrendszerrel és mint sajátos emberi megismerési, gondolkodási, szellemi tevékenységről. A matematika tanulása érzelmi és motivációs vonatkozásokban is formálja, gazdagítja a személyiséget, fejleszti az önálló, rendszerezett gondolkodást, és alkalmazásra képes tudást hoz létre. A matematikai gondolkodás fejlesztése segíti a gondolkodás általános kultúrájának kiteljesedését.

A matematikatanítás feladata a matematika különböző arculatainak bemutatása. A matematika kulturális örökség; gondolkodásmód; alkotó tevékenység; a gondolkodás örömeinek forrása; a mintákban, struktúrákban tapasztalható rend és esztétikum megjelenítője; önálló tudomány; más tudományok segítőtje; a mindennapi élet része és a szakmák eszköze.

A tanulók matematikai gondolkodásának fejlesztése során alapvető cél, hogy mindinkább ki tudják választani és alkalmazni tudják a természeti és társadalmi jelenségekhez illeszkedő modelleket, gondolkodásmódokat (analógiás, heurisztikus, becslésen alapuló, matematikai logikai, axiomatikus, valószínűségi, konstruktív, kreatív stb.), módszereket (aritmetikai, algebrai, geometriai, függvénytan, statisztikai stb.) és leírásokat. A matematikai nevelés sokoldalúan fejleszti a tanulók modellalkotó tevékenységét. Ugyanakkor fontos a modellek érvényességi körének és gyakorlati alkalmazhatóságának eldöntését segítő képességek fejlesztése. Egyaránt lényeges a reprodukív és a problémamegoldó, valamint az alkotó gondolkodásmód megismerése, elsajátítása, miközben nem szorulhat háttérbe az alapvető tevékenységek (pl. mérés, alapszerkesztések), műveletek (pl. aritmetikai, algebrai műveletek, transzformációk) automatizált végzése sem. A tanulás elvezethet a matematika szerepének megértésére a természet- és társadalomtudományokban, a humán kultúra számos ágában. Segít kialakítani a megfogalmazott összefüggések, hipotézisek bizonyításának igényét. Megmutathatja a matematika hasznosságát, belső szépségét, az emberi kultúrában betöltött szerepét. Fejleszti a tanulók térbeli tájékozódását, esztétikai érzékét.

A tanulási folyamat során fokozatosan megismertetjük a tanulókkal a matematika belső struktúráját (fogalmak, axiómák, tételek, bizonyítások elsajátítása). Mindezzel fejlesztjük a tanulók absztrakciós és szintetizáló képességét. Az új fogalmak alkotása, az összefüggések felfedezése és az ismeretek feladatokban való alkalmazása fejleszti a kombinatív készséget, a kreativitást, az önálló gondolatok megfogalmazását, a felmerült problémák megfelelő önbizalommal történő megközelítését, megoldását. A diszkussziós képesség fejlesztése, a többféle megoldás keresése, megtalálása és megbeszélése a többféle nézőpont érvényesítését, a komplex problémakezelés képességét is fejleszti. A folyamat végén a tanulók eljutnak az önálló, rendszerezett, logikus gondolkodás bizonyos szintjére.

A tantárgy a különböző témakörök szerves egymásra épülésével kívánja feltárni a matematika és a matematikai gondolkodás világát. A fogalmak, összefüggések érlelése és a matematikai gondolkodásmód kialakítása egyre emelkedő szintű spirális felépítést indokol – az életkori, egyéni fejlődési és érdeklődési sajátosságoknak, a bonyolódó ismereteknek, a fejlődő absztrakciós képességnek megfelelően. Ez a felépítés egyaránt lehetővé teszi a lassabban haladókkal való foglalkozást és a tehetség kibontakoztatását.

A matematikai értékek megismerésével és a matematikai tudás birtokában a tanulók hatékonyan tudják használni a megszerzett kompetenciákat az élet különböző területein. A matematika a maga hagyományos és modern eszközeivel segítséget ad a természettudományok, az informatika, a technikai, a humán műveltségterületek, illetve a választott szakma ismeretanyagának tanulmányozásához, a mindennapi problémák értelmezéséhez, leírásához és kezeléséhez. Ezért a tanulóknak rendelkezniük kell azzal a

képességgel és készséggel, hogy alkalmazni tudják matematikai tudásukat, és felismerjék, hogy a megismert fogalmakat és tételeket változatos területeken használhatjuk. Az adatok, táblázatok, grafikonok értelmezésének megismerése nagyban segíthet a mindennapokban, és különösen a média közleményeiben való reális tájékozódásban. Mindehhez elengedhetetlen egyszerű matematikai szövegek értelmezése, elemzése. A tanulóktól megkívánjuk a szaknyelv életkornak megfelelő, pontos használatát, a jelölésrendszer helyes alkalmazását írásban és szóban egyaránt.

Az előkészítő évnek biztosítani kell azokat a tárgyi tudásbeli alapokat, amelyek majd a középiskolai anyag elsajátításához szükségesek. El kell kezdeni kialakítani azt a gondolkodáskultúrát, amely a további sikeres tanulmányokat lehetővé teszi. Talán az előzőeknél is fontosabb, hogy *a matematikához és általában a problémamegoldáshoz olyan pozitív hozzáállást alakítsunk ki*, amely a későbbiekben minden tárgy tanulásánál segíthet a nehézségek leküzdésében. Ennek érdekében az előkészítő évfolyamon a matematika tananyag kiválasztásának legfontosabb célkitűzései:

- az általános iskolai ismeretek áttekintése, rendszerezése;
- a matematikai és általában a problémamegoldó gondolkodás módszereinek megismerése (pl. logika elemei, általánosítás – analógia, deduktív módszer, indirekt bizonyítás, teljes indukció, skatulyaelv);
- matematikatörténeti vonatkozások kiemelése;
- a matematika szerepének felismertetése az élet különböző területein: játékokban, gazdaságban, művészetekben.

Fontosnak tartjuk, hogy az előkészítő év folyamán ismertessük meg a tanulókat az iskolák könyvtárával, a rendelkezésre álló szakirodalommal, illetve az elektronikus információhordozókkal.

A matematika nagyban segíti a kötelességtudat, a rendszeresség fejlesztését, az önfegyelem kialakítását. A magyar matematikusok teljesítményének, díjainak megismerése fejleszti a nemzeti öntudatot. A közös feladatok megoldása, a csoportmunka fejleszti a társas kapcsolatokat, a munkamegosztás képességét. A matematika jól körülírható követelményei pedig az önértékelést. A tervezési és optimalizációs feladatok segítik a legkevésbé környezetkárosító, a feltételeknek megfelelő legjobb megoldások keresését. A 9. évfolyam igen fontos a pályairányultság kialakulása szempontjából. Az érdeklődést felkeltő témakörök, feladatok nagyban segíthetik a reálpályák felé fordulást. A Sorozatok, százalékszámítás témaköröknek igen fontos szerepe van, segítenek a pénzügyi kompetencia fejlesztésében. Táblázatok, grafikonok elemzése segítheti az információk megértését. A tudományos érdeklődést fejlesztő témakörök pedig az igényes médiaválasztást.

A matematika sajátos tanulási módszereit folyamatosan fejleszteni kell, de a 9. évfolyam sok témaköre (prímszámok, szerkesztések, matematikai játékok) különösen alkalmas az önálló készülés, az önellenőrzés képességének alakítására. A matematika segíti a pontos fogalmazás, a világos indoklás képességét. Ezen az évfolyamon ez már fontos elvárás. Az idegen eredetű szakszavak elemzése, adatok, rövidebb szövegek interneten való keresése kiválóan fejleszti az idegen nyelvi kompetenciát. A megalapozott matematikai ismeretek biztosítják a fenti kompetenciák folyamatos fejlesztését. A matematikai programok alkalmazása kifejezetten alkalmas a digitális kompetenciák fejlesztésére, az algoritmusok használata pedig ezek értő alkalmazását segíti. Az elemzőkészség fejlesztése - pl. játékok kimeneteleinek elemzése, problémamegoldási stratégiák megismerése - fontos feladat. A matematika művészetekben való alkalmazása: (szimmetriák, aranymetszés) fejleszti az esztétikai-művészeti tudatosságot és kifejezőképességet.

Tematikai egység	1.Gondolkodási módszerek, halmazok, logika	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Adott tulajdonságú elemek halmazba rendezése. Halmazba tartozó elemek közös tulajdonságainak felismerése, megnevezése. Annak eldöntése, hogy egy elem beletartozik-e egy adott halmazba.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Elemek halmazba rendezése több szempont szerint – hétköznapi életből vett példák, illetve matematikai tulajdonságok alapján. A halmazba tartozó és a halmazba nem tartozó elemek vizsgálata. Adatok elhelyezése halmazábrában. Állítások megfogalmazása, összekapcsolása, igazságtartalmuk eldöntése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A matematika fogalmi rendszere</p> <p>Halmazok</p> <ul style="list-style-type: none"> – Halmazok megadása, részhalmaz, halmazok uniója, metszete. – Elemek halmazokba rendezése több tulajdonság alapján. – Halmazábra használata. – Halmazműveletek elvégzése véges halmazokon. – Konkrét alaphalmazokon komplementer halmaz meghatározása. <p>A logika elemei</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az „és” a „vagy”, a „ha... akkor” és az „akkor és csak akkor” használata. – „Bármely” és „van olyan” használata. 		<p><i>Informatika</i></p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak	Halmaz, számhalmaz, elem, részhalmaz, komplementer halmaz, unió, metszet.	

Tematikai egység	2. Algebra	Órakeret 24 óra
Előzetes tudás	Számhalmazok: természetes, egész, racionális, valós – négy alapművelet elvégzése ezeken a halmazokon. Számegyenes használata.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A mennyiségi jellemzők kifejezése számokkal, a számok értelmezése a valóság mennyiségeivel. Törtekekkel való számolás és az egyenletmegoldás biztossá tétele. A számfogalom elmélyítése a számegyenes és a valós számok kapcsolatával.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Egész számok körében végzett műveletek</p> <ul style="list-style-type: none"> – Műveletek egész számokkal és kifejezésekkel. – Műveleti tulajdonságok. – Az első n szám összege és kapcsolódó feladatok, pl. háromszögek. – Kapcsolat: Sorozatok. – Az $1 + 2 + 4 + \dots + 2^n$ összeg. – Bevezető feladat a teljes indukcióra. – Speciális szorzatként a faktoriálisokkal való számolások 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>

<p>gyakorlása.</p> <p>Műveletek törtekkel</p> <ul style="list-style-type: none"> – Törtek szorzása, osztása, összeadása, kivonása, hatványozása. Számok normál alakja. – (Csak felismerés, műveletek gyakorlása nélkül.) – Teleszkópos összegek, pl. $\frac{1}{1 \cdot 2} + \frac{1}{2 \cdot 3} + \dots + \frac{1}{n(n+1)}$. – Az $1 + \frac{1}{2} + \frac{1}{4} + \dots + \frac{1}{2^n}$ összeg. <p>Mérlegeléssel kapcsolatos feladatok</p> <ul style="list-style-type: none"> – Pl. 5 súllyal 1 kg-tól hány kg-ig tudunk minden egész kg-ot mérni? – Hamis érmék kiválasztása. 	
Kulcsfogalmak	Racionális szám, hatvány.

Tematikai egység	3. Számelmélet, oszthatóság	Órakeret 25 óra
Előzetes tudás	Osztó, többszörös.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A matematika iránti érdeklődés felkeltése érdekes feladatokon, problémákon keresztül. A bizonyítás iránti igény felkeltése, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Számolás maradékokkal</p> <ul style="list-style-type: none"> – Maradékokkal végzett műveletek szabályai. Bizonyítások nélkül. – Maradékokon alapuló játékok. – Négyzetszámok maradékai. (3-as, 4-es, 5-ös, 8-as, 10-es.) <p>Oszthatósági szabályok</p> <ul style="list-style-type: none"> – Oszthatóság az alap hatványainak osztóival. – Oszthatóság az alap szomszédjainak osztóival. – Oszthatóság a fentiek közül valamelyik szorzatával. – Indokoljuk is az oszthatósági szabályokat! – Legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös. <p>Számelmélet alaptétele (bizonyítás nélkül)</p> <ul style="list-style-type: none"> – Törzstényező felbontás. – A legnagyobb közös osztó és a legkisebb közös többszörös törzstényező alakja. – Relatív prímszámokra vonatkozó tételek: <ul style="list-style-type: none"> – $a/n, b/n$, és $(a,b)=1 \Rightarrow ab/n$, – a/nm, és $(a,n)=1 \Rightarrow a/m$. <p>Prímszámokkal kapcsolatos érdekességek</p> <ul style="list-style-type: none"> – Végtelen sok prím van. – Ikerprím-sejtés. – Prímek a négyzetszámok szomszédjai között. – Prímek a kettő-hatványok szomszédjai között: 		<i>Informatika</i>

<ul style="list-style-type: none"> – Fermat-prímek, Mersenne-prímek. – Tökéletes számok. – Nagy prímekekkel kapcsolatos friss eredmények. <p>Matematikatörténet: Euklidesz, Eratoszthenész, Mersenne, Fermat, Euler.</p>	
Kulcsfogalmak	Osztó, többszörös, prím, prímtényező felbontás, legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös.

Tematikai egység	4. Geometria	Órakeret 25 óra
Előzetes tudás	Térelemek szemléletes fogalma. Párhuzamos és metsző egyenesek. Háromszög, négyzet, téglalap, sokszög felismerése. Körvonal és körlap. Kocka, téglatest, gömb felismerése a mindennapi életben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térelemek fogalmának elmélyítése. Távolság szemléletes fogalma, meghatározása. Esztétikai érzék fejlesztése. Szögekkel, területekkel kapcsolatos problémák megoldása. Háromszögekkel, sokszögekkel kapcsolatos ismeretek összegzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Pont, egyenes, sík, félegyenes, szakasz. Síkídom, sokszög, átlók száma, konvexitás. Térelemek kölcsönös helyzete. Ponthalmazok távolsága</p> <ul style="list-style-type: none"> – Két pont, pont és egyenes, pont és sík távolsága. – Két egyenes távolsága. <p>Két sík távolsága</p> <ul style="list-style-type: none"> – Alapszerkesztések. – Matematikatörténet: Euklidész - Elemek <p>A szög</p> <ul style="list-style-type: none"> – Szögek fajtái. – Szögpárok: csúcsszögek, mellékszögek, pótszögek, – párhuzamos szárú szögek, merőleges szárú szögek. – Sokszögek szögösszege. – Nevezetes háromszögek: 30°, 60°, 90°-os, 15°, 75°, 90°-os szögekkel rendelkező háromszögek. – Területekre vonatkozó tételek, feladatok. – Távolsággal jellemzett ponthalmazok: <ul style="list-style-type: none"> – adott térelemtől adott távolságra lévő pontok halmaza – síkban és térben, – két térelemtől egyenlő távol lévő pontok halmaza – síkban és térben. <p>Háromszögek, négyszögek</p> <ul style="list-style-type: none"> – Háromszögek nevezetes vonalai és körei. (Bizonyítás nélkül.) – Négyszögek osztályozása, speciális négyszögek. <p>Néhány geometriai alapú játék. Matematikatörténet: klasszikus geometriai problémák: a körosztás, a</p>		<p><i>Informatika</i></p> <p><i>Természettudományos ismeretek</i></p>

kockakettőzés, a szögharmadolás, a kör négyszögesítésének kérdése.	
Kulcsfogalmak	Pont, egyenes, szakasz, félegyenes, sík, síkidom, sokszög, test, csúcs, él, lap, merőleges, párhuzamos, szög, kör, gömb.

Tematikai egység	5. Függvények, sorozatok	Órakeret 17 óra
Előzetes tudás	Egyszerű sorozatok folytatása adott szabály szerint. Egyszerű grafikonok értelmezése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Függvények megadása, jellemzése. A mindennapi életből vett kapcsolatok leírása függvényekkel. Függvények ábrázolása tulajdonságaik alapján. Számítási sorozat, mértani sorozat egyszerű alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A függvény fogalma. Függvénytulajdonságok. Értelmezési tartomány, értékkészlet, zérushely. Monotonitás, szélsőérték. Az egyenes arányosság és grafikonja. Lineáris függvény: elsőfokú függvény, konstans függvény. Modellek alkotása: lineáris kapcsolatok felfedeztetése. Fordított arányosság: $f(x) = \frac{a}{x}$ Másodfokú függvény. Függvénytranszformációk. Egyszerű esetekben: $f(x)+c$; $f(x+c)$, $-f(x)$. Egyenletek, egyenlőtlenségek grafikus megoldása. Matematikatörténet: René Descartes. A sorozat mint függvény. Sorozatok készítése, vizsgálata. A számtani sorozat <ul style="list-style-type: none"> – A számtani sorozat megadása az első taggal és a differenciával. – A számtani sorozat első n tagjának összege. – A számtani közép. A mértani sorozat <ul style="list-style-type: none"> – A mértani sorozat megadása az első taggal és a hányadossal. – Kamatos kamat, mint mértani sorozat (csak alapfeladatok). – (Hitel, törlesztés, gazdasági fogalmak.) – A mértani közép. Szélsőérték-feladatok számtani és mértani közép összefüggésének segítségével (csak a két alaptípus). Matematikatörténet: Gauss.</p>		<p><i>Informatika</i></p> <p><i>Természettudományos ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak	Függvény, értelmezési tartomány, értékkészlet, zérushely, szélsőérték, egyenes arányosság, fordított arányosság, sorozat, számtani sorozat, számtani közép, mértani sorozat, mértani közép.	

Tematikai egység	6. Kombinatorika, valószínűség	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Adatok gyűjtése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Sorbarendezések, kiválasztások felismerése, esetek összeszámolása. A gyakoriság, relatív gyakoriság fogalmán keresztül a valószínűségi gondolkodás mélyítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kombinatorika. Sorbarendezési feladatok. A faktoriális jelölés használata. Kiválasztási feladatok. „Általános iskolás” módszerrel, képletek nélkül, vagy kevés képlettel. Körmérkőzéses feladatok. Kombinatorikus geometriai feladatok, pl. hány részre osztja a síkot n egyenes? Melyik valószínűbb? Valószínűségi kísérletek végzése. Események valószínűségének összehasonlítása („melyik valószínűbb?”).		<i>Informatika</i> <i>Testnevelés:</i> sorbarendezés, mérkőzések szervezése.
Kulcsfogalmak	Faktoriális, kiválasztott halmaz, rendezett halmaz. Gyakoriság, relatív gyakoriság.	

Tematikai egység	6. Rendszerező ismétlés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Az év eleji bevezető problémák felidézése. Az év során áttekintett fogalmak, eljárások ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Módszerek, érdekes tapasztalatok felelevenítése. Egy-két általános módszer, feladattípus, játék stb. lényegének összefoglalásával a lényegkiemelő képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Gondolkodási módszerek. Halmazok, logika. Algebra. Számelmélet. Geometria. Függvények, sorozatok. Kombinatorika, valószínűség.		<i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Halmaz, függvény, sorozat.	

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<i>Gondolkodási és megismerési módszerek</i> Halmazokkal kapcsolatos alapfogalmak ismerete, halmazok szemléltetése, halmazműveletek ismerete; számhalmazok ismerete.
---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – A nyelv logikai elemeinek tudatos szerepeltetése a feladatok megoldása során. Egyszerű állítások igazságtartalmának eldöntése, tagadása. – Bizonyítási módszerek ismerete, indirekt bizonyítás, teljes indukció és skatulyaelv alkalmazása. – Matematikai alapú játékok stratégiájának megtalálása, a játék elemzése. <p><i>Számelmélet, algebra</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Az egész számok és a racionális számok fogalma, alapműveletek helyes sorrendű elvégzése. – Algebrai egész kifejezések használata, műveletek algebrai egész kifejezésekkel. – Elsőfokú, egyismeretlenes egyenletek, egyenlőtlenségek megoldási módszerei. Szöveges feladatok – szövegértés, összefüggések lefordítása a matematika nyelvére. – Műveletek egész kitevőjű hatványokkal, a hatványozás azonosságainak használata feladatmegoldásban. – Egyenes és fordított arányosság felismerése és alkalmazása matematikai és hétköznapi feladatokban. A mindennapjainkhoz kapcsolódó százalékszámítási feladatok megoldása. – Az oszthatósággal kapcsolatos definíciók ismerete, oszthatósági szabályok alkalmazása, egyszerű oszthatósági problémák vizsgálata. – Legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös alkalmazása. – Prímszámokkal kapcsolatos tételek, sejtések ismerete. <p><i>Geometria</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Geometriai alapfogalmak ismerete, alkalmazása. – Szögekkel, területekkel kapcsolatos feladatok megoldása. – Háromszögek szögei és oldalai közötti összefüggések ismerete és alkalmazása. Négyszögek belső és külső szögeire vonatkozó összefüggések ismerete. – Háromszögek nevezetes vonalainak, pontjainak, köreinek ismerete. – A négyszögek több szempont szerinti összehasonlítása, csoportosítása, tulajdonságainak ismerete. <p><i>Függvények, sorozatok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A függvény megadása, a szereplő halmazok ismerete (értelmezési tartomány, értékkészlet); valós függvény alaptulajdonságainak ismerete. – A lineáris függvény, a másodfokú függvény, a fordított arányosság függvényének ismerete (tulajdonságok, grafikon). – Egylépéses függvénytranszformációk végrehajtása. – A számtani és mértani sorozat felismerése, a sorozatra vonatkozó összefüggések használata feladatmegoldás során. <p><i>Kombinatorika, valószínűség</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Egyszerű leszámítási feladatok megoldása, a megoldás gondolatmenetének rögzítése szóban, írásban. – A véletlen jelenségek tudatos megfigyelése, tapasztalatok levonása, ezek alapján a valószínűségi szemlélet fejlődése.
--	--

ANGOL NYELV 9/AJTP évfolyam

A NAT megfogalmazásának megfelelően az idegen nyelvek műveltségi terület céljait korunk emberének kommunikációs igényei határozzák meg, összhangban az Európa Tanács ajánásaival. Az élő idegen nyelvek ismerete elengedhetetlen a világ dolgaiban való megbízható tájékozódáshoz; a felelős, szabadon meghozott döntésekhez; a boldoguláshoz a munkaerőpiacon; a nemzetközi kommunikációba történő bekapcsolódáshoz; saját és más kultúrák értékeinek megértéséhez és megbecsüléséhez.

Az Arany János Tehetséggondozó Program sikerének egyik kulcsa a nyelvtanítás hatékonysága, eredményessége. Részben azért, mert az idegen nyelvek tudása felértékelődött, a műveltség fontos részévé vált, így javítja a továbbtanulási (később munkavállalási és mobilitási) feltételeket, másrészt a hátrányos helyzetű, sok esetben kistelepléseken élő gyerekek valószínűleg ezen a területen szenvedték el az általános iskolai évek alatt a legnagyobb lemaradást az alacsony óraszámok, vagy a nem megfelelően képzett tanárok miatt. A szociálisan és anyagilag hátrányos helyzetű családok sem tudtak megfelelő motiváló háttérrel nyújtani az idegen nyelv tanulásának ösztönzésére.

A nyelvi órákon a tanuló elsajátítja azokat a nyelvi elemeket, melyek az írott és beszélt nyelv kohézióját biztosítják, és megtanulja az interakció szabályait. Fontos, hogy kialakuljon az önművelés igénye, és a gyerekeknek minél több lehetősége nyíljon önálló feladatmegoldásra. Ezért nélkülözhetetlen, hogy a tanuló megismerje és használni tudja az ehhez szükséges forrásokat: szótárakat, gyakorlókönyveket, elektronikus anyagokat.

Törekedni kell arra, hogy a tanuló a való élethez közel álló, érdekes feladatokban, tevékenységekben vegyen részt. Használjunk minél több autentikus anyagot. Az órai kommunikáció célnyelven történjen, a tevékenységek legyenek változatosak (frontális, csoportos, páros munka, projektfeladatok). A szituációs gyakorlatokon keresztül problémahelyzetekkel és különböző megoldási módokkal ismerkedik meg a tanuló, melyeken keresztül választ kap lényegi kérdésekre, életvezetési problémákra is. A nyelvi csoportban végzett munka segíti közösségi beilleszkedésüket, fejlődik önismeretük és ezzel együtt az önkontroll is.

A célnyelvi műveltség és interkulturális kompetencia mellett alakuljon ki a tanulóknak a közösséghez való tartozás és a hazaszeretet érzése. A diákok ismerjék hazájuk sokszínű kultúráját és ezt legyenek képesek a tanult idegen nyelven közvetíteni. Legyen kiemelt szerepe az aktív részvételre építő tanítás- és tanulásszervezési eljárásoknak. Ösztönözzük a tanulókat arra, hogy véleményüket elmondják. Fejlesszük vitakészségüket. Ezeknél a feladatoknál a kreativitást és az aktivitást helyezük előtérbe és ne a pontos nyelvi kifejezőkészséget. A nyelvtanítás folyamatában jelentős szerepet kap az önismeret és önkontroll. Hozzá kell segíteni a tanulókat, hogy önismeretük fejlődjön, énképük gazdagodjon. Ezeket szükséges folyamatosan erősíteni, hogy saját fejlődésüket, sorsukat maguk tudják alakítani.

A segítő magatartás, az együttműködés, a problémamegoldás és az önkéntes feladatvállalás ösztönzése elengedhetetlen a hatékony csoportmunka kialakításában. Tudatosítani szükséges a tanulóknak, hogy ha a lemaradónak segítenek, maguk is fejlődnek, nyelvi készségeik javulnak. A tanulócsoporthoz (párok) megszervezése növeli az egymás iránti felelősség kialakulását. A nyelvtanításban a szituációs feladatokban jó lehetőség nyílik ennek gyakorlására.

A nyelvtanítás során a szituációs feladatok kiváló lehetőségeket nyújtanak az okos gazdálkodás képességének kialakítására. Fontos cél, hogy a tanulók a globális nyilvánosság felelős résztvevőivé váljanak. Érteniük szükséges a média nyelvét. A hallott szövegértés

fejlesztése során – rádió- és tv-műsorok – lehetőség nyílik arra is, hogy a média bizonyos hatásait is megismerjék.

A nyelvtanulás iránti motiváció felkeltése és fenntartása mellett a nyelvtanárnak kiemelt feladata, hogy útbaigazítást adjon a tananyag elsajátításához, ugyanakkor az önálló tanulást is elősegítse. Az első évben meg kell tanítani és be kell gyakoroltatni a hatékony nyelvtanulási technikákat, nagy hangsúlyt helyezve a csoportos tanulás módszereire, a kooperatív munkára, az emlékezet erősítésére és a célszerű rögzítési módszerek kialakítására.

Az információforrások területén a digitális programokkal és a szótárhasználattal is szükséges megismertetni a tanulókat.

A nyelvtanulás iránti pozitív attitűd kialakítása és fenntartása lényeges elem, hiszen jelentősen hozzájárul az egyén kulturális sokszínűségere való nyitottságának, a sokféleség tiszteletben tartásának kialakításában.

Az idegen nyelvi kommunikáció fejlesztése alapvetően magában foglalja a nyitottságra való törekvést és az interkulturális érdeklődés hangsúlyozását. A nyelvtanítás sok lehetőséget kínál az európai társadalmak megismerésére, a nemzeti és európai identitás kapcsolatának megértésére.

Tematikai egység	Személyes vonatkozások, család	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Célnyelvi alapszókincs, alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szóbeli közlés és interakció gyakoroltatása: bemutatkozás, üdvözlés. Írásbeli közlés gyakoroltatása: személyi adatok közlése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – A tanuló életrajza, életének fontosabb eseményei, – saját jellemzése, – családi kapcsolatok, – mindennapos teendők, – személyes tervek. Nyelvi elemek: cselekvés, történés, létezés kifejezése, az alapvető igeidők, a birtoklás kifejezése, mennyiségi viszonyok kifejezése, számlálhatóság.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Önismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Család, személyi adat.	

Tematikai egység	Ember és társadalom	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Anyanyelvi ismeretek, alapszókincs.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Beszédkészség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Mások külső, belső jellemzése, – barátok, baráti kör, 		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

<ul style="list-style-type: none"> – kapcsolatok a kortársakkal, felnőttekkel, – családi ünnepek, – öltözködés, divat, – vásárlás és szolgáltatások. <p>Nyelvi elemek: minőségi viszonyok kifejezése: melléknévfokozás.</p>	<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Élelmiszer, ár, szupermarket, bolt, piac, mindennapi/ hétfélig bevásárlás, bevásárlólista, interakció, ruházat, öltözködési norma, divat.

Tematikai egység	Környezetünk	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Anyanyelvi ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben, adekvát közlési formában a témák bemutatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Az otthon, – a lakóhely és környéke, – városi és vidéki élet, – növények és állatok a környezetünkben, – időjárás. <p>Nyelvi elemek: térbeli, időbeli viszonyok kifejezése, modalitás, gerund és infinitive.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p> <p><i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak	Ház, lakás, lakberendezés, helyiség, házimunka, modalitás.	

Tematikai egység	Az iskola	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Az iskola mint a nevelés-oktatás színtere, közvetítője.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben, adekvát közlési formában a témák bemutatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Saját iskola bemutatása, – órarend, tantárgyak, – tanulmányi munka, – érdeklődés. <p>Nyelvi elemek: modalitás: képességek kifejezése, szövegösszetartó eszközök.</p>		<p><i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i></p> <p><i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak	Iskolarendszer, iskolatípus, osztály- és szaktanterem, tanár, tantárgy, órarend, diákélet, diáknap, diáksport, iskolai ünnep, szünidő, számnév.	

Tematikai egység	A munka világa	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben, adekvát közlési formában a témák bemutatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Diákmunka, – tervek. Nyelvi elemek: a valószínűség egyszerűbb kifejezése.		
Kulcsfogalmak	Élethosszig tartó tanulás, tudatos jövőtervezés, nemzeti öntudat.	

Tematikai egység	Életmód	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Anyanyelvi ismeretek. Az étkezés szabályai. Az emberi test felépítése, fontosabb életjelenségek. Betegségi tünetek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Célnyelvi ország étkezési kultúrájának megismerése. A jó és rossz közérzet kifejezése, testi panaszok megnevezése; gyógyítási-gyógyulási folyamatok ismerete.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Napirend, – étkezés, – gyakori betegségek. Nyelvi elemek: igeidők differenciáltabb használata, modalitás, udvariasság kifejezése.		<i>Természettudományos alapismeretek</i> <i>Testnevelés</i>
Kulcsfogalmak	Fogás, evőeszköz, ételkészítési eljárás, étkezési norma, ételrecept, hozzávaló, étkező, menza, étterem, pizzéria; modalitás, igeszemlélet.	

Tematikai egység	Szabadidő, művelődés	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Szabadidős tevékenységek, lehetőségek. A tervezés szerepe az individuális döntésekben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szabadidős tevékenységek megnevezése, a napirend, a hobbi szerepe és helye a mindennapokban. Az alternatív javaslatok közötti mérlegeléssel a döntésképeség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Hobbik, – színház, mozi, – sport, – olvasás, tv, 		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Testnevelés</i>

– számítógép. Nyelvi elemek: gerund és infinitive formák, clauses.	<i>Önismeret</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Médiatudatosság, hobbi, olvasás, színház, mozi, koncert, zenehallgatás, disco, sportkör, születésnap, ajándék, vendégség, interakció, modalitás.

Tematikai egység	Utazás, turizmus	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	A helyes, udvarias közlekedés szabályai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Aktivizálható kommunikatív tudás biztosítása utazással kapcsolatos információkéréshez.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Közlekedési eszközök, – nyaralás megszervezése, – nyaralás. Nyelvi elemek: simple if mondatok, szövegkohéziós elemek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak	Járműforgalom, udvariasság, tájékozódás, menetrend, jegyváltás, ellenőrzés, szabály, elővigyázatosság.	

Tematikai egység	Tudomány és technika	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Ismeretek az internetről történő információszerzésről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Használható tudás biztosítása az eszközök angol nyelven történő használatához. Az információ kritikus befogadásának megalapozása, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Egyszerűbb technikai eszközök a mindennapi életben (mobiltelefon), – számítógép (előnyök és hátrányok, funkciók). 		<i>Informatika</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i> <i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Technika, információ, média, kommunikáció.	

Tematikai egység	Év végi rendszerezés, számonkérés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	A tanult témakörök szókincese, nyelvtani alapismeretek.	

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerezés, begyakorlás.	
	Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
	Nyelvi elemek: alapvető igeidők használata, prepozíciók ismerete, egyes és többes szám, számlálhatóság, fokozás, néhány segédige használata (can, would, must, should).	
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló tisztában van a nyelvtanulás céljával és jelentőségével, ismeri a nyelvtanulás folyamatát.</p> <p>Megérti a leggyakoribb beszédfordulatokat, hatékonyan részt tud venni problémamegoldó szituációkban. Másokról tud véleményt alkotni és egyszerűen megindokolni (írásban és szóban). Elkövet alapvető nyelvtani hibákat, de a kommunikáció hatékonysága ezt ellensúlyozza. Szókincse elegendő a hatékony kommunikációhoz, de sokszor leegyszerűsíti mondanivalóját, illetve elkerülő stratégiákat alkalmaz.</p> <p>Képes ismert nyelvi eszközökkel megfogalmazott kéréseket, kérdéseket, közléseket, eseményeket megérteni, ismert nyelvi eszközökkel megfogalmazott szövegből fontos információt kiszűrni, ismeretlen nyelvi elem jelentését ismert nyelvi eszközökkel megfogalmazott szövegből kikövetkeztetni, egyszerű mondatokban közléseket megfogalmazni, kérdéseket feltenni, eseményeket elmesélni, érzelmeket kifejezni, megértési problémák esetén segítséget kérni, egyszerű párbeszédben részt venni.</p> <p>Megérti a szövegek lényegét, illetve információkat tud adott szempontok szerint gyűjteni. Megérti a leggyakoribb beszédfordulatokat és az egyszerűbb rádió- és mozgóképes műsorokat. Egyszerű, de néhány összefüggő mondatban elmondja a véleményét. Írásban képes egyszerű érvelésre és rövid, természettel kapcsolatos leírásokra. Alapvető nyelvtani hibákat követ el, de a gyakran használt, begyakorolt szerkezetek biztosítják a kommunikáció hatékonyságát.</p> <p>Valós helyzetekben akár anyanyelvi beszélőt nagy vonalakban megért. Az alapvető célnyelvi kulturális információkkal rendelkezik, ezt a gyakorlatban alkalmazni is tudja. Kéréseket, utasításokat írásban is tud adni.</p>
--	--

NÉMET NYELV 9/AJTP évfolyam

Az előkészítő évfolyam célja, hogy a német nyelv tanulását megkezdve vagy azt folytatva fejleszthető, stabil alapokat adjon a következő évfolyamok nyelvtanulásához, illetve a kimeneti célokhoz. Ehhez – megfelelő pedagógiai módszerek, illetve technika segítségével – fejleszteni kell a tanulók továbbhaladásához és fejlődéséhez szükséges kompetens készségeket, figyelembe véve eltérő személyiségüket, szociokulturális előzményeiket. A folyamatos tevékenykedtetés, valamint a négy alapkészség fejlesztése és az interakciók során kapjon a tanuló személyre szabott figyelmet, bátorítást, motivációt a német nyelv tanulásához és tudásszintjének megfelelő használatához.

A német nyelvű országok kultúrájába betekintve tudatosuljanak a kapcsolódási pontok (történelem, művészetek, vallás stb.) hazánk európaiságát illetően. Az országok ismeretének segítségével fogadja el a tanuló más kultúrák szokásait, ezeken keresztül ismerje fel saját kultúrájának is az értékeit. Más véleményt, elképzelést legyen képes meghallgatni, elfogadni, ugyanakkor tudjon saját, önálló véleményt is kialakítani.

Ismerje fel a tanuló a német nyelvi kommunikáció lehetőségének a fontosságát, már tudja beépíteni jövőbeli elképzeléseibe, a munka világába való majdani bekapcsolódásába.

A nyelvelsajátítás folyamatát váltsa fel a tudatos nyelvtanulás, melyhez a pedagógus-szaktanár a csoport előzetes ismereteinek figyelembe vételével válassza ki a megfelelő nyelvkönyvet, nyelvkönyvcsaládot és a hozzá kapcsolódó eszközöket.

A német nyelv tanulási folyamatában a négy alapkészség és az interakció kiegyensúlyozott, arányos fejlesztése áll a középpontban, amely figyelembe veszi az eltérő képességeket, hozott készségeket. Változatos, megújuló pedagógiai módszerekkel korszerű, kommunikatív tudás érhető el, a receptív készségek fejlesztésétől a produktív készségek rögzítése felé kell haladni.

A német nyelv tanulásában – mint általában az idegen nyelvek esetében – szerencsés módon megjelenik az egyes tematikai egységekben valamely kompetencia. Ezek nélkül szinte elképzelhetetlen a sikeres nyelvtanítás és tanulás. Az anyanyelvi kompetencia minél magasabb fokú megléte elsőbbséget élvez, de a tematikai egységek sajátossága szerint elvárhatóak pl. a természettudományos és technikai, matematikai, digitális kompetenciák is. Valamennyi kompetencia-területet szem előtt tartva a pedagógus-szaktanár fejlessze és szilárdítsa meg a nyelvi készségeket, hogy a tanuló valós helyzetben is elő tudja hívni azokat.

A tematikai egységek sorrendjén lehet változtatni.

Tematikai egység	Tanuljunk németül!	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Ismeretek a német nyelvű országokról. Kommunikációs technikák alkalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önálló információgyűjtésre ösztönzés ehhez a témához adekvát eszközök használatával. Nyelvtanulást segítő módszerek megismertetése, gyakorlása. A nyelvtanulási motiváció fenntartása, illetve erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A német nyelv tanulásának jelentősége. Az előzetes ismeretek felhasználása a tematikai egység		<i>Természettudományos alapismeretek</i>

feldolgozásában, a megszerzett tudás örömeinek átérzése. Ismerkedés az új nyelvkönyvvel. Haladók: nyelvi tudásuk felmérése, a továbbhaladás felvázolása.		<i>Önismeret</i> <i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Motiváció; önálló tanulás; információgyűjtés; önismeret.	

Tematikai egység	Bemutakozás	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Anyanyelvi ismeretek: szófajok ismerete. A magyar nyelv típusához kötődő alapvető ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A beszédképesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A német abc; a személyes névmás. Az ige/a létige jelen ideje; a birtoklás kifejezése /'haben'/; az egyszerű mondat szórendje; az üdvözlés és elköszönés formulái; személyes adatok megadása és kérése; kérdőszók; a kérdő mondat. Haladók: ismétlés, rendszerezés, szókincs bővítés.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Családtag, foglalkozás, személyi adat, szórend, kiejtés, helyesírás, intonáció, interakció, szövegértési stratégia, formai követelmény.	

Tematikai egység	Lakóhely	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Hely- és honismeret. Szófaji ismeretek (főnév, névmás, melléknév); mondattani ismeretek (alany, állítmány).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszédképesség, kommunikációs képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Lakóhelyem; a város, ahol tanulok, épületek, a közösségi élet színterei. A főnév tárgyesete; az igenlés és tagadás egyszerűbb kifejezései. Térbeli viszonyok: 'hol-honnan' kérdések, kapcsolódó viszonyozók. A birtokos névmás; a melléknév alapfokban, állítmányi szerepben. Haladók: lexikabővítés, esetleg projekt munka.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Város, falu, vidék, művelődési ház, emlékmű, iskola, színház, mozi, múzeum, tájház, szórend.	

Tematikai egység	Otthon	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Az egyszerű mondat. A családi élet színtere, a családi otthon.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszéd-készség, kommunikációs képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A lakás/ ház részei; bútortart; fontosabb berendezési tárgyak. A 'denn' és a 'doch', illetve más kötőszók és szórendjük. A 'tud, képes, -hat, -het' kifejezése; az általános alany. Haladók: lexikabővítés; elképzelés: a jövőbeli otthon.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Komplex humán ismeretek</i> <i>Önismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Ház, lakás, lakberendezés, helyiségek, házimunka, modalitás.	

Tematikai egység	Vásárlás	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Mennyiségi fogalmak, átváltások, termékismeret, számolási készség; anyanyelvi ismeretek: szófajok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszéd-készség, kommunikációs képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Élelmiszerek, mennyiségi jellemzőik; csomagolási egységek. A bevásárlás formulái. A bevásárlás szinterei. A felszólítás és a megszólítás. A főnév, a személyes névmás részes esete. Kapcsolódó kötőszavak és szórend. Haladó csoport: a lexika bővítése, összehasonlítás: a vásárlás szinterei és az árak.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i> <i>Önismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Élelmiszer, ár, szupermarket, bolt, piac, mindennapi/ hétfői bevásárlás, bevásárlólista, interakció.	

Tematikai egység	Öltözködés	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	A standard öltözködés; textilfajták. Visszaható igék.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszéd-készség, kommunikációs képességek fejlesztése. Kreativitás fejlesztése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Kapcsolódó lexikai ismeretek; időhatározók; évszakok. A hétköznapi, ünnepi/alkalmi, évszakok szerinti ruházat. Életkorfüggő öltözködés. A 'sich'-es igék jelen ideje; a személyes névmás tárgyесе. A ruhavásárlás és fizetés formulái. Haladók: lexikabővítés; a véleményformálás magasabb szintje.</p>		<p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Ruházat, öltözködési norma, divat, márka, butik, ruhabolt, ruhapróba, ár.	

Tematikai egység	Étkezés	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Anyanyelvi ismeretek: az ige múlt ideje. Az étkezés szabályai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A német nyelvű területek ételei, étkezési szokásainak ismerete révén a más kultúrák iránti pozitív attitűd kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Magyar és német nyelvterületi ételnevek, a három fő étkezés, teríték és terítési műveletek. Az egészséges étkezés kifejezései. A kell /'sollen'/, a 'kedvel', 'szeret' /'mögen'/ kifejezése. A befejezett múlt idő a 'haben' segédigével. Haladók: lexikabővítés, étkezési szokások összehasonlítása.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Fogás, evőeszköz, ételkészítési eljárás, étkezési norma, ételrecept, hozzávaló, étkező, menza, étterem, pizzéria; modalitás, igeszemlélet.	

Tematikai egység	Egészség – betegség	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	<p>Az emberi test felépítése, fontosabb életjelenségek. Betegségi tünetek; ruházat, táplálkozás szerepe. Az emberi szervezetet veszélyeztető anyagok szervezetre gyakorolt fontosabb hatásainak ismerete.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszédkézség, kommunikációs képességek fejlesztése. Az egészségmegőrzés fontosságának felismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>'Es tut weh'+ D; a 'fehlen' + D. A főnév, a személyes névmás részes esete. Viszonyzó részes esettel. A befejezett múlt a 'sein' segédigével. Haladók: lexikabővítés; egyszerűbb gyógymódok, a megelőzés lehetőségei.</p>		<p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Testnevelés</i></p>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tünet, orvos, szakorvos, rendelő, gyógyszerész, gyógyszer, adagolás, gyógyulás, házi gyógymód, megelőzés, stressz, -kezelés, prepozíció.
--------------------------------	--

Tematikai egység	Iskola	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Az iskola mint a nevelés-oktatás színtere, közvetítője. Az önálló feladatvégzés, információgyűjtés és ismeretszerzés módszereinek ismerete. Az információ kritikus befogadásának alapjai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszédképesség, kommunikációs képességek fejlesztése. A német nyelvterületek iskolarendszeréről, tantárgyairól ismeretek nyújtása, a különböző kultúrák egyenrangúságának felismertetése. A tájékozódási képesség fejlesztése önálló ismeretszerzéssel.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Iskolánk épülete, helyiségei. A tantárgyak megnevezése. Iskolai/diákprogramok, ünnepek. Az 'es gibt' szerkezet. A sorszámnevek 1–20-ig. Haladók: projektmunka: a magyar és valamely német nyelvterület iskolarendszerének bemutatása.		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i> <i>Önismeret</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Iskolarendszer, iskolatípus, osztály- és szaktanterem, tanár, tantárgy, órarend, diákélet, diáknap, diáksport, iskolai ünnep, tanév, szünet, számnév.	

Tematikai egység	Szabadidő	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Szabadidős tevékenységek, lehetőségek; a tervezés szerepe az individuális döntésekben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Mérlegelés az alternatív javaslatok között; a döntésképeség fejlesztése. A kulturált viselkedési szabályok tudatosítása a családi és társasági életben. A vitakultúra fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szabadidős programok; a szabadidős tevékenységek megnevezése, napirend, a hobbi szerepe és helye a mindennapokban. Ünnep a családban. Meghívások elfogadása és elutasítása, illetve indoklásuk. Az öröm, elégedettség kifejezése. Köszöntés, köszönetnyilvánítás. Az akarat, szándék kifejezése: 'wollen'. Haladók: szabad idő kulturált eltöltésének lehetőségei: vélemény, vita.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Testnevelés</i> <i>Önismeret</i>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Hobby, olvasás, színház, mozi, koncert, zenehallgatás, disco, sportkör, születésnap, ajándék, vendégség, interakció, modalitás; érzelmi, hangulati attitűd.
------------------------------------	---

Tematikai egység	Közlekedés	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	A helyes, udvarias közlekedés szabályai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Valós helyzetben az adekvát közlési forma használata – beszédkézség, kommunikációs képességek fejlesztése. Más országok szokásainak tiszteletben tartása. Gyakorlottság növelése különböző információhordozók használatában.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A fontosabb közlekedési eszközök (szárazföldön, vízben, levegőben). A jegy- és bérletvásárlás formulái. Az útbaigazítás, információkérés igéi, kifejezései. Az „irányhármasság” viszonyozói. Bocsánatkérés egyszerűbb kifejezései. Haladók: lexikabővítés: közlekedési szabályok.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Járműforgalom, udvariasság, tájékozódási képesség, menetrend, jegyváltás, ellenőrzés, szabály, elővigyázatosság.	

Tematikai egység	Projektmunka	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Tapasztalat az internet használatáról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A projektmunka folyamatának tanulása. Kezdeményezőképeség fejlesztése. Használható tudás megjelenése. Az információ kritikus befogadásának megalapozása, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A város kiválasztása (pl. főváros, testvérváros / település). Az ötletek megbeszélése, a választás és indoklása. Tervezés. A projekt elkészítése, prezentációja, értékelése. A források megjelölése.		<i>Informatika</i> <i>Komplex humán ismeretek</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Kultúra, nevezetesség, művészet, sport, tudós, művész.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanuló értse meg az ismert nyelvi eszközökkel közölt utasítást, arra megfelelően reagáljon, értse meg és tudja megválaszolni a személyéhez vagy a környezetéhez kapcsolódó egyszerűbb struktúrájú, általános beszédtempóban folyó közléseket.
--	---

	<p>Tudjon kommunikálni ismert témájú, életkori sajátosságainak megfelelő vagy érdeklődési körébe tartozó témákban.</p> <p>Tudjon egyszerű összefüggő szöveget alkotni a mindennapi élethez kapcsolódó témákban.</p> <p>Legyen képes az írott vagy nyomtatott szöveget elolvasni, értelmezni, a szöveg információit egymástól elkülöníteni, a számára fontos információt kikövetkeztetni.</p> <p>Rendelkezzen azokkal a készségekkel, amelyekre építve megvalósulhatnak a következő négy év egyénileg és csoportban elérhető legjobb eredményei.</p>
--	---

INFORMATIKA

9/AJTP évfolyam

A tantárgy tanításának célja, hogy kialakítsa és fejlessze az informatikai eszközök alkotó használatához szükséges szemléletet és gondolkodásmódot, a problémamegoldó képességet, az új információs technológiákon alapuló kommunikációs képességeket, megismertesse az információs társadalom lehetőségeit, szabályait, felkészítse a tanulókat az informatika gyors ütemű fejlődése által okozott változások követésére, a könyvtári rendszerben és a számítógépes világhálózaton hozzáférhető információs forrásoknak a tanuló szükségleteinek megfelelő használatára.

Az informatikai eszközök, lehetőségek használata, alkalmazása révén a tanulók elsajátítják az információs társadalomban való hatékony tájékozódás, ismeretszerzés képességét, képesek lesznek elektronikus dokumentumokat önállóan létrehozni.

Tematikai egység	A számítástechnika alapjai	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Tapasztalatok a számítógép használatával.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A számítógép és alapvető perifériáinak felhasználói szintű kezeléséhez szükséges gyakorlottság kialakítása. Az informatika fejlődésének, történetének legfőbb lépéseiről, azok magyar vonatkozásairól való tájékozottság megszerzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Alapkonfiguráció bemutatása. Összeszerelés, szétszedés. A billentyűzet alapvető részei, egerek típusai. Monitorok csoportosítása, kezelésük, lehetőségeik, korlátaik. Adatok tartós tárolása a gép kikapcsolása után. Nyomtatók működési elve, csoportosítása működési elveik szerint. A számítógép moduláris felépítése. Számítógépek hálózatba kötése. A hardver eszközök alapvető karbantartási műveletei. Az információ kódolása: jel, adó, kódoló, csatorna, dekódoló, vevő fogalma. Jelek (morze, titkosítás, piktogramok; kotta és szolmizálás) értelmezése. Kettes számrendszer, bit, byte, kódtáblázat. Billentyűkódok használata. Az informatika történetének fontos mozzanatai, kiemelve a magyar vonatkozásokat. Szoftverek: a szoftverek csoportosítása. Állományok felismerése, indítása, kezelése.</p>		<p><i>Matematika:</i> mértékegységek átváltása, számrendszerek, kettes számrendszer.</p> <p><i>Természettudományos alapismeretek:</i> adattárolás, fizikai működés.</p> <p><i>Komplex humán ismeretek:</i> az informatika története.</p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Hardver, szoftver, alaplap, vezérlőegység, memória, monitor, billentyűzet, egér, nyomtató, háttértár, bit, byte, analóg, digitális, fájl.	

Tematikai egység	Az operációs rendszer használata	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Ismeretek a számítógépes hálózatok alapszolgáltatásairól.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az iskolában használatos operációs rendszer megismerése. Grafikus felhasználói felület kezelésének elsajátíttatása. Az iskolai hálózat használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Háttértárak használata. A formázás célja. Rendszerlemez fogalma. Váltás a lemez meghajtók között. Meghajtó használatba vétele. Könyvtár-struktúra (faszerkezet): fő- (gyöker-) és alkönyvtárak rendszere, könyvtárak létrehozása, törlése. Adott könyvtárszerkezet létrehozása lemezen, tájékozódás és mozgás a lemezek és könyvtárak rendszerében.</p> <p>Fájl- és könyvtárspecifikáció.</p> <p>Állományok (fájlok): fájlok típusai. Fájlműveletek: másolás, mozgatás, törlés, keresés. Fájlműveletek végzése háttértárakon.</p> <p>Segédprogramok alapvető ismerete: lemez-, könyvtár- és állománykezelés könnyítésére szolgáló szoftverek, a megfelelő program kiválasztása, a jegyzetomb használata.</p> <p>A grafikus felület kezelése: ablakkezelés, programindítás a grafikus felületű operációs rendszerben A grafikus felület testreszabása, használata.</p> <p>Veszélyforrások: alapvető ismeretek a vírusokról, veszélyeik, ellenük való védekezés, néhány elterjedt víruskereső ismerete. Víruskezelő szoftver használata, frissítése.</p> <p>Hálózat használata.</p>		<p><i>Idegen nyelvek:</i> szakszókincs.</p> <p><i>Matematika:</i> számrendszerek.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Formázás, könyvtár (fájlmappa), könyvtárszerkezet, fájl, könyvtár- és fájlművelet, segédprogram, GUI, ikon, tálca, asztal, vírus, bejelentkezés.	

Tematikai egység	Oktatóprogramok használata	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Ismeretek az operációs rendszerek alapszolgáltatásairól.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A számítógép és az internet használatával az információszerzéshez és -kezeléshez szükséges képességek fejlesztése. Önálló munkára nevelés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Szemléltető, gyakoroltató, készségfejlesztő, modellező programok használata.</p> <p>Böngészés a világhálón: adatok gyűjtése. Információk letöltése.</p>		<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos ismeretek</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Alkalmazás, menü, help, böngészőprogram.	

Tematikai egység	Algoritmizálás	Órakeret 17 óra
Előzetes tudás	Szabálykövetés, szabályok felismerése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Algoritmus leírása többféleképpen: szöveggel, rajzzal. Egyszerű algoritmusok kódolása. Célravezető eljárások keresése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Hétköznapi algoritmusok leírása többféleképpen: szövegszerű leírás, folyamatábra, struktogram.</p> <p>Változatos formában (rajzos, szöveges) megfogalmazott algoritmusok értelmezése.</p> <p>Programozási nyelvek.</p> <p>Kódolás: adattípusok (numerikus, logikai, karakter, karakterlánc), változók, aritmetikai, logikai műveletek.</p> <p>Rajzoló utasítások. Szelekció, iteráció. Adatbeviteli és -kiviteli utasítások. Függvények felhasználói szintű megismerése.</p> <p>Alprogramok (eljárások, függvények) célja, készítése, használata.</p> <p>A feladatok megoldási algoritmusának kódolása a választott nyelven.</p> <p>Tesztelés: a hibás működés felismerése és a program működésének nyomkövetése.</p> <p>Hatékonyágvizsgálat: minőségi változtatások (feladatok finomítása vagy továbbfejlesztése másik alaptípusra). Több megoldási algoritmus összehasonlítása.</p>		<p><i>Idegen nyelvek:</i> utasításkészlet.</p> <p><i>Matematika:</i> logika, absztrakció, szabályok felismerése.</p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Algoritmus, forráskód, tárgykód, utasítás, szintaxis, adattípus, változó, szelekció, iteráció, függvény, eljárás.	

Tematikai egység	Számítógéppel segített problémamegoldás	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Egyszerűbb folyamatok modellezése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Modellhasználat fejlesztése események és jelenségek (természeti, társadalmi, gazdasági, matematikai, ...) számítógépes modellezése során.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Logikai játékok készítése, használata.</p> <p>Véletlen események: véletlen jelenségek, események szimulálása</p> <ul style="list-style-type: none"> – készített (véletlen szám generátor segítségével), – meglévő programokkal. <p>Egyszerű természeti és gazdasági jelenségek modellezése.</p> <p>Más tantárgyakból tanult problémák megoldása.</p> <p>Szimulációs program készítése.</p>		<p><i>Matematika:</i> logikai műveletek.</p> <p><i>Természettudományos alapismeretek;</i></p> <p><i>komplex humán ismeretek; idegen nyelvek:</i> problémák megoldása.</p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Modellezés, logikai művelet, igazságtábla, véletlenszám-generátor.	

Tematikai egység	Szöveg- és ábrszerkesztés	Órakeret 18 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egy szöveg- és egy ábrszerkesztő alapfunkcióinak megismerése, használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A szöveg- és ábrszerkesztő programok jelentősége, funkciója, lehetőségeinek felhasználása: menüszalagok, eszköztárak használata. Dokumentumműveletek. Formázási lehetőségek. Grafikus objektumok készítése, beszúrása. Nyomtató használata. Egyszerű szerkesztési feladatok megoldása: formázási lehetőségek alkalmazása, levelek, képeslapok, plakátok, szórólapok, kiselőadás-vázlat, iskolaújság tervezése. Bemutató készítése. Az elektronikus levelezés: címzési módok, válaszlevél továbbítása, az elektronikus levelek mezői.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> a szöveg részei, szerkezete, helyesírás.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szövegformázási egység, objektumkezelés, grafika, e-mail, címjegyzék, levelezési mappa.	

Tematikai egység	Adatbázis- és táblázatkezelés előkészítése és könyvtárhasználat	Órakeret 18 óra
Előzetes tudás	Könyvtári tapasztalatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Két újabb felhasználói programtípus, a táblázatkezelő, illetve az adatbázis-kezelő legfontosabb elemeinek megismerése, használata. A számítógép mint információ-feldolgozó eszköz: adatok rendezése, csoportosítása. Összetartozó adatok közötti egyszerű összefüggések felismerése. A könyvtár megbízható használata.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Egy adatbázis-kezelő vagy táblázatkezelő szoftver környezete, funkciói. Táblázatos adattárolás. Alapfogalmak magyarázata: egyed (tábla); rekord, mező; adatbázis. Adatok, grafikonok típusai. Egyszerű adatbázis kezelése: adatbázisok létrehozása, meglévők használata, grafikonok készítése. Adatok rendezése, szűrése, csoportosítása. Fizikai táblázatok, földrajzi adatok, történelmi események, irodalmi adatok, nyelvtani táblázatok, katalógusok, osztállyal kapcsolatos táblázatok kezelése. Keresőprogramok használata: kutatás, keresés a világháló</p>		<p><i>Matematika:</i> grafikonok, képletek, függvények.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> nyelvtani táblázatok, katalógusok.</p> <p><i>Komplex humán ismeretek:</i> történelmi események.</p>

<p>adatbázisaiban. Meglévő adatbázisok felismerése, pl. szöveg mint adatbázis, lemezen tárolt adatállományok, könyvtári katalógus. Könyvtárhasználat. Dokumentumok értékelése. Tájékozódás a könyvtárban: esztétikai érték, szakmai és információs érték. Tanulmányi és közhasznú tájékozódás hagyományos és elektronikus forrásokban (katalógusok, bibliográfiai és teljes szövegű adatbázisok, internet). Az információk értékelése és szelektálása. Forrásjegyzék összeállítása. A középiskolai könyvtár állományának, eszközeinek és szolgáltatásainak rendszeres igénybevétele, a könyvtári információs rendszer használata.</p>	<p><i>Természettudományos alapismeretek: fizikai, kémiai táblázatok, földrajzi adatok.</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Táblázat, adatbázis, keresőrendszer, keresés, forrásfeldolgozás, etikai szabály, hivatkozás.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>A tanuló ismerje a számítógép (hardver) főbb egységeit és azok funkcióját. Tudjon információt különféle formákban kifejezni; legyen képes a különböző formákban megjelenített információt felismerni. Legyen gyakorlott programok futtatásában, a szükséges adatbevitelben és a kapott információk értelmezésében. Képes legyen a hétköznapi élet egyszerűbb algoritmusainak szöveges megfogalmazására, értelmezésére, végrehajtására. Legyen jártas a tapasztalaton alapuló vizsgálatok, illetve a visszacsatolásos tevékenység végzésében. Tudja alkalmazni a szövegszerkesztési, táblázat- vagy adatbáziskezelő programokat, tudjon elektronikusan levelezni.</p>
---	---

TESTNEVELÉS ÉS SPORT

A testnevelés és sport műveltségtartalma - már a kritikus gondolkodásra alapozva – ezen az iskolafokon tovább mélyíti és bővíti a sportolás, aktív pihenés alkalmazásához szükséges ismereteket és mozgásos tevékenységeket és az ehhez tartozó kompetenciákat. Ebben a szakaszban a munkaerőpiac kompetenciaelvárásainak és a Nemzeti alaptanterv kulcskompetenciáinak tudatosítására és a NAT-nak megfelelő sportműveltség, sportágismeret elsajátítására kell elsősorban törekedni. További cél az önálló felelősségvállalás, a munkavállalásra alkalmazhatóság, a munkabírás, a tanulás és mozgás helyes aránya, a választás a saját előnyben részesített rekreációs terület irányába kialakítása, és az azokkal kapcsolatos tudás összefoglalása, továbbfejlesztése. A műveltségterület ebben az életszakaszban közvetíti a civilizációs betegségek ismeretét, felismerési módjait, az ezek elleni küzdelem lehetőségét, módját.

A diák alapvetően képessé válik az eddig megszerzett tudás, kompetenciák birtokában a tárgyi és eszköztudását fejleszteni, valamint felelősen végig tudja gondolni a jövőjét sarkalatosan befolyásoló események fontosságát, azok szerepét. A kerettantervben megjelenő mozgásos és kognitív tartalmak sikeres akkomodációjának érdekében inkább a tanuló változó körülményekhez kapcsolódó alkalmazkodóképessége és nem a mozgásreprodukáló képessége kerül fejlesztésre. A különböző testgyakorlási formák hozzájárulnak az általános értékteremtés mellett a közös és az egyéni érdekek képviseléséhez, valamint erősítik a tantárgy alapvető és aktuális motivációs tényezőit, pl. ötletszerzés, élményszerzés, jókedv, kaland, testformálás, fogyókúra, párválasztás, kikapcsolódás, feszültségvezetés, örömszerzés, baráti kör, önmegvalósítás, teljesítménykontroll, sportolási divatok.

A kívánt célállapotban a közoktatási tanulmányait befejező fiatal képes a mozgáskommunikáció sokoldalú felhasználására, az iskolai testnevelésben tanult testgyakorlati ágak technikájának teljesítményhez kötött bemutatására, a testi képességekhez, az egészséges életmódhoz kapcsolódó ismeretek alkotó felhasználására, az egyéni és társas játékok, sporttevékenységek szervezéséhez szükséges ismeretek átadására és bemutatására.

A kerettanterv minden tanuló számára biztosítani kívánja a hatékony és élményszerű motoros tanulást. Módszereiben döntően a játékos cselekvéstanulást, az adekvát játékok és versengések alkalmazását helyezi előtérbe. Az egységesség és differenciálás elvét az általa vezérelt gyakorlatok során a legfőbb értékek közé sorolja. Ebben az oktatási szakaszban is megkülönböztetett figyelmet fordít a belső, didaktikai differenciálásra. Ez a záloga annak, hogy minden tanuló eljusson a megszerzhető tudás legmagasabb szintjére és megvalósulhassanak a társadalmi érdekeket is kifejező tantárgyi célok. A differenciálás alappillérei a tanulói képességek különbözősége, a motivációs háttér és a testneveléshez kapcsolódó egyéni célok. A fejlesztő munka igazodik a tanulásban mutatkozó alapvető tendenciákhoz, de az oktatási-nevelési folyamatban bekövetkező változásokhoz is. A belső didaktikai differenciálás emeli a motoros tanulást, de egyúttal a személyiségfejlesztés egyéb dimenzióiban bekövetkező fejlesztés határfokát is. A motoros tanulás sajátossága ugyanis, hogy a tudáshoz, a teljesítményhez vezető úton formálódnak az értelmi, érzelmi-akarati, szociális képességek és tulajdonságok. A fejlesztés várt eredményei ennek megfelelően a készségekben, a képességekben, az ismeretekben és az attitűdökben megfogalmazható követelményeket is tartalmazzák.

A közoktatási folyamat kimeneti szakaszához közeledve a tudatosan tervezett, rendszeres képzésben megjelenik a testkultúrához tartozó, a sportkultúrát és sportműveltséget fejlesztő szabály-, élettani, anatómiai, illetve sporttörténeti oktatás, megteremtve a szükséges alapot és lehetőséget a közép- és emelt szintű érettségi vizsga sikeres teljesítéséhez, valamint a *demokráciára nevelés és az erkölcsi nevelés* segítéséhez. Az évfolyamszakasz vége az

általános műveltséget elmélyítő, pályaválasztási szakasznak tekinthető – előtérbe lép a *pályaorientáció, a saját életút iránti felelősségvállalás*. A tanulók értik, tudják a kultúra és a testkultúra kapcsolatrendszerét, a mozgásigény és mozgásszükséglet alakulását a biológiai fejlődéssel összhangban, az önálló testedzés elméleti és gyakorlati alapjait, a testi képességek és a mozgásműveltség sokoldalú fejlesztésének módozatait, a *testi és a lelki egészség* megőrzésére vonatkozó lehetőségeket. Az alternatív, szabadtéri sportok kapcsán hangsúlyt kap a *környezettudatos* nevelés is.

Mindezek adják az egészségtudatos, sportos felnőtt élet megélésének bázisát. Megteremtik az élethosszig tartó mozgásos tevékenységekhez szükséges felelős döntések elegendő és rugalmasan bővíthető információs készletét – kiteljesedik az *önértékelés*. Kialakítják a társas viszonyokba ágyazott személyes identitást, és képessé teszik a fiatalot arra, hogy a sportban átélt konkrét élményeket szimbolikus síkon értelmezze, az élet más területén szerzett tapasztalataival összevesse, és az összefüggéseket megértse – ezáltal erősödik a *nemzeti öntudat, a hazafias nevelés*.

Ebben a szakaszban célként jelenik meg az iskolai műveltség differenciált megszilárdítása, amelyben már feltűnnek a szakképzés előkészítéséhez, a pályaválasztáshoz, a munkavállalói szerepekhez szükséges kompetenciák. Ez a szakasz a tudás alapvető tényezőit és összetevőit a tartalomba ágyazott képességfejlesztés elvének a szem előtt tartásával szilárdítja meg. Ebben az életkorban már kiemelten valósulhat meg – a kognitív fejlesztési oldal figyelembevételével – a testnevelés és sport oktatásában az alapvető egészséggel és önismerettel kapcsolatos értékek elsajátítása.

A tantárgy tanításának alapja a szaknyelv fejlődését biztosító *anyanyelvi kommunikáció*. Célja, hogy a tanulók képesek legyenek objektív módon elemezni saját egészségi állapotukat, ismerjék az egészségkárosító tényezőket, azok hatását, elkerülésük módját. Mindezek mellett tudatosan és minden tekintetben kielégítő módon kommunikáljanak, és saját véleményüket artikuláltnak, határozottan fejtsek ki az egészségtudatos életvitellel kapcsolatban és a társaknak nyújtott segítségadás során.

A sikeres interperszonális részvétel érdekében elengedhetetlen a viselkedési szabályok és az általánosan elfogadott magatartás megértése, ezáltal fejlődik a *szociális és állampolgári* kompetencia. E kompetencia alapját az a készség képezi, hogy építő módon tudjanak tanulók *kommunikálni*, nézőpontokat kifejezni és megérteni, bizalmat keltő módon tárgyalni, és képesek legyenek az együttérzésre. Az egyénnek tudnia kell kezelni a stresszt és a frusztrációt, és építő módon kell ezeket kifejezésre juttatnia, továbbá különbséget kell tudnia tenni a személyes és a szakmai szféra között.

A hatékony *tanulás* kompetencia segítségével a tanulók egyénileg és csoportban is meg tudják szervezni saját edzettségük eléréséhez szükséges tevékenységüket, ideértve az idővel és információval való hatékony bánásmódot. A kompetencia magában foglalja az egyén tanulási folyamatának és szükségleteinek ismeretét, az elérhető lehetőségek felismerését, és az akadályok megszüntetésének képességét az eredményes edzettség és teherbírás érdekében. Ez az új tudás és készségek megszerzését, feldolgozását és asszimilálását, továbbá útmutatások keresését és alkalmazását jelenti. Ennek birtokában fejlesztik a tanulók azon képességeiket, ami rávezeti őket arra, hogy a feladatok végrehajtásában az előzetesen tanultakra és az élettapasztalatra építsenek, annak érdekében, hogy a tudást és készségeket helyzetek sokaságában tudják használni.

A sport- és mozgáskultúra bázisára építve fejlődik a *vállalkozói kompetencia*, miszerint egyénileg s csapatban is képesek a személyek dolgozni. Kialakul az egyén saját erős és gyenge pontjai megítélésének képessége, valamint az a képesség, hogy az egyén a kockázatokat értékelni és adott esetben vállalni tudja. A mozgásminőség és mozgáskivitelezés elemzésén keresztül fejlődik az *esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség*.

9-10. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportjátékok	Órakeret 70 óra
Előzetes tudás	Életkornak megfelelő technikai és taktikai, elméleti és gyakorlati tudás. Aktív részvétel az előkészítő játékokban, sportjátékokban. Figyelmes és hatékony munkavégzés a gyakorlásban. Csapatjátékos tulajdonságok ismerete. Sportszerűség, a szabálykövető magatartás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A választott legalább két labdajátékra vonatkozóan: Az új játékeladatokban, játéksituációkban a technikai, taktikai és szabályismeret tudatos és felelős alkalmazása, bővítése. A sportjáték-specifikus képességek megerősítése. A játéksituációk, játékeladatok magasabb gondolkodási, motoros szinten történő megoldása a szabálykövetés, a csoportkonszenzus és az ellenfél tisztelete szempontjából is.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Legalább két labdajáték választása kötelező.</p> <p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A labdajátékokra felkészítő mozgásfeladatok <i>Speciálisan előkészítő, rávezető, képességfejlesztő feladatok és testnevelési játékok</i> A labda nélkül végzett mozgások – szlalom futások (változó irányokba), vágások, irányváltások, taposások helyben, súlypontemelkedések, ugrások páros és egy lábbal, váltott lábbal – gyakorlási hatékonyságának, játékban való eredményes használatának továbbfejlesztése. Az alapmozgások nagyszámú variációja irányban, sebességnöveléssel. A reakcióidő és a társ mozdulatára reagálás optimumának elérése. A helyezkedés, helyzetfelismerés továbbfejlesztése a labdáért való harcban, cselek labdával és labda nélkül, küzdések váll-váll érintéssel a labda megszerzéséhez. Labdás ügyességfejlesztés egy-két labdával, a labdás ügyességfejlesztés összetettebb játéka: a labda fogadása, kezelése fokozódó lendületben, magasságban, távolságban, a labda továbbítása gyorsabban, lendületesebb, változó magasságokban, futás közben, labdavezetés, haladás a labdával gyors irányváltásokkal és ritmusváltásokkal. Az adott sportjáték technikái gyakorlása testnevelési játékokban, kidobós, fogójátékok labdával, labdaszerző és -védő játékok, cicajátékok, pontszerzők, stilizált játékok, szabadon alkalmazott technikai-taktikai elemek és szabályismeretek mellett is. A mozgástanulást segítő eszközök használata (szemüveg, célkeret stb.). Bonyolultabb - kooperatív, kreatív - testnevelési és sportjátékok (pl. játékszabályok dinamikus változtatása, esélykiegyenlítő játékok, fordított eredményszámítás). A sportjátékokra való előkészítésen túlmutató, stratégiai jellegű, az életszerepekre felkészítő és inklúzióra érzékenyítő játékok.</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűségszámítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p>

<p><i>Bemelegítés labdajáték foglalkozásra – részleges tanári irányítással</i> A bemelegítési modell ismételt gyakorlása és az önálló bemelegítésre való felkészítés. A modell minimális tartalma: sportjáték-specifikus futó-ugrómozgások, labda nélküli és labdás gyakorlatok az ízületek átmozgatására, labdavezetések variációi helyben és haladással, páros, mikrocsoportos labdás gyakorlatok, bemelegítő testnevelési játékok labda nélkül és labdával, az adott labdajáték specifikus technikai és taktikai előkészítő gyakorlatai. A választott labdajátékok technikai és taktikai elemeinek gyakorlása, tökéletesítése, alkalmazása új variációkban, szituációkban.</p>	
<p>Kosárlabdázás <i>Technikai elemek</i> Fokozódó lendületben, magasságban, távolságban csökkenő hibaszázalékkal végrehajtott technikai elemek. <i>Taktikai elemek</i> Kisebb csapatrészekben azonos létszámmal egymás elleni játék teljes anyagának beépítése az 5:5 elleni játékba, félpályás és egészpályás gyakorlatokkal. Emberfölyenes helyzetek támadásban, védekezésben. Emberfogás, területvédekezés. Ötletjáték támadásban. A speciális feladatok megoldása (feldobás, alap- és oldalvonal-bedobás, büntetődobás utáni támadás és védekezés).</p> <p>Kézilabdázás <i>Technikai elemek végrehajtása fokozódó lendülettel, erőközléssel, magasabban és távolabbra, csökkenő hibaszázalékkal</i> <i>Labda nélkül:</i> Gyorsfutások közben, a társ futómozgásának követése. Térnyerésre törekvés indulócselekkkel mindkét irányba. A kapus mozgástechnikája. <i>Labdával:</i> Alaphelyzetek, alapmozgások, támadó, illetve védő játékos esetén. Labdakezelési gyakorlatok 2–3–4-es csoportokban, 1–2 kézzel. Átadások talajról és felugrásból cselezés után. Indulócsel, átadócsel, lövőcsel, cselkapcsolatok alkalmazása mindkét oldalra. Kapura lövések bevetődésből is. <i>Taktikai elemek növekvő együttműködéssel és eredményességgel</i> <i>Támadó taktika:</i> Zárás, leválás alkalmazása. Támadásbefejezések lerohanásból rendezetlen védelem elleni játékból. Szélsőbefutások. Beállós játék. A test-test elleni játék a támadásban. <i>Védekező taktika:</i> Vegyes védekezés alkalmazása a játékban. Ütközés talajon és levegőben. 4:2 elleni védekezési rendszer. A test-test elleni játék a védelemben.</p> <p>Labdarúgás <i>Technikai elemek fokozódó kitartással, variációban, lendületben, magasságban, távolságban, csökkenő hibaszázalékkal</i> A labdás koordináció minőségi fejlesztése. Labdakezelések mozgás közben és irányváltoztatással, átadások különböző mértani alakzatokban. Rövid és hosszú labdaátadások talajon vagy levegőben. Átadások, átvételek mélységi, szélességi játék helyzetek kialakításával. Induló-, futó-, átadási és lövőcselek védővel szemben. Fejelések</p>	<p><i>Fizika:</i> mozgások, ütközések, erő, energia.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>

<p>technikai levegőből, társnak vagy kapura. <i>Taktikai elemek a variációk növelésével és végrehajtási minőség emelésével</i> Posztok betöltése: kapus, védő, középpályás, támadó. Rombuszban 4 játékos feladatmegoldása mélységben, szélességben, folyamatos helycserékkel. Röplabda <i>Technikai elemek optimális erőközléssel, fokozódó magasságban, pontossággal, folyamatossággal, csökkenő hibaszázalékkal</i> A mélységlátást, labdához való igazodást elősegítő gyakorlatok, társtól dobott vagy falra feljárt labdával. Gurulások, vetődések. Célba ütések és érintő labdatovábbítások mozdulatlan majd mozgó céltárgyra vagy társhoz. A sáncolás technikája egyénileg és párban. <i>Támadás és védekezés alapvető megoldásai</i> 2–3 fős támadási technikák védelem nélkül és védelem ellen, védekező feladatok, biztosítás, változatos támadás befejezések (erő, ív, elhelyezés stb. szempontjából).</p> <p>Kooperativitás és versengés a labdajátékokban, a szabályok – játékszabályok begyakorlása – játékvezetési gyakorlat.</p> <p>Az elsajátított játéktudásnak megfelelő színvonalú játékszabályok alkalmazása, betartatása növekvő tudatossággal és önállósággal az osztályszintű gyakorlatok és mérkőzések során. Játéksituációk előidézése egy-egy szabály begyakorlására, a játéksituáció megállítása, elemenkénti ismétlése a szabálytalanság korrekciója érdekében. Játék egyszerűsített és fokozatosan bővülő szabályokkal.</p>	
<p>Rövidített játékidővel gyakorlás, osztálymeccsek, villámtornák a diákolimpiáknak megfelelő versenyszerű körülmények és a helyi szabályozás szerint. Differenciált mennyiségű és minőségű játéklehetőség biztosítása. Rövid játékvezetői gyakorlás a tanárral együtt, rögzített, változtatható, egyszerűsített játékvezetésben.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Játéktípusok, szabályok, stratégiák működtetése. A tanult játékstratégiák (támadó és védő alaptaktika, emberelőnyös-emberhátrányos játéksituációk) felhasználása a taktikai magyarázatok, beszélgetések és játékszervezés során. Az animáció alkalmazása a játékok továbbfejlesztésében. Különböző életkorra, az egyénre és a helyzetre jellemző érzelmi önkontroll. A siker egyéni és csoportos átélése, a kudarc elfogadás, mint a tevékenység természete velejárója. Az alkotó, kooperatív mozgásos tevékenységek kezdeményezése, az ötletek kulturált megfogalmazása és megvalósítása. Az együttjátás előnyeinek, jelentőségének képviselője.</p>	

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Játékrendszer, taktika, támadási rend, védelmi rend, önszerveződés, problémaorientált taktikai megoldás, támadási stratégia, védekezési stratégia, megegyezésen alapuló játék.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák	Órakeret 54 óra
Előzetes tudás	Részlegesen önálló, balesetmentes gyakorlás. Az alapvető torna mozgáselemek önálló bemutatása. Az aerobik kargyakorlatokat és lépésgyakorlatok, alaplépések, haladások összehangolása a zenével. A kötél biztonságos mozgatása. A szabályok érthető megfogalmazása. A gyengébbeknek, a segítségre szorulóknak feltétel nélküli segítségadás. Sportágak versenyrendszeréről alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az iskolai tornajellegű feladatok, táncos mozgásformák során a reális énkép további alakítása. A gyakorlás során segítség adása és elfogadása, mások bátorítása révén a tevékenységek állandó motivációs hátterének biztosítása. Szabadabb és differenciáltabb önálló részvétel, az alkotókészség, kreativitás fejlesztése a gimnasztika, torna, esztétikai sportok, és a helyi tantervben választott sporttáncok, történelmi és néptáncok mozgásrendszerén belül. Az esztétikus mozgás, a feszes, megtartott testmozgás további javítása. A test térbeli, időbeli és dinamikai érzékelésének, valamint a koordinált mozgás és az erőközlés összhangjának továbbfejlesztése. A táncmotívumok ritmikailag, plasztikailag pontosabbá, az újabb koreográfiák, művészeti előadások tudatosabbá tétele. A saját kultúra újratemtése iránti igény erősítése, a más népek kultúrája iránti tisztelet erősítése. Az ismeretek körének bővítése az adott versenysportágak hazai élvonaláról, ennek révén a nemzeti öntudat fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG Gimnasztika <i>Térbeli alakzatok – rendgyakorlatok</i> Alakzatok, mozgások zárt rendben, alakzatváltozások. Variációk a ritmusban, a tempóban történő változtatással, rendgyakorlatok zene nélkül és zenére is. <i>Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok</i> 8–16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok egyidejű fejlesztő hatásokkal, kiemelten a mély hát- és hasizmok, a függesztő öv, a lábboltozat izomzatának optimális és precíz működése által. Gimnasztikai gyakorlatok alkalmazása az izommunka jellege szerint (nyújtó, erősítő, ernyesztő-lazító) arányosan, minden testrész mozgásaira kiterjedően, növekvő önállósággal a gyakorlatok kiválasztásában, növekvő önállósággal a gyakorlatsorok összeállításában. A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok a mozgásütem		<i>Fizika:</i> egyenes vonalú mozgás, periodikus mozgás, gravitáció, tömegvonzás, hatás-ellenhatás törvénye.

<p>változtatásával, a kiinduló helyzet és kartartás változtatásával, a kéziszerek – súlyzó, bordásfal, pad, medicinlabda – alkalmazásával. A dinamikus és statikus erőkifejtés megkülönböztetése.</p> <p>A különböző erőadagolás változatos gyakorlatai alkalmazása.</p> <p><i>Összetett, komplex, fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok</i></p> <p>Szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan, állandó gyakorlási jelleggel.</p> <p>Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével.</p> <p>Aerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az elrugaszkodás (dobbantás) gyorsaságának fejlesztése. Az egyensúlyozás továbbfejlesztésére a statikus helyzetek időtartamának és bonyolultságának növelése. Az esztétikus mozgások előadásmódja segítésére a testtartást biztosító kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások gyakorlása.</p> <p>Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az 1–8. osztályban elért egyéni szint szerinti fejlődést követő rendszeres kontrollal.</p>	
<p>Torna – iskolai sporttorna</p> <p>Célirányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel. Talajon és a helyi tanterv szerint választott legalább egy szeren a korábbi követelményeken nehézségben túlmutató mozgásanyag tanulása, gyakorlása egységesen és differenciáltan.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – talajtorna,</i></p> <p><i>Tartásos gyakorlatelemek végzése:</i> tarkóállás, fejállás, kézállás, mérlegek kéztámasszal, mérlegállások, spárgák, hidak.</p> <p><i>Mozgásos gyakorlatelemek végzése:</i> gurulóátfordulások különböző irányokba, tarkóbillenés, fejenátfordulás, cigánykerék, vetődések, átguggolások, átterpesztések, lábkörzések, dőlések, felállások, egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban. Az esztétikus és harmonikus előadásmód rávezető eljárásai (feszítések, fejtartás, válltartás, spicc kidolgozása).</p> <p>Az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése - differenciáltan. Az egyéni optimum, az önálló bővítés lehetőségének megjelenítése az elemkapcsolatokban, gyakorlatokban.</p> <p>A gyakorlatbemutató rítusa minőségi paraméterek hozzáadásával történik az ellenőrzések során.</p> <p><i>Szertorna</i></p> <p>A helyi tanterv által meghatározott szeren vagy szereken történik: egységesen az alapformában, differenciáltan a variációkban és az elemek mennyiségében és nehézségi fokában, egyénre szabott segítségadással társak és/vagy tanár közreműködésével, önálló tervezéssel és gyakorlással.</p>	
<p><i>Szertorna fiúk számára</i></p> <p><i>Korlátlan gyakorlás</i> – terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba,</p>	<p><i>Fizika:</i> az egyszerű gépek működési törvényszerűségei, forgatónyomaték, reakcióerő, egyensúly, tömegközéppont.</p>

<p>vetődési leugrás, kanyarlati leugrás. <i>Nyújtón gyakorlás</i> – kelep felhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alá lendülés, kelep forgások, térd fellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás hátra, alugrás, nyílugrás. <i>Gyűrűn gyakorlás</i> – kéz- és láb függések, függések, lefüggések, mellső függőmérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolóadás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.</p> <p><i>Szertorna lányok számára</i> <i>Gerendán gyakorlás</i> – állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hason fekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. Szökdelések, lábtartás-cserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpesz csukaugrás. <i>Felemáskorláton gyakorlás</i> – támaszok, harántülés, térd függés, fekvő függés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvő függésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelep fellendülés támaszba, fordulat fekvő függésben, térd fellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvő függésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás.</p> <p><i>Szertorna – szerugrás, ugrószekevényen gyakorlás</i> Gyakorlás és kontroll a tanuló előzetes tudása és testalkata figyelembevételével. Az 5–8. osztályban tanultak továbbfejlesztése, az első és második ív növelése. Felguggolások – homorított ugrások, vetődések, kanyarlatok, bukfencek, guggoló átugrások, terpeszátugrások, lebegőtámasz. Bemelegítés a torna gyakorlásához, egy specifikus jellegű mozgássor megtanulása. Célszerű gyakorlási és gyakorlásszervezési formációk működtetése növekvő tanulói önállósággal. A segítségadás technikái, felelős külső kontrollal – a hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok – pontozási hierarchia és szemlélet – gyakorlása, az 5–8. osztályban tanultak továbbfejlesztése.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> egyensúlyérzékelés, izomérzékelés, elsősegély.</p>
<p><i>Ritmikus gimnasztika lányok számára</i> Az 5–8. osztályokban megfogalmazott követelményeken nehézségben túlmutató követelmény mozgásanyagának tanulása, gyakorlása. Az esztétikus, szép és nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások. Célrányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel (testtartás, tágasság, forgásbiztonság stb.). A ritmusérzék fejlesztése, önálló zeneválasztásra lehetőség a szélsőségektől való elhatárolódás mellett. <i>Szabadgyakorlatok</i> <i>Előkészítő tartásos és mozgásos elemek alapformái ismétlése, és új, összetett formák gyakorlása:</i></p>	<p><i>Ének-zene:</i> ritmus és tempó.</p>

<p>lábujjállások, terpeszállások, hajlított- és guggolóállások, lépő és kilépő állások, támadó- és védőállások, lebegő- és mérlegállások, nyújtott és hajlított ülések, lebegő ülések, térdelések, térdelőmérlegek, fekvések, kéz és lábtámaszok, ujj- és kartartások és mozgások (lebegtetések, ejtések, fordítások, hullámok), statikus és dinamikus törzsmozgások és lábmozgások.</p> <p><i>Fő mozgások alapformái ismétlése, és új, összetett formák gyakorlása:</i> Testsúlyáthelyezések, járások, futások, szökdelések, ugrások (öt alapforma megkülönböztetése), egyensúlyhelyzetek, forgások, hullámok.</p> <p>Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz.</p> <p><i>Labdagyakorlatok</i></p> <p>Fogások végzése, gurítások talajon és testen, labdavezetések változatos vonalon a levegőben, átadások, leütések, dobások, elkapások, labdatartások (kézzel, lábbal, térdel, nyakkal stb.) változatos szabadgyakorlati formák felhasználásával.</p> <p>Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz tanári irányítással (1 perc).</p> <p>Aerobik mindkét nem számára, a helyi tantervben szabályozott nehézséggel.</p> <p>A sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok.</p> <p>Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással. Az 5–8. osztályban tanult alaplépések összetett kombinációi 4–8 ütemben, aszimmetrikus elemkapcsolatok.</p> <p>Rövid elemkapcsolatok ismétlése magas cselekvésbiztonsággal (20–30 mp folyamatosan).</p> <p>Egyéni és páros koreográfiák gyakorlása, differenciált bővítése önállóságra törekedve, a szükséges minimálisan követelt elemek felhasználásával, bővítésével.</p> <p>Aerobik bemutatók az osztályon belül.</p> <p>Táncos mozgásformák</p> <p>A helyi tantervben rögzített választás szerint legalább egy, a helyi személyi és tárgyi körülményekhez, feltételekhez igazodó tánc, amely mozgásanyaga a Tánc és dráma kerettanterv mozgásanyagával összekapcsolható.</p> <p><i>Történelmi táncok gyakorlása:</i></p> <p>Előkészítéskor kiemelt jellemző a tánc során a páros viszony, az alkalmazott fogások, testtartás és a nő és a férfi szerep jellegzetessége. A helyi tantervben szabályozottan a kiválasztott tánc motívumai és motívumfüzérei.</p>	
<p><i>Sporttáncok gyakorlása:</i></p> <p>Csoportos táncformák – helyi tanterv szerint szabad választásban, pl. a <i>Magyar Majorette Szövetség</i> gyakorlatanyaga és egyszerűsített szabályai alapján; alacsony feldobások, twirling 1–2. szint, botok cseréje.</p>	<p><i>Vizuális kultúra:</i> reneszánsz, barokk.</p> <p><i>Földrajz:</i></p>

<p><i>Néptánc gyakorlása:</i> A magyar néptánckincs egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai (alkalmazhatók a Dráma és tánc kerettantervben kidolgozottak is). Egy dunántúli és/vagy alföldi tánc típus motívumai és rövid táncfolyamata megtanulása, gyakorlása, előadása. Dunántúli ugrós és csárdás – dudálás, cifra és variációi, lengetők, bokázók, csárdás lépések, ridák, lezárók. Kalocsai mars – fareör lépés, fércelés, lenthangsúlyos rida, keresztlengető, ugrós motívumok páros és négyes forgással. <i>Egyéb tornajellegű mozgásformák:</i> A tornajellegű kondicionális és koordinációs képességek és készségek alkalmazása más – az helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzített – mozgásrendszerekben. Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, eszközös táncok stb.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A szakkifejezések és vezényszavak ismerete, a legismertebbek önálló használata a tervezésben, segítségadásban és a hibajavítás értelmezésében. A saját test szemlélése, elfogadása, változásainak követése, és az ezzel kapcsolatos félelmek, szorongások, frusztrációk megfogalmazásának képessége (önreflexió), átélése és tudatos felvállalása. A nemnek megfelelő mozgás dinamikájának és/vagy esztétikájának ismerete. A saját és társ testi épsége iránti felelősségvállalás. A társak gyenge, esetleg sérült oldalának segítése, az erősségek elismerése, támogatása. A divat és a média testkultúrára ható kedvező és kedvezőtlen tényezőinek szétválasztása (értékfelismerés, önértékelés). Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete.</p>	<p>Magyarország tájegységei.</p> <p><i>Etika:</i> társas viselkedés, önismeret, énkép, jellem, önreflexió, kooperatív munka.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Szaknyelvi kifejezés, elem, vezényszó, RG-motívum, táncmotívum.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Atlétika jellegű feladatok	Órakeret 40 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A térdelő- és állórajt technikája, a fokozó- és repülőfutás összehangolt kar- és lábmunkája. A rövid- és hosszú távú futásnál irambeosztási tapasztalat. Váltás alsó botátadással. Távolugrás guggoló technikája. Kislabdahajtás beszökkenéssel. Lökőmozdulat oldal felállásból, dobások lendületvétellel is.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az atlétikai mozgásokat befolyásoló jellegzetes biomechanikai törvényszerűségek megismerése, egyre tudatosabb alkalmazása. Jártasság kialakítása az egyes szakági technikákban. Az emberi teljesítőképesség jelenlegi határainak viszonyítása a saját teljesítményhez, ennek révén az önismeret fejlesztése. Az egyéni</p>	

	teljesítmény túlszárnyalására ösztönzés. Az általános atlétikus képességek továbbfejlesztése, a más sportágakban történő alkalmazhatóság érdekében is.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>Futások, rajtok</p> <p><i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i></p> <p>Az 5-8. osztályban végzett futóiskolai feladatok gyorsabban, erősebben és tudatosabban. Futóiskolai és futófeladatok bemutatás nélküli végrehajtása. Iramfutások. Aerob állóképesség fejlesztése, a kitartó futás távjának további növelésével, az önismeretre, a korábbi tapasztalatokra épített, a távnak megfelelő egyéni iram kialakításával. Akadályok felett 5–4–3 lépéses ritmusfutások könnyített magasságon és távolságon. Tartós és résztávós állóképesség-fejlesztő módszerek gyakorlása.</p> <p><i>A sportági technika gyakorlása</i></p> <p>Futások 30-60 m-en. A térdelőrajt szabályos végrehajtása a rövid és hosszú sprintszámokban. A váltófutás botátadási technikáinak a váltótávolság kialakításának (segédjelek alkalmazásával), és a váltás szabályainak gyakorlása. A gátfutás lendítő és elrugaszkodó lábmozgásának ismerete. A rövid, közép- és hosszú távok közötti futótechnika megkülönböztetése.</p> <p>A tartós futás technikájának kontrollja, az egyéni tartós futás sebességének kialakítása az önálló gyakorlás elősegítése érdekében.</p> <p><i>Játékok és versenyek</i></p> <p>Rajtversenyek, sprintversenyek. Fogójátékok. Egyéni, sor- és váltóversenyek gyors-, akadály- és váltófutással. Egyéb testnevelési játékok futófeladatokkal.</p> <p>Ugrások, szökdelések</p> <p><i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i></p> <p>az 5-8. osztályban végzett ugróiskolai feladatok továbbfejlesztése, koordináltabban, nagyobb kiterjedéssel, erővel és tudatosabban, egylépéses sorozatugrás, illetve kétlépéses sorozat felugrás.</p> <p><i>A sportági technika gyakorlása</i></p> <p>Az ugrás előtti utolsó három lépés ritmusának kialakítása.</p> <p>Az elrugaszkodó láb és a lendítő láb, kar megfelelő mozgásának összehangolása. A lépő távolugró technika végrehajtása, aktív leérkezéssel. Az egyéni nekifutás próbái nagyobb elugró terület kijelölése mellett.</p> <p>Az átlépő technika végrehajtása 5-7 lépéses íven történő nekifutás.</p> <p>A flop-technika gyakorlása, s az egyéni nekifutó távolság kimérése és rögzítése. Az egyéni magasugró technikák megismerése, mozgástapasztalat szerzése növekvő teljesítményre törekvés nélkül.</p> <p><i>Játékok és versenyek</i></p> <p>Távolugróversenyek helyből és egyéni nekifutással.</p> <p>Magasugróversenyek egyéni nekifutással. (érintő ugrások) Egyéni, sor- és váltóversenyek ugró és szökdelő feladatokkal. Egyéb testnevelési játékok ugrásokkal és szökdelésekkel.</p>	<p><i>Ének-zene:</i> ritmus-gyakorlatok.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> aerob, anaerob energia-nyerés, szénhidrátok, zsírok bontása, hipoxia, VO₂ max., állóképesség, erő, gyorsaság.</p> <p><i>Földrajz:</i> térképismeret.</p> <p><i>Ének-zene:</i> ritmusok.</p> <p><i>Informatika:</i> táblázatok, grafikonok.</p>

<p>Dobások</p> <p><i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i></p> <p>Különböző szerekekkel, változatos dobásformák végrehajtása egy és két kézzel, különböző kiinduló helyzetekből. Speciális erősítés kézisúlyzókkal, súlyzókkal, erőgépekkel.</p> <p><i>A sportági technika gyakorlása</i></p> <p>Célba és távolságra dobások hajító, lökő és vető mozdulattal</p> <p>Hajítás nekifutással, öt lépéses dobóritmusban. A lekészítés technikájának és az impulzus lépés, beszökkenés szerepének ismerete. A háttal felállásból történő lökés technikájának ismerete. Szabályos lökés végrehajtása oldal vagy háttal felállásból súlygolyóval vagy medicinlabdával.</p> <p>Az egy- és kétkezes vetések technikái.</p> <p>Az ideális kirepülési szög elérése a különböző dobásoknál. szerepük a jobb eredmény elérésében.</p> <p><i>Játékok és versenyek</i></p> <p>Kislabdahajító és szabadon választható egyéb dobószerezrel versenyek helyből és lendületszerzéssel. Súlylökő versenyek. Célbadobó versenyek.</p> <p>Dobóiskolai versengések.</p> <p><i>Bemelegítési modellek gyakorlása a kocogások, futások, ugrások, dobások végzése és a versenyek előtt.</i></p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>A futóversenyek, a váltás szabályainak ismerete.</p> <p>A középtávok állórajtra vonatkozó szabályainak, a köríven futás szabályszerűségeinek, a repülőrajt előnyeinek ismerete.</p> <p>A savasodás jellegzetes hatásainak és annak teljesítőképességre gyakorolt hatásának ismerete. Az állóképesség-fejlesztő módszerek ismerete.</p> <p>A nekifutás jellemzőinek ismerete távol- és magasugrásnál.</p> <p>Az ugrószámok főbb szabályainak és a sérülések megelőzésének ismerete.</p> <p>Az ideális kirepülési szög szerepe a jobb eredmény elérésében. A dobások főbb versenyszabályainak és balesetvédelmi, biztonsági rendjének ismerete.</p> <p>A magyar olimpiai futó-, ugró- és dobóeredmények ismerete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Reakcióidő, mozdulat- és mozgásgyorsaság; lépéshossz, lépésfrekvencia; irambeosztás, pihenőidő; ugróláb, lendítőláb, felugrás, elugrás; optimális sebesség, maximális sebesség; súlypont, szögsebesség, pördület, fordulat, hatás-ellenhatás, belső ritmus, dinamizmus.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás	<p>Motorikus képességek, mozgástapasztalatok. Balesetmentesen végzett, kevésbé ismert, szokatlan sportmozgások. A természetben űzhető sportok alapszabályai. A legfőbb balesetvédelmi és biztonsági szabályok alkalmazás szintű ismerete.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgással a kívánt edzéshatás és élményszerzés elérése. Felkészítés az önálló vagy önszerveződő sporttevékenységek űzésére. A szervezet edzettségének, ellenállásának növelése a tudatosan szabadtéren tartott foglalkozásokkal. A testneveléssel és a sporttal kapcsolatos pozitív beállítódás, elköteleződés kialakítása az élményszerű, változatos és kötetlen foglalkozások által.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgás mozgásműveltségének fejlesztése. Az 5-8. osztályban felsorolt lehetséges sportok, vagy/és a helyi lehetőségek adta egyéb alternatív, szabadidős sportok. Az egyén által előnyben részesített, élethossziglan űzhető sportok alternatíváinak bővítése. <i>Előkészítés, felkészítés, képességfejlesztés</i> Az élményszerű, természetben végzett előkészítő és rávezető gyakorlatokkal, a természeti erők felhasználásával a szervezet alkalmazkodóképességének, az edzettségnek, fittségnek a fejlesztése. A természetben végzett önálló bemelegítés, gyakorlás - laza tanári kontrollal. A környezettudatos viselkedés alapelveinek megismerése. Közlekedésbiztonsági szabályok elsajátítása és betartása. Felkészülés és együttműködés a különböző tábori lehetőségek, speciális, túra jellegű terhelések előtt és alatt. <i>Technika és taktika gyakorlása</i> Minimális helyigényű vagy kis eszközigényű sportmozgások megismerése. Az adott sportmozgás lehetőségeihez képest minél sokoldalúbb, balesetmentes elsajátítása, élményszerű gyakorlása.</p> <p>Játékok, versengések, akadályok legyőzése a választott sportban, fizikai aktivitásban. A fair play szellemének és a személyes biztonságnak a szem előtt tartása minden mozgásos tevékenységben.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az élethosszig tartó mozgásos tevékenységek számára felelős döntésekhez szükséges képességek fejlesztése. Az egyéni képességek kibontakoztatása közösségi tevékenységek során. Transzferáló képesség fejlesztése a sportban átélt élményeknek az élet</p>		<p><i>Földrajz:</i> időjárási ismeretek, tájékozódás, térképhasználat.</p>

<p>más területén, a saját és a környezet javára történő fordítására. Információk átadása, mások tanítása a megélt élmények, tábori tapasztalatok átadása.</p> <p>Prevenációs és rekreációs tevékenységformák elsajátítása, kreatív alkalmazása.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Kooperáció, önkéntesség, szabálykövető magatartás, segítségadás, környezettudatosság, edzettség, fittség, zene, ritmusérzék, egyensúlyérzék, bátorság-vakmerőség, közlekedési szabály.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önvédelem és küzdősportok	Órakeret 30 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A páros és küzdőjátékok, test-test elleni küzdelmek fajtái.</p> <p>A grundbirkózás mozgástechnikái, alapvető szabályai.</p> <p>A dzsúdóval kapcsolatos technikák fajtái és alkalmazhatóságuk a küzdelmekben.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az egyén (ön)védelmét szolgáló egyszerűbb technikákban, küzdelmekben magas fokú jártasság elérése. A küzdő típusú sportágak, játékok tudatos alkalmazása során az önuralom erősítésére, a társak tiszteletére és a szabályok elfogadására szoktatás.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>A test-test elleni feladatokat csak és kizárólag azonos nemű és közel azonos testalkatú tanulókkal végeztetjük.</p> <p>Előkészítő és rávezető gyakorlatok, játékok a küzdelemhez</p> <p>Az 5-8. osztályos mozgásfeladatok variációinak gyakorlása, továbbfejlesztésük. Azon testi és pszichés képességek megerősítése, amik alkalmassá teszik a tanulót a bonyolultabb gyakorlatok végrehajtására.</p> <p>Alap kézgyakorlatok, húzó-taszító gyakorlatok, lenyomó-emelő gyakorlatok, esések-zuhanások sérülésmentes elsajátítása, egészségi és élettani szabályok betartása.</p> <p>Küzdőgyakorlatok szerrel, szer nélkül társakkal vagy önállóan.</p> <p>Alapvető önvédelmi technikákat elsajátító gyakorlatok játékos és változó körülmények között. A gyakorlatok tanulása saját képességek figyelembevételével történik.</p> <p>Grundbirkózás</p> <p>A 7-8. osztályos kerettantervben felsorolt fogások, kitolások, kihúzások, emelések, szabadulások gyakorlása, cselekvésbiztos végrehajtása. Újabb elemkapcsolatok megismerése, megoldása.</p> <p>Az egyensúlyhelyzetek tudatos kihasználása, mögékerülések, kiemelések állásból, térdelésből, földharcban.</p> <p>Dzsúdó</p> <p>Eséstechnikák, földharctechnikák, állástechnikák, önvédelmi fogások a</p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> keleti kultúra.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> izmok, ízületek mozgékonyasága, anatómiai ismeretek, testi és lelki harmónia.</p> <p><i>Etika:</i> a másik ember tiszteletben tartása.</p>

<p>7-8. osztályban felsoroltak szerint. A technikák alkalmazása új variációkban, fokozódó erő kifejtéssel és bővülő szabályismerettel, önfegyelmel. A tanult variációk mellett – a szabályok adta kereteken belül – önálló megoldások, kreatív alkalmazások támogatása a küzdelmek során, az állásharcban, földharcban.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az általános és küzdőjellegű sportágak gyakorlását megelőző specifikus bemelegítő mozgások ismerete. Az eszközökkel végrehajtható küzdőfeladatok ismerete (tornabot, súlyzó, gumikötél, medicinlabda). A balesetveszélyes helyzetek felismerése, megelőzése. A küzdőfeladatok közben felmerülő saját és társas problémák konstruktív megoldása, és az ellentmondásos helyzetek szabálytudatos kezelése. A sportszerűség, sikerorientáltság, kudarcűrész megfogalmazásának képessége. A felmerülő vitákban érvelés a sportszerű magatartás mellett.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Páros és csapat küzdőjáték, tiszta győzelem, pontozásos győzelem, önismeret, tisztelet, tus, ippon.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Úszás és úszó jellegű feladatok</p>	<p>Órakeret 30 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Biztonságos mozgás és tájékozódás a vízben, víz alatt. 25 m mellúszás, 150 m hátúszás és/vagy gyorsúszás, egyszerű rajttal, fordulóval. A saját teljesítményre vonatkozó önértékelés. Vízből mentés passzív társsal kis távolságon. Az úszással összefüggő balesetvédelmi utasítások és az uszoda, fürdő viselkedési szabályai ismerete, betartása.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az úszóerő és az állóképesség fejlesztése, ennek során a monotóniatűrősség erősítése, a vízben történő tájékozódás javítása. Az erőközlés gazdaságosabbá tétele vízben és a víz alatti úszások során, a pihenés nélkül megtett táv növelése legalább két úszásnemből. A vízben mozgások során a levegővétel automatikussá és optimálissá tétele a bonyolultabb mozgásvariációk elvégzése során is. Az úszás prevenció és rekreáció előnyeinek tudatosítása.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Az úszásoktatás helyi döntésen alapuló választás. Amennyiben a helyi tantervben nem szerepel, a többi tematikus terület óraszámait az úszás óraszámával meg kell növelni.</p> <p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Természetes mozgások, szervezett játékok végzése vízben. Vízbe és vízben ugrások egyénileg, párban, csoportban, változó kiinduló helyzetből. Járások, futások, forgások, irányváltások egyénileg, párban és</p>		<p><i>Fizika:</i> Közegellenállás, a víz tulajdonágai, felhajtóerő, és vízszennyezés. Newton és Arkhimédész törvényei.</p>

<p>csoportosan. Ugrások társ(ak) segítségével. Egyénileg, párban és csoportban, szerrel és szer nélkül végezhető, nagy vízbiztonságot igénylő játékok. Alkotó játékok (gúlaépítés). Sor- és váltóversenyek szerrel és szer nélkül az úszótechnika részleges (pl. csak lábmunka) vagy teljes alkalmazásával.</p> <p>Képességfejlesztés Gyakorlatok a medencén kívül – a technikát előkészítő izomfejlesztő gyakorlatok eszközzel és eszköz nélkül. Fittsénövelő gyakorlatok eszköz nélkül vagy különböző eszközök segítségével (aquafitness). Magasabb szintű kondicionális képzés – az 1–8. osztályban begyakorolt úszómozgás terhelést növelő eszközökkel.</p> <p>Az úszás technikája <i>Gyakorlás három úszásnemben</i>, a technika csiszolása a gazdaságosabb erőközlés érdekében. Az úszás távjának növelése, a haladás és pihenő arányának javítása, az úszás adta monotonia tűrése. Úszások 800–1000–1200 m-en választott technikával. A <i>szabályos rajtok</i> (fejesugrás, vízből indulás) és az úszás összekötése optimális sebességmegtartással. Az úszásnemnek megfelelő és <i>szabályos fordulók</i> (bukó, átcsapós) és a célbaérés elsajátítása.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> személyi higiénia, testápolás.</p>
<p>Úszóversenyek Bemelegítés az úszásra – szárazföldi és vizes gyakorlatok. Egyszerűsített versenyek edzésen (pl. fejesugrás nélkül). Iskolai versenyek – könnyített versenyszabályokkal.</p> <p>Prevenció, életvezetés, egészségfejlesztés, életvédelem Úszó-gyógyúszó gyakorlatok testtartásjavító jelleggel. Relaxációs gyakorlatok vízben (lebegés stb.). Tájékozódás a vízben – vízből mentés. Víz alatti gyakorlatok – tárgyak felhozása, növekvő távolságról. Tárgyak „vonszolása”, húzása a vízben. Mentőugrások elsajátítása. Sérült megközelítésének és megragadásának szabályai. Továbbhaladás passzív társsal a vízben, növekvő távolságon. A vízből mentés technikájának csiszolása.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az egyén számára legmegfelelőbb úszásnem gyakorlása eredményeképp a pozitív fizikai, szellemi és érzelmi hatás lehetőségeinek, cselekvései motívumának széles körű ismerete. Az egyéni teljesítőképesség határai átlépésének lehetősége (önismeret, önfejlesztés) – élethossziglan fenntartható attitűd tudatosulása. Az úszás preventív, rekreációs előnyei ismerete, és az élethossziglan fenntartható rutin megértése. A vízből mentés felelősségének, veszélyeinek és szabályainak, pontos menetének ismerete. A szakkifejezések és vezényszavak ismerete, a legismertebbek önálló használata, a hibajavítás megértése.</p>	

<p>A saját test mozgatása a vízben és víz alatt, és az ezzel kapcsolatos félelmek megfogalmazása, átélése és leküzdése.</p> <p>Vizes vetélkedőkben, játékokban – a társak és a csoport irányítása a csoport közös érdekeinek figyelembe vételével – asszertív, aktív részvétel.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Versenytechnika, szabályos levegővétel, fejesugrás, bukóforduló, átcsapós forduló, vízből mentés, mentőugrás.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Egészségkultúra – prevenció</p>	<p>Órakeret 40 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Légző, relaxációs és testtartásjavító gyakorlatok, alapvető gerinctorna-gyakorlatok, törzsizom-erősítő gyakorlatok és ellenjavallt gyakorlatok. Az autogén tréning és a progresszív relaxáció felismerése.</p> <p>Önfejlesztő mozgás, egészségtudatos szokás fogalma, gyakorlata.</p> <p>A prevenció tágabb értelmezése.</p> <p>A bemelegítés, a levezetés, a szervezet lecsillapítása jelentősége, szerepe.</p> <p>Tudatos baleset-megelőzés, a veszélyes helyzetek és a fenyegetettség elkerülése.</p> <p>A téli időjárás jótékony hatása az egészségvédelemre.</p> <p>A fájdalmak tűrése (oxigénadósság, savasodás).</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A testkultúrához tartozó, az általános műveltséget fejlesztő élettani, anatómiai – elméleti és gyakorlati – tudás megalapozottá tétele.</p> <p>Az egészséges életvitel szükségleteivel kapcsolatos értékek és az egészségmegőrző szokásrendszer megerősítése.</p> <p>Az élethosszig tartó sportoláshoz szükséges felelős döntések rugalmasan bővíthető információs készletének megszerezése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>Bemelegítés</p> <p>Általános bemelegítő mozgássor gyakorlása (futás, hajlítások, nyújtások, lendítések stb.).</p> <p>Fizikai felkészülés a sérülésmentes sporttevékenységre.</p> <p>Stretching gyakorlatok bemelegítő és levezető jelleggel.</p> <p>A sportági területeken tanult speciális bemelegítések ismétlése.</p> <p>Edzés, terhelés</p> <p>A keringési rendszer terhelése megfelelő munkapulzusérték mellett, és a pulzus idősoros mérése (nyugalmi pulzus, munkapulzus, felső érték stb.).</p> <p>Az intenzitás, ismétlésszám és a pihenőidő változtatása, hatása a terhelésre.</p> <p>A fizikai fittség típusai, fejlesztési lehetőségei.</p> <p>A fizikai aktivitás szintjének becslése, követése.</p> <p>Részben önálló mozgásprogram-tervezés.</p> <p>Testépítés – a főbb izomcsoportok izolált hatású gyakorlatai.</p> <p>Gyakorlás az állapotfelmérés adataira épített célokért az edzettség</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> ismeretek az emberi test működéséről, aerobterhelés, gerincferdülés.</p>

<p>fejlesztése, megőrzése érdekében – egyszerű edzéstervek a gyengeségek felszámolására. Edzés korszerű (alternatív) eszközökkel, erőgépekkel, fitneszgépekkel. Nemek közötti eltérések megjelenítése az edzésaktivításban. Gyakorlás az állapotfelmérés adataira épített célokért az edzettség fejlesztése, megőrzése érdekében. Köredzsváltozatos mintákkal, 4–6 feladattal.</p>	
<p>Motoros tesztek – központi előírás szerint. Az egészséges test és lélek megóvása. A testsúly, testtömeg, illetve lehetőség szerint a testösszetétel mérése – összehasonlító idősoros adatrögzítés. Stresszoldó és relaxációs gyakorlatok: Képesség a fizikai és lelki egyensúly önellenőrzésen alapuló fenntartására. A technikák használata a saját tanulási technikáinak tökéletesítésében. A komputerhasználat ellensúlyozására megoldási minták gyakorlása. A biomechanikailag helyes testtartás kialakítását és fenntartását szolgáló gyakorlatanyag: a biomechanikailag helyes testtartás megőrzésének gyakorlatai – állandó gyakorlás a tanár és a társak kontrollja, hibajavítása mellett.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A testtartásért felelős izmok erősítését és nyújtását szolgáló gyakorlatok megfogalmazása, felismerése, helyes kivitelezése, a helytelen kijavítása. A gerinckímélet lényegének ismerete a testnevelési és sportmozgásokban. A házi és kerti munkák gerinckímélő módjainak ismerete. A gerincserülések leggyakoribb fajtáinak ismerete. Törekvés az önmagához képest a legjobb teljesítmény elérésére, a siker átélésére, a kudarc elfogadására és az azzal való megküzdés a teljesítmény részeként értelmezése. A saját test szemlélése, elfogadása, változásainak követése, kommunikációja mint a műveltségterületi kommunikáció része. A serdülőkor specifikus feszültségei és érzelmi hullámvázai felismerése, és a sport általi oldás elfogadása. Felelősségvállalás kimutatása a társak egészséges életmódja iránt.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Stretching, nyugalmi pulzus, munkapulzus, testépítés, köredzés, intenzitás, ismétlésszám, testtömegindex, biomechanikailag helyes testtartás, megküzdési stratégia, gerincvédelem.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Sportjátékok</i> Az adott iskolában a helyi tanterv szerinti technikai, taktikai és egyéb játékfeladatok ismerete és aktív, kooperatív gyakorlás. Komplex szabályismeret, sportszerű alkalmazás és a játékok önálló továbbfejlesztése. Játék lényeges versenyszabályokkal. A technikák és taktikai megoldások többnyire tudatos, a játékszerepnek megfelelő megválasztása. A játékfolyamat, a taktikai megoldások szóbeli elemzése, a fair és a</p>
--	---

	<p>csapatelkötelezett játék melletti állásfoglalás. Tapasztalat a játékvezetői gyakorlatban. Játéktapasztalat a társas kapcsolatok ápolásában, a bármilyen képességű társakat elfogadó, bevonó játékok játszásában, megválasztásában.</p> <p><i>Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák</i> A mozgáselemek mozgásbiztonságának és a gyakorlás mennyiségének, minőségének oksági viszonyai megértése és érvényesítése a gyakorlatban. A javító kritika elfogadása és a mozdulatok kivitelezésének javítása. Esztétikus és harmonikus előadásmód. Önálló talaj és/vagy szergyakorlat, egyszerű aerobik elemkapcsolat, táncmotívumfüzér összeállítása. Célszerű gyakorlási és gyakorlósszervezési formációk, versenyszituációk, versenyszabályok ismerete. A tanult mozgások versenysportja területén, a magyar sportolók sikereiről elemi tájékozottság.</p> <p><i>Atlétika jellegű feladatok</i> Egy kijelölt táv megtételéhez szükséges idő és sebesség helyes becslésére, illetve a becsült értékek alapján a feladat pontos végrehajtása. Évfolyamonként önmagához mérten javuló futó-, ugró-, dobóteljesítmény. A tempóérzék és odafigyelési képesség fejlődése a váltófutás gyakorlásában. A transzferhatás érvényesülése, más mozgásformák teljesítményének javulása az atlétikai képességek fejlődésének hatására.</p> <p><i>Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek</i> Az adott sportmozgás technikájának elfogadható cselekvésbiztonságú végrehajtása. A sebesség, gyorsulás és a tempóváltások uralása guruláskor, csúszáskor, gördüléskor. Tapasztalat a sportolás során használt különféle anyagok, felületek tulajdonságairól és a baleseti kockázatokról. Feladatok tervezése és megoldása alternatív sporteszközökkel. Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzés és balesetvédelmi alapfogalmak ismerete, és azok alkalmazása a gyakorlatban.</p> <p><i>Önvédelem és küzdősportok</i> Az önvédelmi és küzdőgyakorlatokban, harcokban a közös szabályok, biztonsági követelmények és a küzdekkel kapcsolatos rituálé betartása. A veszélyhelyzetek kerülése, az indulatok, agresszív magatartásformák feletti uralom. Néhány támadási és védekezési megoldás, kombináció ismerete, eredményes önvédelem, és szabadulás a fogásból.</p> <p><i>Úszás és úszó jellegű feladatok</i> 1000 m-en a választott technikával, egyéni tempóban, szabályos fordulóval úszás. Jelentős fejlődés az úszóerő és állóképesség területén. Egy választott úszásnemhez tartozó 5 szárazföldi képességfejlesztő gyakorlat bemutatása.</p>
--	---

	<p>Az amatőr versenyekhez elegendő versenyszabályok ismerete. Fejlődő saját teljesítmény a víz alatti úszásban. Egyszerűbb feladatok, ugrások során másokkal szinkronban mozgás a vízbe és vízben. Passzív társ vonzólása kisebb távon (4–5 m) és a vízből mentés veszélyeinek, pontos menetének felsorolása.</p> <p><i>Egészségkultúra és prevenció</i> Bemelegítés, fizikai felkészülés a sérülésmentes sporttevékenységre. A biomechanikailag helyes testtartás jellemzőinek és néhány jellemző deformitás kockázatának értelmezése, a megőrzés néhány gyakorlatának ismerete és felelős alkalmazása. A gerinc sérüléseinek leggyakoribb fajtái, és a gerinc és az ízületek védelemének legfontosabb szempontjainak ismerete. A preventív relaxációs gyakorlatok tudatos alkalmazása. A fittségi paraméterek ismerete, mérésük tesztek segítségével, ezzel kapcsolatosan önfejlesztő célok megfogalmazása az egészség-edzettség érdekében. A szükséges táplálkozási ismeretek alkalmazása a testsúly, testtömeg ismeretében. A rendszeres testmozgás pozitív hatásainak ismerete a káros szenvedélyek leküzdésében, az érzellem- és a feszültségszabályozásban.</p>
--	--

11-12. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportjátékok	Órakeret 80 óra
Előzetes tudás	<p>A helyi tanterv szerint választott labdajátékokban a 9–10. osztályos technikai, taktikai és egyéb játékeladatok, lényeges versenyszabályok ismerete és alkalmazásuk. Megfelelés a játékszerepnek, sportszerű és csapatelkötelezett viselkedés. Tapasztalat a játékvezetői gyakorlatban. Empátia és tolerancia a társak elfogadásában. Önfejlesztő és társas kapcsolatépítő játékok ismerete.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A választott legalább két labdajátékra vonatkozóan: A megoldások sokféleségének, sikerességének bővítése. Az önálló játékhoz szükséges technikai és taktikai tudás mennyiségi és minőségi növelése. Az egyéni fizikai adottságok és jellemvonások fejlesztése, a csapatok eredményességéhez szükséges képességek, attitűdök erősítése. A többféle labdajáték során a mozgástanulás folyamatában működő transzferhatás kihasználása. Megküzdés a feszültségekkel.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Lánycsoportok esetében 20 óra a Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák tematikai egységre átcsoportosítható. Legalább két labdajáték választása kötelező.</p>		<p><i>Fizika:</i> mozgások, ütközések, gravitáció, forgatónyomaték, pályavonal, hatás-</p>

MOZGÁSMŰVELTSÉG

Általános feladatok

Az önszervezés gyakorlása

Önálló csapatalakítás, bemelegítés, gyakorlás és játékszervezés. A közvetlen tanári irányítást többnyire nélkülöző, a támadás és védekezés megszervezésére, a csapatösszeállításra és az értékelésre vonatkozó megbeszélések a gyakorlásokba építve. Szituációk, feladatok megoldása, melyek során önálló az egyéni és/vagy társas döntéshozatal - a sportszerűség, tolerancia és empátia szem előtt tartásával.

A tevékenységekhez tartozó felszerelések, berendezések önálló használata, rendben tartása, megóvása.

Lényeges játékszabályok készség szintű alkalmazása – játékvezetési gyakorlat

A labdával vagy labda nélküli mozgások közben elkövethető, direkt vagy indirekt személyre irányuló szabálytalanságok elkerülését elősegítő gyakorlatok, megerősítések, megbeszélések.

A kosárlabdában, kézilabdában és labdarúgásban szabályok engedte test-elleni játék több lehetőségének modellálása, gyakorlása.

Kézilabdában és labdarúgásban a mezőnyjátékosra és a kapusra vonatkozó szabályok ismerete, betartása.

Röplabdában a forgásszabály, az első és második sorra vonatkozó főbb megkötéseknek való megfelelés, a háló és a labda hibás érintése szabályai és a labdára, emberre vonatkozó területelhagyás értelmezése.

Az labdajáték-specifikus időhatárok betartásának gyakorlatai.

A szabályok a képzettségnek megfelelő önkontrollal betartása, játék az elkövetett vétség önálló jelzésének elvárásával.

Játékfolyamatok „belső” játékvezetéssel, megegyezéssel.

A játékvezetés gyakorlása laza tanári kontrollal, önállóan, a lényeges játékszabályok alkalmazásával, néhány játékvezetői non-verbális jel használatával is. Az eredmény jelzésében és egyszerűsített jegyzőkönyvvezetésben szerzett gyakorlat.

Versenyhelyzetek

Az labdajátékok alap- és játékismereteinek alkalmazása, megmérettetése osztályszintű mérkőzéseken, házibajnokságokon, a tehetségesebb tanulók számára a korosztályos diákolimpiai és egyéb versenyeken.

Kosárlabdázás

Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása

Új variációk a már megtanult technikákkal kisebb taktikai egységekbe ágyazottan - mindenféle cselezés, ritmusváltás, biztonságos labdabirtoklás, kidobott labda elfogása, labdavezetés különböző testhelyzetekben, támadó, védő láb- és karmozgások, összetettebb átadások, kötetlen átadási formák, lepattanó labda megszerzése, ebből indulás, átadás vagy kosárra dobás.

A technikákat alkalmazó játékok párban, csoportban a variációk önálló és kreatív felhasználásával.

Taktikai továbbfejlesztés

A lényeges védekezési formák - terület védelem, emberfogásos védekezés, vegyes védekezés – gyakorlása és önálló alkalmazása.

Formációk begyakorlása két vagy több ember kapcsolatára támadásban

ellenhatás.

<p>és védekezésben.). Játék minden összetételű, emberhátrányos, emberelőnyös és azonos létszámú taktikai szituációban. Önálló játék (streetball, illetve egész pályás 5:5 elleni játék).</p>	
<p>Kézilabdázás <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> Változatos variációk megoldása már megtanult technikákkal kisebb taktikai egységekbe ágyazottan. Taktika előkészítő futó- és fogójátékok, test-test elleni küzdelmek. Labdatechnikák összetett és bonyolultabb alapformái cselekvésbiztosan végrehajtva Szélsők, átlövők, beállók kapura lövéseinek gyakorlása, alkalmazása rövidebb akciók befejezéseként, kapusmozgások átisméltése. <i>Taktikai továbbfejlesztés</i> Gyors indítások gyakorlása, létszámbeli előnyből, illetve hátrányból való támadások. A támadó taktika posztonként történő alkalmazása, játéksituációk ismétlése 1–2 beállóval, lerohanás rendezetlen védelem ellen. Védekezés irányítása gyorsindítás esetén. Védekezési taktika végrehajtása 6:0, 5:1, 4:2 védekezési rendszerek esetén.</p>	<p><i>Matematika:</i> térgeometria – gömbtérfogat; valószínűségszámítás.</p>
<p>Labdarúgás <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> A tanult elemek összetett variációkban alkalmazott megoldásai csökkenő hibaszázalékkal, labdakezelési cselekvés biztonsággal, eredményes befejezésekkel Pozícióváltások szélességben és mélységben zavaró ellenféllel szemben is, felívelés, beadások, letámadás, visszatámadás. Pontos cselezések, szerelések alkalmazása a játékban. Változatos kapura lövések, ívelések, rúgásfajták alkalmazás, a labda céltudatos irányításával. Fejelések különböző fajtái dobott vagy rúgott labdából. Szöglerúgás, bedobás eredményes technikája, büntetőrúgások különböző távolságból. Gólszerzés különféle testrésszel a szabályok betartása mellett. <i>Taktikai továbbfejlesztés</i> A területvédekezésben szerzett tapasztalatok, megoldások bővítése. A szoros és követő emberfogás gyakorlása kisebb és nagyobb egységekben. Védelmi rendszerek ismerete és gyakorlása. Támadási variációk felépítése a különböző védekezési formák ellen. Csapatrészekben belüli koordinált együttműködés, és csapatrészek összjátékának megvalósítása a kötött játékfolyamatok és ötletjáték során.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> érzékszervek külön-külön és együttes működése.</p>
<p>Röplabdázás A röplabda sajátossága kettős: egyrészt a játékos nem birtokolhatja a labdát, így a döntési idő igen-igen rövid és a cselekvés pillanata elé helyeződik, másrészt a játék szabályai szerint a játékosok között nincs testi kontaktus. E két szempont alapvetően meghatározza az oktatás menetét. <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> A labdaérintés biztonságának, a labda tudatos és pontos helyezésének gyakorlása, a hibaszázalék csökkentése, az élvezhető, folyamatos játék elérése érdekében</p>	

<p>Tanult támadási technikák gyakorlása, a felső egyenes nyitás elsajátítása helyes technikával talajról, tehetségesebbek felugrásból.</p> <p>A feladás technikájának biztonságos alkalmazása alkar és kosárérintéssel egyaránt.</p> <p>A háló felett érkezett nyitásfogadások gyakorlása változó irányú és erejű labdákkal, technikai kombinációkkal.</p> <p>Az eredményes sáncolás elsajátítása, sáncolás párban is.</p> <p>Gurulások, labdamentések technikájának továbbfejlesztése.</p> <p>„Röptenisz”, szabadon választott vagy megkötött érintéssel csak meghatározott érintéssel.</p> <p><i>Taktikai továbbfejlesztés</i></p> <p>Védekezések különböző állásrendek szerint, a csillagalakzat, alapvédekezési forma megtanítása.</p> <p>4:2-es és az 5:1-es védekezési és támadási játékelemek elsajátítása.</p> <p>Ütő és sáncoló játékosok melletti védekezés, sánc mögötti ütött vagy ejtett labdához való elhelyezkedés, támadás közbeni helycserék megtanítása, helytartási szabály betartása.</p>	
<p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>A sportági ismeretek magasabb szintű, kreatív alkalmazása az alkotó, kooperatív feladatokban, játékokban, sportjátékokban.</p> <p>A testnevelési és sportjátékok mozgásai, szabályrendszere egymásra épülésének megértése.</p> <p>A játékszabályok, játéktípusok tudatos alkalmazása.</p> <p>A legfontosabb játékvezetői jelzések ismerete.</p> <p>A sportjátékok transzferhatásának felismerése és a lehetséges összefüggések értelmezése az egyéni fejlődés szempontjából.</p> <p>A páros és társas kapcsolatokban konstruktív konfliktusmegoldás.</p> <p>Sportjáték-történeti ismeretek, érdekességek iránti érdeklődés, tájékozottság a témában.</p> <p>A személyes biztonság és társak biztonságának védelme a játékszituációkban, a döntésekben pedig a baleset-megelőzés fontosságának tudatos képviselése.</p> <p>A sport és környezettudatosság értő összekapcsolása, a sportolási felszerelés és sportolási környezet felelős, jövőorientált használata, kímélete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Játékrendszer, taktika, támadási rend, védelmi rend, önszerveződés, problémaorientált taktikai megoldás, támadási stratégia, védekezési stratégia, megegyezésen alapuló játék.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák</p>	<p>Órakeret 51 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A differenciáltan összeállított gyakorlatok bemutatása átlagos mozgásbiztonsággal, szükség esetén segítő biztosítással.</p> <p>Esztétikus, fegyelmezett, feszes testtartású végrehajtás.</p> <p>Differenciált gyakorlási mennyiség és minőség okai, következményei.</p> <p>Gyengeségek ellensúlyozása képességfejlesztéssel, gyakorlással.</p> <p>Kis tanári segítséggel, aktív tevékenykedés gyakorlási és</p>	

	<p>versenyszituációban. Részleges önállóság és segítségadás az egyéni, páros és társas feladatokban.</p>
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A koordináció, a cselekvésbiztonság, a zenéhez illeszkedő mozgásritmus továbbfejlesztése a tornajellegű és táncos sorozatok során a már ismert és új elem- és motívumkapcsolatokkal is. Az önállóság és kooperativitás növelése a mozgásrendszer működtetésének minden területén: bemelegítésben, képességfejlesztésben, gyakorlásban, versenyzésben, versenyrendezésben. Az erősségek és gyengeségek figyelembevétele. A közös tervezés, kivitelezés során a kellő határozottságú és öntudatú kommunikáció fejlesztése. A produktumok jó tartással, biztos kiállással történő, gördülékeny, könnyed, plasztikus, esztétikus végrehajtásának elérése.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Gimnasztika <i>Rendgyakorlatok gyakorlása</i> A korábbi évfolyamokon gyakoroltak bővített elemkapcsolatokkal történő ismétlése. Alkalmazásuk az óraszervezés funkcióinak megfelelően. <i>Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok végzése</i> A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok: pl. mozgásütem változtatása, kiinduló helyzet és kartartás változtatása. Az agonista és antagonisták izmok arányos, harmonikus fejlesztése. Az aktív és passzív izomnyújtás – a hatás elkülönítése. Kéziszerkek – theraband, gyógylabda, homokzsák stb. – alkalmazása. 8-16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok, egyidejű mozgáskapcsolatok, aszimmetrikus sorozatok. Önállóság a gyakorlatok kiválasztásában, gyakorlatsorok összeállításában. <i>Összetett, komplex, fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok végzése</i> Szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan. Az ízületi lazaság megtartása, fokozása gimnasztikai és stretching gyakorlatokkal. Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével. Anaerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az egyensúly gyakorlatok: dinamikus gyakorlatok guggolásban, ülésben, fekvésben, forgómozgásokkal sorozatban. Az esztétikus mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások. Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az egyéni fejlődést követő rendszeres kontrollal.</p> <p>Torna, sporttorna Talajon és a helyi tanterv szerint 9-10. osztályban választott egy szeren a korábbi követelményeken nehézségben túlmutató, vagy egy másik választott szeren a minimumkövetelmény mozgásanyagának tanulása, gyakorlása. <i>Akrobatikus gyakorlatok – talajtorna</i></p>	<p>Kapcsolódási pontok</p> <p><i>Fizika:</i> egyensúly, mozgások, gravitáció, szabadesés, szögelfordulás.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> az izomműködés élettana.</p>

<p>Tartásos gyakorlatelemek, elemkapcsolatok gyakorlása: tarkóállás, fejállás, kézállás, mérlegek kéztámasszal, mérlegállások, spárgák, hidak mozgásos gyakorlatelemek gyakorlása: gurulóátfordulások különböző irányokba, gurulóátfordulás hátra-tolódás kézállásba, tarkóbillenés, fejenátfordulás, kézenátfordulás oldalt, kézentfordulás, vetődések, átguggolások, átterpesztések, lábkörzések, dölések, felállások egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban, az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – összefüggő gyakorlatsorok</i></p> <p>Gyakorlás során az egyéni optimum, önálló bővítés megjelenítése az elemkapcsolatokban, sorozatokban.</p> <p>Az esztétikus és harmonikus előadásmód igénye (feszítések, fejtartás, válltartás, spicc) mint minőségi elvárás megjelenik a hibajavítás, ismétlések során.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – társas talajtorna</i></p> <p>Páros és mikrocsoportos gyakorlatok önálló összeállítása cselekvésbiztos szinten elsajátított talajtorna-elemek kreatív felhasználásával, a szükség szerint beépített segítségadást tartalmazva.</p> <p><i>Szertorna-gyakorlatok</i></p> <p>A gyakoroltatás során egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban, az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan, egyénre szabottan történik.</p>	
<p><i>Szertorna, gyakorlás tornaszereken fiúk számára</i></p> <p>Korlátlan – terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba, vetődési leugrás, kanyarlati leugrás.</p> <p>Nyújtón – kelepfelhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alálendülés, kelepforgások, térdfellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás hátra, alugrás, nyílugrás.</p> <p>Gyűrűn – kéz- és lábfüggések, függések, lefüggések, mellső függómérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolódás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.</p>	
<p><i>Szertorna, gyakorlás tornaszereken lányok számára</i></p> <p>Gerendán – állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hasonfekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. Szökdelések, lábtartás cserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpesz csukaugrás.</p> <p>Felemáskorlátan – támaszok, harántülés, térdfüggés, fekvőfüggés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvőfüggésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelepfellendülés támaszba, fordulat fekvőfüggésben, térdfellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvőfüggésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás.</p>	<p><i>Művészetek: az esztétika fogalma.</i></p>

<p>Bemelegítés a torna gyakorlásához, egyénileg összeállított mozgássor, együttes bemelegítés az önálló mozgással.</p> <p>Célszerű gyakorlási és gyakorlásszervezési formációk működtetése önállóan.</p> <p>A segítségadás technikái, felelős külső kontrollal – a tudatos hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba.</p> <p>Versenyszituációkon keresztül egyszerű szabályok alkalmazása.</p> <p>Ritmikus gimnasztika</p> <p>Az esztétikus, szép és nőies mozgásokat, alakformálást, minőségi interpretálást segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások megismerése, gyakorlása. A testtartás, tágasság, forgásbiztonság kiemelt továbbfejlesztése. A ritmusérzék továbbfejlesztése, önálló zeneválasztásra lehetőség a szélsőségektől való elhatárolódás mellett. Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz, páros és csoportos interpretációk támogatása.</p> <p><i>Szabadgyakorlatok gyakorlása</i></p> <p>A 9–10. osztályban begyakorolt, előkészítő tartásos és mozgásos elemek és fő mozgások alapformái ismétlése és új, összetett formák gyakorlása.</p> <p><i>Kötélgyakorlatok gyakorlása</i></p> <p>Egyszerű és keresztezett áthajtások, ugrások és fordulatok áthajtások közben, kötélfordatások, test körül és köré, kötélmozgatások egy kézzel, kötéldobások és -elkapások, kötélkörzések függőleges és vízszintes síkban.</p> <p><i>Karikagyakorlatok gyakorlása</i></p> <p>Ugrások és fordulatok karikamozgatás közben, karikaforgatások és átadások egyik kézből a másikba test körül és köré, karikadobások és -elkapások, karikaáthajtások, karikapörgetések talajon és levegőben, karikakörzések függőleges és vízszintes síkban.</p> <p>Minimumkövetelmény: 10-12 elemből álló elemkapcsolat begyakorlása zenével – a zene ritmusának, dinamikájának megfelelően, ideje 35-45 mp.</p>	
<p>Aerobik</p> <p>A sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok.</p> <p>Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással.</p> <p>Rövid koreográfiák ismétlése magas cselekvésbiztonsággal (30-40 mp). Páros, mikrocsoportos koreográfiák önállóságra törekedve, a szükséges optimális tanári irányítással (1 perc).</p> <p>Aerobik bemutatók az osztályon belül és iskolai szinten egyszerűsített szabályokkal.</p> <p>Részvétel egy csoportos aerobikgyakorlatban az egyszerűsített szabályoknak megfelelően.</p> <p>Táncos mozgásformák</p> <p>A helyi tantervben rögzített választás szerint legalább egy, a helyi személyi és tárgyi körülményekhez, feltételekhez igazodó tánc.</p>	<p><i>Ének-zene:</i> tempó, ritmus.</p> <p><i>Művészetek:</i> romantika, modernitás.</p>

<p><i>Sporttáncok gyakorlása</i> A Magyar Divat- és Sporttánc Szövetség rendszeréhez tartozó, illetve ehhez a rendszerhez rokon táncok (sztepp, show, akrobatikus, electric boogie, salsa, diszkó, hip-hop, break, mambo, bugg, blues, modern, swing stb.) mozgásrendszerének iskolai alkalmazása a helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzítetten - előkészítő tréning, motívumok, motívumkapcsolatok, koreográfiák tanulásának, gyakorlásának rendszere.</p> <p><i>Történelmi táncok gyakorlása</i> Palotás és/vagy keringő – 5–6 motívumból álló rövid koreográfia megtanulása és ismétlése, bemutatása.</p> <p><i>Néptánc gyakorlása</i> A magyar néptáncok egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai a Tánc és dráma kerettantervben kidolgozottak szerint. Egy dunántúli és/vagy alföldi és/vagy erdélyi táncstílus motívumai és rövid táncfolyamata megtanulása, gyakorlása, előadása.</p> <p><i>Egyéb tornajellegű és táncos mozgásformák:</i> A tornajellegű kondicionális és koordinációs képességek és készségek alkalmazása más – a helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzített – mozgásrendszerekben. Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, eszközös táncok, utcai táncok stb.</p>	
<p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A hibajavítás megértése, kétirányú kommunikáció, tudásátadás, mások tanítása. Változtatási hajlandóság az egyéni hibás rutinokban. A nemnek megfelelő mozgás dinamikájának és/vagy harmonikus esztétikájának átélése és tudatos felvállalása. A divat és a média testkultúrára ható kedvező és kedvezőtlen tényezőinek szétválasztása (értékfelismerés, önértékelés). A saját és társ testi épsége iránti felelősségvállalás a társak gyenge, esetleg sérült oldalának segítése, az erősségek elismerése, támogatása, egyéni és helyzetből adódó sajátosságok mérlegelése, az objektív megoldások keresése. A társak és a csoport irányítása a csoport közös érdekeinek figyelembevételével, a stratégiák egyeztetése. Alkotó, kooperatív feladatok, mozgásos tevékenységek – aktív részvétel a sportrendezvények, bemutatók szervezésében. Tornasport és tánc történeti ismeretek, érdekességek.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Agonista, antagonisták izmok, aktív és passzív nyújtás, dinamikus egyensúly, társas talajtorna, forgásbiztonság, táncstílus, divattánc, sporttánc.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Atlétikai jelegű feladatok	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Térdelő-, álló- és repülőrajt versenyhelyzetekben. Iramszakasz, egyéni irambeosztás. Különböző bottechnikák a váltófutásban. Optimális lendületszerzés, elrugaszkodás, repülőfázis, biztonságos leérkezés az ugrásokban. A hajítás, lökés és vetőmozgás biomechanikai különbözőségei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Jártasság kialakítása a biomechanikai törvényszerűségek alkalmazásában. Az önismeret fejlesztése a kedvező atlétikai mozgásformák kiválasztása és önálló gyakorlása révén. A már elsajátított atlétikai futó-, ugró-, dobószámok versenyszabályai a korosztályos előírások szerinti alkalmazása és betartása. Motiváló eljárások az egyéni eredmény, teljesítmény javítására. A mérhető teljesítményeken alapuló objektív ellenőrzés elfogadtatása, beépítése a döntéshozatalba. A folyamatos és visszatérő gyakorlás szerepének, jelentőségének, hatásának tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>Futások <i>Rövidtáv, váltófutás, gátfutás</i> A gyorsfutás technikáját javító gyakorlatok változatos végrehajtása. A kedvező rajthelyzet kialakítása, segédvonalak kijelölése. Versenyszerű végrehajtás, eredményorientált együttműködés váltófutásban. Csapatban 4x50-100 m-es váltók alakítása, versenyzés. A gátvételi technika alkalmazása magasabb akadályon, gáton 3–4 lépéses ritmusban. <i>Középtáv, folyamatos futás, tájékozódási futás</i> Választás a távok közül. A különböző távokhoz illeszkedő futótechnika kiválasztása. Jártasság az adott távhoz szükséges versenytempó és irambeosztás megválasztásában. Állóképesség-fejlesztő módszerek rendszeres alkalmazása és teljesítményének nyomon követése. Az állóképesség-fejlesztő módszerek önálló gyakorlása. Folyamatos futás közbeni tájékozódás, kisebb területen célállomások megtalálása.</p> <p>Ugrások A homorító és távolugrás jellemzőinek ismerete, gyakorlati alkalmazása. Választás a magasugró technikák közül. 5–7 lépéses egyénileg kialakított nekifutással versenyszerű végrehajtás. Közreműködés versenyek lebonyolításában. Kondicionális jelleggel sorozat szökdelések végrehajtása. 1–3 lépéses sorozat elugrás, illetve 2–4 lépéses sorozat felugrások technikajavító végrehajtása. Gyorsuló nekifutás optimális távolságról.</p> <p>Dobások A különböző dobásformákkal a törzsizom sokoldalú erősítése. Teljes</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> szénhidrátlebontás.</p> <p><i>Fizika:</i> hajítások, energia.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> Az olimpiai eszme. Az újkori olimpiák története</p>

<p>lendületből történő hajítás. Választás az egyes lökő mozdulatok közül. Lendületvétellel egykezes vetés végrehajtása. Az optimális kidobási szög, sebességre és magasságra törekvés.</p> <p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az iram és tempó megválasztása szempontjainak ismerete. A nekifutás módosítása szükségszerűségének ismerete. Az atlétikai ugrások és dobások technikátörténeti, a technikák változásai teljesítménynövelő hatásainak ismerete. Az olimpiákon szereplő atlétikai versenyszámok ismerete. „A gyorsabban, magasabbra, erősebben” jelmondat értelmezése. Önmagához képest a legjobb teljesítmény elérésére, a siker átélése, a kudarc elfogadása és az azzal való megküzdés. Az élettani különbségek ismerete. Tájékozódási futás alapjainak ismerete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Egyéni reakcióidő, mozdulat- és mozgásgyorsaság, váltás közbeni alkalmazkodás, korrekció, holtpont, lépő, homorító és ollózó technika, átlépő, guruló, hasmánt- és floptechnika, ötlépéses hajító ritmus, lökés, vetés, jegyzőkönyvvezetés.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek</p>	<p>Órakeret 60 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Az adott sportmozgás technikájának ismerete. A test feletti uralom szokatlan, új mozgásszituációkban. A baleseti kockázatok mérlegelése. Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzésmódszertani és balesetvédelmi alapfogalmak, eljárások. Szabadban, teremben, spontán helyzetben végezhető egyéni, társas, csoportos mozgásformák. Az edzéshatáshoz szükséges ingerek nagysága és gyakorisága, a pihenő idő jelentősége.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A rekreációs életviteléhez szükséges sportági, élettani, edzéselméleti ismeretek megszerzése. Az önállóan kezdeményezett társas vagy csoportos sportolás szervezési és lebonyolítási ismeretek, jártasságok megszerzése. A testnevelés újszerű tartalmakkal történő gazdagítása, az iskolai létesítményen belüli és tágabb környezetében lévő lehetőségek kihasználása sportolásra. A felnőtt kor sportos életviteléhez újabb sportágak megismerése, családi és csoportos öntevékeny sportoláshoz szükséges szervezési és rendezési ismeretek megszerzése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgás mozgásműveltségének fejlesztése. A szabadidő, ill. alternatív sportok rendszerben kezelése. A helyi tantervben választott alternatív sport technikai, taktikai, gyakorlási, edzési és versenyzési rutinjának kialakítása, a hozzátartozó eszközök,</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> élettan.</p>

<p>technikák és veszélyek kezelése.</p> <p>A szabadtéri formák hangsúlyának megerősítése. Edzés a természet erőivel - játszóterek, szabadidő-központok bevonása, az adottságok kihasználásával jégpálya készítése.</p> <p>Újszerű mozgásfeladatok kihívásainak való megfelelés, pl. a közlekedés-biztonság területén a kerékpározás kultúráját szem előtt tartva.</p> <p>Sportolás közben a rutinok megerősítése a zöldfelület megóvásában, a tájhasználatban, az épületek megóvásában és az energia, a vízhasználat, a dohányzás elleni küzdelem és a hulladékgyűjtés, újrahasznosítás területén.</p> <p>A családi, baráti, munkahelyi csoportos és öntevékeny sportolásra való felkészítés, az önszerveződéshez szükséges ismeretek, jártasságok megszerzése. Társaságban is jól alkalmazható mozgásos kreatív, kommunikációs és kooperációs játékok tárházának bővítése.</p> <p>A többfunkciós helyi lehetőségek, eszközök bevonása a tartalmi változatosság biztosításához (természetes akadályok, ügyességi versenyek a környezet adta kihívások legyőzése).</p> <p>Egyszerű (akár saját készítésű) eszközökkel szerény tégigényű mozgásformák elsajátítása (ugrókötelezés, asztalitenisz, lengőteke, tollaslabda, minitrambulín, gúlagyakorlatok stb.)</p> <p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>Szabályismeret és baleset-megelőzési információk a helyi tantervben kidolgozott alternatív sportok területén.</p> <p>A helyes öltözködés és folyadékfogyasztás a szabadtéren végzett sportolás során.</p> <p>A környezettudatos magatartás, a testmozgások során az egyénnek önmagával, társaival és a természettel való harmonikus kapcsolata kialakítása.</p> <p>A táborozási eszközrendszer megismerése, használatában jártasság szerzése (tájfutás, tájoló és térkép használata, sátorverés, vízitúra, vándortábor stb.).</p> <p>Egy választott alternatív sportágban a világ-elit teljesítményének ismerete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Rekreáció, edzettség, fittség, jó közérzet, teljesítőképeség, újrahasznosítás, példamutatás; környezettudatos természet- és építettkörnyezet-használat.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Önvédelem és küzdősportok</p>	<p>Órakeret 20 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Biztonsági követelmények és a küzdelekkel kapcsolatos rituálé. Az indulatok feletti uralom. Néhány önvédelmi megoldás, szabadulás a fogásból. A dzsúdó, illetve grundbirkózás alaptechnikái, szabályai.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az akaraterő, a kitartás, a küzdőképesség, az önbizalom fejlesztése, a félelem leküzdése és a sportszerűség (fair play) szemléletének kiteljesítése. Küzdő típusú játékok tudatos alkalmazása a személyiségfejlesztésben, különös tekintettel az önuralomra, a társak tiszteletére és a szabályok</p>	

	elfogadására. A közösségben előforduló veszélyhelyzetek felismerése és kezelése.	
	Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
	<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A küzdéseket előkészítő és rávezető gyakorlatok, játékok: Tolások-húzások, változatos testrészekkel, testhelyzetekben.</p> <p>Grundbirkózás cselekvésbiztos gyakorlása: Alapállás, alaphelyzetek stabil alkalmazása, szabályos és erős fogások csuklóra, karra, nyakra, derékra, rögzített kilendítések, keresztfogások. Emelések hónaljfogással, derékfogással, kevert fogással. A mögékerülések és kiemelések különböző változatai, dobástechnikák, leszorítások alkalmazása. Az eredményes földharc technikájának elsajátítása. Egyéni és csapatversenyek, küzdési taktikát igénylő feladatok játékos formában és páros küzdelmek.</p> <p>Dzsúdó sportági készségfejlesztés: A 9-10. osztályban tanult technikák és taktikák továbbfejlesztése. Az egyensúlyt stabilizáló és ezt kibillentő gyakorlatok, testsúlyáthelyezések, irányváltatások, előre, hátra, oldalra gurulások. Szabadulás különböző fogásokból (karfogás, ölelőfogás, fojtás). Támadáselhárítási módszerek (ütés, szúrás, rúgás, fejelés elhárításai).</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Önmaga megvédésének ismerete, néhány támadáselhárítási eljárás ismerete, megértése és alkalmazása. Az érzelem- és feszültség szabályozás, az agresszió megelőzése a küzdőjellegű sporttevékenységek révén, az előnyök megfogalmazásának képessége. A sportszerű küzdelem jellemformáló hatásának ismerete, elismerése. A megegyezésre készenlét képessége, a szabályok időleges, társ által megerősített felfüggesztésének, módosításának lehetősége.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek: ókori olimpiák, hősök, távolkeleti kultúrák.</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Viszonylagos erő kifejtés, fokozatosan növekvő erő kifejtés, sérülésmentes küzdelem, agresszió, önuralom, sportszerűség.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Egészségkultúra és prevenció	Órakeret 50 óra
Előzetes tudás	<p>Rendeződő egészségtudatosság, döntésképeség az egészséges, aktív életmód érdekében. Relaxációs, terhelési, edzési és a test épségét, egészségét megőrző eljárásokból egy-két megoldás ismerete, alkalmazása. Jártasság a gerincvédelmet érintő minden tanult feladat megoldásában. A terhelés igazítása a tesztek eredményeihez. A testmozgás szerepének ismerete a káros szenvedélyek elleni küzdelemben.</p>	

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az élethosszig tartó optimális, életkornak és testalkatnak megfelelő prevenciós és rekreációs mozgásos tevékenységek önálló működtetéséhez, bővítéséhez és szükség esetén gyógyászati céllal történő gyakorlásához szükséges készségek és kompetenciák továbbfejlesztése.</p> <p>Az edzésre, a teljesítmény növelésére és mérésére, a prevencióra, rekreációra kész fizikai és mentális állapot állandósítása, a stressz kezelése.</p> <p>A fenntartásához szükséges elméleti és gyakorlati tudás rendszerré szervezése.</p>
<p style="text-align: center;">Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>Bemelegítés</p> <p>Általános és sportágspecifikus bemelegítő mozgásanyag feladatmegoldásai, kezdetben egyénileg, párban a tervezés, szervezés, levezetés, értékelés megvalósítása.</p> <p>A labdajátékhoz, tornához, futáshoz, ugráshoz, dobáshoz, küzdéshez kapcsolódó bemelegítések általános és speciális jellemzőinek, mozgásainak elkülönítése szóban és gyakorlatban egyaránt.</p> <p>Edzés, terhelés</p> <p>A fejlődés, a megfelelő hatékonyság alapfeltételeinek biztosítása: jól szervezettség, a felesleges állásidők kiküszöbölése, szükséges mozgásterjedelem (idő, ismétlésszám), szükséges intenzitás (sebesség, gyakorlatsűrűség, megfelelő ellenállás), terhelés-pihenés egyensúlya.</p> <p>Főbb témák:</p> <p>Kondicionális és koordinációs képességfejlesztés tervezése és megvalósítása a gyakorlatban egyénileg, párban, csoportban eszközök nélkül és különböző eszközök segítségével.</p> <p>A fizikai fittség típusai, fejlesztési lehetőségei. A fizikai fittség típusai, fejlesztési lehetőségei. A fizikai aktivitás szintjének becslése, követése.</p> <p>Önálló mozgásprogram-tervezés.</p> <p>Lehetséges hagyományos és alternatív eszközök: pulzuszámoló, mozgásszenzorok, medicinlabda, súlyzó, ugrókötél, erősítő gumiszalag, gimnasztikai labda, pilates roller, TRX, erőgépek.</p> <p>A képességfejlesztő módszertani eljárások bemutatása: intervallumos, ismétléses, tartós és ellenőrző módszerekkel edzésfolyamatok.</p> <p>A koordinációt javító eljárások bemutatása: a végrehajtás megváltoztatása és a végrehajtás feltételeinek megváltoztatása.</p> <p>A rendelkezésre álló szabadidő megtervezésének eljárásai.</p> <p>Egyéni rekreációs megoldások bemutatása, foglalkozásrészlet vezetése.</p> <p>Konkrét sportági tevékenységre és mozgásanyagra fejlesztett kondicionális és koordinációs képességfejlesztés.</p> <p>Motoros tesztek lebonyolítása – központi előírás szerint.</p>	<p>Kapcsolódási pontok</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> anaerob terhelés, az idegrendszer működése, a keringési rendszer működése, glikolízis, terminális oxidáció.</p> <p><i>Fizika:</i> egyszerű gépek, erő, munka.</p>
<p>Az egészséges test és lélek megóvása</p> <p>A munkahelyi és egyéb ártalmak elleni védekezésre való felkészítés: a biomechanikailag helyes testtartás és az egészséges lábboltozat kialakításának és fenntartásának, a helyes légzésnek a gyakorlatai, az ülőmunka és a zárt tér ellensúlyozására szolgáló tevékenységek, a sportolás kedvező hatása a szenvedélyek megelőzésében.</p>	

<p>A stresszoldás gyakorlatai és a relaxáció. A „tudatos jelenlét” (mind fullness) módszerének elsajátítása és integrálása az eddig megtanult relaxációs technikái közé, és mindezek használata a mindennapi élet helyzeteiben. A megtanult és folyamatosan használt relaxációs módszerek tudatos alkalmazása a pályaorientációt és jövőképet építő lelki munkában, és a feszültségek szabályozása és az élet stresszhelyzeteivel való autogén megküzdés. A test-lelki harmónia fejlesztésének egyéb, alternatív megközelítése a helyi lehetőségek és programok szerint. A testtartásért felelős izmok kellő erejének és nyújthatóságának fejlesztése a helyesen végzett tartásjavító tornával (általános és konkrét sportági jelleggel).</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A sport által a pillanatnyi kiteljesedés (flow) élményének megélése. A sportágak gyakorlásához megfelelően illeszkedő bemelegítő eljárások ismerete. A terhelésfokozás paramétereinek ismerete. Az alvás és ébrenlét megfelelő arányai, a sport szerepe az egészséges alvásban. A gerinc sérülések, ártalmak elkerülési módozatainak ismerete. A sérült gerinc esetén az elsősegély ellátása és/vagy a sérülttel való helyes bánásmód ismerete. A stresszes állapot elleni tudatos védekezés ismerete. A helyes gerinctorna kivitelezésével kapcsolatos fogalmak, a gerinckímélet lényegének ismerete. A növekvő teljesítmény, sporteredmény objektív elismerése, öröm a másik ember teljesítménye felett, pozitív megerősítés. Az öröm mint pozitív életérzés melletti tudatos döntés, közös élmény, az egészség és a mozgásra fordított szabadidő megteremtésének egymást erősítő igénye (motiváció). A tudatos terhelésen, méréseken, önkontrollon alapuló teljesítményfejlesztés. Felelősségvállalás társak egészséges életmódja iránt.</p>	
--	--

<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Sportágspecifikus bemelegítés, mozgásterjedelem, intervallumos, ismétléses, tartós és ellenőrző módszer, terhelés-pihenés egyensúlya, progresszív relaxáció, ingernagyság, ingergyakorosság, gerinckímélet, relaxáció, tudatos jelenlét.</p>
---------------------------------------	---

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Sportjátékok</i> A helyi tanterv szerint tanított két labdajátékra vonatkozóan: Önállóság és önszervezés a bemelegítésben, a gyakorlásban, az edzésben és a játékban, játékvezetésben. Az adott labdajáték főbb versenykörülményeinek ismerete. Erős figyelemmel végrehajtott technikai elemek, taktikai megoldások, szimulálva a valódi játéksituációkat. Ötletjáték és 2–3 tudatosan alkalmazott formáció, a csapaton belüli</p>
--	---

	<p>szerepnek való megfelelés. A csapat taktikai tervének, teljesítményének szakszerű és objektív megfogalmazása. A másik személy különféle szintű játéktudásának elfogadása. Kreativitást, együttműködést, tartalmas, asszertív társas kapcsolatokat szolgáló mozgásos játéktípusok ismerete és célszerű használata.</p> <p><i>Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák</i> A torna mozgásanyagában az optimális végrehajtására jellemző téri, időbeli és dinamikai sajátosságok megjelenítése. Bonyolult gyakorlalelem sorok, folyamatok végrehajtása közben a mozgás koordinált irányítása. Önállóan összeállított összefüggő gyakorlatok tervezése, gyakorolása, bemutatása. Önálló zeneválasztás, a mozdulatok a zene időbeli rendjéhez illesztése. Könnyed, plasztikus, esztétikus végrehajtás a táncos mozgásformákban. A torna versenysport előnyei, veszélyei, a hozzá kapcsolódó testi képességek fejlesztésének lehetőségei ismerete. Bemelegítő és képességfejlesztő gyakorlatok ismerete, a célnak megfelelő kiválasztása. Optimális segítségadás, biztosítás, biztatás. Hibajavítás és annak asszertív kommunikációja. Az izmok mozgáshatárát bővítő aktív és passzív eljárások ismerete.</p> <p><i>Atlétika jellegű feladatok</i> A futások, ugrások és dobások képességfejlesztő hatásának felhasználása más mozgásrendszerekben. Az atlétikai versenyszámok biomechanikai alapjainak ismerete. Az állóképesség fejlesztésével, a lendületszerzés az izom-előfeszítések begyakorlásával a futó-, az ugró- és a dobóteljesítmények növelése. Az alapvető atlétikai versenyszabályok ismerete. Bemelegítés az atlétikai mozgásokhoz illeszkedően.</p> <p><i>Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek</i> Az helyi tantervben kiválasztott sportmozgás végzése elfogadható cselekvésbiztonsággal. Uralom a test felett a sebesség, gyorsulás, tempóváltás, gurulás, csúszás, gördülés esetén. Feladatok önálló tervezése és megoldása alternatív sporteszközökkel. Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzés és balesetvédelmi alapfogalmak ismerete. Az ismeretek alkalmazása az új sporttevékenységek során.</p> <p><i>Önvédelem és küzdősportok</i> A szabályok és rituálék betartása. Önfegyelem, az indulatok és agresszivitás kezelése. Több támadási és védekezési megoldás, kombináció ismerete az álló és földharcban.</p> <p><i>Egészségkultúra és prevenció</i> A bemelegítés szükségessége élettani okainak ismerete.</p>
--	---

	<p>Az egészségük fenntartásához szükséges edzés, terhelés megtervezése.</p> <p>Relaxációs gyakorlatkészlettel tudatos védekezés a stresszes állapot ellen. A feszültségek szabályozása és az élet stresszhelyzeteivel való autogén megküzdés.</p> <p>A testtartásért felelős izmok erősítését és nyújtását szolgáló gyakorlatok ismerete, pontos gyakorlása, értő kontrollja.</p> <p>A gerinckímélet alkalmazása a testnevelési és sportmozgásokban, kerti és házimunkákban, az esetleges sérüléssel szituációk megfelelő kezelése.</p>
--	---

KOMPLEX HUMÁN ISMERETEK

9/AJTP évfolyam

A komplex humán ismeretek tantárgy a történelem alapvető korszakainak áttekintésével olyan szintre hozza a tanulók múltismeretét, melyre ráépíthető a gimnáziumi történelem tantárgy. Az események közül a legmeghatározóbbakat emeli ki, középpontba a magyar történelmet állítja; nagy hangsúlyt helyez a történelem folyamatszerűségének, a sokoldalú összefüggéseknek a bemutatására. A korszerű történelemszemléletnek megfelelően törekszik arra, hogy az adott korszakot a tanuló minél nagyobb teljességben lássa. Az életmódtörténet, az irodalom-, zene- és képzőművészet-történet néhány kiemelkedő alkotása kapcsolódik egy-egy történelmi korhoz, esetenként ez áll a középpontban.

A tantárgy hozzájárul ahhoz, hogy a tanuló ismerje meg szűkebb környezete történelmi és kulturális értékeit. Segíti, hogy ismerkedjen meg a történelmi múlt minél többféle forrásával, azok feldolgozásának módszereivel. Törekszik arra, hogy a tanuló ismerje föl, hogy múlt-jelen-jövő egymástól elválaszthatatlanok. Alapot ad a tudatos közéleti részvételhez, erősíti a nemzethez tartozás tudatát, a demokrácia értékeinek tiszteletben tartását.

A tantárgy tanításának célja, hogy kialakuljon, illetve erősödjön a tanulók értéktudata. Jeles történelmi személyek példáján keresztül fejlődjen erkölcsi érzékük, felelősségtudatuk, igazságérzetük. Fejlődjön a tanulóknál az otthon, a lakóhely, a szülőföld, a haza, a nemzet, Európa múltjának, jelenének ismerete, értékeinek tisztelete. Alakuljon ki bennük kötődés, nemzettudat, a nemzetért való felelősség és tenni akarás igénye. Fejlődjön az aktív állampolgári magatartáshoz szükséges rész képességük az aktív részvételre építő tanítás- és tanulásszervező eljárásokkal (pl. együttműködés képessége, konfliktuskezelés). Fejlődjön önmegismerésük, önkontrolljuk, vita- és együttműködési készségük, kialakuljon önállóságuk. Tudatosodjon a tanulóknál a család – történelmi koroktól független – értéke, szerepe a társadalomban. Alakuljon ki szociális érzékenységük, fejlődjen konfliktuskezelésük, együttműködési képességük, önérték-érvényesítési képességük.

A tanulóknak látniuk kell, hogy korunk egyik globális problémája környezetünk, a Föld tönkretétele. A fenntartható fogyasztás és az egyéni érdekek kapcsolatának felismerését, az egyén felelősségének tudatát kell elősegíteni, fejleszteni, a környezetkímélő magatartást kell kialakítani a tanulóknál.

Az egyes tematikai egységek tartalmaiból a helyi sajátosságok alapján kell kiválasztani azokat a területeket, amelyek feldolgozása révén a kitűzött célok a leghatékonyabban megvalósíthatóak.

Tematikai egység	1. Történelemtudomány és művészetek	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás	Mi a történelem? A történelem forrásai. Történelmi korszakok. Művészeti ágak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A fogalomismeret, -használat pontosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A történelemtudomány tárgya, íratlan és írott források, a forráselemzés szempontjai.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

Régészet, zászlótan, címertan, éremtan, inszigniológia, esetleg egyéb segédtudományok. Időszámítások, évszázad, évezred, a nagy történelmi korszakok. A művészetek születése, alkotó- és előadóművészetek, korstílusok, stílusirányzatok.	<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Történelmi forrás, segédtudomány, időszámítás, őskor, ókor, középkor, újkor, modern kor, korstílus, stílusirányzat.

Tematikai egység	2. Ókor	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek az ókorról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Gazdaság–társadalom–állam: államformák, politikai berendezkedések az ókorban.</p> <p>Politeizmus, monoteizmus, példák a legjellemzőbb mítosztípusokra, összehasonlításuk.</p> <p>A Biblia.</p> <p>A sumér, az egyiptomi írás, a betűírás.</p> <p>A világ hét csodája.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Társadalom, civilizáció, állam, városállam, birodalom, földművelés, rabszolgaság, fáraó, mítosz, politeizmus, monoteizmus, királyság, köztársaság, demokrácia, kereszténység, Biblia, Ószövetség, Újszövetség, betűírás.	

Tematikai egység	3. Középkor	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek a középkorról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tárgyi tudás biztosabbá tétele. A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Gazdaság–társadalom–politikai berendezkedés változásai a középkorban.</p> <p>A kereszténység szerepe a középkori ember világképében, nyugati és keleti egyház, egyházi hierarchia, szerzetesrendek.</p> <p>Faluszerkezet, gazdálkodási eszközök és módszerek, a középkori város képe, önkormányzat, céhek.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Természettudományos</i></p>

<p>A lovag, lovagi tornák, a lovagi eszmény, lovagi költészet. A magyarság eredetének kérdései. Géza és I. István, I. László és Könyves Kálmán, IV. Béla. Az Anjouk, Luxemburgi Zsigmond, Hunyadi Mátyás, az ország három részre szakadása. Román, gótikus, reneszánsz stílus. Első szövegemlékeink, részletek a Margit-legendából, Janus Pannonius egy verse.</p>	<p><i>alapismeretek</i> <i>Humán ismeretek</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Feudalizmus, feudális rend, rendi monarchia, önellátó gazdálkodás, két- és háromnyomásos gazdálkodás, céh, pápa, püspök, szerzetes, szerzetesrend, nyugati és keleti egyház, legenda, román stílus, gótika, reneszánsz, kalandozás, államalapítás, vármegye, tized, Árpád-kor, tatárjárás, második államalapítás, nádor, kiskirály, regálé, kilenced, kapuadó, füstpénz, oszmán-török, végvár, kettős királyválasztás.</p>

Tematikai egység	4. A polgári átalakulás kora		Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Alapismeretek a nagy földrajzi felfedezésekről, az angol és a francia polgári forradalomról, az USA függetlenségi háborújáról, a kapitalizmus gazdaságáról, a polgári társadalomról és államról.		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tárgyi tudás biztosabbá tétele. A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
<p>Előzmények, a legjelentősebb felfedező utak, gazdasági-társadalmi-politikai következmények. Az angol, a francia polgári forradalom és a függetlenségi háború – célok és eredmények. Európai munkamegosztás és következményei. Manufaktúrák, gyárak, polgárság, munkásság. A polgári demokrácia jellemzői, változatai. I. és II. ipari forradalom – folyamata, a legjelentősebb találmányok, társadalmi következmények. Reformáció, barokk, klasszicizmus és romantika.</p>		<p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Földrajzi felfedezés, gyarmatosítás, polgári forradalom, abszolutizmus, alkotmányos monarchia, polgárháború, függetlenségi háború, polgári szabadságjog, polgári demokrácia, munkás, tőkés, manufaktúra, gyár, ipari forradalom, reformáció, ellenreformáció, katolikus, evangélikus, református, barokk, klasszicizmus, romantika.</p>		

Tematikai egység	5. A polgári átalakulás folyamata Magyarországon		Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai alapismeretek.		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tárgyi tudás biztosabbá tétele. A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A három részre szakadt Magyarország, a török kiűzése, Rákóczi szabadságharca, Magyarország a Habsburg Birodalomban. A reformkor: a „haza és haladás” programja – Széchenyi és Kossuth, az 1848/49-es forradalom és szabadságharc – célok és eredmények. A dualista államszerkezet – előnyök és hátrányok. Zrínyi Miklós: Az török áfium... - részletek, a nyelvújítás, Kölcsey, Vörösmarty, Petőfi egy-egy közéleti témájú verse, Jókai: A kőszívű ember fiai – részletek		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Királyi Magyarország, Török Hódoltság, Erdélyi Fejedelemség, reformkor, liberalizmus, nacionalizmus, jobbágyfelszabadítás, közteherviselés, sajtószabadság, nemzetiség, szabadságharc, önkényuralom, passzív ellenállás, emigráció, kiegyezés, dualizmus.	

Tematikai egység	6. A modern világ születése	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Alapismeretek az I. világháborúról és következményeiről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tárgyi tudás biztosabbá tétele. A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Gazdaság és társadalom változásai a XIX. század végén. A két szövetségi rendszer, az első világháború legjelentősebb frontjai, a Párizs környéki békék, a trianoni békediktátum. Realizmus, naturalizmus. Impresszionizmus, szimbolizmus, szecesszió. Ady és Móricz egy-egy műve, a Nyugat, a nagybányai iskola, Csontváry, Bartók Béla valamely műve.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	A világ „felosztása”, antant, központi hatalmak, villámháború, állóháború, háborús front, békediktátum, realizmus, naturalizmus, impresszionizmus, szimbolizmus, szecesszió.	

Tematikai egység	7. A XX. század történelmének fő eseményei, ellentmondásai	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Alapismeretek az általános iskolából.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tárgyi tudás biztosabbá tétele. A fogalomhasználat, a rendszerező képesség, a komplex látásmód fejlesztése. Az ismeretszerzési lehetőségek körének bővítése, használata.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Totális diktatúrák: a kommunista Szovjetunió és a náci Németország – az eszmék és a politikai berendezkedések hasonlóságai és különbségei.</p> <p>A II. világháború előzményei, szövetségi rendszerek, célok, néhány nevezetes ütközet, a háború lezárása.</p> <p>A hidegháború.</p> <p>A Szovjetunió és a keleti tömb összeomlása.</p> <p>Ószirózsás forradalom, Tanácsköztársaság, a Horthy-korszak, Magyarország a világháborúban, a szovjet megszállás, a Rákosi-korszak, a Kádár-korszak és összeomlása.</p> <p>Az avantgard: kubizmus, expresszionizmus, dada, szürrealizmus, konstruktivizmus.</p> <p>A jelenkor néhány problémája a világban és Magyarországon.</p> <p>Pl. fenntartható fejlődés, demográfiai problémák, „civilizációk harca”, szegénység, szegregáció stb.</p> <p>A XX. század, a jelenkor eseményeinek, problémáinak megjelenése a művészetekben.</p> <p>Pl. József Attila, Radnóti Miklós, Örkény István, Sütő András egy-egy műve.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Szocializmus, kommunizmus, bolsevizmus, nácizmus, totális diktatúra, személyi kultusz, többpártrendszer, egypártrendszer, holocaust, kétpólusú világ, hidegháború, rendszerváltozás, avantgard, globalizáció, terrorizmus, szegregáció, környezetszennyezés, környezetvédelem, ökológiai lábnyom, fenntartható fejlődés.</p>	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanultak áttekintésével biztosabbá válik a tanulók tárgyi tudása, különösen fogalomhasználata elsősorban történelemből, de irodalom-, zene- és művészettörténetből is. Fejlődik rendszerező képességük.</p> <p>Jobban meglátják az összefüggéseket az élet, az emberi társadalom különböző területei között. Megerősödik bennük, hogy múlt-jelen-jövő egymásra épülnek, és az is, hogy a politikai-történelmi események meghatározzák az egyéni sorsokat. Fejlődik információszerzési képességük, különböző forrásokból képesek kritikusan kiválogatni a számukra szükséges információkat.</p> <p>A tanév elején kevesebb tudással rendelkező tanulók a tanév végére pótolják hiányosságait, elérik a képességeiknek megfelelő szintet, ennek megfelelően nem okoz majd nekik gondot a felsőbb évfolyamok követelményeinek teljesítése.</p> <p>Az év elején is jól teljesítő tanulók tudása elmélyültebbé, többértévé válik.</p>
--	---

TERMÉSZETTUDOMÁNYOS ALAPISMERETEK

9/AJTP évfolyam

A tantárgy tanításának célja áttekinteni az általános iskolában tanult reáltárgyak (természetföldrajz, fizika, kémia, biológia-egészségtan) ismeretanyagának bizonyos részleteit, kialakítani egy komplex szemléletmódot, elősegítve a koncentrációt és a tanultak alkalmazását, megkönnyíteni a 10. osztályban tanulandó, jelentős mennyiségű és mélységű természettudományos ismeretanyag elsajátítását, megláttatni a globális és lokális környezet- és természetvédelmi problémák összefüggéseit, megoldhatóságuk és megoldásuk alternatíváit. A kiváló magyar tudósok, kutatók munkásságának megismertetésével a tanulók meglátják a tudás értékét és értékteremtő szerepét, a kiművelt emberfők jelentőségét.

A tantárgy tanulása során a tanulóknál kialakul az empirikus, megfigyelésen és kísérletezésen alapuló természettudományos szemléletmód, problémamegoldó képességük, kreativitásuk fejlődik a megszerzett ismeretek elméleti és gyakorlati alkalmazása folyamán.

Az egyes tematikai egységek tartalmaiból a helyi sajátosságok alapján kell kiválasztani azokat a területeket, amelyek feldolgozása révén a kitűzött célok a leghatékonyabban megvalósíthatóak.

Tematikai egység	Bevezetés	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás	Alapvető tájékozottság az érintett témakörökben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az „új” tantárgy és annak komplex, kísérletezésen, interaktivitáson alapuló szemléletmódjának megismertetése. Balesetvédelmi ismeretek elsajátítása, gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Ismerkedés a természetismerettel. Kísérletezés, a kísérletezés veszélyei. Az információszerzés tudománya, az adatgyűjtés alapjai. Tanév eleji szintfelmérés.		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Természetismeret, kísérlet, információ, adatgyűjtés.	

Tematikai egység	A víz	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	A vízzel kapcsolatos természetföldrajzi, fizikai és kémiai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapismeretek összekapcsolása. A víz mint alapvető környezeti tényező és élőhely fontosságának, védelmének megismertetése, tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Földünk: a víz bolygója (topográfiai alapismeretek, hidrológiai alapfogalmak megismerése és megértése). „Minek ez a felhajtás?” A felhajtóerő kiszámítása, az úszás, lebegés,		<i>Matematika</i>

<p>elmerülés, Arkhimédész törvénye. Egy „hétköznapi” vegyület különlegességei (a víz alapvető fizikai és kémiai tulajdonságainak megismerése a vízmolekulák tulajdonságainak segítségével). Munkában a víz (a vizek felszínformáló szerepének megismerése, a folyószabályozás környezeti hatásai). A víz mint élőhely (alapvető vízi életformák, vízi élőhelyek, összefüggések megállapítása az élőlények tulajdonságai és élőhelyük sajátosságai között). Vizeink jövője (vízszennyezés, víztisztítás). Oldatok sajátosságai, koncentrációk (az oldatok mint elegyek tulajdonságai, a koncentrációk jelentése és kiszámításuk). A kémhatás (a vizes oldatok kémhatása, minőségi és mennyiségi kimutatása, a pH-skála alkalmazása).</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Vízgyűjtő terület, árapály, édesvíz, tengervíz, termálvíz, karsztvíz, belvíz, moréna, felhajtóerő, hidrosztatikai nyomás, fajhő, keverék, elegy, oldat, oldódási szabály, hidratáció, koncentráció, tömegszázalék, térfogatszázalék, sav, bázis, amfoter, indikátor, pH, bioszféra, plankton, aerob, trofitás, eutrofizáció.</p>

Tematikai egység	A fény	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	A fényvel kapcsolatos természetföldrajzi, fizikai és kémiai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapismeretek összekapcsolása. A napfény energiája nélkülözhetetlen szerepének bemutatása a bioszféra életközösségeinek működésében. A természettudományos gondolkodás alapozása, mélyítése. A tudatos, az energiatakarékosságra törekvő magatartás és szemléletmód kialakítása, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A Naprendszer és bolygói (a Napban lejátszódó energiatermelő folyamatok, a bolygók mozgása). A fény tulajdonságai (a hullám- és korpuszkuláris tulajdonságok). Energiagondjaink és megoldásuk lehetőségei (a fosszilis és az alternatív energiaforrások, alkalmazásuk, környezetre gyakorolt hatásuk, előnyeik, hátrányaik). „Trükkös tükrök” – optikai eszközök (a fényvisszaverődés és -törés törvényei sík és görbült felületek esetén, egyszerű sugármenetek szerkesztése, plánparalel lemez, homorú és domború tükör, illetve lencsék esetén, alkalmazásuk a hétköznapi életben). A fény mint a bioszféra alaptényezője (a fotoszintézis, a látószervek). A mikroszkóp.</p>		<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak	Csillag, bolygó, fénytörés, fényvisszaverődés, izotóp, autotróf, heterotróf, sejt, növény.	

Tematikai egység	A levegő	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	A légkörrel, levegővel kapcsolatos természetföldrajzi, fizikai, kémiai és biológiai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapismeretek összekapcsolása. Az atmoszféra jelentőségének bemutatása a bioszféra működésében. A légszennyezéssel járó globális környezeti problémák veszélyeinek bemutatása során a környezettudatosság iránti elkötelezettség erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A légkör: Földünk védőpajzsa (az atmoszféra összetétele, szerkezete, kialakulása).</p> <p>Az „öntörvényű” gázok (a gázok tulajdonságai, a részecskék, az Avogadro- és a Boyle-Mariotte törvények alkalmazása).</p> <p>A levegő áramlása (a légáramlások szerepe az éghajlat és az időjárás alakulásában, az áramló levegő sajátosságai, a repülés).</p> <p>A levegő meghódítói és „potyautasai” (a levegő mint élőhely, a szállítóközeget kihasználó növények és állatok, életmódjuk az élettérrel összefüggésben).</p> <p>Munkára fogott gőzök, gázok (a vízgőz és a szél energiájának hasznosítási módjai a múltban, a jelenben és a jövőben, a környezetre gyakorolt hatásuk).</p> <p>„Levegőt” – a légszennyezés problémái (a légszennyező anyagok típusai, az általuk okozott megbetegedések, a légszennyezés által okozott legfontosabb globális problémák okai, megoldásuk alternatívái).</p>		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak	Légkör, anyagi halmaz, adszorpció, standardállapot, molekula, ion, szublimáció, katalizátor, mól, aktív és passzív mozgás, termés, szmog, indikátorszervezet, emisszió, transzmisszió, immisszió.	

Tematikai egység	A kőzetburok	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	A kőzetekkel, a litoszférával kapcsolatos természetföldrajzi-geológiai, fizikai és kémiai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kőzetlemezek mozgásával kapcsolatos természeti jelenségek, katasztrófák okainak és hatásainak magyarázata. A különböző kőzettípusok felismerése, felhasználásának és jelentőségének ismerete. A talaj mint élőhely és környezeti tényező fontosságának tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Bolygónk szerkezete (a geoszférák, kőzetelemek).</p> <p>A kéregmozgások okozta földtani katasztrófák (a földrengések és a vulkáni tevékenység, és hatásuk a környezetre).</p> <p>A kőzetek kialakulása és típusai (a Föld kérgét alkotó legfontosabb kőzettípusok, kialakulásuk, jelentőségük).</p> <p>A kristályos anyagok jellemzői és típusai (a szilárd halmazállapot, a</p>		<i>Matematika</i>

<p>rácstípusok). „Miről mesél a mészkő?” (a mészkő képződésének körülményei, a karsztjelenségek, a kalcium-karbonát jelentősége a gerinctelenek és a gerincesek testfelépítésében és evolúciójában). A talaj, a litoszféra „érzékeny bőre” (a talaj keletkezése, talajtípusok, a talaj mint élőhely, a talaj környezetvédelmi jelentősége).</p>	
Kulcsfogalmak	Geoszféra, földrengés, ásvány, kőzet, érc, hidrotermás oldat, talaj, olvadáspont, amorf anyag, vegyület, elemi cella, ötvözet, szimbiózis minimumtörvény, erózió.

Tematikai egység	Tanév végi ismétlés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	A tanévben tanult ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A rendszerező és szintetizáló képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A tanultak lényegének kiemelése, összekapcsolása; különböző formában történő bemutatása.		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanulók ismerjék az alapfogalmakat, ismerjék és tudják alkalmazni az alapvető törvényszerűségeket.</p> <p>Az alapfogalmak és -összefüggések ismeretén túl legyenek képesek azok alkalmazására is. Rutinosan oldjanak meg könnyebb számítási feladatokat.</p> <p>Lássák a természettudományos gondolkodás fejlődésének törvényszerűségeit.</p> <p>Figyeljenek fel a környezetüket érő káros hatásokra. Alakuljon ki bennük környezettudatos, az energiatakarékosságra törekvő magatartás- és szemléletmód.</p>
--	--

Kerettanterv az Arany János Tehetséggondozó Programja 9. évfolyamának tantárgyai és a 9-12. évfolyam önismeret és tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgyak oktatásához

Arany János blokk:

- Tanulásmódszertan és kommunikáció
- Önismeret

TANULÁSMÓDSZERTAN

9/AJTP, 9-12. évfolyam

Az Arany János Tehetséggondozó Programon belül a Tanulásmódszertan és kommunikáció és az Önismeret tantárgyak öt éven keresztül való tanítása lehetőséget kínál a tanulók személyiségének teljesebb kiművelésére, kiteljesítésére.

A *tanulásmódszertan* feladata azoknak a tanulási módszereknek és annak a szemléletmódnak a megtanítása, amelyek bármely tantárgy eredményes tanulásához felhasználhatók, és tanulóink további tanulmányainak sikeres teljesítéséhez is biztos alapot adnak. A tanulásmódszertan ezen felül az olyan tanulási részképességek, készségek, attitűdök fejlesztéséhez is teret biztosít, mint a figyelem, beszéd, olvasás, emlékezés, gondolkodás, önművelés (az első években a hiányok pótlására, a továbbiakban pedig magas szintre való emelésükre helyezve a hangsúlyt). Ösztönzi a tanulókat arra is, hogy a tanulókkal kapcsolatos problémáikkal szembenézzenek, azokra megoldást keressenek, a megismeréssel pozitív, örömteli viszonyt alakítsanak ki, a tanulást mindennapi életük ritmusában, szokásrendszerükbe megfelelően illesszék be, illetve megfelelően és célszerűen alakítsák ki tanulásuk mindennapi szokásrendszerét.

A *tanulási önismeret* a tudás megszerzésének kiindulópontja, a reális célkitűzések föltétele. A tanulók rendszeresen visszatérő teljesítménypróbákon szembesülnek képességeik, részképességeik pillanatnyi szintjével, s ennek alapján vehetnek részt a kollégiumi individuális és kiscsoportos fejlesztőprogramokban. Saját belső lehetőségeik megismerése és elfogadása alapozza meg a tanulók elégedettségét és harmonikus életvitelét.

A *tanulási nehézségek* közös megfogalmazása, az azokra való megoldáskeresés az őszinteség és az egyéni életproblémák megoldásának képességét fejleszti ki a tanulóknak.

A *tanuláshoz való megfelelő viszony* kialakítása, az első nyolc iskolai év esetleges kedvezőtlen hatásainak korrekciója, a beidegződött rossz reflexek feltárása, átfórmálása, a művelődés iránti belső vágy, a világ iránti érdeklődés, kíváncsiság felkeltése, a tudásvágy felébresztése és folyamatos táplálása, a nyitottság attitűdjének természetessé tétele az első év legfontosabb fejlesztési követelménye. Visszatekintés ez az általános iskolára és előrettekintés a következő évekre: a jó és rossz tapasztalatok összegyűjtése, rendszerezése, elemzése, az élmények, a sikerek és a kudarcok újraélése, a középiskolai célok fényében való transzformálása.

A *tanulási szokások* tudatosítása, jó szokások fölvétele, rosszak átalakítása a hatékony tanulás nélkülözhetetlen föltétele. A jó szokások elsajátításához tanulási tanácsok megfogalmazásán, megfogadásán, akarati megvalósításán át vezet az út. A helyes tanulási szokások a délelőtti iskolai tanulásra és a délutáni önálló tanulásra egyaránt vonatkoznak, s kialakításuk az első év alapvető feladata.

A *tanulás módszereinek* bemutatása és elsajátíttatása, a saját tanulási módszerek, eljárások kialakítása, rutinszerű gyakorlása a tanulás tanításának legkonkrétabb követelménye. Ez a szűk értelemben vett tanulásmódszertan, ennek veszi hasznát a gyerek közvetlenül és azonnal, s ezt a hasznosságot – szemben a többi fejlesztési követelmény hosszabb távú megvalósulásával – észreveszi maga is. Ezeknek a praktikus és egyszerű módszereknek az elsajátíttatása adja meg a tanulásmódszertan tanulásának hitelét.

A *tanuláshoz szükséges alapképességek fejlesztése* a közoktatás teljes időszakának, így a középiskolának is alapvető követelménye. Ezen alapképességek iskolai kibontakoztatása első fokon az alsó, majd a felső tagozaton történik, azonban korántsem fejeződik be ott. Minden életkornak megvannak e téren a maga tennivalói, s különös a jelentőségük a Tehetséggondozó Programban, ahol az előkészítő évben kell behozni a képességekben mint tanulási eszközökben levő lemaradásokat. A képességek tervszerű fejlesztése hosszú távú

munka, amelyben nem nélkülözhető az iskola tantárgyi tanítási óráinak mint gyakorlótereknek a felhasználása (ld. később részletesebben).

A *figyelem iskolázására* rengeteg gyakorlattípus és gyakorlat szolgál. A tanulás közbeni helyes figyelem kialakítása kondicionálással történhet. Olyan helyzeteket szükséges teremteni, amelyekben az élvezetes és egyszerű – vagy annak tűnő – feladatok csakis a figyelem egyirányú és teljes jelenlétével valósíthatók meg. A szétszórtság, a gondolati torlódások, az asszociációs parttalanság kialakulásában igen nagy szerepet játszik a gyermek környezete (az életmód, a családi életforma, a felgyorsuló világ dezorganizáló információzuhataga, az iskolai élet zaklatottsága), ami a figyelem egyirányú beállításának gyakorlásával ellensúlyozható. A gyakorlatok (melyek részben egyéniek, részben közösségek, tehát együttműködést is kívánnak) nemcsak a figyelmi magatartás kedvező alakulásához járulnak hozzá, hanem játékos voltukból következően kellő kedvet és hangulatot is teremtenek a tanítási órákon a tananyaggal való elmélyültebb foglalkozáshoz.

A személyiség integritásához, a tanulási sikerekhez, s ezzel az elkötelezett és így önálló tanuláshoz igen nagymértékben járul hozzá az, hogy a gyerekek hogyan tudják előszóban megformálni, érzékletesen, ízesen közölni, előadni azt, amit tudnak. A *beszéd* fejlesztésének feladata magába foglalja a beszédtechnika, a retorika (szóbeli szövegalkotás), a *szereplés* gyakorlását és a szókincsfejlesztést.

A könnyed, jó szövegértéssel való *olvasás* képessége nélkül nem képzelhető el eredményes tanulás. Módszertanilag a hangos olvasás folyamatos gyakorlásával kezdődik ez a munka, amelyben a hallgatóság élvezetét kiváltó interpretálásig kell eljutni. A közösségekben való olvasás különböző munkaformái kitűnő szórakozást is jelentenek, és a figyelmi gyakorlatokhoz hasonlóan kreatív és konstruktív tanulási légkört teremtenek.

A *néma értő olvasás* gyakorlását ugyancsak elégtelen a gyerekek spontán olvasására bízni. A gyakorlás legegyszerűbb formája, az *"elolvasom-eltakarom-elmondom"* (3el) módszere –osztályban, kiscsoportban, párban és egyedül – a tananyag feldolgozásának olyan módja lehet, amely időszakosan gyakorolva és gyakoroltatva hozzászoktatja a gyerekeket az olvasás közben való teljes szellemi jelenléthez, a felelősséggel való olvasáshoz.

Az olvasási képesség fejleszthető számítógép felhasználásával is. A *dinamikus olvasás* elnevezésű olvasásfejlesztő program, olyan olvasási magatartás kialakítását segíti, amelyre a szokásosnál sokkal nagyobb koncentráció jellemző, s ezzel egyszerre növelhető a szövegértés mértéke és az olvasás sebessége is.

Noha az *emlékezeti képesség* jelentősen függ az adottságoktól, bizonyos, hogy a memória gyakorlással jelentősen fejleszhető. A jó megőrzési struktúrák kisgyerekkorban szinte észrevétlenül alakíthatók ki, de ha ez akkor nem, vagy csak részben történt meg, a tudatos figyelmet kívánó rögzítési módszerek megtanításával a nagyobbaknak is sokat segíthetünk. A memória kapacitása a memoriterek helyes tanításával tágítható, s ez azzal a haszonnal is jár, hogy a kiválasztott szövegek igen közel kerülhetnek a gyerekekhez: az írott magyar kultúra a tudatban állandóan „kéznél levő” részét képezik. Ez összefügg a beszédképességgel, a megszólalás könnyedségével, a szótalálás gyorsaságával. Csak a helyes – esetenként személyre szabott – módszereket kell megtalálnunk, amelyekkel a memoriterek tanulása nem kellemetlen kényszer, hanem az akarati erők gyakorlásának nélkülözhetetlen módszere. A lényegkiemelési gyakorlatok, a kulcsszavak keresése, a kulcsszó-vázlat, a vázlatkészítés, a jegyzetelés írott és hallott szövegből, a gondolati térkép készítése olyan rögzítési eljárások, amelyek bármely tantárgy tanításának folyamatába beillenek, s amelyeket elsősorban a tanulásmódszertan órákon kell megtanítani, és a szaktárgyi órákon képességgé fejleszteni.

A *gondolkodás* fejlesztése érdekében a problémahelyzetek teremtése, kérdések megfogalmazása, a válaszkeresés, a gondolkodási sémákra és eredeti utakra való rávezetés a pedagógiai feladat, amely – teljesülése esetén – akkor is „működteti” a gyereket, amikor

egyedül marad tanulnivalóival. Vagyis a helyes tanítás mintáját átélve helyesen, tehát gondolkodva fog tanulni. Ehhez nélkülözhetetlen a *fogalmakkal* való helyes bánásmód gyakorlása is, vagyis a fogalmak belső tartalmának feltárása, a meghatározás képessége, az árnyalt és pontos definícióalkotás képessége. Kisebb korban mellőzhetetlen a gondolkodási minták, sémák átadása, a serdülőkortól az önálló problémamegoldással való kísérletezés kerül előtérbe.

A kommunikáció tanításának fejlesztési követelményei az első két évben átfedésben vannak a tanulásmódszertan beszédfejlesztési és a magyar nyelv és irodalom szóbeli és írásbeli kommunikációs követelményeivel. A tanulással összefüggésben levő kommunikációs műfajok készségszintű elsajátítása a kommunikációs blokk egyik fejlesztési követelménye.

A felsőbb években a kommunikációs zavarok tudatosítása, legyőzése, a konfliktuskezelési stratégiák megfogalmazásában és gyakorlásában, a hétköznapi élet kommunikációs gyakorlatában, a nem nyelvi kommunikáció eszközeinek elsajátításában és a metakommunikáció megismerésében való előrehaladás, valamint az íráskészség fejlesztése, az egyéni stílus megtalálása, az írásbeli együttműködés, az alapvető költészettani fogalmak alkotó átélése, valamint a nyilvános szereplésre való felkészülés módszertanában és gyakorlatában szerzett magabiztosság a fejlesztési cél.

A kommunikáció tematikája szervesen kapcsolódik a magyar nyelv és irodalom tantárgy kerettantervéhez. Tanításának célja az, hogy hozzájáruljon a tanulással összefüggő szóbeli és írásbeli műfajok készségszintű elsajátításához, gyakorlásához, és lehetőséget adjon néhány olyan kommunikációs terület élményszintű megismeréséhez is, amelyek kívül esnek a kerettantervi tartalmakon, azonban a mindennapi élet sikeres kommunikációjához nélkülözhetetlenek.

A tanulással összefüggő kommunikációs műfajok készségszintű elsajátítását az első két évben a tanulásmódszertan tananyaga tartalmazza.

A 10. évfolyamon a kommunikációs zavarokkal és az ebből adódó konfliktusokkal, konfliktusoldó módszerekkel való foglalkozásra kerül sor. Ezt jól megalapozzák a kerettantervi tartalmak, amelyek azonban éppen csak érintik ezt a mindennapi életünkben alapvető területet. A kommunikációs zavarok keletkezésével, megnyilvánulási formáival, mögöttes okaival, legyőzésük lehetséges útjaival, a konfliktusoldó és konfliktus-feldolgozó stratégiákkal, életszemlélettel és életgyakorlattal való élményszerű, áttekintő megismerkedés, problémaelemzés, a helyzetgyakorlatok és a játék jelentősen hozzájárulhat a tanulók lelki egészségének, kapcsolati kultúrájának javulásához, s ezzel a felszabadultabb élethez és tanuláshoz is.

A 11. évfolyam programja egy kreatív írásgyakorlati blokkot tartalmaz. A kreatív írás célja lehet a különböző írásbeli műfajok szabályainak megismertetése az üzleti levelezéstől a tudományos esszén keresztül a szépirodalom műfajáig. A tantervbe beépített blokkot azonban nem elsősorban az írástechnikai ismeretek elsajátítására javasolt használni. Az órák célja a csoportépítés, az írásbeli kommunikáció felszabadult gyakorlása, a komolyan vett játék, valamint a diákok kreativitásának, képzelőerejének és nyelvi készségeinek fejlesztése. Ezek alá sorolódnak be azok az egyébként hasznos ismeretek, amelyekről az irodalom- és nyelvtanórákon már tanultak a gyerekek.

A 12. évfolyam retorikai gyakorlatai az érettségire és a felvételi vizsgára való felkészüléssel összhangban a 10. évfolyamos kerettantervi anyagban tanult retorikai ismeretekre épülnek. Ezekon az órákon a diákok a szóbeli megnyilatkozást gyakorolják. Az órák elméleti anyaga ismétlés; a gyakorlatok témájaként az érettségi során megkövetelt tananyagból lehet választani. Az órák megtervezésénél figyelembe kellett venni, hogy az óráról órára való készülés minél kevesebb terhet rójon a vizsgák előtt álló diákokra. Ennek megfelelően kialakított az óraszerkezet is.

A tanuláslélektani és didaktikai alapelvek szerint az ismeretek, képességek és készségek elsajátításához a tananyag-feldolgozás és a gyakorlás intenzitásának optimumát kell megkeresni. Kellő súly és tartós motiváció nélkül a munka nem érheti el a kellő hatékonyságot. Azokhoz a munkaformákhoz, amelyekkel a tanulásmódszertan és a kommunikáció dolgozik, a 45 perces órák és a 4 heti egyszeri találkozás nem optimálisak. Amennyire lehetséges, törekedni kell 90 perces dupla órák tartására, illetve a heti többszöri találkozásra. Ez azzal jár, hogy a tantárgyak tanítása esetleg csak a tanév egy bizonyos időszakában, a tanév első felében, vagy esetleg csak első két-három hónapjában történik, esetleg a félévek első 4-6 hetében tanítjuk. Ez nem jelent hátrányt abban az esetben, ha a tanultak gyakorlására a többi tantárgy tanítási óráin lehetőség nyílik.

Mivel a tantárgy jellegéből adódóan a kitűzött célok és az elérésükhöz szükséges feladatok évfolyamonként is jelentősen változnak, ezért a folyamat leírása nem kétéves, hanem egyéves ciklusokban történik. Hasonlóképpen az alábbi óratervezési javaslatok is évfolyamonkénti bontásban jelennek meg. A kerettanterv tematikai egységei a táblázatokban jelzett óraszámok 90%-át fedik le.

Óratervezés

Évfolyam	Tanulásmódszertan	Kommunikáció	Összesen
9/AJTP évfolyam	72 óra	–	72 óra
9. évfolyam	72 óra	–	72 óra
10. évfolyam	36 óra	36 óra	72 óra
11. évfolyam	36 óra	36 óra	72 óra
12. évfolyam	34 óra	28 óra	62 óra
Összesen	250 óra	100 óra	350 óra

Javasolt óraelosztási variációk:

1. változat

Évfolyam	Tanulásmódszertan	Kommunikáció	Összesen
9/AJTP évfolyam	Heti 2 óra	–	72 óra
9. évfolyam	Heti 2 óra	–	72 óra
10. évfolyam	Heti 2 óra (1. félév)	Heti 2 óra (2. félév)	72 óra
11. évfolyam	Heti 2 óra (1. félév)	Heti 2 óra (2. félév)	72 óra
12. évfolyam	Heti 2 óra (~1. félév)	Heti 2 óra (~2. félév)	62 óra
Összesen	250 óra	100 óra	350 óra

2. változat

Évfolyam	Tanulásmódszertan	Kommunikáció	Összesen
9/AJTP évfolyam	Heti 4 óra (1. félév)	–	72 óra
9. évfolyam	Heti 4 óra (1. félév)	–	72 óra
10. évfolyam	Heti 2 óra (1. félév)	Heti 2 óra (2. félév)	72 óra
11. évfolyam	Heti 2 óra (1. félév)	Heti 2 óra (2. félév)	72 óra
12. évfolyam	Heti 2 óra (~1. félév)	Heti 2 óra (~2. félév)	62 óra
Összesen	250 óra	100 óra	350 óra

3. változat

Évfolyam	Tanulásmódszertan	Kommunikáció	Összesen
9/AJTP évfolyam	Heti 4 óra (1. félév)	–	72 óra
9. évfolyam	Heti 4 óra (1. félév)	–	72 óra
10. évfolyam	Heti 4 óra az 1-9. héten	Heti 4 óra a 10-18. héten	72 óra
11. évfolyam	Heti 4 óra az 1-9. héten	Heti 4 óra a 10-18. héten	72 óra
12. évfolyam	Heti 4 óra az 1-8. héten	Heti 4 óra a 9-15. héten	62 óra
Összesen	250 óra	100 óra	350 óra

9/AJTP évfolyam

Tematikai egység	Tanulási önismeret	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Adottságok, hajlamok, képességek, készségek szerepének bemutatása. Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődés felmérése, alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Öröklődés és környezet</i> Amit hozunk, és amit szerzünk. Adottságok, hajlamok, képességek, készségek. Lehetőségek, korlátok, tehetség, antitalentum. <i>Tanulásvizsgálati kérdőívek – önvizsgálat</i> Önbizalom, akarat, siker, kudarc. <i>Önismeret</i> <i>Tanulási attitűdök és szokások</i>, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődésvizsgálat. Tanulási típusok. Szeretett/nem szeretett tantárgyak.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Öröklődés, környezet, önismeret, tanulási attitűd, olvasási szokás, tanulási típus.	

Tematikai egység	Teljesítménypróbák	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kognitív képesség teljesítménypróbái. Beszéd- és olvasás-teljesítménypróbák.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Kognitív képesség teljesítménypróbái</i> Hol tartok? Erősségeim, gyengeségeim. Figyelem: monotoniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>

<p>Emlékezet: szövegtanulás (vers, próza, algoritmus). Gondolkodás: fejtörő feladatok. Fejlesztés, önfélesztés. <i>Beszéd- és olvasásteljesítménybeli próbák</i> Szóbeli szövegalkotás: félproduktív beszéd (történetmesélés). Spontán beszéd. Hangos kifejező olvasás: blattolás, felkészülés utáni felolvasás. Néma értő olvasás (szövegértés): válaszadás kérdésekre, lényegkiemelés.</p>	<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Figyelem, monotóniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás, emlékezet, szövegtanulás, gondolkodás, szóbeli szövegalkotás, félproduktív beszéd, spontán beszéd, hangos kifejező olvasás, blattolás, felkészülés utáni felolvasás, néma értő olvasás.</p>

Tematikai egység	Tanulási nehézségek	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási nehézségek feltérképezése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A tantárgyak jellege: hasonlóságok, különbözőségek, sajátosságok. Tantárgyi szimpátiák, antipátiák és ezek eredete. Önfélesztési tervek. Kölcsönös konzultáció.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tantárgyi jelleg, hasonlóság, különbözőség, tantárgyi szimpátia, antipátia.	

Tematikai egység	Tanuláshoz való viszony	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanuláshoz való viszony tudatosítása. Motiválás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az élet: tanulás. Mire való, mire használható az iskola? Jó és rossz dolgok az iskolában. Tanulás és motiváció. Kíváncsiság, érdeklődés, tudásvágy, ambíció, életcélok. Tanulás és öröm.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>

	<i>Matematika</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tanulás, motiváció, kíváncsiság, érdeklődés, tudásvágy, ambíció, életcél.

Tematikai egység	A tanulás ritmusa	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanulás ritmusának alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Életritmus, életstílus. Életkori szakaszok, életkori feladatok. Egy nap ritmusa. Tanulás, pihenés, kikapcsolódás a nap során.		<i>Természettudományos alapismeretek</i> <i>Komplex humán ismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Életritmus, életstílus, tanulás, pihenés, kikapcsolódás.	

Tematikai egység	Tanulási szokások	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási szokások alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szokások, szokásrend. Szokásformálás: tartós törekvések, erős elhatározások. Jó szokások felvétele, rossz szokások átalakítása. Rendszeresség és kitartás.		<i>Természettudományos alapismeretek</i> <i>Komplex humán ismeretek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szokás, szokásrend, törekvés, elhatározás, rendszeresség, kitartás.	

Tematikai egység	Tanulási tanácsok	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási tanácsok.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
<p>Kísérletek, tapasztalatok, önreflexió. A tanulás külső körülményei: rend, csend, fény, munkahely, testhelyzet. A tanulás belső feltételei. A fizikai állapot karbantartása. A lelki harmónia megteremtése. Stresszkezelés.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p> <p><i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Külső körülmény, rend, csend, fény, munkahely, testhelyzet, belső feltétel, fizikai állapot, lelki harmónia, stresszkezelés.

Tematikai egység	Tanulási módszerek, eljárások, technikák	Órakeret 24 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A módszerek szerepének bemutatása. Ráhangolás, hangulatteremtés. Szövegfeldolgozási módszerek megismertetése, gyakorlása. Felkészülés a szóbeli szereplésre. Felkészülés az írásbeli munka elkészítésére. Rögzítés. Önellenőrzés.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A módszerek szerepe</i> Hatékony, időtakarékos tanulás. „Eszköztudás”, napi rutin. <i>Ráhangolódás, hangulatteremtés</i> A munkakezdés nehézségei. Rendcsinálás, előkészületek, koncentrációs és meditációs gyakorlatok, vízfürdő, tónusfokozó gyakorlatok (gimnasztika, sztreccing – feszítőgyakorlatok, jóga), légzési gyakorlatok. Időterv készítése, időmérleg, célmeghatározás, tantárgyi sorrend. <i>Pihenés</i> A tevékenységváltások jelentősége. Kikapcsolódás, átkapcsolás – visszakapcsolás, lazítás. Relaxáció, autogén tréning, jóga: légzésgyakorlatok, ászanák. Egészség, betegség, alvás. <i>Szövegfeldolgozási módszerek</i></p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természet-tudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>

<p>Könnyű és nehéz szövegek. Aláhúzás, kulcsszavak kiemelése, szöveghiemelés. Vázlatkészítés, kulcsszó-vázlat. Jegyzetelés írott szövegből. Kivonatolás. Elhangzó szöveg jegyzetelése. Emlékeztető. Gondolati térkép készítése. Címmeditáció, előregondolkodás, kérdések megfogalmazása, problémafelvetés, anyaggyűjtés, böngészés.</p> <p>A háromszori átolvasás. Tájékozódó olvasás (skimming). Áttekintés (holisztikus látásmód, rész és egész). Elemző olvasás. Ismétlő olvasás (futó olvasás). Kritikus olvasás. Kereső olvasás (skipping). Félhangos olvasás. Utánaolvasás (többkönyvűség). Ábraértelmezés, táblázatolvasás, képelemzés.</p> <p>Fogalom-meghatározás, definícióalkotás, leírás, körüljárás, magyar-magyar szótár készítése, szótárzás, forráselemzés, csoportosítás, osztályozás.</p> <p><i>Felkészülés szóbeli szereplésre</i></p> <p>A megszólalás feszültsége. Felelet, feleletterv, kutyanyelv. Tantárgyi beszámoló. Átfogó témavázlat. Témaismerítés, értekezés, kiselőadás. Vita, érvelés, hivatkozás, cáfolat. A lámpaláz leküzdése.</p> <p><i>Felkészülés az írásbeli munka készítésére</i></p> <p>A „műves munka” feltételei. Dolgozat, esszé, értekezés, tanulmány. Gondolati vázlat készítése. Egyéni kutatómunka. Íráskép, íráskészség.</p> <p><i>Ismerettrögzítés</i></p> <p>Emlékezés, felejtés. Memorizálás, szövegtanulás, verstanulás, adatok és évszámok megjegyzése, imagináció, belső képkészítés, mnemotechnikák.</p> <p><i>Önellenőrzés</i></p> <p>Megtanulás, biztos tudás, jó alapok. Visszamonddás (elolvasás-elmondás), átfogalmazás (parafrazeálás). Próbafelmondás. Magyarázat. Tanítva tanulás. Összegzés (tömörítés). Kérdezési vázlat.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Hatékonyaság, időtakarékosaság, tanulás, rendcsinálás, előkészület, koncentráció, meditáció, kikapcsolódás, átkapcsolás-visszakapcsolás, lazítás, relaxáció, autogén tréning, jóga, jegyzetelés, gondolati térkép, felelet, feleletterv, dolgozat, esszé, értekezés, tanulmány, memorizálás, szövegtanulás, verstanulás, mnemotechnika, megtanulás, biztos tudás.</p>

Tematikai egység	Tanulási részképességek fejlesztése	Órakeret 19 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Figyelem, beállítódás koncentrált munkára. Beszédfejlesztés. Hangos, kifejező olvasás gyakorlása. Néma, értő olvasás, emlékezet, gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
Figyelem, beállítódás koncentrált munkára Figyelem, beállítódás koncentrált munkára. Spontán és szándékos	Magyar nyelv és irodalom	

<p>figyelem. Kondicionálás, figyelemfejlesztés. <i>Beszéd</i> Beszéd. Beszédtechnikai gyakorlatok (légzés, artikuláció, kiejtés). Szókincsfejlesztés. Szövegalkotás szóban. <i>Hangos, kifejező olvasás</i> Hangos, kifejező olvasás. Az értelmező olvasás eszközrendszere. A felolvasás gyakorlása különböző műfajokban: felkészülés utáni olvasás, blattoló olvasás, saját szövegek felolvasása, meseolvasás. <i>Néma, értő olvasás</i> Néma, értő olvasás. Szövegértési gyakorlatok. Az olvasás szellemi tényezőinek fejlesztése. <i>Emlékezet</i> Emlékezet. A rövid, a középtávú és a hosszú távú rögzítés stratégiái. Memóriafejlesztés memoriterek tanulásával. Az ismétlések jelentősége, dinamikája. <i>Gondolkodás</i> Gondolkodás. A problémamegoldó gondolkodás. Eltérő gondolkodási utak. Kreativitás a gondolkodásban. A fogalom-meghatározás. A képzelet fejlesztése.</p>		<p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak	<p>Figyelem, beállítódás, spontán és szándékos figyelem, kondicionálás, figyelemfejlesztés, beszéd, szókincsfejlesztés, szövegalkotás, hangos, kifejező olvasás, néma, értő olvasás, memóriafejlesztés, problémamegoldó gondolkodás, képzeletfejlesztés.</p>	

Tematikai egység	Az önálló szellemi munka technikája	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az önálló szellemi munka technikáinak bemutatása, gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Tájékozódás a könyvtárban. Anyaggyűjtés. Cédulázás, kivonatolás, jegyzetkészítés. Forrásjegyzék készítése. Szótárhasználat. A sajtó világa.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természettudományos alapismeretek</i></p> <p><i>Komplex humán ismeretek</i></p>
Kulcsfogalmak	Anyaggyűjtés, cédulázás, kivonatolás, jegyzet, forrásjegyzék, szótárhasználat.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanulási önismeret megszerzése. A tanulási nehézségek közös megfogalmazása. A tanulási szokások tudatosítása. A tanulás módszereinek bemutatása. A tanuláshoz szükséges alapképességek fejlődése. A figyelem iskolázása. A hangos olvasás és a néma, értő olvasás fejlődése. Az emlékezeti képesség, gondolkodás fejlődése.
--	---

9. évfolyam

Tematikai egység	Tanulási önismeret	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődés felmérése, alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mennyit jutottunk előre egy év alatt? Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. <i>Önismeret</i> Önismereti skálák: önbizalom, akarat, siker-kudarcc. Önértékelő lapok: viszonyulás, képességek, tanulási módszerek. <i>Tanulásmódszertani kérdőívek (önvizsgálat)</i> Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődésvizsgálat.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Öröklődés, környezet, önismeret, tanulási attitűd, olvasási szokás, tanulási típus.	

Tematikai egység	Teljesítménypróbák	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kognitív képesség teljesítménypróbái. Beszéd- és olvasás-teljesítménypróbák.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Kognitív képesség teljesítménypróbái</i> Hol tartok? Erősségeim, gyengeségeim. Figyelem: monotóniatűrő, jelkeresés, jelazonosítás. Emlékezet: szövegtanulás (vers, próza, algoritmus). Gondolkodás: fejtörő feladatok. Fejlesztés, önfejlesztés. <i>Beszéd- és olvasásteljesítménybeli próbák</i> Szóbeli szövegalkotás: félproduktív beszéd (történetmesélés). Spontán beszéd. Hangos kifejező olvasás: blattolás, felkészülés utáni felolvasás. Néma értő olvasás (szövegértés): válaszadás kérdésekre, lényegkiemelés.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Figyelem, monotóniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás, emlékezet, szövegtanulás, gondolkodás, szövegalkotás, félproduktív beszéd, spontán beszéd, hangos, kifejező olvasás, blattolás, felkészülés utáni felolvasás, néma, értő olvasás.
------------------------------------	--

Tematikai egység	Tanulási nehézségek	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási nehézségek feltárása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A tantárgyak jellege: hasonlóságok, különbözőségek, sajátosságok. Tantárgyi szimpátiák, antipátiák és ezek eredete. Önfejlesztési tervek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak	Tantárgyi jelleg, hasonlóság, különbözőség, tantárgyi szimpátia, antipátia.	

Tematikai egység	Az egyes tantárgyak tanulásának sajátosságai	Órakeret 42 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az egyes tárgyak tanulása sajátosságainak megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i> Az irodalom szeretete, az írásművek üzenete. Mít, mikor, miért és hogyan olvassunk (vers, széppróza, dráma)? A köznapi közléstől az irodalmi alkotásig. Hogyan beszéljünk irodalmi témákról, alkotásokról? Verselemzési módszerek. Írásművek szerkezete.</p> <p><i>Társadalomismeret</i> A történelmi gondolkodás alapjai: múlt, jelen és jövő; a jelen mint történelem, kapcsolatunk a jelennel: benne élni a történelemben; az emberiség történetének nagy trendjei, a történelmi folyamatok szemlélete: rész és egész; a történelmi megismerés forrásai, beszélő tárgyak, leletek, írásos emlékek, forráselemzés; a történelem kulcsszavai, kulcsszó-vázlat, vázlatkészítés, jegyzetelés;</p>		<i>Valamennyi tantárgy</i>

<p>lényegmegragadás, támpontok a történelmi folyamatok elemzéséhez; az egyéni életutak története és történetisége, biográfia-kutatás, családtörténet, a nagy történelmi személyiségek történelemformáló szerepe, hatásuk titkai, háttere.</p> <p><i>Matematika</i></p> <p>A matematika világa, szépsége, kialakulásának rövid története, hasznossága, általános gondolkodásfejlesztő hatása; a matematikai logika, gondolkodásmód alapjai, a matematikai képzelet; matematikai fogalmak elsajátítása, megértése; matematikai szövegek pontos felfogása, szöveges feladatok megértése, értelmezése, adatainak írásos elrendezése, rendszerbe foglalása, vázlat-és rajzkészítés; matematikai meghatározások, szabályok, gondolkodási sémák; gondolkodási utak, konvergens és divergens gondolkodás, kreatív lehetőségek a feladatmegoldásban; geometriai eszközök használata, szerkesztési alapelvek; a gyakorlás jelentősége a matematikai tanulásban.</p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p>Az idegen szavak megtanulásának módszerei (alapelvek, egyénileg felépített rendszerek), az ismétlések jelentősége, szövegösszefüggésbe helyezés, jelentésváltozatok; nyelvtani szabályok megértése, bevésése, az alkalmazás gyakorlása, automatizmusok kialakítása; a helyesírás megtanulása, vizualizáció, gyakorlás diktálással, a gyenge pontok vizsgálata; fordítás idegen nyelvről magyarra és magyarról idegen nyelvre: a leggyakoribb hibák, az anyanyelvi tudás jelentősége, az értelem keresése, szótárhasználat, csoportmunka; a beszédgyakorlás alapelvei, a beszédfordulatok, állandósult szókapcsolatok bevésése, körülírás; a belső aktivitás jelentősége a nyelvtanulásban.</p> <p><i>Fizika; kémia; biológia-egészségtan; földrajz</i></p> <p>Természeti jelenségek megfigyelése, pontos leírása; kérdések megfogalmazása, hipotézisalkotás, kísérlet, következtetés; a tudománytörténet tanulságai; fogalomalkotás; fogalommagyarázat, definíciók és szabályok megfogalmazása, rögzítése, gondolattérkép készítésének gyakorlása, jegyzetelés; feladatmegoldási modellek, térképhasználati gyakorlatok; táblázatok, ábrák, grafikonok olvasása.</p>	
Kulcsfogalmak	Írásmű, történelmi gondolkodás, hasznosság, gondolkodásfejlesztés.

Tematikai egység	Képességgondozás	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Képességgondozás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A vitázás mint komplex képességfejlesztő tevékenység. A figyelem, a beszéd, az emlékezés, a gondolkodás fejlesztése vitával.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

<p>A gondolat és a szó mint fegyver. A vitázás szabályai, a vita illemtana. Felkészülés a vitára. Állítások, tételmondatok. Definíciók, tények, adatok, megfigyelések, összefüggések feltárása, ötletbörze, bizonyítás, érvelés, cáfolás. A helyes vitázási magatartás: az érzelmi egyensúly és az elfogulatlanság megteremtése magunkban. A jó vita: igazságkeresés és eszmecsere. Tévutak a vitázásban: csapda, manipuláció, hátsó szándék, érdekharc, szómágia, a tévedéshez való viszony (a győzelem/vereség kérdése).</p>	<p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Vita, állítás, tételmondat, definíció, tény, csapda, manipuláció, hátsó szándék, érdekharc, szómágia, győzelem/vereség.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>A tanulási önismeret megszerzése. A tanulási nehézségek közös megfogalmazása. A tanulási szokások tudatosítása. A tanulás módszereinek megismerése. A tanuláshoz szükséges alapképességek fejlődése. Egyes tantárgyak tanulása sajátosságainak megismerése.</p>
---	--

10. évfolyam

Tematikai egység	Tanulási önismeret	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődés felmérése, alakítása.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mennyit jutottunk előre egy év alatt? Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. <i>Önismeret (0,5 óra)</i> Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Önismereti skálák: önbizalom, akarat, siker-kudarcc. Önértékelő lapok: viszonyulás, képességek, tanulási módszerek. <i>Tanulásvizsgálati kérdőív (önvizsgálat)</i> Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődésvizsgálat.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Öröklődés, környezet, önismeret, tanulási attitűd, olvasási szokás, tanulási típus.</p>	

Tematikai egység	Teljesítménypróbák	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kognitív képesség teljesítménypróbái. Beszéd- és olvasás-teljesítménypróbák.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Kognitív képesség teljesítménypróba</i> Figyelem: monotoniatűrés. <i>Beszéd- és olvasásteljesítménybeli próbák</i> Szóbeli szövegalkotás: rögtönzés, hangos kifejező olvasás, blattolás, néma értő olvasás (szövegértés): válasszadás kérdésekre, lényegkiemelés.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Figyelem, monotoniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás, emlékezet, szövegtanulás, gondolkodás, szóbeli szövegalkotás, félproduktív beszéd, spontán beszéd, hangos kifejező olvasás, blattolás, felkészülés utáni felolvasás, néma értő olvasás.	

Tematikai egység	Tanulási nehézségek	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási nehézségek feltárása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Aktuális tanulási problémák gyűjtése, elemzése, csoportosítása. Önfejlesztési tervek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tantárgyi jelleg, hasonlóság, különbözőség, tantárgyi szimpátia, antipátia.	

Tematikai egység	4. Az olvasási hatékonyság növelése, dinamikus olvasás	Órakeret 32 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasási hatékonyság növelése, dinamikus olvasás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az olvasási magatartás (olvasási dinamika), a szövegértés, a lényegmegragadás, az olvasási technika és az olvasási sebesség fejlesztése számítógépes programmal.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Olvasási magatartás, szövegértés, lényegmegragadás, olvasási technika, olvasási sebesség.
--------------------------------	---

Tematikai egység	Kommunikáció Kommunikációs zavarok és leküzdésük a személyközi és csoportközi életben	Órakeret 32 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikációs zavarok okainak tudatosítása. Szükségletek, érdekek és kommunikálásuk szerepének felismertetése. Konstruktív és destruktív konfliktuskezelés megkülönböztetése, megfelelő magatartásformák alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Kommunikációs zavarok keletkezése</i> Kommunikációs zavarok megjelenési formái, típusai. Kommunikációs zavarok keletkezésének háttere. Kódolási és dekódolási nehézségek a kommunikáció során (becsomagolás és kicsomagolás). A kommunikációs zavarok tudattalan közlése: a metakommunikáció. A társadalom kulturális rétegződésének szerepe a kommunikációs zavarok létrejöttében. <i>Szükségletek, érdekek és kommunikálásuk</i> A kommunikációs zavarok mint konfliktusjelzők és konfliktusforrások. Konfliktustípusok. Konstruktív és destruktív konfliktuskezelés. Stratégiák: empátia és értő figyelem; asszertivitás, én-üzenetek; együttműködés, problémamegoldás, közvetítés; mediáció (pártatlan közvetítés). Konstruktív magatartás problémahelyzetekben. A hazugság mint kommunikációs zavar. A szélhámosság mint kommunikációs bravúr. Kommunikációs zavarok leküzdése, konfliktusok megoldása.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kommunikációs zavar, kódolási és dekódolási nehézség, szükséglet, érdek, konstruktív és destruktív konfliktuskezelés.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p><i>Tanulásmódszertan</i> A tanulási önismeret megszerzése. A tanulási nehézségek közös megfogalmazása. A tanulási szokások tudatosítása. Az olvasási hatékonyság növelése, a dinamikus olvasási képesség megszerzése.</p> <p><i>Kommunikáció</i> A kommunikációs zavarok keletkezésének, megnyilvánulási formáinak, mögöttes okainak, legyőzésük útjainak megismerése. Képesség kialakulása a konfliktusoldó és konfliktusfeldolgozó stratégiák, életszemlélet alkalmazására.</p>
--	--

11. évfolyam

Tematikai egység	Tanulási önismeret	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődés felmérése, alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mennyit jutottunk előre egy év alatt? Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. <i>Önismeret</i> Önismereti skálák: önbizalom, akarat, siker-kudarcs. Önértékelő lapok: viszonyulás, képességek, tanulási módszerek. <i>Tanulásvizsgálati kérdőívek (önvizsgálat)</i> Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődésvizsgálat.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i> <i>Önismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Öröklődés, környezet, önismeret, tanulási attitűd, olvasási szokás, tanulási típus.	

Tematikai egység	Teljesítménypróbák	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kognitív képesség teljesítménypróbái. Beszéd- és olvasás-teljesítménypróbák.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Kognitív képesség teljesítménypróbája</i> Figyelem: monotoniatűrés. <i>Beszéd- és olvasásteljesítménybeli próbák</i> Szóbeli szövegalkotás: rögtönzés, hangos kifejező olvasás, blattolás, néma értő olvasás (szövegértés): válaszadás kérdésekre, lényegkiemelés.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Figyelem, monotoniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás, emlékezet, szövegtanulás, gondolkodás, szóbeli szövegalkotás, félproduktív beszéd, spontán beszéd, hangos, kifejező olvasás, blattolás, felkészülés utáni felolvasás, néma, értő olvasás.	

Tematikai egység	Tanulási nehézségek	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási nehézségek feltárása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Aktuális tanulási problémák gyűjtése, elemzése, csoportosítása. Önfejlesztési tervek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tantárgyi jelleg, hasonlóság, különbözőség, tantárgyi szimpátia, antipátia.	

Tematikai egység	Képességgondozás	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Képességgondozás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>A biográfia (életrajz-, kisesszékészítés) mint komplex képességfejlesztő tevékenység</i> Alanyválasztás, elővázlat készítése, anyaggyűjtés, rendszerezés, szerkesztés, megírás, felkészülés az előadásra.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Alanyválasztás, elővázlat, anyaggyűjtés, rendszerezés, szerkesztés, megírás, felkészülés.	

Tematikai egység	A gondolkodás fejlesztése	Órakeret 22 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Tanulás és gondolkodás. Az emberi gondolkodás sajátosságai.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

<p>Állati gondolkodás, emberi gondolkodás. Problématudat. Kérdezési technikák. A problémamegoldó gondolkodás fázisai és technikái. Ötletgyűjtés (brainstorming). Fogalmak meghatározása, definícióalkotás. Gondolkodási szokások. A gondolkodás magatartás- és viszonyformáló perspektívái. A gondolkodás kultúrája, a gondolkodás legfontosabb irányai. Alkotó gondolkodás. Gondolkodtató feladatok (agytorna). A gondolkodás tanulása. Gondolkodási sémák és technikák (CCT, PNÉ, VÖT, ALT stb.). Gondolkodási játékok.</p>	<p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Tanulás, gondolkodás, problématudat, kérdezési technika, technika, alkotó gondolkodás.</p>

Tematikai egység	Kommunikáció Kreatív írásgyakorlatok	Órakeret 32 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Kreatív írásgyakorlatok. Nyelvi gesztusok alkalmazásának gyakorlása: kijelentés, kérdés, felkiáltás, felszólítás.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Nyelvi gesztusok: kijelentés, kérdés, felkiáltás, felszólítás. <i>Kreatív írásgyakorlatok</i> A kijelentés: helyszínek és tárgyak leírása. Leírás emlékezetből. Igazság, hazugság, paradoxon. Hasonlat, szinesztézia, megszemélyesítés. A nyelv mint szobor. Definíció és jellemzés. Képzelőerő, a dolgok valódi nevei. A kérdés: eredet-kérdések; párbeszéd; levél; túlzás; ellentétek. Szabad vers. Találós kérdés, vicc, „szent párbeszéd”, jóslat. Nonszensz. Alliteráció, rím, nyelvtörő. Anagrammák, hangzás és jelentés. Asszociáció, hangzás és hangulat. Magánhangzó, mássalhangzó, fordítás. Leírás felszólításokkal, műveltetés. Eseményleírások. Ritmus, metrum, személyes stílus. Gyémántvers, haiku. <i>Meseírás</i></p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Kijelentés, kérdés, felkiáltás, felszólítás.</p>	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p><i>Tanulásmódszertan</i> A tanulási önismeret megszerzése. A tanulási nehézségek közös megfogalmazása. A tanulási szokások tudatosítása. A gondolkodás</p>
--	--

	<p>tanulása. A gondolkodási sémák és technikák kialakulása.</p> <p><i>Kommunikáció</i></p> <p>Csoportépítés, az írásbeli kommunikáció felszabadult gyakorlása, a tanulók kreativitásának, képzelőerejének és nyelvi készségeinek fejlődése.</p>
--	---

12. évfolyam

Tematikai egység	Tanulási önismeret	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Tanulási attitűdök és szokások, olvasási szokások, tanulás és gondolkodás, érdeklődés felmérése, alakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az elmúlt év tanulásmódszertani tapasztalatainak áttekintése. Önértékelő lapok: viszonyulás, képességek, tanulási módszerek.		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Öröklődés, környezet, önismeret, tanulási attitűd, olvasási szokás, tanulási típus.	

Tematikai egység	Teljesítménypróbák	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kognitív képesség teljesítménypróbái. Beszéd- és olvasás-teljesítménypróbák.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Kognitív képesség teljesítménypróba</i></p> <p>Figyelem: monotóniatűrés.</p> <p><i>Beszéd- és olvasásteljesítménybeli próbák</i></p> <p>Szóbeli szövegalkotás: rögtönzés, hangos kifejező olvasás, blattolás, néma értő olvasás (szövegértés): válaszadás kérdésekre, lényegkiemelés.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Biológia-egészségtan</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Figyelem, monotóniatűrés, jelkeresés, jelazonosítás, emlékezet, szövegtanulás, gondolkodás, szóbeli szövegalkotás, félproduktív beszéd, spontán beszéd, hangos, kifejező olvasás, blattolás, felkészülés utáni felolvasás, néma, értő olvasás.	

Tematikai egység	Tanulási nehézségek	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási nehézségek feltárása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Aktuális tanulási problémák gyűjtése, elemzése, csoportosítása. Önfejlesztési tervek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Idegen nyelvek</i> <i>Informatika</i> <i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tantárgyi jelleg, hasonlóság, különbözőség, tantárgyi szimpátia, antipátia.	

Tematikai egység	Felkészülés az érettségire	Órakeret 25 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tantárgyi sajátosságok megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Általános elvek</i> Testi-lelki egyensúly, a lámpaláz leküzdése; időbeosztás; egyéni elmélyülés, közös munka; témavázlat, anyaggyűjtés, rendszerezés, lényeges redundancia, bevezetés, tárgyalás, befejezés; gondolattérkép készítése, memorizálás; próbaérettségi.</p> <p><i>Tantárgyi sajátosságok</i> Magyar nyelv és irodalom Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek Matematika Idegen nyelv Választott tantárgy</p>		<i>Valamennyi tantárgy</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Testi-lelki egyensúly, lámpaláz, időbeosztás, elmélyülés, témavázlat, anyaggyűjtés, rendszerezés, redundancia, bevezetés, tárgyalás, befejezés, gondolattérkép.	

Tematikai egység	Kommunikáció Retorikai gyakorlatok	Órakeret 25 óra
Előzetes tudás		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A retorika alapelemeinek megismerése, gyakorlása.	
	Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
	<p><i>A szónok feladatai</i> A szónok feladatai. Az érettségi vizsga mint szónoki helyzet. A hely, a beszédhelyzet. Tétel, témaválasztás (amit tudunk, és amit tudnunk kellene). Anyaggyűjtés (segédeszközök használata). Az anyag elrendezése. A szöveg megfogalmazása (kiemelt beszédrészek). A kifejezés árnyalása (kulcsmondatok, idézetek). Az előadásmód (lehetséges kérdések, a válaszadás technikája). A szöveg előadása.</p> <p><i>A beszéd részei</i> A bevezetés. Az elbeszélés. A részletezés. Az érvelés. A befejezés.</p> <p><i>A szónoklat</i> Beszédtechnikai gyakorlatok. Előkészítő játékok. A szónoki szerephelyzet gyakorlása, a szónoki teljesítmények elemzése.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szónok, bevezetés, elbeszélés, részletezés, érvelés, befejezés, beszédtechnika.	

A fejlesztés eredményei a ciklus végén	<p><i>Tanulásmódszertan</i> A tanulási önismeret megszerzése. A tanulási nehézségek közös megfogalmazása. A tanulási szokások tudatosítása. A tantárgyi tanulás sajátosságainak megismerése. Felkészülés az érettségire.</p> <p><i>Kommunikáció</i> Az érettségi és felvételi vizsgához szükséges retorikai képességek kialakulása.</p>
---	---

ÖNISMERET

9/AJTP, 9-12. évfolyam

A tantárgy jellegéből adódóan a kitűzött célok és az elérésükhöz szükséges feladatok évfolyamonként is jelentősen változnak, ezért a folyamat leírása nem kétéves, hanem egyéves ciklusokban történik.

9/AJTP évfolyam

A tantárgy tanításának céljai, feladatai: „Ismerd meg Önmagad és Társaid!” Az első év egy új közösségbe kerüléskor döntő fontosságú mind az egyén, mind az alakuló csoport számára. Ezért ezen év legfőbb célja, hogy a tanulók megismerjék és bemutassák önmagukat, alapvető képességeiket, készségeiket, és fejlesszék azokat. A képességfejlesztés legfontosabb célja, hogy a lehető legoptimálisabb szinten kiaknázzák saját tehetségüket, illetve emellett az is, hogy a tréningek során megismerhessék egymás képességeit, készségeit, amely a csoportalakulás kezdeti szakaszában megkönnyíti és gördülékennyé teszi a csoport szerkezetének létrejöttét. További cél, hogy az osztály formális vezetője (az osztályfőnök) tevékeny és aktív részvételével egyrészt megismerhesse diákjait, másrészt azáltal, hogy a csoportalakulás kezdeti szakaszától együtt „dolgozik” a közösséggel, optimális irányba terelgetheti a csoportfejlődést, és azon belül – vagy azon túlmenően – facilitálhatja az individualizációs törekvéseket és folyamatokat.

Tematikai egység	1. Bemutatkozás	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önbemutató, mások bemutatása, családi identitás, szerepek megismerése, önkifejezés gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
„Hogyan szólítsalak?” Bemutatkozás. Innen jöttem... Lakóhely bemutatása. Az én családom. (Család bemutatása, családi identitás, szerepek megismerése.) Szülők, testvérek bemutatása. Szokatlan önéletrajz. Az első emlékem. Három tárgy. Családi fotók. Ismerkedés: – Öt szó – Az én szimbólumom. Ismerkedés névhúzással.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Technika, életvitel és gyakorlat</i>
Kulcsfogalmak	Önbemutató, önkifejezés, identitás.	

Tematikai egység	2. Önismeret – a testkép	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A testkép megismerése, testtudatosítás, mozgásos önkifejezés, mások megfigyelése, pozitív visszajelzés adása. Különböző személyiségjegyek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A testkép vizsgálata. Így nézel ki. Filmvetítéssel egybekötött beszélgetés a testképről, testkép- és táplálkozási zavarokról, azok következményeiről. Testi önismeret-fejlesztő gyakorlatok. (Mások megfigyelése, személyészlelés fejlesztése. Pozitív visszajelzés adása és kapása, énerősítés.) Testtudatosítás és mozgásos önkifejezés fejlesztése. Mi változott? Azt szeretem benned, hogy...</p>		
Kulcsfogalmak	Testkép, testtudatosítás, mozgásos önkifejezés, személyiségjegy.	

Tematikai egység	3. Önismeret – készségek és képességek	Órakeret 26 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az egyén külső, belső értékeinek összegyűjtése, intellektuális képességek, kreativitás, művészi képességek, interperszonális készségek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Miben vagyok profi? Miben vagyunk profik? (Azon külső és belső értékek összegyűjtése, amelyben a gyerek, illetve amelyben a csoport hatékonyak, kompetensnek érzi magát.) Intellektuális és megismerési képességek, – figyelem, – emlékezet, – problémamegoldás, – nyelvi képességek, – forma- és térészlelés vizsgálata. Kreativitás; – kreativitás vizsgálata és a kreativitás összetevőinek, jellemzőinek megbeszélése, – a nyelvi kreativitást fejlesztő gyakorlatok, – a gyakorlati kreativitás fejlesztése, – csoportos kreativitásfejlesztés, – kreativitás és tehetség (híres alkotók, tudósok életének</p>		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>

bemutatása, megbeszélése). Miért szép? Esztétikai, művészi képességek és érzékenység felmérése, esztétikai élményfejlesztés.		
Kulcsfogalmak	Külső, belső érték, intellektuális képesség, kreativitás, művészi képesség, interperszonális készség.	

Tematikai egység	4. Személyiségprofil	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Különböző személyiségjegyek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Különböző személyiségjegyeket vizsgáló tesztek kitöltése, egyéni értékelése, megbeszélése. Interperszonális készségek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Személyiségjegy.	

Tematikai egység	5. Társismeret	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Mások megismerése, odafigyelés másokra, empátia növelése, mások visszajelzésének értékelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Énkép-máskép(p). Az én képem a csoport szemében... Milyen történelmi korhoz illesz? Választott pár megszemélyesítése. Ismerd fel a párját! Névjegykártya.		
Kulcsfogalmak	Mások megismerése, odafigyelés másokra, empátia.	

Tematikai egység	6. Kapcsolatfejlesztés	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Csoportkohézió erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kérdezz engem! Irányítsunk szavak nélkül.		

Zenekar. Varázsbolt.	
Kulcsfogalmak	Csoportkohézió.

Tematikai egység	7. Lezárás	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	A tanévben megszerzett tudás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Összefoglalás az egész évben szerzett eredményekről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	Egymást ismerő csoport kialakulása. Reális testkép kialakulása. Saját képességeikkel, készségeikkel (intellektuális-megismerő képességek, kreativitás, társas készségek) legyenek tisztában a tanulók. Kellő ön- és társismeret, amely egyrészt megalapozza a csoportfejlődés optimális folyamatát, másrészt alapját képezheti a személyiség további fejlesztésének és fejlődésének, valamint a szocializációnak.
--	--

9. évfolyam

A tantárgy tanításának céljai, feladatai: „Jól csak a szívével lát az ember...” Míg az előző évben a tanulók önismeretében inkább a testi és az értelmi komponens került előtérbe, addig most az érzelmi és akarati (motivációs) szférát térképezhetik fel a pedagógus (osztályfőnök) koordinálásával. A puszta megismerés, önismeret mellett a fejlesztés is nagy hangsúlyt kap, mind az érzelmek felismerésében és kifejezésében, mind a különböző érzelmi állapotok (agresszió, proszociális érzelmek, barátság, szerelem) átélésében, analizálásában, illetve adekvát és hatékony kezelésében. Nagy hangsúly kerül az egyéni és a közösségi motívumok, célrendszer és értékrend megismerésére és optimális irányba terelésére. A témakörhöz és a korosztályi sajátosságokhoz illeszkedő társadalmi problémákkal (szenvédélybetegségek, szexualitás) meghívott előadók, illetve szakember segítségével ismerkednek meg a tanulók, ismeretterjesztő-tájékoztató-figyelemfelkeltő beszélgetések és illusztrációk révén.

Tematikai egység	1. Újra együtt	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egymásra hangolódás, szorongások megbeszélése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Milyen közel vagyok hozzád? Várakozások és félelmek. Csoportbank. Elfogadni-elutasítani.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Egymásra hangolódás, szorongás.	

Tematikai egység	2. Érzelmek felismerése és kifejezése	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Alap- és összetett érzelmi állapotok felismerése nonverbális csatornákon (képekről, paralingvisztikai jelzésekből, mozdulatból, filmrészletből).	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Érzelemfelismerés gyakorlatai. Tükrözz le engem... Légy része az egésznek! Add tovább a mozdulatsort! Érzelemkifejezés gyakorlatai. – Mit érzel ebben a pillanatban? – Hasonlatokban fogalmazás. – Körbe-körbe, itt-és most		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Érzelemfelismerés, önmegfigyelés, érzelmerkifejezés.	

Tematikai egység	3. Az agresszió	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az agresszió jellemzői, az agresszió formáinak felismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Beszélgetés az agresszió fogalmáról. (Vitaindító és véleménynyilvánításra lehetőséget adó beszélgetés arról, mi tekinthető agressziónak, az agresszió formáiról filmillusztrációval.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Agresszió.	

Tematikai egység	4. Agressziókezelés	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Agressziókezelés kialakítása, csoportok közötti agresszió kezelése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Nem verbális agressziókezelési gyakorlatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> –nézzünk farkasszemet; –az asszertivitas élőképei – kirekesztve. <p>Verbális agressziókezelési gyakorlatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> –az asszertivitas játéka, –liftjelenet, –„Veled mindig az a bajom”– csoportok közötti agresszió, –két csapat harca, –kártyabörze. <p>(A diákok az órák folyamán megtapasztalják saját viselkedésüket és válaszaikat agresszív vagy agresszivitást kiváltó (frusztráló) helyzetekben, valamint új, hatékony magatartási módokat sajátíthatnak el. Az érzelmek, indulatok tudatosítása és az önismeret mellett az agressziókezelés hatékonyságának növelése, facilitálása a gyakorlatok célja.)</p>		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Agressziókezelés, csoportok közötti agresszió.	

Tematikai egység	5. Proszociális érzelmek	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az altruizmus, az önfeláldozás. A támogatás és segítségnyújtás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az altruizmus, az önfeláldozás, a támogatás és a segítségnyújtás szerepe az egyén életében és a társadalomban.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Altruizmus, önfeláldozás.	

Tematikai egység	6. Szeretet, barátság, szerelem	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szeretet, szerelem, párválasztás, barátság, kortárskapcsolatok problémáinak megismerése, megbeszélése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A szeretet és a szerelem közötti különbségek és hasonlóságok:</p> <ul style="list-style-type: none"> –szerelem és párválasztás, –a szerelem típusai és a segítségnyújtás szerepe az egyén életében és a társadalomban. <p>Szociometriai vizsgálat elvégzése.</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

Rejtett szociometriai játékok (Oszálytábló, Hajóúton vagyunk...). Visszajelzés a szociometriai vizsgálatról. Beszélgetés a barátságról, kortárskapcsolatokról. Apróhirdetés-játék.	
Kulcsfogalmak	Szeretet, szerelem, párválasztás, barátság, kortárskapcsolat.

Tematikai egység	7. Szenvedélyeink	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Káros szenvedélyek: dohányzás, alkoholizmus, kábítószer-fogyasztás, játékszenvedély, internetfüggőség – az önismereten alapuló megfelelő magatartásformák kialakítása, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Testi és lelki egészségre káros szenvedélyek: dohányzás, alkoholizmus, kábítószer-fogyasztás, játékszenvedély, internetfüggőség.		
Kulcsfogalmak	Káros szenvedély, függőség.	

Tematikai egység	8. Szexualitás	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szexualitás jelentőségének és veszélyeinek felismertetése, a felelősségvállalás erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A szexualitás jelentősége és veszélyei. (Nyílt, véleménynyilvánításra lehetőséget adó beszélgetés a felelősségteljes párválasztásról és a felelőtlen szexuális kapcsolat következményeiről, veszélyeiről.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természettudományos alapismeretek</i>
Kulcsfogalmak	Szexualitás, nemi identitás.	

Tematikai egység	9. A motivációs struktúra és értékrend	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	Az egyéni célrendszer feltérképezése, vágyott és elutasított tulajdonságok, a személyiség mélyebb motívumai, egyéni és közösségi értékrend összehangolása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Három kívánság. „Híres ember vagyok”.		<i>Tanulásmódszertan és</i>

„Szívesen lennék” – „Soha nem lennék”. Metamorfózis-játék. Mondatbefejezések. Az értékrend vizsgálata.	<i>kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Célrendszer, vágyott és elutasított tulajdonság, motívum, értékrend.

Tematikai egység	10. Tanulási és iskolai motiváció	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Sikerkeresés-kudarctűrés, teljesítmény, hatalom, tanulás iránti attitűd vizsgálata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az igényszint vizsgálata (közös megbeszélés, a siker és a kudarc fogalmáról, szerepéről). Teljesítmény, társulás, hatalom. Tanulás iránti attitűd.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Sikerkeresés, kudarc-tűrés, teljesítmény, hatalom, tanulás iránti attitűd.	

Tematikai egység	11. Csoporterősítés	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoportkohézió erősítése, tolerancianövelés, együttműködés fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Különös kirándulás. Címertervezés. Üzenetek – szavak nélkül. Üzenetek. Ház, fa, kutya. Elvárásolt csapat. Zálogkiváltás. Találd ki, hogy ki mondta! Ikerpárbeszéd.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Csoportkohézió, tolerancia, együttműködés.	

Tematikai egység	12. Lezárás	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerezés, szintetizálás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
„Jól csak a szívével lát az ember”...		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Önismeret.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A diákok megtanulják szabadon, nyíltan kommunikálni saját és mások iránt érzett érzelmeiket.</p> <p>Kompetenssé válnak az érzelmek felismerésében és adekvát kifejezésében.</p> <p>Hatékony agressziókezelési módokat sajátítanak el.</p> <p>Tudatosítják saját céljaikat, motivációs rendszerüket.</p> <p>Önmaguk, közösségük és a társadalom számára is megfelelő értékrendet és célhierarchiát alakítanak ki.</p> <p>Megismerik és tudatosítják azon devianciákat, amely korosztályukat társadalmi szinten veszélyezteteti és hatékony elkerülési módokat alakítanak ki ezekkel szemben.</p> <p>Az érzelmi-motivációs-akarati szféra megismerésével kialakul az érzelmileg stabil, önvizsgálatra és önfegyelemre képes személyiség.</p>
--	---

10. évfolyam

„Test és lélek harmóniája”. A hangsúly az önkifejezésre, énképre, önvizsgálatra helyeződik. Ebben a tanévben az önismeret óráival párhuzamosan relaxációs tréningen is részt vesznek a diákok. Ezért fontos, hogy a tréning során történő önmegfigyelést és a relaxáció alkalmazási területét (szorongáscsökkentés) kiegészítse az önismereti foglalkozások tematikája.

Tematikai egység	1. „Hangolódjunk egymásra”	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Csoportra és egymásra hangolódás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Interakciós játékok. Mi történt velem a nyáron?		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Ráhangolódás.	

Tematikai egység	2. Az énkép fogalma és vizsgálata	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az énkép, az énídeál, a self, az önértékelés fogalma. Az énkép összetevőinek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az énkép, az énídeál, a self, az önértékelés fogalma. Az énkép összetevői és vizsgálata.		<i>Magyar nyelv és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Énkép, énídeál, self, önértékelés.	

Tematikai egység	3. Testi önismeret és önkifejezés	Órakeret 11 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Saját és mások testhatárainak érzékelése, a saját test megismerése. A saját test reakcióinak elfogadása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mozgáskoordinációs gyakorlatok. Szenzibilizálás gyakorlatai. Ritmusgyakorlatok. Közös mozgás élményének játéka: – Párbeszéd a testünkkel. – Biztonságban vagyok, biztonságban leszek. – Keresd meg a helyed-helyzeted! – Ilyen vagyok? – Így járok. (A saját és mások testhatárainak érzékelése, a saját test mint az önismeret és az énkép fizikális összetevőjének megismerése, a saját test reakcióinak elfogadása és visszajelzéseinek adekvát értelmezése.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Testnevelés</i>
Kulcsfogalmak	Testhatár érzékelése, saját test elfogadása.	

Tematikai egység	4. Nyilvános és rejtett tulajdonságok	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az énkép személyiségbeli összetevőinek megismerése. Személyiségvonások és belső tulajdonságok felvállalása, közvetítése. Külső és belső tulajdonságok felismerése a másokban, a társismeret és a tolerancia fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mihez hasonlítasz?		

Keresd a helyed! Énkép-másképp. Személyészlelési változatok. Címer. A „címerek” bemutatása felismeréssel. Metamorfózis-játék.	<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Énkép, külső és belső tulajdonság, társismeret, tolerancia.

Tematikai egység	5. Az énkép és a viselkedés	Órakeret 13 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A társak viselkedésének bemutatása, visszajelzés lehetősége. A hatékony énközlés fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szoborcsoportok. Ilyennek látlak. Mit tenne ő? Telefon. Két híres ember beszélget. Találd ki, hogy ki mondta!		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Viselkedés, énközlés.	

Tematikai egység	6. Az énídeál. Az énkép-énideál távolsága	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Visszajelzés a projektált énídeálról; lehetőség az énkép-énideál diszkrepancia feltérképezésére.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Szívesen lennék, sohasem lennék. Időgép. Híres leszek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Énídeál, énkép-énideál, diszkrepancia.	

Tematikai egység	7. Szorongás és stressz	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A félelem, a szorongás és a stressz fogalmának megismerése. A szorongás vizsgálata és formái. A megküzdés stratégiáinak megismerése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok		
<p>A félelem, a szorongás és a stressz fogalma. A szorongás vizsgálata és formái. (Közös beszélgetés formájában feltérképezni ezen fogalmak mögött álló hiedelmeket, valamint tisztázni a tényeket, a fogalmak közötti különbségeket.)</p> <p>Taylor-, vagy Spielberger-féle (Stait-Trait PI) szorongás-kérdőív.</p> <p>Stressz-leltár készítése:</p> <ul style="list-style-type: none"> –befejezetlen mondatokkal, –Holmes-Rahe-féle kérdőív segítségével (Életeseményskála) alapján. <p>A szorongással és a stresszel való megküzdés stratégiái.</p> <ul style="list-style-type: none"> –Helyzetgyakorlatok. <p>(A befejezetlen mondatok technikája /Attól félek legjobban, hogy..., Attól félek legkevésbé, hogy.../, valamint az Életesemény-skála a félelmek és a stresszhelyzetek összegyűjtését, előfordulásának feltérképezését teszi lehetővé. A helyzetgyakorlatok alapját az előző foglalkozáson összegyűjtött leltár elemei adják.)</p> <p>Lazarus-féle Coping-skála kitöltése.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 15%;">Kulcsfogalmak</td> <td>Félelem, szorongás, stressz.</td> </tr> </table>	Kulcsfogalmak	Félelem, szorongás, stressz.	
Kulcsfogalmak	Félelem, szorongás, stressz.		

Tematikai egység	8. Iskolai szorongás	Órakeret 6 óra		
Előzetes tudás				
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az iskolában előforduló lehetséges (és valós) konfliktusforrások felismerése. Az iskolai konfliktusok kezelése.			
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok			
<p>Konfliktusleltár készítése az alábbi kategóriák alapján:</p> <ul style="list-style-type: none"> –teljesítmény, tanulás; –interperszonális kapcsolatok (diák-diák, tanár-diák); –közösségi kapcsolatok (egyén-közösség). <p>Az iskolai konfliktusok kezelésének gyakorlatai.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i></p>			
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 15%;">Kulcsfogalmak</td> <td>Konfliktusforrás, konfliktus.</td> </tr> </table>	Kulcsfogalmak	Konfliktusforrás, konfliktus.		
Kulcsfogalmak	Konfliktusforrás, konfliktus.			

Tematikai egység	9. Önbizalom és önérvényesítés	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az önértékelés vizsgálata. Az önérvényesítő magatartás formái, az önbizalom fejlesztése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az önértékelés vizsgálata. Az önérvényesítő magatartás formái, az önbizalom fejlesztése. „Naplógyakorlatok”. Hogyan legyek önérvényesítő? – Helyzetfelismerés. – A kompetencia érzése. Társas kapcsolatok hatékony kezelése. (Rimé-Leyens-féle önértékelő kérdőív felvételével és értékelésével az önfogadás és megfelelés mértéke vizsgálható. Kötetlen beszélgetés az önérvényesítésről, annak társadalmilag is elfogadott formáiról, megjelenéséről.)</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>
Kulcsfogalmak	Önértékelés, önérvényesítő magatartás, önbizalom.	

Tematikai egység	10. Hatékony énbemutató	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A benyomáskeltés elemeinek felismerése. Az énközlés adekvátságának fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A jó benyomáskeltés stratégiái és fejlesztése: – Ki vagy és mit akarsz? – Két perces önéletrajz. – Hirdetésjáték. (A benyomáskeltés elemeinek összegyűjtése kiscsoportos technikával, majd megbeszélése. Az énközlés adekvátságának fejlesztése játékos formában, azonnali feedback révén.)</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>
Kulcsfogalmak	Énbemutató, benyomáskeltés, énközlés.	

Tematikai egység	11. Lezárás	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanévben szerzett tapasztalatok és élmények közös megbeszélése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>„A test és lélek harmóniája.”. Levezető játékok</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>
Kulcsfogalmak	Énkép, kritika, félelem, szorongás, érték, önbizalom.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A diákok ismerjék az énkép fogalmát, saját énképüket és összetevőit. Legyenek képesek önvizsgálatra, megfelelő kritikával szemléljék saját magukat és társaikat.</p> <p>Ismerjék meg félelmeiket, szorongásaikat, tudjanak szembenézni velük, és hatékonyan tudják oldani ezeket.</p> <p>Fogadják el saját (pozitív és negatív) értékeiket.</p> <p>Önbizalmuk növelésével optimistán nézzenek szembe a rájuk váró feladatokkal, kihívásokkal, és merjék felvállalni azokat.</p>
--	--

11. évfolyam

Célok és feladatok: „Én-Te-Ő-Mi-Ti-Ők”. A diákok egymással való kapcsolatára helyeződik a hangsúly, továbbá azon képességekre, készségekre, amelyek az egyén (és a csoport) társas világban való eligazodását segítik. A szociális jártasságok egyéni és csoportos vizsgálata és fejlesztése révén a diákok hatékonyabbá, kompetenssé válnak abban, hogy megteremtsék az összhangot saját maguk és környezetük között. Egyes vizsgálatok révén (pl. szociometria) a pedagógus fontos visszajelzéshez juthat a csoportot illetően.

Tematikai egység	1. Visszatérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoporttal kapcsolatos várakozások és félelmek megbeszélése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Élménybeszámolók (a nyárról). Interakciós játékok. (A csoportfoglalkozások légkörére való ráhangolódás, a csoporttal kapcsolatos várakozások és félelmek megbeszélése.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Várakozás, félelem.	

Tematikai egység	2. Az empátia	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az empátikus készség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az empátia fogalma és mérése. (A fogalomhoz kapcsolódó vélekedések, magyarázatok összegyűjtése szabadasszociációs módszerrel. Az empátia mérése a Deutsch–Madle-féle empátia-skálával.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

Az empátikus készség fejlesztésének gyakorlatai: –Hogyan került hozzá? Félelem a kalapban. –Kötött mondatkezdések . –Képzeltbeli ajándék. –Ház, fa, kutya. (A beleélés, az egymásra figyelés állapotának gyakorlása, amely nem csupán empátiafejlesztő, hanem a társismeretben való jártasságot és a csoportkohéziót is erősíti a diákok között.)	
Kulcsfogalmak	Empátia, empátikus készség.

Tematikai egység	3. Sztereotípiák és előítélet	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Burkolt személyiségelméletek és sztereotípiák felismerése. Az előítéletek redukciója lehetőségeinek bemutatása. Az előítéletes személyiség jegyeinek felismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Burkolt személyiségelméletek és sztereotípiák. (Az egyénben a tapasztalat hatására kialakult sztereotípiák feltárása, majd közös megbeszélése.) Az előítélet kialakulása és redukciójának lehetőségei. – Közös filmnézés. A téma kiscsoportos, majd közös feldolgozása vitacsoport formájában. Az előítéletes személyiség mérése.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Személyiségelmélet, sztereotípiák, előítélet, előítéletes személyiség.	

Tematikai egység	4. Tolerancia	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tolerancia fogalma és a toleráns viselkedés. A tolerancia növelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A tolerancia fogalma és a toleráns viselkedés. (A tolerancia és a kapcsolódó fogalmak /empátia, elfogadás, megértés/ közös megbeszélése. A toleráns viselkedés jellegzetes magatartásmintáinak összegyűjtése.) Tolerancianövelő gyakorlatok: –Mit várok tőled? Mit várhatsz tőlem? –Vádlottak padja. –Egy percünk a tiéd.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Komplex humán ismeretek</i>

<p>–A feltétel nélküli elfogadás. –Az aktív hallgatás gyakorlása. (Az egymás viselkedésének, tulajdonságainak, értékeinek elfogadását célzó gyakorlatok, amelyek megkívánják az egymásra való odafigyelést és ez által fejlesztik a toleráns magatartásminták alkalmazását.)</p>	
Kulcsfogalmak	Tolerancia, toleráns viselkedés, tolerancianövelés.

Tematikai egység	5. A csoport szerkezete	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoportszerkezet. A csoport fejlődésének és fejlettségi szintjének meghatározása. A csoporton belüli helyzet, erőviszonyok tisztázása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Percipiált szociogram. (Az észlelt csoportszerkezet mérése azáltal, hogy a diákok egyénileg megrajzolják az osztály társas szerkezetét.) Szociometria felvétele, értékelése, visszajelzése. A valós és a percipiált szociogramok összevetése. (A valós csoportszerkezet feltérképezése, esetleg pszichológus részvételével. A csoport fejlődésének és jelenlegi fejlettségi szintjének meghatározása.) Szociometriai játékok. –Rejtett szociometria. –Személyes kockázatok. (A csoporton belüli helyzet, erőviszonyok tisztázása, feltérképezése.)</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Csoportszerkezet, csoportfejlődés, csoporton belüli helyzet.	

Tematikai egység	6. Szerepek és szerepkonfliktusok	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A szerep fogalma, formáinak felismerése. A csoporton belüli szerepek és teljesítésük vizsgálata. Szerepkonfliktusok megoldási lehetőségeinek tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A szerep fogalma, formái. (A veleszületett és tanult, a tartós és ideiglenes szerepek fogalmának tisztázása, ezek összegyűjtése. Beszélgetés a szerepek hatékony, társadalmilag elfogadott és deviáns teljesítéséről.) A csoporton belüli szerepek és teljesítésük: –kiscsoportos technikával, –játékos formában: Pegazus. (Az osztálybeli szerepek összegyűjtése kiscsoportos módszerrel, majd</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

<p>közös megbeszélése, valamint a szociometriai vizsgálat eredményével való összehasonlítása.) Mindennapi szerepeink: szituációs vagy pszichodramatikus játékok. Szerepkonfliktusok: – Szerepalkalmatlanság. – Külső szerepkonfliktus. – Belső szerepkonfliktus. (A szerepkonfliktusok formáinak és következményeinek tisztázása, valamint a megoldási lehetőségek megjelenítése és tudatosítása szerepjáték formájában.)</p>	
Kulcsfogalmak	Szerep, csoporton belüli szerep, szerepkonfliktus.

Tematikai egység	7. Csoportnormák	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az egyéni és csoportnormák felismerése, tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az egyéni és csoportnormák játécai: – Férfiak és nők. – Jutalomosztás. – Hirdetés. – Árverés. (Az egyén számára fontos a csoportban kialakult normák feltérképezése, esetleges ütköztetése a gyakorlatok során.) Konformizmus és deviancia. (A csoporton belüli és a társadalmi szintű konformitás és deviancia fogalmának, szerepének és jelentőségének tisztázása.)</p>		
Kulcsfogalmak	Egyéni és csoportnorma.	

Tematikai egység	8. Csoportkohézió	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoportkohézió és összetartás erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Csoporterősítő gyakorlatok: – új nyelv kitalálása, – a helyzet kulcsai, – tábló,</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>

–térfelosztás. (A gyakorlatok célja, hogy közös gondolkodás és tevékenység révén erősítsék, építsék a csoportkohéziót és összetartást.)	
Kulcsfogalmak	Csoportkohézió.

Tematikai egység	9. Együttműködés és versengés	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A versengés mint csoportok közötti pszichológiai jelenség bemutatása. A győztes-vesztes játszmathatásainak átélése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Versengésen alapuló játékok:</p> <ul style="list-style-type: none"> – két csapat harca, – kártyabörze, – Így használják, – Most mutasd meg! – egy szóból több szó, – Csacsi-pacsi, – a mozaikosztály. <p>(A versengés, mint csoportok közötti pszichológiai jelenség bemutatása, a győztes-vesztes játszmathatásainak átélése. Az együttműködés, kooperáció előnyeinek bemutatása.)</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Versengés, győztes-vesztes játszmathatás.	

Tematikai egység	10. A csoportjelenségek megfigyelése	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoportalakulástól a csoportdöntésig tartó folyamat elemeinek tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A csoportalakulástól a csoportdöntésig (filmelemzés). Csoportjelenségek (alakulás, deviancia, konformizmus, szerepek, csoportdöntés).</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Csoportalakulás, csoportdöntés.	

Tematikai egység	11. Kommunikációs hatékonyság fejlesztése	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A verbális kifejezőkészség fejlesztése. A meggyőző kommunikáció összetevőinek megbeszélése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Beszédtechnikai gyakorlatok: – hangsúly, – hanglejtés, – ritmus, lendület, – kiejtés, artikuláció, – a tájszólások. A meggyőző kommunikáció. Retorikai és pszichológiai alapelvek. Játékok: – Ki kit győz meg? – Herceg úrfi vizsgálja. – Hotelportás.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i>
Kulcsfogalmak	Verbális kifejezőkészség, meggyőző kommunikáció.	

Tematikai egység	12. Csoporton belüli kommunikáció	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoporton belüli hatékonyabb kommunikáció fejlesztése. A kommunikációs csatornák megismerése és alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
– Az jutott eszembe – Ismételd el más szavakkal – Hír-adó – Ismételd meg, amit mondtam		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Csoportkommunikáció.	

Tematikai egység	13. Lezárás	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerezés, szintézis.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
„Én-Te-Ő-Mi-Ti-Ők”		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A diákok toleranciával, elfogadással és empátiával forduljanak egymás és a tágabb szociális környezet felé.</p> <p>Ismerjék az előítélet fogalmát, kialakulásának folyamatát és azokat a lehetőségeket, amelyek segítségével leküzdhetővé válik, illetve nem alakul ki.</p> <p>Legyenek tisztában saját csoportjuk jellegzetes szerkezetével, a csoportban zajló folyamatokkal, hatékonyan tudják kezelni azokat, és ki tudják vetíteni csoporton kívüli társas életükre.</p> <p>Ismerjék családi, társas, csoportbeli szerepeiket, esetleges szerepkonfliktusaikat fel tudják oldani.</p> <p>Társas készségeikkel legyenek tisztában, tudatosan használják és fejlesszék azokat.</p>
--	--

12. évfolyam

Célok és feladatok: „Arra születtem...” Fontos célja a foglalkozásoknak, hogy a diákok identitása, értékrendszere, jövőképe kialakult, stabil legyen. Ennek érdekében az önismereti kurzus során felméri, tudatosítják, megerősítik azonosságtudatukat, megfelelő irányba terelhetik jövőképüket és értékrendszerüket. Sem a pedagógus, sem a pszichológus nem oldhatja meg helyettük az identitáskrizist, de segíthet kialakítani az optimális lezárását. Nagyon fontos továbbá az előző évek tapasztalatainak összegzése, amelyet saját magukról és egymásról nyertek. Egyrészt az önismeret révén pályaválasztásuk érdeklődésükkel és személyiségükkel összhangban történik, másrészt a kortárs csoport mint referenciacsoport jelentősége sem elhanyagolható ebben a folyamatban.

Tematikai egység	1. „Összejöttünk”	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A csoportra való ráhangolódás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Interakciós játékok, élménybeszámolók.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Ráhangolódás.	

Tematikai egység	2. Összegezzünk először!	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Saját személyiség, célok tisztázása.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az előző évek ön- és társismereti tapasztalatainak összefoglalása kötetlen beszélgetés, vagy irányított játék formájában. (A rendszerezés, összegzés jó alapot szolgáltat arra, hogy mindenki tisztában legyen saját személyiségével, céljaival.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Személyiség.	

Tematikai egység	3. Az identitás	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az identitáskrízis fogalma, szakaszai, megoldási lehetőségeinek bemutatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az identitáskrízis fogalma, szakaszai, megoldási lehetőségei. Ki hol tart most? – Életút-térkép. Identitás és család. – Szüleim mesélték rólam... – Másnak a bőrében (szerepjáték). – A „generációs” különbségek. (A családi értékek összegyűjtése, a családi szerepekhez való viszony és a család által közvetített világnézet integrációjának feltérképezése. Kötetlen beszélgetés vagy vitacsoport keretében.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Identitáskrízis.	

Tematikai egység	4. Az identitás összetevői	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az identitást alkotó összetevők közvetítése, tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az eszmények, ideálok, célrendszer feltérképezése: – én-ideáljaim, – befejezetlen mondatok, – expedíció a Tau Ceti III-ra. (A gyakorlatok az identitást alkotó összetevők közvetítésére, tudatosítására vonatkoznak.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Identitás.	

Tematikai egység	5. Jövőkép	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Közeli és távoli célok (továbbtanulás és karrier, siker) tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A jövőkép felmérését célzó gyakorlatok: – Önéletrajz 5, 10 év múlva önmagáról. – Önéletrajz 5, 10 év múlva társakról. – „Naplógyakorlat” – Tudnék-e pénzt keresni? (Közeli és távoli célok /továbbtanulás és karrier, siker/ tudatosítása, illetve a társak jellemzése révén – a feedback lehetősége.)		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Továbbtanulás, karrier, siker.	

Tematikai egység	6. Érdeklődés és pályamotiváció	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az érdeklődés, a pályamotiváció és a személyiség összhangjának elősegítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az érdeklődés kérdőíves felmérése, a pályamotiváció és a személyiség összhangjának vizsgálata alapján a diákok érdeklődésének megfelelően igény szerinti kiscsoportos pályaszocializációs tréning(ek) szervezése és lebonyolítása (lehetőleg szakember, tanácsadó szakpszichológus vezetésével): – reál érdeklődés, – humán érdeklődés, – művészeti pályák.		<i>Tanulásmódszertan és kommunikáció</i> <i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Érdeklődés, pályamotiváció.	

Tematikai egység	7. Pályaorientációs tréning, pályaszocializáció	Órakeret 18 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Pályaorientáció, pályaszocializáció elősegítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Az érdeklődés kérdőíves felmérése, a pályamotiváció és a		<i>Magyar nyelv és</i>

személyiség összhangjának vizsgálata alapján a diákok érdeklődésének megfelelően igény szerinti kiscsoportos pályaszocializációs tréning(ek) szervezése és lebonyolítása (lehetőleg szakember, tanácsadó szakpszichológus vezetésével): – reál érdeklődés, – humán érdeklődés, – művészeti pályák.	<i>irodalom</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Pályaorientáció, pályaszocializáció.

Tematikai egység	8. „Búcsúzunk”	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tapasztalatok és eredmények összegzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az év lezárása. Az előző évek élményei. Lezáró gyakorlatok: – Ajándék. – Az óra körbejár. – Plecsnik. – Zümmögő spirál. – Mivé válok? – „Arra születtem...”.</p> <p>(A pályaszocializációs tréningek tapasztalatainak megbeszélése. A kezdeti félelmek és várakozások összevetése a jelen élményekkel, mind a diákok, mind a pedagógus részéről. Búcsú egymástól és a csoporttól.)</p>		
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A diákok ismerjék az identitás és az identitáskrízis fogalmát. Ismerjék az identitáskrízis optimális és hatékony megoldását. Be tudják illeszteni a családi, szülői, nevelési értékeket saját értékrendjükbe. Legyen stabil jövőképük. Képesek legyenek olyan pályát, foglalkozást választani, amely személyiségüknek, igényeiknek megfelel, azokkal összhangban van. Pályaorientációs tréning során sajátítsák el azokat az értékeket, attitűdöket, amelyek sikeressé tehetik őket választott szakmájukban. Tekintsék át és összegezzék az eltelt öt év tapasztalatait, élményeit.</p>
--	--

Kerettanterv az Arany János Tehetséggondozó Programja 9. évfolyamának tantárgyai és a 9-12. évfolyam önismeret és tanulásmódszertan/kommunikáció tantárgyak oktatásához

Szabadon tervezhető:

- Humán ismeretek

HUMÁN ISMERETEK

9/AJTP évfolyam

Az Arany János Tehetséggondozó Program célja, hogy a kollégium és a középiskola összehangolt tehetséggondozó programjának keretében készítse fel a hátrányos helyzetű tanulókat a középiskola megkezdésére, tanulmányaik eredményes folytatására, majd esélyt teremtsen a felsőoktatási tanulmányok folytatásához.

A 9. előkészítő évfolyamon nem mondhatunk le arról, hogy a tanulók felelevenítsék, újragondolják és más aspektusból is szemléljék az általános iskolában tanult történelmi, művészeti ismereteiket. A tanév során a történelem egy-egy kiemelt korszakát vizsgálva rendszerezik a diákok ismereteiket, bővítik a megtanult fogalmakat, új összefüggéseket megismerve, különböző tevékenységformák segítségével készülnek a gimnáziumi évekre.

A tantárgy sajátos fejlesztési céljai a következők:

- Az általános iskolai tanulmányokra építve a tanulók pozitív személyiségvonásainak erősítése.
- A nemzet hagyományos értékeinek, valamint az európai kulturális örökség elemeinek megismerése, elfogadtatása.
- Elkötelezett és tenni akaró, a jogállamiság, az erkölcs, a kultúra, a szolidaritás mellett kiálló választópolgárok nevelése.
- Olyan szemlélet kialakítása a tanulóknál, amely hazánk és nemzetünk történelmi múltját, kultúráját az emberiség történelme részeként és folyamatában értékeli.
- A humán ismeretek tanítása segítse elő a komplex látásmód kialakulását, fejlessze a tanulók rendszerező képességét, logikus gondolkodását, alakítson ki új tanulási technikákat.
- A diákok a különböző tudományterületeken és művészetekben szerezzenek alapvető ismereteket, illetve a meglévő ismereteket bővítsék.
- Más népek és a magyar nép kultúrájának elfogadtatása, megszerettetése.
- Sokszínű és érdekes feladatok segítsék elő a differenciált foglalkoztatást, különös tekintettel a tehetséggondozásra.
- Az értelmi, érzelmi intelligencia fejlesztése.
- A magyar és európai kultúra megbecsülése, megőrzése és gazdagítása.

A tantervhez kapcsolódó speciális célok és feladatok:

- A humán ismeretek tanításának nem lehet feladata az általános iskolai tananyag mechanikus átisméltése. Az enciklopédikus tudásra törekvés helyett a gondolkodás rugalmasságának és gyorsaságának fejlesztésére, a komplex látásmód kialakítására kell törekedni.
- Az iskolán kívül szerzett ismereteknek is be kell épülniük a tanulási folyamatba.
- Segíteni kell a tanulók aktív tudati tevékenységét, mely képes egy adott kor műveltségét az európai kultúra néhány fontos metszetében egységben láttatni, hogy ezáltal megértsék az anyagi és szellemi kultúra kölcsönhatását.
- Tovább kell adni azt az európai örökséget, melybe beleépül a magyar kultúra is, ezáltal olyan moralitást és humanitást kell sugallani, mely megérteti a tanulókkal, hogyan lehetnek egyszerre európaiak és magyarok.

Tanulmányaik során a tanulók erkölcsi érzéke fejlődik, a cselekedeteikért és azok következményeiért viselt felelősségtudatuk elmélyül, igazságérzetük kibontakozik, közösségi beilleszkedésük könnyebbé válik, felkészülnek az önálló gondolkodásra és a majdani önálló, felelős életvitelre. Megismerik nemzeti, népi kultúránk értékeit, hagyományait. Európa a magyarság tágabb hazája, ezért magyarságtudatukat megőrizve ismerik meg történelmét,

sokszínű kultúráját. Tájékozódnak az egyetemes emberi civilizáció kiemelkedő eredményeiről, nehézségeiről és az ezeket kezelő nemzetközi együttműködési formákról. A demokratikus jogállam, a jog uralmára épülő közélet működésének alapja az állampolgári részvétel, amely erősíti a nemzeti öntudatot és kohéziót, összhangot teremt az egyéni célok és a közjó között. Ezt a cselekvő állampolgári magatartást a törvénytisztelet, az együttélés szabályainak betartása, az emberi méltóság és az emberi jogok tisztelete, az erőszakmentesség, a méltányosság jellemzi. A részvétel a közügyekben megkívánja a kreatív, önálló kritikai gondolkodás, az elemző képesség és a vitakultúra fejlesztését. Az önismeret – mint a személyes tapasztalatok és a megszerzett ismeretek tudatosításán alapuló, fejlődő és fejleszthető képesség – a társas kapcsolati kultúra alapja. Elő kell segíteni a tanuló kedvező szellemi fejlődését, készségeinek optimális alakulását, tudásának és kompetenciáinak kifejezésre jutását, s valamennyi tudásterület megfelelő kiművelését. Hozzá kell segíteni, hogy képessé váljék érzelmeinek hiteles kifejezésére; hogy fejlődjön a mások helyzetébe történő beleélés képessége, az empátia, valamint egymás kölcsönös elfogadása. A pedagógusok ösztönözzék a tanulókat arra, hogy legyen igényük a helyes táplálkozásra, a mozgásra, a stresszkezelés módszereinek alkalmazására. Legyenek képesek lelki egyensúlyuk megővésére, társas viselkedésük szabályozására, a konfliktusok kezelésére. Törekedni kell arra, hogy a tanulók megismerjék azokat a gazdasági és társadalmi folyamatokat, amelyek változásokat, válságokat idézhetnek elő, továbbá kapcsolódjanak be közvetlen és tágabb környezetük értékeinek, sokszínűségének megőrzésébe, gyarapításába. Ennek érdekében olyan feltételeket, tevékenységeket kell biztosítani, amelyek révén a diákok kipróbálhatják képességeiket, elmélyülhetnek az érdeklődésüknek megfelelő területeken, megtalálhatják hivatásukat, kiválaszthatják a nekik megfelelő foglalkozást és pályát, valamint képessé válhatnak arra, hogy ehhez megtegyék a szükséges erőfeszítéseket.

Cél, hogy a tanulók ismerjék fel saját felelősségüket az értékteremtő munka, a javakkal való ésszerű gazdálkodás, a pénz világa és a fogyasztás területén. Tudják mérlegelni döntéseik közvetlen és közvetett következményeit és kockázatát. Lássák világosan rövid és hosszú távú céljaik, valamint az erőforrások kapcsolatát, az egyéni és közösségi érdekek összefüggését, egymásrataltságát. Cél, hogy a tanulók a mediatizált, globális nyilvánosság felelős résztvevőivé váljanak: értsék az új és a hagyományos médiumok nyelvét. A médiatudatosságra nevelés az értelmező, kritikai beállítódás kialakítása és tevékenységközpontúsága révén felkészít a demokrácia részvételi kultúrájára és a médiumoktól is befolyásolt mindennapi élet értelmes és értékkelvű megszervezésére, tudatos alakítására. Meg kell tanítani a diákokat arra, hogyan alkalmazható a megfigyelés és a tervezett kísérlet módszere; hogyan használhatók a könyvtári és más információforrások; hogyan mozgósíthatók az előzetes ismeretek és tapasztalatok; melyek az egyénre szabott tanulási módszerek; miként működhetnek együtt a tanulók csoportban; hogyan rögzíthetők és hívhatók elő pontosan, szó szerint például szövegek, meghatározások, képletek.

Az egyes tematikai egységek tartalmaiból a helyi sajátosságok alapján kell kiválasztani azokat a területeket, amelyek feldolgozása révén a kitűzött célok a leghatékonyabban megvalósíthatóak. 16 óra használható fel a témakörök összefoglalására, számonkérésre, a helyi sajátosságoknak megfelelő ismeretek elsajátítására.

Tematikai egység	Az ókori Görögország	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek az ókori Görögországról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az európai civilizáció gyökereinek bemutatása. A háborúk okainak (történelmi, politikai, gazdasági, vallási, etnikai, hatalmi okok stb.) áttekintésével az oksági gondolkodás fejlesztése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p><i>Görög előidők</i> A görög történet kezdetei (korai kultúrák: Kréta, Mükéné). Az ember és a természet kapcsolata. (Földrajzi környezet – történelmi kor.) <i>A homéroszi kor</i> Az átmeneti kor szerepe a görög történelemben. A homéroszi eposzok emberképe. Az archaikus művészet. <i>A görög mitológia és hatása</i> A görög istenek és hősök. Mondakörök. A görög, a zsidó és a mohamedán vallás összehasonlító elemzése. <i>A spártai és az athéni nevelés</i> A spártai városállam megszervezése. A spártai embereszmény és a nevelés. A tökéletességre törekvés az athéni nevelésben. <i>A görög testkultúra és az olimpiai játékok</i> Az ókori olimpiák története. A művészet és a sport. <i>A görög demokrácia</i> Athén története az i.e. 6-5. sz.-ban. Az athéni állam, a demokrácia kialakulása és fénykora. <i>A görög matematika</i> A matematika, a zene, a filozófia kapcsolata. Görög matematikusok, matematikai problémák. <i>A görög csillagászat</i> A görög mitológia, az irodalom és a csillagászat párhuzama. A csillagképek elnevezése. <i>A görög irodalom</i> A görög líra. Műfaji változatosság. Verselési formák. A görög dráma. <i>A görög képzőművészet és zene</i> Görög építészet, jóshelyek. Szobrászat, vázafestészet. Apollón és Dionüszosz kultusza a zenében. <i>A görög filozófia</i> Az archaikus, a klasszikus és a hellenisztikus kor filozófiája. A görög embereszmény és a filozófusok. <i>A görögök hétköznapijai</i> Öltözködés. Étkezés. Ünnepek, ünnepségek.</p>	<p><i>Természettudományos alapismeretek:</i> az ókori görög tudomány egyes elemei.</p> <p><i>Komplex humán ismeretek:</i> társadalomszerkezet.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> mitológia, vallástörténet.</p> <p><i>Testnevelés:</i> olimpiák.</p> <p><i>Matematika:</i> a matematika története.</p>
Kulcsfogalmak	Polisz, arisztokrácia, népgyűlés, filozófia, hellenizmus.

Tematikai egység	Reneszánsz Európa és Magyarország a X–XVI. sz.ázadban	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek a középkori élet színtereiről és szereplőiről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A középkori keresztény civilizáció örökségének feltárása. A reneszánsz kultúra bemutatása. A középkori keresztény civilizáció örökségének feltárása a modern európai civilizációban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A középkor technikai forradalma, európai és magyar tudósok, találmányok</i> “Ora et labora”; a szerzetesrendek és a találmányok. Technikai találmányok. Könyvnyomtatás. <i>Az alkímia</i> Az alkímia szerepe a történelemben. “Aranycsinálás”, a bölcsek köve, az elemek felfedezése. <i>A reneszánsz fizika</i> Arisztotelész és Galilei. Csillagászat, fizikai törvényszerűségek. <i>A reneszánsz matematika</i> A görög és az arab matematika ismereteinek továbbélése. <i>Zenei élet</i> Gregorián és világi zene. Az itáliai és a németalföldi zene története. A reformáció és a zenei fénykor. Hangszerek fejlődése. <i>Testkultúra, lovagi élet</i> <i>A magyar végvárok</i> A lovagok élete, világképe. Lovagi játékok az Anjouk és Mátyás udvarában. Középkori magyar várak. <i>A keresztény világkép, szerzetesrendek, az egyház szerepe a kor művészetében</i> Ember, világ, természet a középkorban és a reneszánsz idején. A patrisztika és a skolasztika. <i>A reneszánsz ember</i> Modern világfelfogás: Kopernikusz, Giordano Bruno. <i>Mindennapi élet, életmód, szokások</i> A reneszánsz ember. <i>A reneszánsz művészet fő vonásai</i> Építészet, festészet, szobrászat. Zene (hangszerek fejlődése). <i>Képzőművészet</i> A reneszánsz nagy alkotói. <i>A magyar reneszánsz</i> Középkori magyar városok.</p>		<p><i>Természettudományos alapismeretek:</i> Európa, csillagászat, kísérletezés, törvényszerűségek.</p> <p><i>Komplex humán ismeretek:</i> egyén és közösség.</p>
Kulcsfogalmak	Skolasztika, egyetem, lovagi kultúra, romantika, gótika, reneszánsz, humanizmus.	

Tematikai egység	Felvilágosodás	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek királyi udvarokról, az ipari forradalom vívmányairól.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A modern szabadság gondolat megszületésének áttekintése. Annak beláttatása, hogy a felvilágosodás során fogalmazódtak meg a máig is érvényes demokratikus eszmék és elidegeníthetetlen emberi jogok, valamint a tudományok fejlődésének új korszaka kezdődött, megjelent a haladás eszméje.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Előjáték a tőkés rend győzelméhez</i> Az angol és a francia abszolutizmus. XIV. Lajos, a napkirály. <i>Társadalmi viszonyok a XVII-XVIII. században</i> A forradalmak és a felvilágosodás. Az Emberi és Polgári Jogok Nyilatkozata. A forradalmak története. <i>Az enciklopédia</i> <i>Tudomány a felvilágosodás korában</i> Matematika. Newton hatása, technikai fejlődés. Csillagászat. Orvostudomány. <i>A felvilágosodás irodalma</i> Az enciklopédia. Voltaire: Candide. Bessenyei György, Batsányi János. <i>Filozófia a XVII-XVIII. században</i> Locke, Descartes, Berkley filozófiája. Leibnitz és Voltaire. <i>Festészet, szobrászat, építészet</i> Az érett barokk művészete Európában és Magyarországon. Klasszicizmus. A barokk és a klasszicizmus ellentétes jegyei. <i>Zene</i> Bach. Vivaldi. A bécsi klasszicizmus. <i>Az arisztokrácia és a polgárság életmódja, hétköznapiak</i> Életmód, életstílus (öltözködés, lakás, kultúra). <i>A felvilágosodás és a nevelés</i> Rousseau: Émile. Az intézményes nevelés kezdetei. Apáczai Csere János. <i>A felvilágosodás hatása Magyarországon</i> Irodalom, képzőművészet, filozófia.</p>		<p><i>Komplex humán ismeretek:</i> társadalmi folyamat.</p> <p><i>Matematika:</i> matematikatörténet.</p> <p><i>Természettudományi alapismeretek:</i> orvostudomány, csillagászat.</p>
Kulcsfogalmak	Nemzet, ipari forradalom, nacionalizmus, liberalizmus, alkotmány, polgári	

szabadságjog, emberi jog, barokk, klasszicizmus, enciklopédia, felvilágosodás.
--

Tematikai egység	XX. század	Órakeret 21 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek az első és a második világháborúról, a nagy gazdasági világválságról. Ismeretek a globalizációval kapcsolatos problémákról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az első világháború kirobbanásához vezető okok, azok komplex jellegének bemutatásával; az oksági gondolkodás mélyítése. A háború emberiségre gyakorolt morális hatásainak beláttatása. A háború utáni helyzet és a megosztott világ kialakulása folyamatának értelmezése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Társadalmi változások a XX. század első felében. Az ember, aki mindent meg akar ismerni. A technika fejlődése. A polgári filozófiák. A „tudatalatti” tanulmányozása. Pszichológia, orvostudomány. A 20. század elejének művészeti útkeresése. Világirodalom, magyar irodalom. A század zenéje. A magyar zenei élet a XX. században. A színházművészet törekvései. Új művészeti ágak (fényképészet, filmművészet). A „mi világunk”. A „szuper-hatalmak és Európa”. Magyarország a II. világháború után. Az európai integráció története. Napjaink Magyarországa.</p>		<p><i>Komplex humán ismeretek:</i> társadalomszerkezet.</p> <p><i>Természettudományos alapismeretek:</i> vegyipar és hadászat.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> a Nyugat, az avantgard irodalma.</p> <p><i>Testnevelés:</i> újkori olimpiák.</p>
Kulcsfogalmak	Világháború, konszolidáció, diktatúra, hidegháború, európai integráció, fogyasztói társadalom, globalizáció.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A nemzet hagyományos értékeinek, valamint az európai kulturális örökség elemeinek megismerése, elfogadása. Komplex látásmód, rendszerező képesség, logikus gondolkodás, új tanulási technikák kialakulása. A különböző tudományterületeken és művészetekben alapvető ismeretek, illetve a meglévő ismeretek bővülése. A megszerzett ismeretek önálló és kritikus értelmezése, s belőlük következtetések levonása. Sokoldalú információgyűjtési és felhasználási képesség kialakulása. Személyekről, helyzetekről, eseményekről, intézményekről árnyalt vélemény nyilvánítása.</p>
--	--

	<p>Képesség életkornak megfelelő műalkotások, zeneművek elemzésére, a művészetek által nyújtott élmények befogadására.</p> <p><i>Tájékozódás időben:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Történelmi események időbeli sorrendjének felismerése. – Egyszerű kronológiai táblázatok készítése. – Tájékozódás az évszámok segítségével, a legfontosabb évszámok ismerete. – Az egyes művészeti korszakoknak és fő képviselőiknek ismerete. <p><i>Tájékozódás térben:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Történelmi térképek olvasása. – A történelmi tér változásainak felismerése. – Egyszerűbb térképvázlatok készítése. – Vaktérképen történelmi helyek bejelölése. – Történelmi helyek megkeresése mai helyzetet tükröző térképeken.
--	---

7. melléklet

7.3. Kerettanterv az Arany János Kollégiumi Programjának 9. előkészítő évfolyama számára

Tartalom:

— Bevezetés	2. oldal
— Kerettantervek	
- Kötelező tantárgyak	4. oldal
- Szabadon választható tantárgyak	91. oldal

KERETTANTERV

Középfokú nevelés-oktatás szakasza, Arany János Kollégiumi Program

Célok és feladatok

A Kollégiumi Program egyik célja az, hogy biztosítsa a lehetőséget a hátrányos helyzetű, a legszegényebb, legképzetlenebb szülők gyermekeinek, hogy minél többen tanulhassanak az előkészítő év elvégzése után nappali tagozaton, érettségit adó középiskolában.

A Kollégiumi Program másik célja, hogy differenciálással megteremtse az egyéni különbségekre alapozott nevelést-oktatást, a Kollégiumi Programban részt vevő tanulók számára biztosítsa az optimális komplex személyiségfejlesztést, figyelembe véve előzetes tudásukat, képességeiket, érdeklődésüket, igényeiket.

A Kollégiumi Program kerettanterve a fentiek teljesítése érdekében törekszik az alapfokú nevelés-oktatás (7–8. évfolyam) kerettanterve és a Kollégiumi Program kerettanterve közötti koherencia megteremtésére.

A Kollégiumi Program kerettanterve a következőkre helyezi a hangsúlyt:

- (1) a Nemzeti alaptantervben megfogalmazott kulcskompetenciák fejlesztésére;
- (2) a multikulturális tartalmak megjelenésére a kerettantervben;
- (3) az önértékelő képesség, a mások értékeléséhez szükséges képességek kialakítására (patrónusi, mentori beszélgetések, szöveges, írásos értékelések bevezetése, esetmegbeszélések stb.);
- (4) a differenciált tanulásszervezési módszerek megismerésére (kooperatív tanulásszervezés, projekt módszer stb.).

A Kollégiumi Program rendszere

A Kollégiumi Program a hátrányos helyzetű tanulók részére szerveződik. A pályázó kollégiumoknak rendelkeznie kell egy olyan öt évre szóló, kollégiumi tevékenységek és foglalkozások rendszeréből álló kollégiumi programmal, amellyel a programban részt vevő tanulók sikeres tanulmányi előmenetele, szociális hátrányainak csökkentése, kulturális javakhoz való hozzáférése megoldható.

A kollégium – öt éves programjának kidolgozásán túl – a 9., előkészítő év megtartását vállaló középiskolával együttműködve, az első évfolyam beindítása előtt elkészíti a program megvalósítását célzó pedagógiai programját, a középiskola pedig a 9., előkészítő évfolyam helyi tantervét, az itt közzétett Kerettantervi ajánlások segítségével.

A középiskola, a kollégiummal együttműködve, a 9., előkészítő évben a jelen kerettantervi ajánlás alapján megfogalmazott helyi tantervében hangsúlyt helyez a felkutatott hátrányos helyzetű tanulók motiválására, kompetenciájuk, személyiségük fejlesztésére, pályaorientációs foglalkozásokkal segít a tanulóknak a középiskola-választásban.

A kollégium a 9., előkészítő év folyamán együttműködik a tanulók családjával, és azokkal a középiskolákkal, amelyekben a tanulók a tanulmányaikat majd folytatják.

A Kollégiumi Program keretei között zajló fejlesztés az anyanyelvi, az idegen nyelvi, a matematikai, a természettudományos, a digitális, a szociális és a művészeti területeken zajlik, segíti a tanulókat a középiskolai követelmények teljesítésében, hozzájárul személyiségük fejlődéséhez, és egyéb fejlesztési feladatok megoldásának is alapjául szolgál.

Tantárgyi struktúra és óraszámok

Tantárgyak		Heti óraszámok
		9/AJKP évfolyam
Magyar nyelv és irodalom		5
Matematika		5
Idegen nyelv (angol/német)		3,5
Dráma		3
Testnevelés és sport		5
Patrónusi foglalkozás		2
Természetismeret		3
Szabadon választható tantárgyak		3
	Informatika	1,5
	Életpálya-építés	1,5
	Művészetek	1,5
	Tanulásmódszertan	1,5
	Társadalomismeret	1,5
Kötelező óraszám		29,5

A tantárgyakat és időkereteket tekintve a Kollégiumi Program kerettantervében foglalt tantárgyak egy része ajánlott viszonylag magas óraszámúval (magyar nyelv és irodalom, matematika, idegen nyelv, dráma, testnevelés, természetismeret, patrónusi foglalkozás), a heti három órában a kínált öt választható tantárgyból kettő választásával tehet eleget az intézmény a törvényben kötelezően előírt óraszámok teljesítésének.

A testnevelés és sport 9/AJKP helyi tantervének elkészítéséhez a középiskolák kerettanterve 9–12. évfolyamos anyagából a 9-10. évfolyam anyaga használható, a helyi lehetőségek és szükségletek alapján.

Kerettanterv az Arany János Kollégiumi Programjának 9. előkészítő évfolyama számára

Kötelező tantárgyak:

- Magyar nyelv és irodalom
- Matematika
- Idegen nyelv – angol
- Idegen nyelv – német
- Dráma
- Testnevelés és sport
- Patrónusi foglalkozás
- Természetismeret

MAGYAR NYELV ÉS IRODALOM

9/AJKP évfolyam

A magyar nyelv és irodalom tanítása az alapozó évfolyamon egymást átható, tevékenység- és problémacentrikus folyamat. A feltárt hiányosságok ismeretében egyénre szabottan, a magyar nyelv és irodalom tantárgy sajátosságait figyelembe vevő módszerekkel a felzárkózás biztosítása a feladat.

Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak elmélyítése, a hiányok pótlása, az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése; a kommunikációs gátak, zavarok oldása, a kommunikációs képesség fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben; a szövegolvasás, szövegértés fejlesztése; tanulási technikák kialakítása. Hozzá kell segíteni a tanulókat ahhoz, hogy ismereteiket a kellő szinten tudják alkalmazni, kreativitásuk fejlődjön. A kulcskompetenciák közül a legfontosabb az anyanyelvi, a szövegértési, szövegalkotási kompetenciák fejlesztése, mert az anyanyelvi képzés, képzettség befolyásolja és támogatja a többi műveltségterület elsajátítását is.

El kell érni, hogy a tanuló törekedjen részt venni az ismeretek közös felidőzésében és a tisztázandó homályos pontok megtalálásában. Legyen képes korábbi ismereteit előhívni. Törekedjen a kommunikációs helyzetnek megfelelő stílus használatára és a személyiségének megfelelő, árnyalt önkifejezésre. Legyen képes alkalmazni anyanyelvi és kommunikációs ismereteit a szövegolvasás és szövegértés, valamint a szóbeli és írásbeli megnyilatkozás minden területén. Ismerje meg a jegyzet- és vázlatkészítés módszereit. Ismerje meg az elektronikus információhordozókat is. Gyakorolja az önálló szövegalkotást.

Az anyanyelvi nevelés feladata az általános iskolában elsajátított leíró nyelvtani ismeretek ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása, az olvasás, az írás, a helyesírás és a szövegértés készségeinek fejlesztése. A kulturált szóbeli és írásbeli kifejezőképesség kialakítása a kommunikáció érdekében, hogy a tanulók képesek legyenek alkalmazkodni különböző beszédhelyzetekhez és beszédpartnerekhez. A képzelet, önkifejezés, egyéni stílus bátorítása. A szókincs gyarapítása. Az anyanyelvi nevelés segít megalapozni az önálló ismeretszerzést, tanulást, gondolkodást, az élethosszig tartó tanulás képességét és igényét.

Az irodalmi nevelés feladata az általános iskolai irodalmi anyag rendszerezése, a hiányok pótlása. Fontos feladat az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése, a kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése; önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása. Az irodalmi képességek fejlesztése elsősorban az olvasottság, az előadói, a szövegalkotó és -értelmező képesség fejlesztését jelenti. Az irodalmi és egyéb művek középpontba helyezésével segíti a tanulók szövegértő készségét, erősíti problémaérzékenységüket, pozitív irányba befolyásolja személyiségüket. Az irodalmi művek a befogadót szembesítik az élet nagy kérdéseivel, ezzel segítik az emberi és társadalmi problémák megértését, átélését, a saját és más kultúrák megismerését, a másság elfogadását, tiszteletben tartását. Kiemelt feladat az olvasási kedv felkeltése, az irodalomnak mint művészetnek a megszerettetése, kifejezőmódjainak megértése. Az irodalmi alkotások fejlesztik az emlékezetet, a kreativitást, az élmények feldolgozásának képességét. A tanuló ismerje meg a település irodalmi emlékhelyeit, a környékhez kapcsolódó kiemelkedő személyiségek életútját, ezzel is erősítve identitását.

Magyar nyelv

Tematikai egység	Év eleji felmérés	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában tanult alapvető nyelvtani ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az ismeretek előhívása, rendszerezése, a hiányosságok feltárása, a fejlesztési területek kijelölése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Tájékozódás a tanulók előzetes nyelvtani ismereteiről</i> Nyelvi-nyelvtani jelenségek felismerése a gyakorlati tudás alapján. Hang és betű, szóelemek, szavak, toldalékok felismerése és jellemzői. Jelentés, mondatalkotás a szó jelentésének megfelelően. <i>Szövegértés</i> Hallott és olvasott szöveg értése kérdések alapján, vázlatírás, kulcsszavak azonosítása, ok-okozati összefüggés felismerése. <i>Helyesírás</i> Olvasható, esztétikus külalak, helyesírási szabályok alkalmazása.</p>		<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Hang, betű, szóelem, szó, mondat, szöveg, szövegértés, helyesírás.	

Tematikai egység	Leíró nyelvtani alapismeretek	Órakeret 50 óra
Előzetes tudás	Nyelvi-nyelvtani jelenségek felismerése (hang, betű, szótag, szó, szótó, toldalék, mondat, szöveg).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Jól formált, nyelvileg igényes beszéd fejlesztése. Kritikai gondolkodás fejlesztése. A helyesírási készség, az önálló tanulási, ismeretszerzési készség fejlesztése, a helyesírási ismeretek rendszerezése, az elvek és a szabályok közötti összefüggések feltárása. Szókincsbővítés. Memóriafejlesztés. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. A nyelvi egységek szerkezeti, jelentéstani összefüggéseire vonatkozó ismeretek önálló alkalmazása. Gyakorlottság a szöveg, a mondat, a szóalak elemzésében és helyes használatában. Új ismeretek elsajátítása, feldolgozása, beillesztése és alkalmazása.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A hangok és betűk</i> Fogalomalkotás. Beszédhangok, hangképzés (beszédtechnikai gyakorlatok). Betűrendbe sorolás, magán- és mássalhangzótörvények. <i>Helyesírásunk alapelvei</i> Kiejtés, szóelemzés, hagyomány és egyszerűsítés elve. A</p>		<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>

<p>magánhangzók és a mássalhangzók alkalmazkodása (hangrend, illeszkedés, hasonulás, összeolvadás, rövidülés). Ly – j helyesírása. Szótagolás, elválasztás. <i>Szóelemek</i> Szóelemek felismerése. A toldalékok fajtái: tő, képző, jel, rag, írásmódjuk, kapcsolódásuk és változataik. A szóalaktanhoz kapcsolódó helyesírási szabályok. <i>Szavak</i> Szókészlet, szókincs. Közmondások, állandósult szókapcsolatok gyűjtése, értelmezése. Szóalkotás: szóképzés, szóösszetétel, mozaikszó alkotás. A szó hangalakja és jelentése (egyjelentésű, többjelentésű, azonos alakú, hasonló alakú, rokon értelmű szavak). Alapvető szófajok (ige, főnév, melléknév, számnév, névmás, igenév, határozószó, névelő, névutó, igekötő, kötőszó, indulatszó). A szavakhoz kapcsolódó helyesírási szabályok. <i>Mondatok nyelvi-logikai szintje</i> A mondatok felépítése, típusai. Egyszerű és összetett mondat. Tő-, bővített, teljes, hiányos mondat. Alá- és mellérendelő mondatok. Mondatrészek felismerése, jelölése, ábrázolása. A szöveg és mondat viszonya. Szövegkohézia: lineáris, globális kohézió felismerése, alkalmazása. A mondathoz kapcsolódó helyesírási szabályok.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Beszédhang, magán- és mássalhangzótörvény, helyesírási alapelv, szótagolás, elválasztás, szóelem, szókészlet, szókincs, szóalkotás, hangalak és jelentés, szófaj, mondat, mondatrész, lineáris- és globális kohézió, szöveg.</p>

Tematikai egység	Szövegfeldolgozó eljárások gyakorlása	Órakeret 28 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Biztos olvasási készség. Kifejező és értő olvasás.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Értő olvasás fejlesztése. Szövegértési technikák ismeretének bővítése, gyakorlása, alkalmazása. Szövegek pontos megfigyelése, azonosítása. Olvasási stratégiák fejlesztése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Az értő hangos és néma olvasás gyakorlása. Szövegértelmezés, ok-okozati összefüggések felismerése, következtetések. Olvasási stratégiák gyakorlása. (Jelentésalkotás, jóslás, következtetés, értelmezés, értékelés, kérdések, reflektálás, összefoglalás.) Szövegfeldolgozási módszerek alkalmazása (aláhúzás, szövegkiemelés, kulcsszavak kigyűjtése). Lényegkiemelés, szövegtömörítés, vázlatkészítés. A vázlatkészítés lépéseinek áttekintése. Címszavas és mondatértékű vázlat</p>		<p><i>Matematika</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i></p>

megkülönböztetése, alkalmazása. Szövegalkotás vázlat alapján. Szóbeli szövegalkotás képek alapján, vázlatkészítés önállóan.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Értő olvasás, szövegértés, szövegfeldolgozás, lényegkiemelés, szövegtömörítés, vázlatkészítés, szövegalkotás.

Tematikai egység	Verbális és nonverbális kommunikáció	Órakeret 13 óra
Előzetes tudás	A meglévő kommunikációs készségek, ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismeretelemző, értékelő gondolkodás, kreativitás, énkép fejlesztése, társas kapcsolatok, hatékony társadalmi beilleszkedés erősítése. Új ismeretek elsajátítása, feldolgozása, beillesztése és alkalmazása. Megfelelő szókincs alkalmazása. Internet használata az információk megszerzésére. A nem nyelvi kommunikáció, valamint a másik ember megértését és az önkifejezést elősegítő kommunikáció formálása, továbbfejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Kommunikáció</i> A kommunikáció értelmezése, tényezői, célja, funkciói. Szóbeli kommunikáció, mindennapi kommunikációs helyzetek, szituációs gyakorlatok. Konfliktuskezelői stratégiák és gyakorlatok. Szimulációs játékon keresztül a tanultak elmélyítése, alkalmazása. Egyéni és páros problémamegoldás. <i>Kommunikációs zavarok és megoldási lehetőségeik</i> Nonverbális kommunikáció: tekintet, mimika, testtartás, gesztus, térköz. Mimikai gyakorlatok. Érzelmek kifejezése. <i>Metakommunikáció</i> Metakommunikatív jelzések megfigyelése, felismerése, értelmezése.		<i>Informatika</i> <i>Dráma</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kommunikáció, kommunikációs zavar, konfliktuskezelés, metakommunikáció.	

Tematikai egység	Rendszerező ismétlés	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Az eddig tanult ismeretek, eljárások, technikák.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanévben tanult ismeretek, nyelvtani fogalmak, követelmények komplex módon történő áttekintése, rendszerezése és gyakorlati alkalmazása. Logikus gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Ismétlés, rendszerezés</i> A tanultak jártasság szintű elsajátítása.		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Beszédhang, magán-és mássalhangzótörvény, helyesírási alapelv, szótagolás, elválasztás, szóelem, szókészlet, szókincs, szóalkotás, hangalak és jelentés, szófaj, mondat, mondatrészt, lineáris és globális	

	kohézió, szöveg, értő olvasás, szövegértés, szövegfeldolgozás, lényegkiemelés, szövegtömörítés, vázlatkészítés, kommunikáció, kommunikációs zavar, konfliktuskezelés, metakommunikáció.
--	---

Irodalom

Tematikai egység	Év eleji felmérés	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolai ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az ismeretek előhívása, rendszerezése, a hiányosságok feltárása, a fejlesztési területek kijelölése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Az általános iskolában tanultak felmérése</i> Műnemek, műfajok jellemzői, stílusesszközök, a tanult irodalmi alkotások szerzője, műfaja. Hallott és olvasott szöveg értése kérdések alapján, vázlatírás. Kulcsszavak azonosítása, ok-okozati összefüggés felismerése. Olvasható, esztétikus külalak, helyesírási szabályok alkalmazása, többféle műfajú szöveg írása. <i>Szóbeli és írásbeli szöveg értése</i> <i>Szövegalkotás</i></p>		<i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Műnem, műfaj, stílusesszköz, rím, ritmus, szerző, cím, elbeszélés, leírás, jellemzés, szövegértés.	

Tematikai egység	Irodalomelméleti és poétikai ismeretek rendszerezése	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az általános iskolában tanult irodalomelméleti és poétikai ismeretek rendszerezése, elmélyítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A műnemek és műfajok jellemzői</i> A jellemzők ismétlése, rendszerezése, az egyes műfajokhoz a tanult művek rendelése. A műfajok jellemzőinek összehasonlítása, az eltérések megfigyelése. <i>Szóképek és alakzatok</i> Felismerésük, szerepük, hangulati hatásuk a műalkotásban, a képek és alakzatok szókincsbeli és mondattani jellegzetességének azonosítása, szerepük megértése a lírai szövegben. <i>Verselés, rím</i> A verselési módok felismerése, azonosítása, hangulati hatásuk, funkciójuk felismerése az általános iskolában tanult versek és</p>		<p><i>Matematika</i> <i>Művészetek</i></p>

ismeretlen részletek alapján. A rím fajtái, felismerésük, megnevezésük tanult és ismeretlen versek alapján.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nép- és műköltészet, műnem, műfaj, epika, líra, dráma, ballada, elbeszélés, elbeszélő költemény, mese, mítosz, monda, novella, regény, dal, epigramma, elégia, életkép, himnusz, óda, rapszódia, komédia, tragédia, ismétlés, fokozás, párhuzam, ellentét, hasonlat, megszemélyesítés, metafora, metonímia, allegória, szinesztézia, szimbólum, ütemhangsúlyos és időmértékes verselés, rím.

Tematikai egység	Irodalomolvasás és értelmezés	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában olvasott irodalmi alkotások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az általános iskolában megismert irodalmi alkotások felelevenítése, értelmezése, új szempontú feldolgozása. Az irodalomolvasással a tanulók érzelmi, gondolati, erkölcsi, esztétikai élményhez juttatása. A tanult művek csoportosítása, értelmezése téma és motívum szerint.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Az elbeszélő művek önálló és irányított olvasása, feldolgozása</i> Mesék, mítoszok, mondák, novellák, regényrészletek, rövidebb terjedelmű regények az általános iskolai művek közül. Irányított szövegértelmezés. Kulcsszavak, szerkezeti egységek felismerése. A kifejező, hangos olvasás gyakorlása.</p> <p><i>Az epikus művek szerkezete</i> Idő, helyszín, cselekmény, tetőpont, fordulópontok, szereplők, az elbeszélői nézőpont és a beszédhelyzet érzékelése. A cselekmény rövid összefoglalása szóban, írásban.</p> <p><i>A lírai művek feldolgozása</i> A kompozíció elemeinek megismerése (versszak, nagyobb szerkezeti egységek). A lírai mű középpontjában álló gondolatok és érzelmek azonosítása, a mű témájának, hangulatának, hangnemének felismerése. Memoriterek (<i>Himnusz, Szózat</i>, Petőfi Sándor egy verse, Arany János egy verse és egy balladája, Ady Endre, Csokonai Vitéz Mihály, József Attila egy-egy verse). <i>Válogatás a roma irodalomból</i> Cigány mesék, Ratkó József versei, Lakatos Menyhért művei. Gyűjtőmunka, beszámoló készítése. <i>A lakóhely irodalmi emlékei</i> Gyűjtőmunka.</p>		<i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Lírai mű, epikai mű, értelmező feldolgozás, hangos és néma olvasás, memoriter, roma irodalom.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Szövegalkotás, szövegértés	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Törekvés a tanult helyesírási szabályok alkalmazására a szövegalkotáskor.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Több műfajban önálló szövegalkotás: elbeszélés, leírás, jellemzés, rövid érvelő szöveg, meghívó, e-mail. Olvasható, tagolt íráskép kialakítása; szerkesztési, nyelvhelyességi, helyesírási ismeretek alkalmazása. A gyakori szövegtípusok megértési stratégiáinak kialakítása: szépirodalmi, ismeretterjesztő, tankönyvi és médiaszövegek; ábrák, képek, illusztrációk kapcsolatának felismertetése a szöveggel. A szó szerinti, az értelmező, a kritikai és a kreatív olvasás, szövegfeldolgozási módok elmélyítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Szövegértés</i> A különböző szövegtípusok azonosítása, jellemzői Szépirodalmi, ismeretterjesztő, tankönyvi és médiaszövegek jellemzőinek felismerése, a szövegtípusok megkülönböztetése.</p> <p><i>Szókincsfejlesztés</i> A szókincs, a szavak jelentésének azonosítása az adott szövegben többféle technikával, egyéni és kooperatív módszerekkel. A szöveg megértésének bizonyítása többféle módszerrel Következtetés; előzetes ismeretek, élmények felidézése; lényegkiemelés szóban és írásban; vázlatkészítés. Ok-okozati összefüggések felismerése; időrendi sorrend; kulcsszó-keresés; összefoglalás. A szó szerinti, az értelmező, a kritikai, a kreatív olvasás módjai és gyakorlásuk. <i>Ábrák, képek, illusztrációk kapcsolata a szöveggel</i> Szöveg és kép viszonyának értelmezése; ábrák, illusztrációk kapcsolata a szöveggel.</p> <p><i>Szövegalkotás</i> Tanult műfajú szövegek írása, más szempontú megközelítése. Törekvés az olvasható, esztétikus írásképre. Igényesség a formára, külalakra. Szerkesztési, nyelvhelyességi, helyesírási szabályok alkalmazása. Elbeszélés, leírás, jellemzés, rövid érvelő szöveg, meghívó, e-mail írása többféle céllal. A tanult szabályok automatizálása.</p>		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szövegértés, szövegalkotás, szövegtípus.	

Tematikai egység	Az irodalom és a társművészetek kapcsolata	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Tapasztalatok a művészeti ágak kifejezőeszközeiről, jellemzőiről.	
A tematikai egység	Azonos téma megjelenése a különböző művészeti ágakban – a	

nevelési-fejlesztési céljai	feldolgozások összehasonlítása, hasonlóságok, eltérések azonosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>A szépirodalmi művek filmes adaptációja</i> A regény és filmes feldolgozása összehasonlítása, eltérések azonosítása; karakter- és konfliktusviszonyok elemzése. A feldolgozás hasonlóságainak, különbségeinek azonosítása. <i>Szépirodalmi művek rajzfilmes, bábfilmes adaptációja</i>		<i>Társadalomismeret</i> <i>Dráma</i> <i>Művészetek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Feldolgozás, képi megjelenítés, összehasonlító elemzés.	

Tematikai egység	Rendszerező ismétlés	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában és az előkészítő évfolyamon magyar irodalomból tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az ismeretek tudatosítása, összefüggéseiben láttatása. Biztos, stílusos szóbeli és írásbeli kommunikáció.	
Ismeretek, fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Irodalomelmélet</i> Mű, szerző, műfaj megnevezése. <i>Olvasmányélmények</i> Beszámoló, érdeklődés felkeltése. <i>Szövegalkotás</i> Aktuális témában: meghívó, élménybeszámoló.		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szerző, műfaj, élmény.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló alkalmazza tudatosan a helyes beszédtechnikát és az írásbeli kommunikáció alapszabályait.</p> <p>Ismerje a magyar helyesírás rendszerét, az elveket és a törvényszerűségeket. Legyen képes a tanult helyesírási szabályokat felidézni, helyesen alkalmazni, a közöttük levő összefüggéseket felismerni. Tudja a helyesírási szabályzatot és a helyesírási szótárt önállóan használni. Törekedjen rendezett írásképre.</p> <p>A nyelvi egységek szerkezeti, jelentéstani összefüggéseit ismerje fel. Alkalmazza helyesen a tanult szófaji ismereteket. Alkalmazza helyesen a tanult mondattani ismereteket. Ismerje, hogy mi teszi szöveggé a mondathalmazt.</p> <p>Legyen képes az életkornak megfelelő szintű, értő olvasásra; információk keresésére, azonosítására, az információk integrálására, következtetések levonására, összegzésre, szövegmagyarázat készítésére.</p> <p>Legyen képes kreatív szövegalkotásra, önálló vélemény megfogalmazására. A szövegben törekedjen pontosságra, érzékletességre</p>
--	--

	<p>és lényegkiemelésre.</p> <p>Legyen képes a konfliktus kezelésére és harmonikus kapcsolatok kialakítására, az önkifejezésre, a metakommunikatív jelzések értelmezésére, kommunikációs helyzetben való aktív részvételre. Tudjon önállóan és együttműködve ismereteket szerezni információhordozók segítségével.</p> <p>Alakuljon ki a tanulóban az olvasás iránti igény, az érzékenység az irodalmi művekben megjelenő értékek felfedezésére.</p> <p>Legyen képes önálló véleményalkotásra és véleménynyilvánításra, mások véleményének elfogadására.</p> <p>Legyen képes az ismert műalkotásokat azonosítani.</p>
--	--

MATEMATIKA

9/AJKP évfolyam

Az iskolai matematikatanítás célja, hogy hiteles képet nyújtson a matematikáról mint tudásrendszeréről és mint sajátos emberi megismerési, gondolkodási, szellemi tevékenységről. A matematika tanulása érzelmi és motivációs vonatkozásokban is formálja, gazdagítja a személyiséget, fejleszti az önálló, rendszerezett gondolkodást, és alkalmazásra képes tudást hoz létre. A matematikai gondolkodás fejlesztése emeli a gondolkodás általános kultúráját.

A matematikatanítás során kiemelt feladat megismertetni a tanulókat az őket körülvevő konkrét környezet mennyiségi és térbeli viszonyaival, megalapozni a korszerű, alkalmazásra képes matematikai műveltségüket, fejleszteni a gondolkodásukat, az életkornak megfelelő szinten biztosítani a többi tantárgy tanuláshoz, a mindennapok gyakorlatához szükséges matematikai ismereteket és eszközöket.

A matematikával való foglalkozás fejleszti a tapasztalatból kiinduló önálló ismeretszerzést, kialakítja az önálló gondolkodás igényét, megismerteti a problémamegoldás örömét és szolgálja a pozitív személyiségjegyek kialakulását. Alapvető célunk a megértésen alapuló gondolkodás fejlesztése, a valóságos szituációk és a matematikai modellek közötti kétirányú út megismertetése, és azok használatának fokozatos kialakítása.

Törekedni kell a tanulók pozitív motiváltságának biztosítására, önállóságának fejlesztésére, a pontos és kitartó munkára való nevelésre, a reális önbizalom, az akaraterő, az igényes kommunikáció kialakítására, a gondolatok érvekkel való alátámasztásának fejlesztésére. Különböző területekről érkező, más és más módon megfogalmazott információk önálló értelmezésével és az ismeretek megtanulásával fokozatosan el kell sajátítani – és alkalmazni is tudni kell – a deduktív út egyszerűbb, legegyszerűbb formáit. Eközben nem csökken az induktív út jelentősége sem.

Miközben a matematikai ismeretek egy része absztraktabbá válik, addig jelentős részük továbbra is a konkrét tapasztalatokhoz kapcsolódik. Éppen ezért hangsúlyt kell helyezni a sokszínű tevékenységre, a tapasztalatok tudatosítására, különböző módokon való rögzítésére, értelmezésére, rendszerezésére, összefüggések keresésére. A matematika tanításának tanulásának jellemzője a felfedeztetés, a probléma felvetésétől a megoldásig vezető – néha tévedésektől sem mentes – útnak az egyre önállóbb bejárása.

Nagy jelentőséget tulajdonítunk a következtetésre épülő problémamegoldásnak, az egyszerű algoritmusok kialakításának, követésének is. Mindezt eleinte konkrét helyzetekben végezzük, majd erre építve – az életkori sajátosságok figyelembevételével – általánosítunk. A tanulási folyamatnak legyen jellemzője a fokozatos absztrahálás mellett a gyakori konkretizálás, az általánosítás mellett a specializálás.

A matematika – a lehetőségekhez igazodva – támogassa az elektronikus eszközök (zsebszámológép, grafikus kalkulátor, számítógép, internet stb.), információhordozók célszerű felhasználásának megismerését, alkalmazásukat az ismeretszerzésben, a problémák megoldásának egyszerűsítésében.

A matematikai nevelés fontos terepe a kulcskompetenciák kialakításának. A problémamegoldó, a kritikai, a döntési, a szabálykövető, a lényegkiemelő, valamint az információ komplex kezelésének kompetenciái beépülnek minden matematikai tevékenységbe. A jól megválasztott módszerekkel történő matematikatanítás a kommunikációs képesség fejlesztése mellett az együttműködési képességet is fejleszti.

A matematika tanterv tananyagtartalma biztosítja, hogy a Nemzeti Alaptanterv kiemelt fejlesztési feladatai tanításunkban megjelenjenek: különböző alkalmazásokban, matematika-történeti érdekességekhez kapcsolva, projektfeladatok kapcsán a környezeti nevelés, a hon- és népismeret, a kapcsolódás Európához és a nagyvilághoz szemlélete fejlesztendő. Nagy súlyt

fektetünk a szövegértő képesség fejlesztésére, szöveg alapján nyitott mondatok felírására, s ezek (módszeres) próbálkozással, következtetéssel, majd algebrai úton történő megoldására. A későbbiekben matematikai szövegek értelmezésével, elemzésével segítjük a diskussziós képesség fejlesztését, a többféle megoldás keresését. A modellalkotás a matematizálás fontos eszköze, segítséget nyújt a problémák megoldásához.

Fontos, hogy ne csak a matematikából, hanem a mindennapi életből is szerepeltessünk állításokat, melyeknek igaz vagy hamis voltát a tanulókkal együtt elemezzük. Ily módon jut-tatjuk el őket sejtések és szabályszerűségek megfogalmazásához.

Kezdetől fogva adatok gyűjtésével, lejegyzésével, grafikonok készítésével, néhány lépés-es elemi algoritmusok alkalmazásával kifejlesztjük az adatsokaságok elemzésének, jel-lemzésének, ábrázolásának képességét, a statisztika legalapvetőbb elemeinek megismerését. Mindezzel elérjük, hogy a tanulók képesek legyenek néhány lépés-es algoritmusokat önállóan is készíteni.

Tematikai egység	Halmazok, kombinatorika, matematikai logika	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Alapfogalmak halmazokról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerszemlélet fejlesztése. Igényes szóbeli és írásbeli közlés fejlesztése. Bizonyítási igény kialakítása. Az ellenőrzés, önellenőrzés igényének fejlesztése. A kombinatorikus gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Elemek halmazokba rendezése, halmazok elemeinek felsorolása konkrét példák kapcsán.</p> <p>A tanult ismeretek közötti összefüggések felismerése, azok értő alkalmazása.</p> <p>A tanult halmazműveletek alkalmazása konkrét feladatokban.</p> <p>A nyelv logikai elemeinek helyes használata.</p> <p>Gondolatok helyes szóbeli és írásbeli kifejezése.</p> <p>Ellenpéldák szerepe a cáfolásban.</p> <p>Az és, vagy, ha-akkor, nem, van olyan, minden kifejezések jelentése.</p> <p>Szövegelemzés, -értelmezés, lefordítás a matematika nyelvére.</p> <p>A matematikai bizonyítás előkészítése: sejtések, kísérletezés, módszeres próbálkozás, cáfolás.</p> <p>Szöveges feladatok értelmezése, megoldási terv készítése, a feladatok megoldása és a szöveg alapján történő ellenőrzése.</p> <p>Egyszerű kombinatorikai feladatok megoldása változatos módszerekkel (fadiagram, táblázatok készítése).</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elem, halmaz elemszám, részhalmaz, valódi részhalmaz, üres halmaz, halmazművelet, logikai művelet.	

Tematikai egység	Számelmélet, algebra	Órakeret 75 óra
Előzetes tudás	Számok, mérés, mértékegységek; helyi érték, alaki érték, valódi érték, negatív számok a mindennapi életben, törtek a mindennapi életben, a	

	számok helye a számegyenesen. Alapműveletek, matematikai jelek. Páros és páratlan számok, többszörös, osztó, maradék.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerezőképesség fejlesztése. Következtetési képesség fejlesztése összetettebb feladatokban. Ellenőrzés igényének fejlesztése.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
	Kapcsolódási pontok
Racionális szám fogalma (véges, végtelen tizedes törtek). A négyzetgyök fogalma, példák nem racionális számra. A természetes, egész és racionális számok halmazának kapcsolata. Eredmények becslése. Algebrai egész kifejezések, egyszerű képletek átalakítása. Szorzattá alakítás kiemeléssel. Algebrai egész kifejezések szorzása egyszerű esetekben. Arány, aránypár, arányos osztás gyakorlati feladatokban. Százalékszámítás és egyszerű kamatszámítási feladatok. Elsőfokú, illetve elsőfokúra visszavezethető egyszerű egyenletek, elsőfokú egyenlőtlenségek megoldása. Egyszerűbb egyenletrendszer megoldása. Szöveges feladatok megoldása. Alaphalmaz, megoldáshalmaz szerepe a megoldás keresésénél. Számítások egyszerűsítése azonosságok felismerésével. A helyettesítési érték célszerű kiszámítása. Szövegértelmezés, lefordítás a matematika nyelvére.	<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Művészetek</i>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Természetes, egész, racionális, irracionális, valós szám. Művelet, műveleti sorrend, műveleti tulajdonság. Hatvány, négyzetgyök. Nevezetes azonosság. Arány, arányosság. Százalékszámítás. Mérlegelv. Alaphalmaz, megoldáshalmaz.

Tematikai egység	Geometria	Órakeret 56 óra
Előzetes tudás	Alapfogalmak ismerete: pont, vonal, egyenes, félegyenes, szakasz, sík, szögtartomány. Síkbeli alakzatok: háromszögek, négyszögek, speciális négyszögek. Sokszögek, szabályos sokszögek. Kör és részei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Fejlesztés a gyakorlati mérések és mértékegységváltások helyes elvégzésében. Transzformációs szemlélet fejlesztése. A halmazszemlélet és a térszemlélet fejlesztése. A bizonyítási igény erősítése. Számolási készség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mértékegységek átváltása konkrét gyakorlati példák kapcsán a kibővült számkörben. Háromszögek magasságvonala, területe. Paralelogramma, trapéz, deltoid tulajdonságai, kerülete és területe. Kör kerülete, területe. Szögpárok (egyállású szögek, váltószögek, kiegészítő szögek).	<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Művészetek</i>	

<p>Tengelyes tükrözés, tengelyesen szimmetrikus alakzatok. Középpontos tükrözés, középpontosan szimmetrikus alakzatok. Szerkesztések: nevezetes szögek, háromszögek, sokszögek. Ismerkedés a forgástestekkel. Eltolás a síkban, vektor fogalma, vektorműveletek. Középpontos nagyítás, kicsinyítés konkrét arányokkal. Pithagorasz-tétel. Egyszerű számítási feladatok a geometria különböző területeiről. Állítások megfogalmazása és igaz vagy hamis voltának eldöntése. Megoldási terv készítése kerület- és területszámítási feladatoknál. Ismert alakzatok tengelyes tükröképének megszerkesztése. Szerkesztési eljárások gyakorlása. A tanultak alkalmazása más tantárgyak és a mindennapi élet problémáinak megoldása során.</p>		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>SI-mértérendszer. Térelem. Egyenespár (párhuzamos, metsző, kitérő). Szögpár. Síkidom, nevezetes vonal. Konvex, konkáv síkidom. Egybevágósági transzformáció. Szimmetria (tengelyes, középpontos). Kerület, terület, térfogat, felszín. Descartes-féle koordináta-rendszer. Vektor.</p>	

Tematikai egység	Függvények. Az analízis elemei	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Alapvető ismeretek a függvényekről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A függvényszemlélet fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Függvények és ábrázolásuk a derékszögű koordináta-rendszerben: lineáris, másodfokú, abszolútérték-, törtfüggvény. Konkrét, egyszerű feltételeknek eleget tevő pontok a koordináta-rendszerben. Egyismeretlenes egyenletek grafikus megoldása. Sorozatok és vizsgálatuk (szám-tani és mértani). Táblázatok, grafikonok készítése konkrét függvények esetén. Grafikus megoldási módszerek alkalmazása (lehetőség szerint számítógépen is). Sorozatok szabályainak felismerése, a tanultak alkalmazása más tantárgyak során.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Függvény, alaphalmaz, képhalmaz, hozzárendelés. Függvényvizsgálat.	

Tematikai egység	Statisztika. Valószínűség-számítás elemei	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Szám-tani közép kiszámítása.	
A tematikai egység	Valószínűségi és statisztikai szemlélet fejlesztése.	

nevelési-fejlesztési céljai	Adatsokaságban való eligazolás képességének fejlesztése.	
	Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
	<p>Valószínűségi kísérletek elvégzése. Valószínűség előzetes becslése, szemléletes fogalma. Adathalmazok elemzése (módusz, medián) és értelmezése, ábrázolásuk. Grafikonok készítése, elemzése. Táblázatok, grafikonok készítése, elemzése. Középértékek számítása.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Esemény (biztos, lehetetlen). Módusz, medián, számtani közép. Diagram. Relatív gyakoriság.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>Szabatos, pontos írásbeli és szóbeli fogalmazás. Gondolatok (állítások, feltételezések, választások) világos, érthető szóbeli és írásbeli közlése. Szövegértelmezés egyszerű esetekben. Alapműveletek helyes sorrendű elvégzése egyszerű esetekben, racionális számkörben. Egyszerű algebrai egész kifejezések helyettesítési értékének kiszámítása. Arányosság felismerése és alkalmazása konkrét feladatokban. Egyszerű százalékszámítási feladatok elvégzése. Elsőfokú egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek megoldása. Egyszerű szöveges feladatok megoldása következtetéssel, egyenlettel. Szög (fok), hosszúság, terület, térfogat, tömeg, űrtartalom, idő mérése, szabványos mértékegységeinek ismerete. Háromszögekkel kapcsolatos szerkesztések elvégzése. Háromszög és négyszög alapú egyenes hasáb felszíne, térfogata. Adott pont eltolása adott vektorral. Kicsinyítés, nagyítás felismerése hétköznapi szituációkban. Pithagorasz-tétel ismerete és következetes használata. Az alapfüggvények ábrázolása konkrét racionális együtthatók esetén. Relatív gyakoriság számítása. Módusz, medián, számtani közép meghatározása kis számú, konkrét adathalmazban. Grafikonok készítése, olvasása egyszerű esetekben.</p>
--	--

ANGOL NYELV 9/AJKP évfolyam

Az előkészítő évfolyamra különböző tudásszintű fiatalok kerülnek be. Többségük számára nem ismeretlen az angol nyelv, de nagyon hiányos tudással rendelkeznek. A bemeneti méréskor feltárt hiányosságok ismeretében egyénre szabottan a felzárkóztatás biztosítása a feladat. Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak ismétlése, a hiányok pótlása, a szövegértés, az írás- és beszédképesség, a hallás utáni megértés és egyéb kompetenciák fejlesztése, és a nyelvtani ismeretek elmélyítése. A tanév végére a tanulók érik el az A2 szintet.

Ahhoz, hogy az angol nyelv tanításával új világot nyissunk meg a tanulók előtt, az alábbi feladatokat kell ellátni: az általános iskolai ismeretanyag ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása, szókincs bővítése; egyszerű szövegek megértése és alkotása megadott minta alapján; a hétköznapi élethelyzetekhez szükséges alapszintű kommunikáció kialakítása; az írás és a helyesírás képességének fejlesztése magyar és angol nyelven; a kreativitás és szocializáltság fejlesztése, önállóság, tolerancia és empátia kialakítása; az angol nyelvterület kultúrájának, szokásainak, illemszabályainak megismertetése és elfogadtatása; az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése; az önbizalom növelése; a tanuló merjen angolul beszélni, még akkor is, ha hibázik; a motiváltság megteremtése, a munkavégzésre való szocializálás; a társadalmilag hasznos magatartásformák kialakítása; a tanulók sikerélményhez juttatása zene, tánc, mondókák, rapszövegek segítségével.

A tanulók tudásszintjének felmérése után az egyéni elmaradások pótlása a cél. Fejlődjenek ki azok a jellemvonások, amelyek alkalmassá teszik a tanulókat arra, hogy rendszeresen és önállóan készüljenek az órákra, elkészítsék a házi feladatot, és egy adott témakörben önálló kutatást végezzenek az interneten, anyagot gyűjtsenek, PowerPoint-os prezentációt készítsenek.

A tanulók meglévő tudásának megismerése nélkülözhetetlen a tanulási folyamat tervezéséhez. Nemcsak a korábban tanult ismeretek meglévő szintje, hanem a tapasztalati tudás, a témával kapcsolatos személyes elképzelések és viszonyulások, magatartásmódok is felszínre kerülhetnek. A program alapelve a tanulók és képességeik megismerése különböző vizsgálati módszerek segítségével, amelyek alapján képességszint szerinti csoportokban megkezdődik a fejlesztés, hogy a pedagógusok minden gyermekből kihozzák képességei maximumát, és az alulteljesítő, tehetséges tanulók se vesszenek el.

A mérés értékelése alapján a tehetségesek esetében tehetségfejlesztés, a többi tanulónál pedig képességfejlesztés történik. A felzárkóztatás, a fejlesztés sikeressége minden tanuló esetében a különleges bánásmód és differenciált fejlesztés függvénye, ezért komplex egyéni fejlesztési program kidolgozása szükséges.

Tematikai egység	Év eleji állapotfelmérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolából hozott angol nyelvi alapok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Előkészítő és rávezető gyakorlatok, tájékozódás a tanulók nyelvi tudásszintjéről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Ismerkedés, a tanulási motiváció megteremtése.		<i>Patrónusi foglalkozás:</i>

Olvasás és hallás utáni szövegértés, nyelvi készség, íráskészség felmérése. Nyelvi teszt írása, értékelése, javítása, beszélgetés a tanulókkal.	önismeret. <i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Mindennapi élet, házirend.

Tematikai egység	Társas kapcsolatok	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Bemutatkozás, családtagok neve.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Idegen nyelvi kommunikáció, helyesírás, olvasás, számolás és hallásértés fejlesztése. Szókincsbővítés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Én és a családom. Köszönések. ABC, számok 1-20-ig. Színek. Család bemutatása, családfa készítése.</p> <p>Személyes névmások. Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása.</p>		<p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Rokonsági fok, családfa, személynév.	

Tematikai egység	Napirend	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Igék.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Simple Present igeidő bemutatása, kijelentés, kérdés, tagadás használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Hétköznapi tevékenységek, napi rutin, délutáni elfoglaltságok, hétféle házimunka, szabadidős tevékenységek. Reggeli tevékenységek, iskola, ebéd, felkészülés az órákra, szabadidő, esti tevékenységek, hétféle munka és szórakozás. Egy hétköznapom és egy hétfégem a családdal.</p> <p>Szókincsfejlesztés gondolat-térképpel. Szöveg kiegészítése, másolása, hallásértés, helyes sorrendbe rakás. Egyszerű szöveg alkotása, daltanulás, mondat szerkesztés.</p>		<i>Életpálya-építés</i>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Rend és napirend, strukturálás, rendszeresség, szabálykövetés, pontosság.
------------------------------------	---

Tematikai egység	Szűkebb környezetünk	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	A ház helyiségei nevének ismerete, és a „to be” létige ragozásának ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szókincsbővítés, „there is, there are” szerkezetek begyakorlása, mondatalkotás, szöveg szerkesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Lakóhelyünk, otthonunk. Lakástípusok. Ház részei, bútorok. Számok 1–100-ig. Mi hol található a házban, miből készült és milyen színű? Az ideális otthon. Szókincsfejlesztés, szóalkotás, mondat szerkesztés, hallásértés, helyes sorrendbe rakás, szöveg kiegészítése, daltanulás. Egyszerű szöveg alkotása.		<i>Művészetek</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Életpálya-építés</i> <i>Természetismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Helyhatározó, viszonyítás.	

Tematikai egység	A hely, ahol élek	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	„Can” szerkezet ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Irányok kifejezése. Térbeli és időbeli viszonyok kifejezése. Információ kérésének, átadásának gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mi található egy kisvárosban? A városban található épületek elnevezése, helye, útvonal kérése és adása. Járművek. Vásárlás. Mit lehet csinálni az adott épületben? Az én kisvárosom. Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, daltanulás, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása.		<i>Művészetek</i> <i>Életpálya-építés</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Természetismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Irány, településtípus, városi és vidéki életmód.	

Tematikai egység	Ételek, vásárlás	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Néhány étel neve.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	„Some/any” használata különböző mondattípusokban. Szókincsfejlesztés: ételek, ételcsoportok neve. Egyszerű kommunikációs formák használata vásárlásnál.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mi hol kapható, különböző termékek vásárlása és fogyasztása. Zöldségek, gyümölcsök, húsfélék, gabonafélék, tejtermékek, italok, édesség, egészséges ételek. Élelmiszer, ruha és kulturális cikk vásárlása.</p> <p>Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, daltanulás, egyszerű szöveg alkotása gondolattérkép alapján. Szövegalkotás.</p>		<p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Megszámlálható, megszámlálhatatlan, kivétel, egyes és többes szám, igeegyeztetés.	

Tematikai egység	A tudás forrása	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Néhány tantárgy nevének ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Simple Present idő gyakorlása, „to be” létige ragozása minden alakban, szövegalkotás, „there is”, „there are” szerkezet gyakorlása. Internet használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Iskola, média. Tantárgyak. A hét napjai. Hónapok. Órarend. Mi található egy tanteremben? Az én iskolám. Óra, idő, mennyiségek. Sorszámnevek 1–31-ig. Bemutató e-mail írása levelezőtársnak. Szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, daltanulás, egyszerű szöveg alkotása.</p>		<p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Informatika</i></p> <p><i>Életpálya-építés</i></p> <p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Mennyiségi egység.	

Tematikai egység	Egészség, betegség	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Ruhadarabok, alapvető testrészek nevének ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szókincsfejlesztés, mondatalkotás, szövegalkotás, önálló szövegmondás, párbeszéd.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Egészséges életmód. Betegségek, az orvosnál. Testrészek. Időjárás, a helyes öltözködés és étkezés. Sport, hobbi. Kedvenc étel receptje. Divatbemutató.</p> <p>Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, daltanulás, egyszerű szöveg alkotása.</p>		<p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kulturált viselkedés, évszak, öltözködés, divat, egészség, betegség.	

Tematikai egység	Nyíló világ	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Országok és ünnepek nevei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Célnyelvi országok kultúrájának, történelmének és szokásainak megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mi újság a nagyvilágban? Országok, nemzetiségek. Utazás. Szokások, ünnepek. Különböző kultúrák. Útlevel. Meghívó készítése.</p> <p>Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása, daltanulás.</p>		<p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Hétköznap, ünnepnap, ország, nemzetiség, szokás, kultúra.	

Tematikai egység	Óvjuk környezetünket	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Néhány állat és növény neve.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kérdés feltevése és válaszadás. Szókincsfejlesztés, mondatalkotás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mit tehetünk a szép környezetért? Állatok, növények nevei, tulajdonságaik, élőhelyük, táplálékuk, szokásaik. Földrajzi alapfogalmak, domborzati formák. Környezetvédelem. Önkéntes munka.</p> <p>Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása. PowerPoint bemutató készítése 3 különböző állatról.</p>		<i>Természetismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Önkéntesség, segítőkészség, empátia, környezet.	

Tematikai egység	Pályaorientáció	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Néhány foglalkozásnév ismerete, és tulajdonságokat jelentő melléknevek	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Melléknév fokozás szabályainak ismerete és gyakorlati alkalmazása, helyesírás fejlesztése, jellemzés	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Mi leszek, ha nagy leszek? Foglalkozások. Külső, belső tulajdonságok. Élethosszig tartó tanulás. Munkavállalás. Űrlap kitöltése: jelentkezés nyári diákmunkára; e-mail írása. Melléknév fokozása.</p> <p>Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása.</p>		<i>Patrónusi foglalkozás</i> <i>Életpálya-építés</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Élethosszig tartó tanulás, munkavállalás.	

Tematikai egység	Szabadon tervezhető témák	Órakeret 11 óra
Előzetes tudás	Az előkészítő évfolyamon megszerzett tudásanyag.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismétlés, a tudás elmélyítése. Csapatépítés a műsorra való felkészülés során. Együttműködés, egymásra figyelés. Esztétikai, művészeti tudatosság és kifejezőképesség, előadásmód fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>A tanult anyag ismételése, elmélyítése</i> Témakörök szóanyaga. Nyelvi szerkezetek. Igeidők. Mondókák, dalok gyakorlása. <i>Félévi és év végi ismétlés, rendszerezés, ellenőrzés</i> <i>Kulturális műsor összeállítása, felkészülés és előadás</i>		<i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak		

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanuló legyen képes <ul style="list-style-type: none"> – gondolatait egyszerű kifejezésekkel és mondat szerkezetekkel, a megfelelő nyelvi eszközök használatával megfogalmazni, – üzenetet, üdvözlőt, meghívót, baráti levelet, jellemzést írni, – egyszerű szöveget olvasni és értelmezni, – hallás után megérteni a tanár utasításait, az olvasmányok, a dalok és a mondókák szövegeit, értelmezni és használni a nyelvtani alapszerkezeteket, a személyes névmásokat, az alap-igeidőket (Simple Present, Present Continuous, Simple Past, Simple Future), az egyes és többes számot, a megszámlálható és megszámlálhatatlan fogalmát, – megérteni rövid, egyszerű szövegek, történetek lényegét, – megérteni a leggyakoribb fordulatokat és szókinccset, ha számára ismert dologról van szó, – megértetni magát egyszerű, begyakorolt, hétköznapi témáról szóló beszélgetésben, – kérdéseket feltenni, egyszerű állításokra reagálni, – rövid feljegyzéseket, e-maileket, üzeneteket, magánlevelet írni, – az alapvető kommunikációs szükségleteit kielégíteni.
--	--

NÉMET NYELV 9/AJKP évfolyam

Az előkészítő évfolyamra különböző tudásszintű fiatalok kerülnek be. Tanulmányaik során sokan közülük találkoztak már a német nyelvvel, de ők is többnyire nagyon hiányos tudással rendelkeznek. A bemeneti méréskor feltárt hiányosságok ismeretében lehetőség szerint egyénre szabottan a felzárkóztatás biztosítása a feladat.

Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása, az új élethelyzetbe, iskolába, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése, a nyelvi gátlások oldása, a téves beidegződések javítása.

A fő cél az idegen nyelvi kompetenciák (a szövegértés, az írás- és beszédképesség, a hallás utáni megértés) fejlesztése, idegen nyelvi tanulási technikák kialakítása és a nyelvtani ismeretek elmélyítése. A tanév végére a tanulók érijék el az A2 szintet.

Ahhoz, hogy a német nyelv tanításával új világot, új lehetőségeket nyissunk meg a tanulók előtt, az alábbi feladatokat kell elvégezni: az általános iskolai ismeretanyag ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása, szókincs bővítése; egyszerű szövegek megértése és alkotása megadott minta alapján; a hétköznapi élethelyzetekhez szükséges alapszintű kommunikáció kialakítása; az írás és a helyesírás képességének fejlesztése magyar és német nyelven; a kreativitás és szocializáltság fejlesztése, önállóság, tolerancia és empátia kialakítása; a német nyelvű országok kultúrájának, szokásainak, illemszabályainak megismertetése; az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése; az önbizalom növelése. A tanuló merjen németül beszélni még akkor is, ha hibázik; célunk továbbá a motiváltság megteremtése, a munkavégzésre való szocializálás; a társadalmilag hasznos magatartásformák kialakítása; autentikus szövegek önálló megértése iránti igény kialakítása; a tanulók sikerélményhez juttatása zene, tánc, mondókák segítségével.

A tanulók tudásszintjének felmérése után az egyéni hiányosságok pótlása a cél. Fejlődjenek ki azok a jellemvonások, alakuljanak ki azok a képességek, amelyek alkalmassá teszik a tanulókat arra, hogy rendszeresen és önállóan készüljenek az órákra, elkészítsék a házi feladatot, és egy adott témakörben önálló kutatást végezzenek az interneten, anyagot gyűjtsenek, PowerPoint-os prezentációt készítsenek.

A tanulók meglévő tudásának megismerése nélkülözhetetlen a tanulási folyamat tervezéséhez. Nemcsak a korábban tanult ismeretek meglévő szintje, hanem a tapasztalati tudás, a témával kapcsolatos személyes elképzelések és viszonyulások, magatartásmódok is felszínre kerülhetnek.

A program alapelve a tanulók és képességeik megismerése különböző vizsgálati módszerek segítségével, amelynek alapján képességszint szerinti csoportokban megkezdődik a fejlesztés, hogy a pedagógusok minden gyermekből kihozzák képességük maximumát, és az alulteljesítő, tehetséges tanulók se vesszenek el.

A mérés értékelése alapján a tehetségesek esetében tehetségfejlesztés, a többi tanulónál pedig képességfejlesztés történik. A felzárkóztatás, a fejlesztés sikeressége minden tanuló esetében a különleges bánásmód, a differenciált foglalkozás és foglalkoztatás függvénye. Ezért komplex egyéni fejlesztési program kidolgozása szükséges.

Tematikai egység	Év eleji állapotfelmérés	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolából hozott német nyelvi alapok (szókincs és nyelvtan), napszak szerinti köszönés, más udvariassági formulák,	

	dalok, versek, mondókák ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Előkészítő és rávezető gyakorlatok, tájékozódás a tanulók nyelvi tudásszintjéről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Ismerkedés, a tanulási motiváció megteremtése</i> Tájékozódás a tanulók nyelvi ismereteiről. Olvasás és hallás utáni szövegértés, nyelvi készség, íráskészség felmérése.		<i>Patrónusi foglalkozás</i> <i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Házirend.	

Tematikai egység	Társas kapcsolatok	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Bemutatkozás, családtagok neve. Német ABC, számok 1-20-ig, színek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Idegen nyelvi kommunikáció, helyesírás, olvasás, számolás és hallásértés fejlesztése idegen nyelven.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Én és a családom. Köszönések. Család bemutatása, saját családfa elkészítése. Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókincsfejlesztés, nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása. Személyes névmások, szabályos igék ragozása, kijelentő mondat szórendje.		<i>Társadalomismeret</i> <i>Művészetek</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Rokonsági fok, családfa, személynév.	

Tematikai egység	Szűkebb környezetünk	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	A ház helyiségei nevének ismerete, az "ist" és "sind" igealakok ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szókincsbővítés, hallásértés fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Házunk, lakásunk, otthonunk</i> A ház, a lakás részei, helyiségek, bútorok, berendezési tárgyak. Mi hol található a házban, miből készült és milyen színű?		<i>Művészetek</i> <i>Társadalomismeret</i>

<p>Színek. Melléknevek használata. Számok 1-100-ig. Helyhatározók. „liegen, hängen, stehen” igék használatának begyakorlása. Előjárósók tárgy- és részes esettel. Mondatalkotás, képleírás. Szóalkotás, mondatszerkesztés, helyes sorrendbe rakás, szöveg kiegészítése, daltanulás. Egyszerű szöveg alkotása: „Ilyen lakásban szeretnék lakni”.</p>	<p><i>Életpálya-építés</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Helyhatározó, otthon.</p>

Tematikai egység	A hely, ahol élek	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	A "können + Infinitív" szerkezet ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasás és hallás utáni szövegértés fejlesztése, szókincsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Városom, falum. Járművek, közlekedés, vásárlás. A városban található épületek elnevezése, helye. Útbaigazítás kérése és adása. Mit lehet csinálni az adott épületben? Irányok, tér és idő, információ kérése, átadása.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Wie komme ich... ? – Wo finde ich...? – Ich suche... <p>Nyelvi feladatok megoldása, daltanulás, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása.</p>		<p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Életpálya-építés</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Irány, településtípus, városi és vidéki életmód.	

Tematikai egység	Tudásunk forrása	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Néhány tantárgy nevének ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szövegértés fejlesztése, szókincsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Iskola, tanulás, internet. Tantárgyak. A hét napjai, hónapok. Órarend, mi található egy tanteremben?</p>		<p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>

Óra, idő, mennyiségek. Sorszámnevek 1-20-ig. Birtokos névmások gyakorlása, birtoklás kifejezése "haben"-nel, tagadás "kein"-nel. Kérdő mondatok szórendje. Nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, daltanulás, egyszerű szöveg alkotása: Az én iskolám – bemutatkozó e-mail írása levelezőtársnak.	<i>Életpálya-építés</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Idő, ismeretszerzés, multimédiás eszköz.

Tematikai egység	Ami az asztalra kerül	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Egyes ételek nevei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasás és hallás utáni szövegértés fejlesztése, szókinccsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Vásárlás. Mi hol kapható, különböző termékek vásárlása és fogyasztása.</p> <p>Zöldségek, gyümölcsök, húsfélék, gabonafélék, tejtermékek, italok, édesség, egészséges ételek. Ételek, ételcsoportok nevei.</p> <p>Sztereotip párbeszédetek vásárláskor:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Haben Sie...? – Können Sie mir...? – Was kostet...? <p>Nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, daltanulás, önálló szövegalkotás: élelmiszer-, ruha- és írószervásárlás.</p>		<i>Társadalomismeret</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i> <i>Természetismeret</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egyes szám, többes szám, állítmány, alany, állítás, tagadás.	

Tematikai egység	Szabadidő eltöltése	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Néhány sport és hobbi német nevének ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasás és hallás utáni szövegértés, szókinccsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Szabadidő, sport, hobbi.</p> <p>Szabadidő, hétvége, nyári szünet.</p> <p>Nyáralás, üdülés, pihenés, kikapcsolódás.</p> <p>Nyári és téli sportok.</p> <p>Mozi, színház, zene, koncert.</p> <p>Kirándulás, túrázás, kerékpározás.</p>		<i>Patrónusi foglalkozás</i> <i>Természetismeret</i>

Kérdés feltevése és válaszadás. Mondatalkotás, mellékmondati szórend. Nyelvi feladatok megoldása, szituációs gyakorlatok, egyszerű szöveg alkotása.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szabadidő, egészséges életmód, közösség.

Tematikai egység	Egy napom	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Hétköznapi életünkhöz, napi rutinunkhoz kapcsolódó igék.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Hallásértés fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Napirendem hétköznapokon és hétvégén. Hétköznapi tevékenységek, napi rutin. Reggeli tevékenységek. Iskola. Ebéd. Felkészülés az órákra. Szabadidő. Esti tevékenységek. Hétfégi munka és szórakozás. Jelen idő használata. Kijelentő mondat szórendje. Időhatározók: napok, napszakok, óra, perc. Kérdések: Wann... / Um wieviel Uhr...? Igenlő és tagadó válaszok. "Können" és "müssen" segédigék használata. Egyszerű szöveg alkotása, daltanulás, mondatszerkesztés. Szógyűjtés (szóbokor), helyes sorrendbe rakás.</p>		<i>Életpálya-építés</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Rend, napirend, rendszeresség, szabálykövetés, pontosság.	

Tematikai egység	Egészséges életmód	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Ruhadarabok, alapvető testrészek nevének ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szókincsfejlesztés, mondatalkotás, szövegalkotás, önálló szövegmondás, párbeszéd.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Helyes táplálkozás, helyes öltözködés. Betegségek megnevezése. Az orvosnál.</p>		<i>Patrónusi foglalkozás</i> <i>Természetismeret</i>

Testrészek. Időjárás. Sport, hobbi. A "man" használata. A főnév tárgyесе.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kulturált viselkedés, évszak, egyéniség, időjárás, alkalom, öltözködés.

Tematikai egység	Szabadon tervezhető témák	Órakeret 13 óra
Előzetes tudás	Az előkészítő évfolyamon megszerzett tudásanyag.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismétlés, a tudás elmélyítése. Csapatépítés a műsorra való felkészülés során. Együttműködés, egymásra figyelés fejlesztése. Esztétikai, művészeti tudatosság és kifejezőképesség, előadásmód fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Témakörök szóanyaga. Nyelvi szerkezetek. Melléknevek, hely- és időhatározók, igék, igeidők. Mondókák, dalok gyakorlása. Félévi és év végi ismétlés, rendszerezés, számonkérés. Kulturális műsor összeállítása, felkészülés és előadás.		<i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egymásrautaltság, árnyalt előadásmód, önbizalom, önismeret.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló legyen képes</p> <ul style="list-style-type: none"> – gondolatait egyszerű kifejezésekkel és mondatszerkezetekkel, a megfelelő nyelvi eszközök használatával megfogalmazni, – üzenetet, üdvözlőt, meghívót, baráti levelet, jellemzést írni, – egyszerű szöveget olvasni és értelmezni, – hallás után megérteni a tanár utasításait, az olvasmányok, a dalok és a mondókák szövegeit, – értelmezni és használni a létigét és a birtoklást kifejező igét (sein, haben), a főnevek alany-, tárgy- és részes esetű alakjait, a személyes névmásokat, az alapigeidőket (Präsens, Präteritum, Perfekt, Futur I.), a leggyakoribb tagadószókat (a nein, a nicht és a kein), – megérteni rövid, egyszerű szövegek, történetek lényegét, – megérteni a leggyakoribb fordulatokat és szókinccset, ha számára ismert dologról van szó, – megértetni magát egyszerű, begyakorolt, hétköznapi témáról szóló beszélgetésben, – kérdéseket feltenni, egyszerű állításokra reagálni, – rövid feljegyzéseket, e-maileket, üzeneteket, magánlevelet írni, – az alapvető kommunikációs szükségletek kielégítésére.
--	---

DRÁMA

9/AJKP évfolyam

A dráma tantárgy fontos szerepet játszik az árnyalt kifejezés képességének, a kooperációs és kommunikációs készségek, a kreativitás, az alkotó- és kapcsolatteremtő képesség fejlesztésében. Összpontosított, megtervezett munkára szoktatja a tanulókat, ön- és társismeretük gazdagodását szolgálja, segít az oldottabb és könnyebb kapcsolatépítésben és -ápolásban, az önkifejezés fejlesztésében. Fejleszti a fogékonyságot, a fantáziát, a koncentrációt, a toleranciát és az együttműködést. Ízlésformáló szerepet tölt be, alakítja az egyén értékrendjét. Az egyén szocializációját nagyban segíti a gyakorlat- és tevékenységközpontúság, amelynek révén a tananyag tevékenység közben sajátítható el. A tanulói tevékenységek a művészi alkotásokhoz és a mindennapi élet helyzeteihez, megnyilvánulásaihoz egyaránt kapcsolódnak.

A dráma a beszédgyakorlatokkal, a kreatív és improvizatív szövegalkotással, a drámajátékkal, a kommunikációs gyakorlatokkal fejleszti az érzékelést és a kifejezőképességet. Az együttműködés, a kapcsolati kultúra módjait, lehetőségeit tárja fel a csoportos tevékenységek során. A tanuló alkotó tevékenységet folytat, amelynek során érzelmi intelligenciája, empátiája, ön- és társismerete formálódik. Mindemellett megéli az alkotás örömét és nehézségeit egyaránt. A drámaszemelvények más kultúrák hagyományaival, értékeivel, új információkkal gazdagítják ismereteit, amely ismeretek a befogadás, értelmezés folyamata közben építik a személyiséget.

A tantárgy a kulcskompetenciákat gyakorlatok, illetve tevékenységek közben fejleszti. Az anyanyelvi kommunikációt a gondolatok, érzések, tények, vélemények kifejezése és értelmezése, valamint a helyes, öntudatos és alkotó nyelvhasználat során fejleszti. A matematikai kompetenciát a drámaóra tevékenységei közben felmerülő problémák megoldása során alkalmazott matematikai ismeretek és módszerek alkalmazásával fejleszti. A már megszerzett tapasztalatok alkalmazása jelenti a természettudományos kompetencia fejlesztését. A környezet ismeretére építve és a problémákat, szükségleteket alkotó módon megoldva fejlődik a technikai kompetencia. A digitális kompetencia alkalmazása ma már nélkülözhetetlen, ugyanakkor az információgyűjtés, az etikus információhasználat során, az informatikai jellegű tevékenységek közben tovább fejleszthető e kompetencia. A társadalmi életben, a közügyek intézése közben, a közösségi beilleszkedés folyamán szerzett tapasztalatok és ismeretek beépítése és kreatív felhasználása fejleszti a szociális és állampolgári kompetenciát. A kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia az alkotó tevékenységek során folyamatosan fejlődik. Újabb és újabb előadások tervei, egyéni megoldások, új kihívások teszik próbára a tanulókat. Az esztétikai megismerés, az elképzelések, élmények és érzések kreatív kifejezése, a megismert drámai alkotások befogadása, a hagyományos és modern drámai nyelvezet megismerése és alkalmazása az esztétikai-művészeti tudatosságot és kifejezőképességet fejleszti.

A memoriterek, az egyéni és csoportos tanulás megszervezése, az idővel és az információval való hatékony gazdálkodás, az információtechnológiai ismeretek alkalmazása alakítja, fejleszti a hatékony, önálló tanulást.

A dráma tantárgy nem elméleti ismeretek tanítását helyezi a középpontba, hanem tevékenységközpontú. Gyakorlati tevékenységek során sajátítja el a tanuló a tananyagot. A tantárgy lehetőséget biztosít arra, hogy az általános műveltség területeihez tartozó tartalmakat szervesen integrálja. A dráma az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedését segíti a kommunikációs gátak, zavarok oldásával. A tantárgy feladata a kommunikációs képesség, művészeti készségek fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben; a szövegolvasás, szövegértés fejlesztése; tanulási technikák kialakítása. A

kommunikációs kifejezőképesség állandó fejlesztését szem előtt tartva nem a hagyományos "feldolgozó" jellegű munkaformákat kell előnyben részesíteni, hanem a tanulók saját tapasztalatainak, az önkifejezés formáinak a felhasználásával az egyéni, kreatív gyakorlati tevékenységeket. Hozzá kell segíteni a tanulókat ahhoz, hogy a világról szerzett ismereteiket az életkornak megfelelő szinten kreatívan tudják alkalmazni a mindennapokban. Az adott élethelyzetekben felismerjék a kommunikációs szituációkat, és ezekben alkalmazni tudják a tanév során elsajátított és begyakorolt, adekvát szerepeket.

Fejlesztési cél	1. Év eleji felmérés	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában és szabadidőben olvasott művek, kommunikációs ismeretek és tapasztalatok, mozgásos játékelmények.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Adekvát önkifejezési módok alkalmazásának fejlesztése. Önismeret fejlesztése: az egyéni képességek és ezek határainak elfogadása. Igényesség fejlesztése kreativitással, egyedi megvalósítással. Kritikai érzék fejlesztése. Együttműködési képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Tájékozódás a tanulók olvasottságáról, kommunikációs és mozgáskoordinációs képességeiről, mozgáskultúrájáról. Bemeneti mérés: szövegértés, szóbeli kommunikációs, mozgáskoordinációs képességek, mozgáskultúra felmérése: – elbeszélgetés (szépirodalmi szemelvények, olvasmányok, irodalmi filmadaptációk, dalszövegek, kedvenc írók, költők, szerzők felidézése, vita kezdeményezése a témával kapcsolatban), – szituációs, mozgásos, ritmikus gyakorlatok tanulói és/vagy tanári témajavaslat alapján egyénileg és csoportosan (versenyjátékok, nagymozgásos játékok, népi kiszámoló és fogócskajátékok, rövid versek, mesék kísérése mozgással, egyenletes lüktetés érzékeltetése mondókamondás közben, természetes ritmusok felfedezése és mozgásos lekövetése), – korábban tanult vers, próza, tánc, zene, dal előadása, – vers, próza felolvasása felkészülés után, – a feladatok végrehajtásának értékelése egyénileg és/vagy csoportosan, önértékelés.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Kommunikáció, kommunikációs szabály, beszédhelyzet, együttműködés, mozgáskoordináció, mozgáskultúra, ritmizálás, önkifejezés, igényesség, kritika, vita.	

Fejlesztési cél	2. Készségfejlesztő gyakorlatok	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Versikék, mondókák, mesék, memoriterek. Közösségi és sportjátékok.	

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Tiszta, érthető, artikulált beszéd, adekvát nyelvhasználat fejlesztése. Nonverbális kifejezőeszközök helyes és tudatos használata. Zenei kifejezőeszközök helyes és tudatos használata. Kreativitás fejlesztése. A személyiségnek megfelelő árnyalt önkifejezés fejlesztése. Kooperáció, együttműködés fejlesztése.</p>
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	
<p>Beszéd, metakommunikáció. Intonáció, gesztus, mimika, testtartás jelentőségének, jelentésének feltárása:</p> <ul style="list-style-type: none"> – beszédtechnikai és légzőgyakorlatok (légzéstípusok megfigyelése: váll, mellkas, rekesz, saját légzés megfigyelése, rövid versek és mondókák előadása laza testtónus megtartása mellett, hangok próbálgatása az erős érzelmi-indulati állapotok kifejezésére, szóhangsúly gyakorlása egyre hosszabb szavakban), – artikulációs gyakorlatok (szájról olvasás, egymás hangjának felismerése, utánzása, ritmusjátékok néma szövegmondással), – memóriafejlesztő gyakorlatok, – némajátékok, pantomim, – interakciós játékok, páros, illetve csoportos egyensúly- és bizalomgyakorlatok (vakvezetéses, dőléses, billenéses gyakorlatok), – szituációs játékok, – mozgáskoordinációs gyakorlatok (versenyjátékok, nagymozgásos játékok, népi kiszámoló és fogócskajátékok, rövid versek, mesék kísérése mozgással, egyenletes lüktetés érzékeltetése mondókamondás közben, természetes ritmusok felfedezése és mozgásos lekövetése), – relaxációs gyakorlatok (feszítés és lazítás fekvő, állva, ülve, arc ellazítása, kéz „kirázása” kilégzés közben), – ritmusérzéklet fejlesztő játékok (versek, mondókák ütemezése tapssal, járással, mozgással különböző tempóban, ritmus és mozgásváltással), – kapcsolatteremtő játékok (kapcsolatteremtés szemkontaktussal, érintéssel, kézfogással, hanggal). <p>Beszédstílusok (régies, tanári, költői stb.) megkülönböztetése:</p> <ul style="list-style-type: none"> – beszédstílus, intonáció, gesztus, mimika, testtartás megfigyelése és elemzése (mindennapi életben, művészi előadásokban, önmegfigyelés során), – csoportépítés (csoportépítési technikák játékos feladatokkal). 	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p>
<p>Kulcsfogalmak/fogalmak</p>	<p>Légzéstechnika, artikuláció, szituáció, relaxáció, nonverbális kifejezőeszköz, zenei kifejezőeszköz.</p>

Fejlesztési cél	3. Az alapvető drámai konvenciók megismerése és alkalmazása	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Irodalmi művek szereplőinek belső és külső tulajdonságai, jellemzése. Hallott, tanult, látott szövegek, mozgások reprodukciója.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása. Elsajátított ismeretek, készségek fejlesztése ritmikai, mozgásos gyakorlatokban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Különböző drámajátékok, gyakorlatok egyénileg és kiscsoportban:</p> <ul style="list-style-type: none"> – belső hangok követése, monológ, gondolatkövetés, mimeszituációs játék, szoborjáték vagy állókép: a csoport tagjai egy jelenetet, helyzetet rögzítenek így, a többiek kérdéseket intézhetnek hozzájuk: Kik vagy mik ők? Mi történt velük? Miért? stb., halandzs nyelv, improvizációk zenére stb., – levél és napló, telefon- és rádióbeszélgetés, interjú, műfaji sajátosságai (narráció), – a szépirodalmi napló ismertetése, szövegrészletek feldolgozása, – illemszabályok hétköznapi szituációkban, – térközsabályozást, térhasználatot segítő feladatok. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Belső hang, monológ, gondolatkövetés, levél, napló, interjú, illemszabály, improvizáció, színházi tér.	

Fejlesztési cél	4. Színházi, dramaturgiai alapfogalmak alkalmazása	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek a meséről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Elemző gondolkodás fejlesztése. Szóbeli és nem szóbeli kifejezőképesség fejlesztése: kifejező beszéd, szövegalkotási képesség, testkontroll, helyzetfelismerési képesség, problémamegoldó képesség fejlesztése. Együttműködési képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A mese és a cselekmény fogalmának ismerete, a cselekmény szerkezete, a környezetrajz és jellemzés speciális módjai a színpadi műfajok esetében; a népmese elemei szövegrészletek alapján:</p> <ul style="list-style-type: none"> – improvizációs játékok (rögtönzések, érzelmi állapotok, színjátékos stílusok, szöveg megadásával), – szövegek szerkesztése (drámai szöveg mozgásban és szóban való megjelenítése), – állókép, tabló, – párbeszédes játékok, – tárgyak megszólaltatása, 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> – képzelt lények megszemélyesítése, beszéltetése, – térközszabályozást, térhasználatot fejlesztő gyakorlatok (tempótartás különböző térformákban, térkitöltő gyakorlatok, térhez igazodó beszéd), – beszédgyakorlatok (hangok utánzása, a tanult beszédgyakorlatok tudatos alkalmazása, szöveges hangerő-gyakorlatok, hangsúly-, hanglejtésgyakorlatok stb.), – mesei motívum, meserészlet vagy rövidebb mese feldolgozása tanári közreműködéssel (térmeghatározás, szimuláció, a teljes csoportot megmozgató szerepjáték, szertartás, állókép, némajáték). 	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Mese, cselekmény, térközszabályozás, szertartás, történet, jelenet, főhős, szereplő, helyszín.

Fejlesztési cél	5. Történetek szerkesztése és előadása a dráma eszköztárával	Órakeret 18 óra
Előzetes tudás	Népi gyermekjátékok, kiszámolók, mondókák, gyerekdalok, énekes-táncos játékok, gyerekversek, népmesék ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Megfigyelési képesség fejlesztése. Gondolkodás fejlesztése. Előadói képesség fejlesztése. Improvizációs képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Népszokások, néphagyományok, betlehemezés, regölés, alakoskodások, hagyományos ünnepi műsorok, táncok. A helyi népszokások bemutatása, ismertetése.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Rögtönzés a megismert drámai konvenciók és színházi formanyelv elemeinek alkalmazásával, – néphagyományok dramatikus megjelenítése, – dramatikus improvizációk – a tanár által megadott és/vagy a tanulók által létrehozott történetváz alapján, – mozgásra épülő csoportos improvizációk a tanár által megadott egyszerű cselekményváz alapján, – játék az elkészített marionettfigurákkal és /vagy árnybábokkal, különböző technikákkal, – improvizációk a megismert technikák felhasználásával, önálló előadás készítése, bemutatása, értékelése, – szövegalkotás, – memoriterek, – autentikus források felkutatása. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Esztétika, néphagyomány, népszokás, ünnep, viselet, néptánc, koreográfia, információgyűjtés és -feldolgozás.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	6. A színház- és drámatörténet kiemelkedő korszakai	Órakeret 22 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek drámákról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az irodalmi művek jobb megértésének fejlesztése. Kommunikációs képességek fejlesztése. A kommunikációs helyzetnek megfelelő stílus alkalmazása. Igényesség kialakítása feladatok, gyakorlatok kreatív, egyedi megvalósítása során.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Ókor (tragédia, komédia, az ókori görög színház általános jellemzése, maszk, jelmez, egyéb színháztechnikai jellemzők). Reneszánsz (angol színházművészet, színpadtechnika, jellemző karakterek, jelmezek). XX. század (modern műfajok, musical, kabaré)</p> <ul style="list-style-type: none"> – a klasszikus és kortárs magyar irodalom különféle epikai, lírai, drámai műveinek változatos feladathelyzetekben való feldolgozása, esztétikai jellemzőik tudatosítása, – színdarabok előadása – dramatizált részlet (dialógus vagy monológ) kifejező előadása, – a túlzás és általánosítás szerepének bemutatása egyes típusok ábrázolásában, a komikum tartalmi és nyelvi eszközeinek felismerése, – a történeti és napjaink színházi műfajai vonatkozásában az egyes színházi stílusok jellemző jegyeinek felismerése látott színjátékokban, drámamunkában, filmfeldolgozásokban, – különböző színházi irányzatokhoz tartozó színházi előadás/ok, filmfeldolgozás/ok megtekintése, megvitatása, – központi figura köré épülő rövid dráma alkotása (hangaláfestés, szerep a falon, térképek és ábrák készítése, állókép, gyűlés, véletlenül meghallott beszélgetés, képaláírás, maszkok, beépített szereplő, gondolatkövetés konvenciók felhasználásával), – csoportról szóló drámaóra (interjú, forró szék, szerepcsere, kiscsoportos improvizáció, mimes játék, az igazság pillanata, belső hangok, szertartás, vita konvenciók felhasználásával), – erkölcsi dilemmákat vizsgáló drámaórák (pl. a szakértő köntöskében, telefonbeszélgetés, az élet egy napja). 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>
Kulcsfogalmak	<p>Dráma, stílus, karakter, sűrítés, feszültség, konfliktus, jellem, helyzet, társadalmi ellentmondás, jelenet, szín, zenei stílus, néptánc, modern tánc, koreográfia, előadás, színpadi műfaj, komédia, tragédia, tragikomédia, bábjáték, mesejáték, történelmi dráma, zenés, tánc- és mozgásszínház, ókori görög színház, reneszánsz angol színjátszás, expozíció, bonyodalom, tetőfok, válság, késleltetés, megoldás.</p>	

Fejlesztési cél	7. Történetek feldolgozása a dráma eszköztárával	Órakeret 22 óra
Előzetes tudás	Az instrukciók megértése, követése. Együttműködés. Figyelem, koncentráció. Ritmusérzék. Verbális és nonverbális kifejezőeszközök használata.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egyéni képességek kibontakoztatásának segítése. A művészi szövegek, előadások önálló értelmezése iránti igény kialakítása, és ezek kreatív átfogalmazása. Kreativitás sokoldalú fejlesztése. Rugalmasság, nyitottság, alkalmazkodóképesség, konfliktuskezelés, érdekérvényesítés fejlesztése. Vállalkozói kompetencia, önállóság, felelősségvállalás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Díszlet, jelmez tervezése és/vagy készítése. Ünnepi műsorok, táncok, klasszikus vagy modern művek, műrészletek átdolgozása, előadása.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kooperativitás, projekt módszer.	

Fejlesztési cél	8. Rendszerező ismétlés	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Mozgásgyakorlatok. Beszédgyakorlatok. Önismereti és társismereti játékok. Improvizációs játékok. Kapcsolatteremtő és kommunikációs játékok. Dramatikus játékok. Színjátékos gyakorlatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kulturált nyelvi magatartás fejlesztése. Ítéloképesség, erkölcsi, esztétikai érzékenység fejlesztése. Önellenzés, önismeret fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Tanult játékok, gyakorlatok, technikák, játékok ismétlése, a tananyag rendszerezése. A tanév munkájának elemzése: – bemeneti mérés szempontjai alapján a kimenet értékelése: szövegértés, szóbeli kommunikációs, mozgáskoordinációs képességek, mozgáskultúra felmérése, – szituációs, mozgásos, ritmikus gyakorlatok, – korábban tanult vers, próza, tánc, zene, dal előadása, – vers, próza felolvasása felkészülés után,		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Művészetek</i> <i>Informatika</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i>

<ul style="list-style-type: none"> – a feladatok végrehajtásának értékelése egyénileg és/vagy csoportosan, önértékelés, – korábban rögzített előadás(ok) elemző értékelése . 	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kommunikáció, együttműködés, mozgáskultúra, önkifejezés, igényesség, kritika, vita, esztétikum, előadás, önértékelés.

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló reális önismerettel rendelkezik szövegértési, szóbeli kommunikációs és mozgáskoordinációs képességeiről. Beszédstílusa a szituációnak, mondanivalójának és életkorának megfelelő.</p> <p>Kommunikációja során törekszik kifejezőeszközeit helyesen alkalmazni és tudatosan megválasztani.</p> <p>Verbális és metakommunikációs eszközöket tudatosan alkalmaz.</p> <p>Képes az együttműködésre csoporttársaival.</p> <p>Képes egyénileg és csoportosan előadást, rövid jelenetet tervezni, előadni.</p> <p>Életkorának megfelelő kreativitással, önállósággal oldja meg feladatait.</p> <p>Többféle mozgásformát ismer, alkalmaz.</p> <p>A megismert munkaformákat tudatosan és kreatívan alkalmazza.</p> <p>Képes figyelme tudatos összpontosítására, fegyelmezett feladatvégzésre.</p> <p>A drámaórák kapcsán felmerült problémák életkorának megfelelő szintű vizsgálatára és megfogalmazására képes.</p> <p>Irodalom- és drámatörténeti ismeretekkel rendelkezik.</p>
--	--

TESTNEVELÉS ÉS SPORT

A testnevelés és sport műveltségtartalma - már a kritikus gondolkodásra alapozva – ezen az iskolafokon tovább mélyíti és bővíti a sportolás, aktív pihenés alkalmazásához szükséges ismereteket és mozgásos tevékenységeket és az ehhez tartozó kompetenciákat. Ebben a szakaszban a munkaerőpiac kompetenciaelvárásainak és a Nemzeti alaptanterv kulcskompetenciáinak tudatosítására és a NAT-nak megfelelő sportműveltség, sportágismeret elsajátítására kell elsősorban törekedni. További cél az önálló felelősségvállalás, a munkavállalásra alkalmazhatóság, a munkabírás, a tanulás és mozgás helyes aránya, a választás a saját előnyben részesített rekreációs terület irányába kialakítása, és az azokkal kapcsolatos tudás összefoglalása, továbbfejlesztése. A műveltségterület ebben az életszakaszban közvetíti a civilizációs betegségek ismeretét, felismerési módjait, az ezek elleni küzdelem lehetőségét, módját.

A diák alapvetően képessé válik az eddig megszerzett tudás, kompetenciák birtokában a tárgyi és eszköztudását fejleszteni, valamint felelősen végig tudja gondolni a jövőjét sarkalatosan befolyásoló események fontosságát, azok szerepét. A kerettantervben megjelenő mozgásos és kognitív tartalmak sikeres akkomodációjának érdekében inkább a tanuló változó körülményekhez kapcsolódó alkalmazkodóképessége és nem a mozgásreprodukáló képessége kerül fejlesztésre. A különböző testgyakorlási formák hozzájárulnak az általános értékteremtés mellett a közös és az egyéni érdekek képviseléséhez, valamint erősítik a tantárgy alapvető és aktuális motivációs tényezőit, pl. ötletszerzés, élményszerzés, jókedv, kaland, testformálás, fogyókúra, párválasztás, kikapcsolódás, feszültségvezetés, örömszerzés, baráti kör, önmegvalósítás, teljesítménykontroll, sportolási divatok.

A kívánt célállapotban a közoktatási tanulmányait befejező fiatal képes a mozgáskommunikáció sokoldalú felhasználására, az iskolai testnevelésben tanult testgyakorlati ágak technikájának teljesítményhez kötött bemutatására, a testi képességekhez, az egészséges életmódhoz kapcsolódó ismeretek alkotó felhasználására, az egyéni és társas játékok, sporttevékenységek szervezéséhez szükséges ismeretek átadására és bemutatására. A kerettanterv minden tanuló számára biztosítani kívánja a hatékony és élményszerű motoros tanulást. Módszereiben döntően a játékos cselekvéstanulást, az adekvát játékok és versengések alkalmazását helyezi előtérbe. Az egységesség és differenciálás elvét az általa vezérelt gyakorlatok során a legfőbb értékek közé sorolja. Ebben az oktatási szakaszban is megkülönböztetett figyelmet fordít a belső, didaktikai differenciálásra. Ez a záloga annak, hogy minden tanuló eljusson a megszerzhető tudás legmagasabb szintjére és megvalósulhassanak a társadalmi érdekeket is kifejező tantárgyi célok. A differenciálás alappillérei a tanulói képességek különbözősége, a motivációs háttér és a testneveléshez kapcsolódó egyéni célok. A fejlesztő munka igazodik a tanulásban mutatkozó alapvető tendenciákhoz, de az oktatási-nevelési folyamatban bekövetkező változásokhoz is. A belső didaktikai differenciálás emeli a motoros tanulást, de egyúttal a személyiségfejlesztés egyéb dimenzióiban bekövetkező fejlesztés határfokát is. A motoros tanulás sajátossága ugyanis, hogy a tudáshoz, a teljesítményhez vezető úton formálódnak az értelmi, érzelmi-akarati, szociális képességek és tulajdonságok. A fejlesztés várt eredményei ennek megfelelően a készségekben, a képességekben, az ismeretekben és az attitűdökben megfogalmazható követelményeket is tartalmazzák.

A közoktatási folyamat kimeneti szakaszához közeledve a tudatosan tervezett, rendszeres képzésben megjelenik a testkultúrához tartozó, a sportkultúrát és sportműveltséget fejlesztő szabály-, élettani, anatómiai, illetve sporttörténeti oktatás, megteremtve a szükséges alapot és lehetőséget a közép- és emelt szintű érettségi vizsga sikeres teljesítéséhez, valamint a *demokráciára nevelés és az erkölcsi nevelés* segítéséhez. Az évfolyamszakasz vége az

általános műveltséget elmélyítő, pályaválasztási szakasznak tekinthető – előtérbe lép a *pályaorientáció, a saját életút iránti felelősségvállalás*. A tanulók értik, tudják a kultúra és a testkultúra kapcsolatrendszerét, a mozgásigény és mozgásszükséglet alakulását a biológiai fejlődéssel összhangban, az önálló testedzés elméleti és gyakorlati alapjait, a testi képességek és a mozgásműveltség sokoldalú fejlesztésének módozatait, a *testi és a lelki egészség* megőrzésére vonatkozó lehetőségeket. Az alternatív, szabadtéri sportok kapcsán hangsúlyt kap a *környezettudatos* nevelés is.

Mindezek adják az egészségtudatos, sportos felnőtt élet megélésének bázisát. Megteremtik az élethosszig tartó mozgásos tevékenységekhez szükséges felelős döntések elegendő és rugalmasan bővíthető információs készletét – kiteljesedik az *önértékelés*. Kialakítják a társas viszonyokba ágyazott személyes identitást, és képessé teszik a fiatalot arra, hogy a sportban átélt konkrét élményeket szimbolikus síkon értelmezze, az élet más területén szerzett tapasztalataival összevesse, és az összefüggéseket megértse – ezáltal erősödik a *nemzeti öntudat, a hazafias nevelés*.

Ebben a szakaszban célként jelenik meg az iskolai műveltség differenciált megszilárdítása, amelyben már feltűnnek a szakképzés előkészítéséhez, a pályaválasztáshoz, a munkavállalói szerepekhez szükséges kompetenciák. Ez a szakasz a tudás alapvető tényezőit és összetevőit a tartalomba ágyazott képességfejlesztés elvének a szem előtt tartásával szilárdítja meg. Ebben az életkorban már kiemelten valósulhat meg – a kognitív fejlesztési oldal figyelembevételével – a testnevelés és sport oktatásában az alapvető egészséggel és önismerettel kapcsolatos értékek elsajátítása.

A tantárgy tanításának alapja a szaknyelv fejlődését biztosító *anyanyelvi kommunikáció*. Célja, hogy a tanulók képesek legyenek objektív módon elemezni saját egészségi állapotukat, ismerjék az egészségkárosító tényezőket, azok hatását, elkerülésük módját. Mindezek mellett tudatosan és minden tekintetben kielégítő módon kommunikáljanak, és saját véleményüket artikuláltnak, határozottan fejtsek ki az egészségtudatos életvitellel kapcsolatban és a társaknak nyújtott segítségadás során.

A sikeres interperszonális részvétel érdekében elengedhetetlen a viselkedési szabályok és az általánosan elfogadott magatartás megértése, ezáltal fejlődik a *szociális és állampolgári* kompetencia. E kompetencia alapját az a készség képezi, hogy építő módon tudjanak tanulók *kommunikálni*, nézőpontokat kifejezni és megérteni, bizalmat keltő módon tárgyalni, és képesek legyenek az együttérzésre. Az egyénnek tudnia kell kezelni a stresszt és a frusztrációt, és építő módon kell ezeket kifejezésre juttatnia, továbbá különbséget kell tudnia tenni a személyes és a szakmai szféra között.

A hatékony *tanulás* kompetencia segítségével a tanulók egyénileg és csoportban is meg tudják szervezni saját edzettségük eléréséhez szükséges tevékenységüket, ideértve az idővel és információval való hatékony bánásmódot. A kompetencia magában foglalja az egyén tanulási folyamatának és szükségleteinek ismeretét, az elérhető lehetőségek felismerését, és az akadályok megszüntetésének képességét az eredményes edzettség és teherbírás érdekében. Ez az új tudás és készségek megszerzését, feldolgozását és asszimilálását, továbbá útmutatások keresését és alkalmazását jelenti. Ennek birtokában fejlesztik a tanulók azon képességeiket, ami rávezeti őket arra, hogy a feladatok végrehajtásában az előzetesen tanultakra és az élettapasztalatra építsenek, annak érdekében, hogy a tudást és készségeket helyzetek sokaságában tudják használni.

A sport- és mozgáskultúra bázisára építve fejlődik a *vállalkozói kompetencia*, miszerint egyénileg s csapatban is képesek a személyek dolgozni. Kialakul az egyén saját erős és gyenge pontjai megítélésének képessége, valamint az a képesség, hogy az egyén a kockázatokat értékelni és adott esetben vállalni tudja. A mozgásminőség és mozgáskivitelezés elemzésén keresztül fejlődik az *esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség*.

9-10. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportjátékok	Órakeret 70 óra
Előzetes tudás	Életkornak megfelelő technikai és taktikai, elméleti és gyakorlati tudás. Aktív részvétel az előkészítő játékokban, sportjátékokban. Figyelmes és hatékony munkavégzés a gyakorlásban. Csapatjátékos tulajdonságok ismerete. Sportszerűség, a szabálykövető magatartás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A választott legalább két labdajátékra vonatkozóan: Az új játékeladatokban, játéksituációkban a technikai, taktikai és szabályismeret tudatos és felelős alkalmazása, bővítése. A sportjáték-specifikus képességek megerősítése. A játéksituációk, játékeladatok magasabb gondolkodási, motoros szinten történő megoldása a szabálykövetés, a csoportkonszenzus és az ellenfél tisztelete szempontjából is.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Legalább két labdajáték választása kötelező.</p> <p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A labdajátékokra felkészítő mozgásfeladatok <i>Speciálisan előkészítő, rávezető, képességfejlesztő feladatok és testnevelési játékok</i> A labda nélkül végzett mozgások – szlalom futások (változó irányokba), vágások, irányváltások, taposások helyben, súlypontemelkedések, ugrások páros és egy lábbal, váltott lábbal – gyakorlási hatékonyságának, játékban való eredményes használatának továbbfejlesztése. Az alapmozgások nagyszámú variációja irányban, sebességnöveléssel. A reakcióidő és a társ mozdulatára reagálás optimumának elérése. A helyezkedés, helyzetfelismerés továbbfejlesztése a labdáért való harcban, cselek labdával és labda nélkül, küzdések váll-váll érintéssel a labda megszerzéséhez. Labdás ügyességfejlesztés egy-két labdával, a labdás ügyességfejlesztés összetettebb játéka: a labda fogadása, kezelése fokozódó lendületben, magasságban, távolságban, a labda továbbítása gyorsabban, lendületesebb, változó magasságokban, futás közben, labdavezetés, haladás a labdával gyors irányváltásokkal és ritmusváltásokkal. Az adott sportjáték technikái gyakorlása testnevelési játékokban, kidobós, fogójátékok labdával, labdaszerző és -védő játékok, cicajátékok, pontszerzők, stilizált játékok, szabadon alkalmazott technikai-taktikai elemek és szabályismeretek mellett is. A mozgástanulást segítő eszközök használata (szemüveg, célkeret stb.). Bonyolultabb - kooperatív, kreatív - testnevelési és sportjátékok (pl. játékszabályok dinamikus változtatása, esélykiegyenlítő játékok, fordított eredményszámítás). A sportjátékokra való előkészítésen túlmutató, stratégiai jellegű, az életszerepekre felkészítő és inklúzióra érzékenyítő játékok.</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűségszámítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p>

<p><i>Bemelegítés labdajáték foglalkozásra – részleges tanári irányítással</i> A bemelegítési modell ismételt gyakorlása és az önálló bemelegítésre való felkészítés. A modell minimális tartalma: sportjáték-specifikus futó-ugrómozgások, labda nélküli és labdás gyakorlatok az ízületek átmozgatására, labdavezetések variációi helyben és haladással, páros, mikrocsoportos labdás gyakorlatok, bemelegítő testnevelési játékok labda nélkül és labdával, az adott labdajáték specifikus technikai és taktikai előkészítő gyakorlatai. A választott labdajátékok technikai és taktikai elemeinek gyakorlása, tökéletesítése, alkalmazása új variációkban, szituációkban.</p>	
<p>Kosárlabdázás <i>Technikai elemek</i> Fokozódó lendületben, magasságban, távolságban csökkenő hibaszázalékkal végrehajtott technikai elemek. <i>Taktikai elemek</i> Kisebb csapatrészekben azonos létszámmal egymás elleni játék teljes anyagának beépítése az 5:5 elleni játékba, félpályás és egészpályás gyakorlatokkal. Emberfőlényes helyzetek támadásban, védekezésben. Emberfogás, területvédekezés. Ötletjáték támadásban. A speciális feladatok megoldása (feldobás, alap- és oldalvonal-bedobás, büntetődobás utáni támadás és védekezés).</p> <p>Kézilabdázás <i>Technikai elemek végrehajtása fokozódó lendülettel, erőközléssel, magasabban és távolabbra, csökkenő hibaszázalékkal</i> <i>Labda nélkül:</i> Gyorsfutások közben, a társ futómozgásának követése. Térnyerésre törekvés indulócselekkkel mindkét irányba. A kapus mozgástechnikája. <i>Labdával:</i> Alaphelyzetek, alapmozgások, támadó, illetve védő játékos esetén. Labdakezelési gyakorlatok 2–3–4-es csoportokban, 1–2 kézzel. Átadások talajról és felugrásból cselezés után. Indulócsel, átadócsel, lövőcsel, cselkapcsolatok alkalmazása mindkét oldalra. Kapura lövések bevetődésből is. <i>Taktikai elemek növekvő együttműködéssel és eredményességgel</i> <i>Támadó taktika:</i> Zárás, leválás alkalmazása. Támadásbefejezések lerohanásból rendezetlen védelem elleni játékból. Szélsőbefutások. Beállós játék. A test-test elleni játék a támadásban. <i>Védekező taktika:</i> Vegyes védekezés alkalmazása a játékban. Ütközés talajon és levegőben. 4:2 elleni védekezési rendszer. A test-test elleni játék a védelemben.</p> <p>Labdarúgás <i>Technikai elemek fokozódó kitartással, variációban, lendületben, magasságban, távolságban, csökkenő hibaszázalékkal</i> A labdás koordináció minőségi fejlesztése. Labdakezelések mozgás közben és irányváltoztatással, átadások különböző mértani alakzatokban. Rövid és hosszú labdaátadások talajon vagy levegőben. Átadások, átvételek mélységi, szélességi játék helyzetek kialakításával. Induló-, futó-, átadási és lövőcselek védővel szemben. Fejelések</p>	<p><i>Fizika:</i> mozgások, ütközések, erő, energia.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>

<p>technikai levegőből, társnak vagy kapura. <i>Taktikai elemek a variációk növelésével és végrehajtási minőség emelésével</i> Posztok betöltése: kapus, védő, középpályás, támadó. Rombuszban 4 játékos feladatmegoldása mélységben, szélességben, folyamatos helycserékkel. Röplabda <i>Technikai elemek optimális erőközléssel, fokozódó magasságban, pontossággal, folyamatossággal, csökkenő hibaszázalékkal</i> A mélységlátást, labdához való igazodást elősegítő gyakorlatok, társtól dobott vagy falra feljárt labdával. Gurulások, vetődések. Célba ütések és érintő labdatovábbítások mozdulatlan majd mozgó céltárgyra vagy társhoz. A sáncolás technikája egyénileg és párban. <i>Támadás és védekezés alapvető megoldásai</i> 2–3 fős támadási technikák védelem nélkül és védelem ellen, védekező feladatok, biztosítás, változatos támadás befejezések (erő, ív, elhelyezés stb. szempontjából).</p> <p>Kooperativitás és versengés a labdajátékokban, a szabályok – játékszabályok begyakorlása – játékvezetési gyakorlat.</p> <p>Az elsajátított játéktudásnak megfelelő színvonalú játékszabályok alkalmazása, betartatása növekvő tudatossággal és önállósággal az osztályszintű gyakorlatok és mérkőzések során. Játéksituációk előidézése egy-egy szabály begyakorlására, a játéksituáció megállítása, elemenkénti ismétlése a szabálytalanság korrekciója érdekében. Játék egyszerűsített és fokozatosan bővülő szabályokkal.</p>	
<p>Rövidített játékidővel gyakorlás, osztálymeccsek, villámtornák a diákolimpiáknak megfelelő versenyszerű körülmények és a helyi szabályozás szerint. Differenciált mennyiségű és minőségű játéklehetőség biztosítása. Rövid játékvezetői gyakorlás a tanárral együtt, rögzített, változtatható, egyszerűsített játékvezetésben.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Játéktípusok, szabályok, stratégiák működtetése. A tanult játékstratégiák (támadó és védő alaptaktika, emberelőnyös-emberhátrányos játéksituációk) felhasználása a taktikai magyarázatok, beszélgetések és játékszervezés során. Az animáció alkalmazása a játékok továbbfejlesztésében. Különböző életkorra, az egyénre és a helyzetre jellemző érzelmi önkontroll. A siker egyéni és csoportos átélése, a kudarc elfogadás, mint a tevékenység természete velejárója. Az alkotó, kooperatív mozgásos tevékenységek kezdeményezése, az ötletek kulturált megfogalmazása és megvalósítása. Az együttjátás előnyeinek, jelentőségének képviselője.</p>	

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Játékrendszer, taktika, támadási rend, védelmi rend, önszerveződés, problémaorientált taktikai megoldás, támadási stratégia, védekezési stratégia, megegyezésen alapuló játék.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák	Órakeret 54 óra
Előzetes tudás	Részlegesen önálló, balesetmentes gyakorlás. Az alapvető torna mozgáselemek önálló bemutatása. Az aerobik kargyakorlatokat és lépésgyakorlatok, alaplépések, haladások összehangolása a zenével. A kötél biztonságos mozgatása. A szabályok érthető megfogalmazása. A gyengébbeknek, a segítségre szorulóknak feltétel nélküli segítségadás. Sportágak versenyrendszeréről alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az iskolai tornajellegű feladatok, táncos mozgásformák során a reális énkép további alakítása. A gyakorlás során segítség adása és elfogadása, mások bátorítása révén a tevékenységek állandó motivációs háttérének biztosítása. Szabadabb és differenciáltabb önálló részvétel, az alkotókészség, kreativitás fejlesztése a gimnasztika, torna, esztétikai sportok, és a helyi tantervben választott sporttáncok, történelmi és néptáncok mozgásrendszerén belül. Az esztétikus mozgás, a feszes, megtartott testmozgás további javítása. A test térbeli, időbeli és dinamikai érzékelésének, valamint a koordinált mozgás és az erőközlés összhangjának továbbfejlesztése. A táncmotívumok ritmikailag, plasztikailag pontosabbá, az újabb koreográfiák, művészeti előadások tudatosabbá tétele. A saját kultúra újratemtése iránti igény erősítése, a más népek kultúrája iránti tisztelet erősítése. Az ismeretek körének bővítése az adott versenysportágak hazai élvonaláról, ennek révén a nemzeti öntudat fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG Gimnasztika <i>Térbeli alakzatok – rendgyakorlatok</i> Alakzatok, mozgások zárt rendben, alakzatváltozások. Variációk a ritmusban, a tempóban történő változtatással, rendgyakorlatok zene nélkül és zenére is. <i>Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok</i> 8–16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok egyidejű fejlesztő hatásokkal, kiemelten a mély hát- és hasizmok, a függesztő öv, a lábboltozat izomzatának optimális és precíz működése által. Gimnasztikai gyakorlatok alkalmazása az izommunka jellege szerint (nyújtó, erősítő, ernyesztő-lazító) arányosan, minden testrész mozgásaira kiterjedően, növekvő önállósággal a gyakorlatok kiválasztásában, növekvő önállósággal a gyakorlatsorok összeállításában. A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok a mozgásütem		<i>Fizika:</i> egyenes vonalú mozgás, periodikus mozgás, gravitáció, tömegvonzás, hatás-ellenhatás törvénye.

<p>változtatásával, a kiinduló helyzet és kartartás változtatásával, a kéziszerke – súlyzó, bordásfal, pad, medicinlabda – alkalmazásával. A dinamikus és statikus erőkifejtés megkülönböztetése.</p> <p>A különböző erőadagolás változatos gyakorlatai alkalmazása.</p> <p><i>Összetett, komplex, fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok</i></p> <p>Szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan, állandó gyakorlási jelleggel.</p> <p>Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével.</p> <p>Aerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az elrugaszkodás (dobbantás) gyorsaságának fejlesztése. Az egyensúlyozás továbbfejlesztésére a statikus helyzetek időtartamának és bonyolultságának növelése. Az esztétikus mozgások előadásmódja segítésére a testtartást biztosító kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások gyakorlása.</p> <p>Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az 1–8. osztályban elért egyéni szint szerinti fejlődést követő rendszeres kontrollal.</p>	
<p>Torna – iskolai sporttorna</p> <p>Célirányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel. Talajon és a helyi tanterv szerint választott legalább egy szeren a korábbi követelményeken nehézségben túlmutató mozgásanyag tanulása, gyakorlása egységesen és differenciáltan.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – talajtorna,</i></p> <p><i>Tartásos gyakorlatelemek végzése:</i> tarkóállás, fejállás, kézállás, mérlegek kéztámasszal, mérlegállások, spárgák, hidak.</p> <p><i>Mozgásos gyakorlatelemek végzése:</i> gurulóátfordulások különböző irányokba, tarkóbillenés, fejenátfordulás, cigánykerék, vetődések, átguggolások, átterpesztések, lábörzések, dőlések, felállások, egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban. Az esztétikus és harmonikus előadásmód rávezető eljárásai (feszítések, fejtartás, válltartás, spicc kidolgozása).</p> <p>Az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése - differenciáltan. Az egyéni optimum, az önálló bővítés lehetőségének megjelenítése az elemkapcsolatokban, gyakorlatokban.</p> <p>A gyakorlatbemutató rítusa minőségi paraméterek hozzáadásával történik az ellenőrzések során.</p> <p><i>Szertorna</i></p> <p>A helyi tanterv által meghatározott szeren vagy szereken történik: egységesen az alapformában, differenciáltan a variációkban és az elemek mennyiségében és nehézségi fokában, egyénre szabott segítségadással társak és/vagy tanár közreműködésével, önálló tervezéssel és gyakorlással.</p>	
<p><i>Szertorna fiúk számára</i></p> <p><i>Korlátlan gyakorlás</i> – terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba,</p>	<p><i>Fizika:</i> az egyszerű gépek működési törvényszerűségei, forgatónyomaték, reakcióerő, egyensúly, tömegközéppont.</p>

<p>vetődési leugrás, kanyarlati leugrás. <i>Nyújtón gyakorlás</i> – kelep felhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alá lendülés, kelep forgások, térd fellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás hátra, alugrás, nyílugrás. <i>Gyűrűn gyakorlás</i> – kéz- és láb függések, függések, lefüggések, mellső függőmérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolóadás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.</p> <p><i>Szertorna lányok számára</i> <i>Gerendán gyakorlás</i> – állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hason fekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. Szökdelések, lábtartás-cserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpesz csukaugrás. <i>Felemáskorláton gyakorlás</i> – támaszok, harántülés, térd függés, fekvő függés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvő függésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelep fellendülés támaszba, fordulat fekvő függésben, térd fellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvő függésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás.</p> <p><i>Szertorna – szerugrás, ugrószekrényen gyakorlás</i> Gyakorlás és kontroll a tanuló előzetes tudása és testalkata figyelembevételével. Az 5–8. osztályban tanultak továbbfejlesztése, az első és második ív növelése. Felguggolások – homorított ugrások, vetődések, kanyarlatok, bukfencek, guggoló átugrások, terpeszátugrások, lebegőtámasz. Bemelegítés a torna gyakorlásához, egy specifikus jellegű mozgássor megtanulása. Célszerű gyakorlási és gyakorlásszervezési formációk működtetése növekvő tanulói önállósággal. A segítségadás technikái, felelős külső kontrollal – a hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok – pontozási hierarchia és szemlélet – gyakorlása, az 5–8. osztályban tanultak továbbfejlesztése.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> egyensúlyérzékelés, izomérzékelés, elsősegély.</p>
<p><i>Ritmikus gimnasztika lányok számára</i> Az 5–8. osztályokban megfogalmazott követelményeken nehézségben túlmutató követelmény mozgásanyagának tanulása, gyakorlása. Az esztétikus, szép és nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások. Célrányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel (testtartás, tágasság, forgásbiztonság stb.). A ritmusérzék fejlesztése, önálló zeneválasztásra lehetőség a szélsőségektől való elhatárolódás mellett. <i>Szabadgyakorlatok</i> <i>Előkészítő tartásos és mozgásos elemek alapformái ismétlése, és új, összetett formák gyakorlása:</i></p>	<p><i>Ének-zene:</i> ritmus és tempó.</p>

<p>lábujjállások, terpeszállások, hajlított- és guggolóállások, lépő és kilépő állások, támadó- és védőállások, lebegő- és mérlegállások, nyújtott és hajlított ülések, lebegő ülések, térdelések, térdelőmérlegek, fekvések, kéz és lábtámaszok, ujj- és kartartások és mozgások (lebegtetések, ejtések, fordítások, hullámok), statikus és dinamikus törzsmozgások és lábmozgások.</p> <p><i>Fő mozgások alapformái ismétlése, és új, összetett formák gyakorlása:</i> Testsúlyáthelyezések, járások, futások, szökdelések, ugrások (öt alapforma megkülönböztetése), egyensúlyhelyzetek, forgások, hullámok.</p> <p>Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz.</p> <p><i>Labdagyakorlatok</i></p> <p>Fogások végzése, gurítások talajon és testen, labdavezetések változatos vonalon a levegőben, átadások, leütések, dobások, elkapások, labdatartások (kézzel, lábbal, térdel, nyakkal stb.) változatos szabadgyakorlati formák felhasználásával.</p> <p>Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz tanári irányítással (1 perc).</p> <p>Aerobik mindkét nem számára, a helyi tantervben szabályozott nehézséggel.</p> <p>A sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok.</p> <p>Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással. Az 5–8. osztályban tanult alaplépések összetett kombinációi 4–8 ütemben, aszimmetrikus elemkapcsolatok.</p> <p>Rövid elemkapcsolatok ismétlése magas cselekvésbiztonsággal (20–30 mp folyamatosan).</p> <p>Egyéni és páros koreográfiák gyakorlása, differenciált bővítése önállóságra törekedve, a szükséges minimálisan követelt elemek felhasználásával, bővítésével.</p> <p>Aerobik bemutatók az osztályon belül.</p> <p>Táncos mozgásformák</p> <p>A helyi tantervben rögzített választás szerint legalább egy, a helyi személyi és tárgyi körülményekhez, feltételekhez igazodó tánc, amely mozgásanyaga a Tánc és dráma kerettanterv mozgásanyagával összekapcsolható.</p> <p><i>Történelmi táncok gyakorlása:</i></p> <p>Előkészítéskor kiemelt jellemző a tánc során a páros viszony, az alkalmazott fogások, testtartás és a nő és a férfi szerep jellegzetessége. A helyi tantervben szabályozottan a kiválasztott tánc motívumai és motívumfüzérei.</p>	
<p><i>Sporttáncok gyakorlása:</i></p> <p>Csoportos táncformák – helyi tanterv szerint szabad választásban, pl. a <i>Magyar Majorette Szövetség</i> gyakorlatanyaga és egyszerűsített szabályai alapján; alacsony feldobások, twirling 1–2. szint, botok cseréje.</p>	<p><i>Vizuális kultúra:</i> reneszánsz, barokk.</p> <p><i>Földrajz:</i></p>

<p><i>Néptánc gyakorlása:</i> A magyar néptánckincs egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai (alkalmazhatók a Dráma és tánc kerettantervben kidolgozottak is). Egy dunántúli és/vagy alföldi tánc típus motívumai és rövid táncfolyamata megtanulása, gyakorlása, előadása. Dunántúli ugrós és csárdás – dudálás, cifra és variációi, lengetők, bokázók, csárdás lépések, ridák, lezárók. Kalocsai mars – fareőr lépés, fércelés, lenthangsúlyos rida, keresztlengető, ugrós motívumok páros és négyes forgással. <i>Egyéb tornajellegű mozgásformák:</i> A tornajellegű kondicionális és koordinációs képességek és készségek alkalmazása más – az helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzített – mozgásrendszerekben. Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, eszközös táncok stb.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A szakkifejezések és vezényszavak ismerete, a legismertebbek önálló használata a tervezésben, segítségadásban és a hibajavítás értelmezésében. A saját test szemlélése, elfogadása, változásainak követése, és az ezzel kapcsolatos félelmek, szorongások, frusztrációk megfogalmazásának képessége (önreflexió), átélése és tudatos felvállalása. A nemnek megfelelő mozgás dinamikájának és/vagy esztétikájának ismerete. A saját és társ testi épsége iránti felelősségvállalás. A társak gyenge, esetleg sérült oldalának segítése, az erősségek elismerése, támogatása. A divat és a média testkultúrára ható kedvező és kedvezőtlen tényezőinek szétválasztása (értékfelismerés, önértékelés). Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete.</p>	<p>Magyarország tájegységei.</p> <p><i>Etika:</i> társas viselkedés, önismeret, énkép, jellem, önreflexió, kooperatív munka.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Szaknyelvi kifejezés, elem, vezényszó, RG-motívum, táncmotívum.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Atlétika jellegű feladatok	Órakeret 40 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A térdelő- és állórajt technikája, a fokozó- és repülőfutás összehangolt kar- és lábmunkája. A rövid- és hosszú távú futásnál irambeosztási tapasztalat. Váltás alsó botátadással. Távolugrás guggoló technikája. Kislabdahajtás beszökkenéssel. Lökőmozdulat oldal felállásból, dobások lendületvétellel is.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az atlétikai mozgásokat befolyásoló jellegzetes biomechanikai törvényszerűségek megismerése, egyre tudatosabb alkalmazása. Jártasság kialakítása az egyes szakági technikákban. Az emberi teljesítőképeség jelenlegi határainak viszonyítása a saját teljesítményhez, ennek révén az önismeret fejlesztése. Az egyéni</p>	

	teljesítmény túlszárnyalására ösztönzés. Az általános atlétikus képességek továbbfejlesztése, a más sportágakban történő alkalmazhatóság érdekében is.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Futások, rajtok <i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i> Az 5-8. osztályban végzett futóiskolai feladatok gyorsabban, erősebben és tudatosabban. Futóiskolai és futófeladatok bemutatás nélküli végrehajtása. Iramfutások. Aerob állóképesség fejlesztése, a kitartó futás távjának további növelésével, az önismeretre, a korábbi tapasztalatokra épített, a távnak megfelelő egyéni iram kialakításával. Akadályok felett 5–4–3 lépéses ritmusfutások könnyített magasságon és távolságon. Tartós és résztávós állóképesség-fejlesztő módszerek gyakorlása. <i>A sportági technika gyakorlása</i> Futások 30-60 m-en. A térdelőrajt szabályos végrehajtása a rövid és hosszú sprintszámokban. A váltófutás botátadási technikáinak a váltótávolság kialakításának (segédjelek alkalmazásával), és a váltás szabályainak gyakorlása. A gátfutás lendítő és elrugaszkodó lábmozgásának ismerete. A rövid, közép- és hosszú távok közötti futótechnika megkülönböztetése. A tartós futás technikájának kontrollja, az egyéni tartós futás sebességének kialakítása az önálló gyakorlás elősegítése érdekében. <i>Játékok és versenye</i> Rajtversenye, sprintversenye. Fogójátékok. Egyéni, sor- és váltóversenye gyors-, akadály- és váltófutással. Egyéb testnevelési játékok futófeladatokkal.</p> <p>Ugrások, szökdelések <i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i> az 5-8. osztályban végzett ugróiskolai feladatok továbbfejlesztése, koordináltabban, nagyobb kiterjedéssel, erővel és tudatosabban, egy lépéses sorozatugrás, illetve kétlépéses sorozat felugrás. <i>A sportági technika gyakorlása</i> Az ugrás előtti utolsó három lépés ritmusának kialakítása. Az elrugaszkodó láb és a lendítő láb, kar megfelelő mozgásának összehangolása. A lépő távolugró technika végrehajtása, aktív leérkezéssel. Az egyéni nekifutás próbái nagyobb elugró terület kijelölése mellett. Az átlépő technika végrehajtása 5-7 lépéses íven történő nekifutás. A flop-technika gyakorlása, s az egyéni nekifutó távolság kimérése és rögzítése. Az egyéni magasugró technikák megismerése, mozgástapasztalat szerzése növekvő teljesítményre törekvés nélkül. <i>Játékok és versenye</i> Távolugróversenye helyből és egyéni nekifutással. Magasugróversenye egyéni nekifutással. (érintő ugrások) Egyéni, sor- és váltóversenye ugró és szökdelő feladatokkal. Egyéb testnevelési játékok ugrásokkal és szökdelésekkel.</p>	<p><i>Ének-zene:</i> ritmus-gyakorlatok.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> aerob, anaerob energia-nyerés, szénhidrátok, zsírok bontása, hipoxia, VO₂ max., állóképesség, erő, gyorsaság.</p> <p><i>Földrajz:</i> térképismeret.</p> <p><i>Ének-zene:</i> ritmusok.</p> <p><i>Informatika:</i> táblázatok, grafikonok.</p>

<p>Dobások</p> <p><i>A képességfejlesztés gyakorlatai</i></p> <p>Különböző szerekekkel, változatos dobásformák végrehajtása egy és két kézzel, különböző kiinduló helyzetekből. Speciális erősítés kézisúlyzókkal, súlyzókkal, erőgépekkel.</p> <p><i>A sportági technika gyakorlása</i></p> <p>Célba és távolságra dobások hajító, lökő és vető mozdulattal</p> <p>Hajítás nekifutással, öt lépéses dobóritmusban. A lekészítés technikájának és az impulzus lépés, beszökkenés szerepének ismerete. A háttal felállásból történő lökés technikájának ismerete. Szabályos lökés végrehajtása oldal vagy háttal felállásból súlygolyóval vagy medicinlabdával.</p> <p>Az egy- és kétkezes vetések technikái.</p> <p>Az ideális kirepülési szög elérése a különböző dobásoknál. szerepük a jobb eredmény elérésében.</p> <p><i>Játékok és versenyek</i></p> <p>Kislabdahajító és szabadon választható egyéb dobószerezrel versenyek helyből és lendületszerzéssel. Súlylökő versenyek. Célbadobó versenyek.</p> <p>Dobóiskolai versengések.</p> <p><i>Bemelegítési modellek gyakorlása a kocogások, futások, ugrások, dobások végzése és a versenyek előtt.</i></p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>A futóversenyek, a váltás szabályainak ismerete.</p> <p>A középtávok állórajtra vonatkozó szabályainak, a köríven futás szabályszerűségeinek, a repülőrajt előnyeinek ismerete.</p> <p>A savasodás jellegzetes hatásainak és annak teljesítőképességre gyakorolt hatásának ismerete. Az állóképesség-fejlesztő módszerek ismerete.</p> <p>A nekifutás jellemzőinek ismerete távol- és magasugrásnál.</p> <p>Az ugrószámok főbb szabályainak és a sérülések megelőzésének ismerete.</p> <p>Az ideális kirepülési szög szerepe a jobb eredmény elérésében. A dobások főbb versenyszabályainak és balesetvédelmi, biztonsági rendjének ismerete.</p> <p>A magyar olimpiai futó-, ugró- és dobóeredmények ismerete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Reakcióidő, mozdulat- és mozgásgyorsaság; lépéshossz, lépésfrekvencia; irambeosztás, pihenőidő; ugróláb, lendítőláb, felugrás, elugrás; optimális sebesség, maximális sebesség; súlypont, szögsebesség, pördület, fordulat, hatás-ellenhatás, belső ritmus, dinamizmus.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás	<p>Motorikus képességek, mozgástapasztalatok. Balesetmentesen végzett, kevésbé ismert, szokatlan sportmozgások. A természetben űzhető sportok alapszabályai. A legfőbb balesetvédelmi és biztonsági szabályok alkalmazás szintű ismerete.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgással a kívánt edzéshatás és élményszerzés elérése. Felkészítés az önálló vagy önszerveződő sporttevékenységek űzésére. A szervezet edzettségének, ellenállásának növelése a tudatosan szabadtéren tartott foglalkozásokkal. A testneveléssel és a sporttal kapcsolatos pozitív beállítódás, elköteleződés kialakítása az élményszerű, változatos és kötetlen foglalkozások által.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgás mozgásműveltségének fejlesztése. Az 5-8. osztályban felsorolt lehetséges sportok, vagy/és a helyi lehetőségek adta egyéb alternatív, szabadidős sportok. Az egyén által előnyben részesített, élethossziglan űzhető sportok alternatíváinak bővítése. <i>Előkészítés, felkészítés, képességfejlesztés</i> Az élményszerű, természetben végzett előkészítő és rávezető gyakorlatokkal, a természeti erők felhasználásával a szervezet alkalmazkodóképességének, az edzettségnek, fittségnek a fejlesztése. A természetben végzett önálló bemelegítés, gyakorlás - laza tanári kontrollal. A környezettudatos viselkedés alapelveinek megismerése. Közlekedésbiztonsági szabályok elsajátítása és betartása. Felkészülés és együttműködés a különböző tábori lehetőségek, speciális, túra jellegű terhelések előtt és alatt. <i>Technika és taktika gyakorlása</i> Minimális helyigényű vagy kis eszközigényű sportmozgások megismerése. Az adott sportmozgás lehetőségeihez képest minél sokoldalúbb, balesetmentes elsajátítása, élményszerű gyakorlása.</p> <p>Játékok, versengések, akadályok legyőzése a választott sportban, fizikai aktivitásban. A fair play szellemének és a személyes biztonságának a szem előtt tartása minden mozgásos tevékenységben.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az élethosszig tartó mozgásos tevékenységek számára felelős döntésekhez szükséges képességek fejlesztése. Az egyéni képességek kibontakoztatása közösségi tevékenységek során. Transzferáló képesség fejlesztése a sportban átélt élményeknek az élet</p>		<p><i>Földrajz:</i> időjárási ismeretek, tájékozódás, térképhasználat.</p>

<p>más területén, a saját és a környezet javára történő fordítására. Információk átadása, mások tanítása a megélt élmények, tábori tapasztalatok átadása. Prevenációs és rekreációs tevékenységformák elsajátítása, kreatív alkalmazása.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Kooperáció, önkéntesség, szabálykövető magatartás, segítségadás, környezettudatosság, edzettség, fittség, zene, ritmusérzék, egyensúlyérzék, bátorság-vakmerőség, közlekedési szabály.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önvédelem és küzdősportok	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás	<p>A páros és küzdőjátékok, test-test elleni küzdelmek fajtái. A grundbirkózás mozgástechnikái, alapvető szabályai. A dzsúdóval kapcsolatos technikák fajtái és alkalmazhatóságuk a küzdelmekben.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az egyén (ön)védelmét szolgáló egyszerűbb technikákban, küzdelmekben magas fokú jártasság elérése. A küzdő típusú sportágak, játékok tudatos alkalmazása során az önuralom erősítésére, a társak tiszteletére és a szabályok elfogadására szoktatás.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A test-test elleni feladatokat csak és kizárólag azonos nemű és közel azonos testalkatú tanulókkal végeztetjük.</p> <p>Előkészítő és rávezető gyakorlatok, játékok a küzdelemhez Az 5-8. osztályos mozgásfeladatok variációinak gyakorlása, továbbfejlesztésük. Azon testi és pszichés képességek megerősítése, amik alkalmassá teszik a tanulót a bonyolultabb gyakorlatok végrehajtására.</p> <p>Alap kézgyakorlatok, húzó-taszító gyakorlatok, lenyomó-emelő gyakorlatok, esések-zuhanások sérülésmentes elsajátítása, egészségi és élettani szabályok betartása.</p> <p>Küzdőgyakorlatok szerrel, szer nélkül társakkal vagy önállóan. Alapvető önvédelmi technikákat elsajátító gyakorlatok játékos és változó körülmények között. A gyakorlatok tanulása saját képességek figyelembevételével történik.</p> <p>Grundbirkózás A 7-8. osztályos kerettantervben felsorolt fogások, kitolások, kihúzások, emelések, szabadulások gyakorlása, cselekvésbiztos végrehajtása. Újabb elemkapcsolatok megismerése, megoldása. Az egyensúlyhelyzetek tudatos kihasználása, mögékerülések, kiemelések állásból, térdelésből, földharcban.</p> <p>Dzsúdó Eséstechnikák, földharctechnikák, állástechnikák, önvédelmi fogások a</p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> keleti kultúra.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> izmok, ízületek mozgékonyasága, anatómiai ismeretek, testi és lelki harmónia.</p> <p><i>Etika:</i> a másik ember tiszteletben tartása.</p>

<p>7-8. osztályban felsoroltak szerint. A technikák alkalmazása új variációkban, fokozódó erő kifejtéssel és bővülő szabályismerettel, önfegyelmel. A tanult variációk mellett – a szabályok adta kereteken belül – önálló megoldások, kreatív alkalmazások támogatása a küzdelmek során, az állásharcban, földharcban.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az általános és küzdőjellegű sportágak gyakorlását megelőző specifikus bemelegítő mozgások ismerete. Az eszközökkel végrehajtható küzdőfeladatok ismerete (tornabot, súlyzó, gumikötél, medicinlabda). A balesetveszélyes helyzetek felismerése, megelőzése. A küzdőfeladatok közben felmerülő saját és társas problémák konstruktív megoldása, és az ellentmondásos helyzetek szabálytudatos kezelése. A sportszerűség, sikerorientáltság, kudarcűrész megfogalmazásának képessége. A felmerülő vitákban érvelés a sportszerű magatartás mellett.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Páros és csapat küzdőjáték, tiszta győzelem, pontozásos győzelem, önismeret, tisztelet, tus, ippon.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Úszás és úszó jellegű feladatok	Órakeret 30 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Biztonságos mozgás és tájékozódás a vízben, víz alatt. 25 m mellúszás, 150 m hátúszás és/vagy gyorsúszás, egyszerű rajttal, fordulóval. A saját teljesítményre vonatkozó önértékelés. Vízből mentés passzív társsal kis távolságon. Az úszással összefüggő balesetvédelmi utasítások és az uszoda, fürdő viselkedési szabályai ismerete, betartása.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az úszóerő és az állóképesség fejlesztése, ennek során a monotóniatűrősség erősítése, a vízben történő tájékozódás javítása. Az erőközlés gazdaságosabbá tétele vízben és a víz alatti úszások során, a pihenés nélkül megtett táv növelése legalább két úszásnemben. A vízben mozgások során a levegővétel automatikussá és optimálissá tétele a bonyolultabb mozgásvariációk elvégzése során is. Az úszás prevenció és rekreáció előnyeinek tudatosítása.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Az úszásoktatás helyi döntésen alapuló választás. Amennyiben a helyi tantervben nem szerepel, a többi tematikus terület óraszámait az úszás óraszámával meg kell növelni.</p> <p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Természetes mozgások, szervezett játékok végzése vízben. Vízbe és vízben ugrások egyénileg, párban, csoportban, változó kiinduló helyzetből. Járások, futások, forgások, irányváltások egyénileg, párban és</p>		<p><i>Fizika:</i> Közegellenállás, a víz tulajdonágai, felhajtóerő, és vízszennyezés. Newton és Arkhimédész törvényei.</p>

<p>csoportosan. Ugrások társ(ak) segítségével. Egyénileg, párban és csoportban, szerrel és szer nélkül végezhető, nagy vízbiztonságot igénylő játékok. Alkotó játékok (gúlaépítés). Sor- és váltóversenyek szerrel és szer nélkül az úszótechnika részleges (pl. csak lábmunka) vagy teljes alkalmazásával.</p> <p>Képességfejlesztés Gyakorlatok a medencén kívül – a technikát előkészítő izomfejlesztő gyakorlatok eszközzel és eszköz nélkül. Fittsénövelő gyakorlatok eszköz nélkül vagy különböző eszközök segítségével (aquafitness). Magasabb szintű kondicionális képzés – az 1–8. osztályban begyakorolt úszómozgás terhelést növelő eszközökkel.</p> <p>Az úszás technikája <i>Gyakorlás három úszásnemben</i>, a technika csiszolása a gazdaságosabb erőközlés érdekében. Az úszás távjának növelése, a haladás és pihenő arányának javítása, az úszás adta monotonia tűrése. Úszások 800–1000–1200 m-en választott technikával. <i>A szabályos rajtok</i> (fejesugrás, vízből indulás) és az úszás összekötése optimális sebességmegtartással. Az úszásnemek megfelelő és <i>szabályos fordulók</i> (bukó, átcsapós) és a célbaérés elsajátítása.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> személyi higiénia, testápolás.</p>
<p>Úszóversenyek Bemelegítés az úszásra – szárazföldi és vizes gyakorlatok. Egyszerűsített versenyek edzésen (pl. fejesugrás nélkül). Iskolai versenyek – könnyített versenyszabályokkal.</p> <p>Prevenció, életvezetés, egészségfejlesztés, életvédelem Úszó-gyógyúszó gyakorlatok testtartásjavító jelleggel. Relaxációs gyakorlatok vízben (lebegés stb.). Tájékozódás a vízben – vízből mentés. Víz alatti gyakorlatok – tárgyak felhozása, növekvő távolságról. Tárgyak „vonszolása”, húzása a vízben. Mentőugrások elsajátítása. Sérült megközelítésének és megragadásának szabályai. Továbbhaladás passzív társsal a vízben, növekvő távolságon. A vízből mentés technikájának csiszolása.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Az egyén számára legmegfelelőbb úszásnem gyakorlása eredményeképp a pozitív fizikai, szellemi és érzelmi hatás lehetőségeinek, cselekvései motívumának széles körű ismerete. Az egyéni teljesítőképesség határai átlépésének lehetősége (önismeret, önfejlesztés) – élethossziglan fenntartható attitűd tudatosulása. Az úszás preventív, rekreációs előnyeinek ismerete, és az élethossziglan fenntartható rutin megértése. A vízből mentés felelősségének, veszélyeinek és szabályainak, pontos menetének ismerete. A szakkifejezések és vezényszavak ismerete, a legismertebbek önálló használata, a hibajavítás megértése.</p>	

A saját test mozgatása a vízben és víz alatt, és az ezzel kapcsolatos félelmek megfogalmazása, átélése és leküzdése. Vizes vetélkedőkben, játékokban – a társak és a csoport irányítása a csoport közös érdekeinek figyelembe vételével – asszertív, aktív részvétel.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Versenytechnika, szabályos levegővétel, fejesugrás, bukóforduló, átcsapós forduló, vízből mentés, mentőugrás.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Egészségkultúra – prevenció	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Légző, relaxációs és testtartásjavító gyakorlatok, alapvető gerinctorna-gyakorlatok, törzsizom-erősítő gyakorlatok és ellenjavallt gyakorlatok. Az autogén tréning és a progresszív relaxáció felismerése. Önfejlesztő mozgás, egészségtudatos szokás fogalma, gyakorlata. A prevenció tágabb értelmezése. A bemelegítés, a levezetés, a szervezet lecsillapítása jelentősége, szerepe. Tudatos baleset-megelőzés, a veszélyes helyzetek és a fenyegetettség elkerülése. A téli időjárás jótékony hatása az egészségvédelemre. A fájdalmak tűrése (oxigénadósság, savasodás).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A testkultúrához tartozó, az általános műveltséget fejlesztő élettani, anatómiai – elméleti és gyakorlati – tudás megalapozottá tétele. Az egészséges életvitel szükségleteivel kapcsolatos értékek és az egészségmegőrző szokásrendszer megerősítése. Az élethosszig tartó sportoláshoz szükséges felelős döntések rugalmasan bővíthető információs készletének megszerezése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG Bemelegítés Általános bemelegítő mozgássor gyakorlása (futás, hajlítások, nyújtások, lendítések stb.). Fizikai felkészülés a sérülésmentes sporttevékenységre. Stretching gyakorlatok bemelegítő és levezető jelleggel. A sportági területeken tanult speciális bemelegítések ismétlése. Edzés, terhelés A keringési rendszer terhelése megfelelő munkapulzusérték mellett, és a pulzus idősoros mérése (nyugalmi pulzus, munkapulzus, felső érték stb.). Az intenzitás, ismétlésszám és a pihenőidő változtatása, hatása a terhelésre. A fizikai fitness típusai, fejlesztési lehetőségei. A fizikai aktivitás szintjének becslése, követése. Részben önálló mozgásprogram-tervezés. Testépítés – a főbb izomcsoportok izolált hatású gyakorlatai. Gyakorlás az állapotfelmérés adataira épített célokért az edzettség		<i>Biológia-egészségtan:</i> ismeretek az emberi test működéséről, aerobterhelés, gerincferdülés.

<p>fejlesztése, megőrzése érdekében – egyszerű edzéstervek a gyengeségek felszámolására. Edzés korszerű (alternatív) eszközökkel, erőgépekkel, fitneszgépekkel. Nemek közötti eltérések megjelenítése az edzésaktivításban. Gyakorlás az állapotfelmérés adataira épített célokért az edzettség fejlesztése, megőrzése érdekében. Köredzsváltozatos mintákkal, 4–6 feladattal.</p>	
<p>Motoros tesztek – központi előírás szerint. Az egészséges test és lélek megóvása. A testsúly, testtömeg, illetve lehetőség szerint a testösszetétel mérése – összehasonlító idősoros adatrögzítés. Stresszoldó és relaxációs gyakorlatok: Képesség a fizikai és lelki egyensúly önellenőrzésen alapuló fenntartására. A technikák használata a saját tanulási technikáinak tökéletesítésében. A komputerhasználat ellensúlyozására megoldási minták gyakorlása. A biomechanikailag helyes testtartás kialakítását és fenntartását szolgáló gyakorlatanyag: a biomechanikailag helyes testtartás megőrzésének gyakorlatai – állandó gyakorlás a tanár és a társak kontrollja, hibajavítása mellett.</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A testtartásért felelős izmok erősítését és nyújtását szolgáló gyakorlatok megfogalmazása, felismerése, helyes kivitelezése, a helytelen kijavítása. A gerincízület lényegének ismerete a testnevelési és sportmozgásokban. A házi és kerti munkák gerincímélő módjainak ismerete. A gerinc sérülések leggyakoribb fajtáinak ismerete. Törekvés az önmagához képest a legjobb teljesítmény elérésére, a siker átélésére, a kudarc elfogadására és az azzal való megküzdés a teljesítmény részeként értelmezése. A saját test szemlélése, elfogadása, változásainak követése, kommunikációja mint a műveltségterületi kommunikáció része. A serdülőkor specifikus feszültségei és érzelmi hullámváltozásai felismerése, és a sport általi oldás elfogadása. Felelősségvállalás kimutatása a társak egészséges életmódja iránt.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Stretching, nyugalmi pulzus, munkapulzus, testépítés, köredzés, intenzitás, ismétlésszám, testtömegindex, biomechanikailag helyes testtartás, megküzdési stratégia, gerincvédelem.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Sportjátékok</i> Az adott iskolában a helyi tanterv szerinti technikai, taktikai és egyéb játékfeladatok ismerete és aktív, kooperatív gyakorlás. Komplex szabályismeret, sportszerű alkalmazás és a játékok önálló továbbfejlesztése. Játék lényeges versenyszabályokkal. A technikák és taktikai megoldások többnyire tudatos, a játékszerepek megfelelő megválasztása. A játékfolyamat, a taktikai megoldások szóbeli elemzése, a fair és a</p>
--	--

	<p>csapatelkötelezett játék melletti állásfoglalás. Tapasztalat a játékvezetői gyakorlatban. Játéktapasztalat a társas kapcsolatok ápolásában, a bármilyen képességű társakat elfogadó, bevonó játékok játszásában, megválasztásában.</p> <p><i>Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák</i> A mozgáselemek mozgásbiztonságának és a gyakorlás mennyiségének, minőségének oksági viszonyai megértése és érvényesítése a gyakorlatban. A javító kritika elfogadása és a mozdulatok kivitelezésének javítása. Esztétikus és harmonikus előadásmód. Önálló talaj és/vagy szergyakorlat, egyszerű aerobik elemkapcsolat, táncmotívumfüzér összeállítása. Célszerű gyakorlási és gyakorlósszervezési formációk, versenyszituációk, versenyszabályok ismerete. A tanult mozgások versenysportja területén, a magyar sportolók sikereiről elemi tájékozottság.</p> <p><i>Atlétika jellegű feladatok</i> Egy kijelölt táv megtételéhez szükséges idő és sebesség helyes becslésére, illetve a becsült értékek alapján a feladat pontos végrehajtása. Évfolyamonként önmagához mérten javuló futó-, ugró-, dobóteljesítmény. A tempóérzék és odafigyelési képesség fejlődése a váltófutás gyakorlásában. A transzferhatás érvényesülése, más mozgásformák teljesítményének javulása az atlétikai képességek fejlődésének hatására.</p> <p><i>Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek</i> Az adott sportmozgás technikájának elfogadható cselekvésbiztonságú végrehajtása. A sebesség, gyorsulás és a tempóváltások uralása guruláskor, csúszáskor, gördüléskor. Tapasztalat a sportolás során használt különféle anyagok, felületek tulajdonságairól és a baleseti kockázatokról. Feladatok tervezése és megoldása alternatív sporteszközökkel. Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzés és balesetvédelmi alapfogalmak ismerete, és azok alkalmazása a gyakorlatban.</p> <p><i>Önvédelem és küzdősportok</i> Az önvédelmi és küzdőgyakorlatokban, harcokban a közös szabályok, biztonsági követelmények és a küzdekekkel kapcsolatos rituálé betartása. A veszélyhelyzetek kerülése, az indulatok, agresszív magatartásformák feletti uralom. Néhány támadási és védekezési megoldás, kombináció ismerete, eredményes önvédelem, és szabadulás a fogásból.</p> <p><i>Úszás és úszó jellegű feladatok</i> 1000 m-en a választott technikával, egyéni tempóban, szabályos fordulóval úszás. Jelentős fejlődés az úszóerő és állóképesség területén. Egy választott úszásnemhez tartozó 5 szárazföldi képességfejlesztő gyakorlat bemutatása.</p>
--	---

	<p>Az amatőr versenyekhez elegendő versenyszabályok ismerete. Fejlődő saját teljesítmény a víz alatti úszásban. Egyszerűbb feladatok, ugrások során másokkal szinkronban mozgás a vízbe és vízben. Passzív társ vonzólása kisebb távon (4–5 m) és a vízből mentés veszélyeinek, pontos menetének felsorolása.</p> <p><i>Egészségkultúra és prevenció</i> Bemelegítés, fizikai felkészülés a sérülésmentes sporttevékenységre. A biomechanikailag helyes testtartás jellemzőinek és néhány jellemző deformitás kockázatának értelmezése, a megőrzés néhány gyakorlatának ismerete és felelős alkalmazása. A gerinc sérüléseinek leggyakoribb fajtái, és a gerinc és az ízületek védelemének legfontosabb szempontjainak ismerete. A preventív relaxációs gyakorlatok tudatos alkalmazása. A fittségi paraméterek ismerete, mérésük tesztek segítségével, ezzel kapcsolatosan önfejlesztő célok megfogalmazása az egészség-edzettség érdekében. A szükséges táplálkozási ismeretek alkalmazása a testsúly, testtömeg ismeretében. A rendszeres testmozgás pozitív hatásainak ismerete a káros szenvedélyek leküzdésében, az érzellem- és a feszültségszabályozásban.</p>
--	--

11-12. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportjátékok	Órakeret 80 óra
Előzetes tudás	<p>A helyi tanterv szerint választott labdajátékokban a 9–10. osztályos technikai, taktikai és egyéb játékeladatok, lényeges versenyszabályok ismerete és alkalmazásuk. Megfelelés a játékszerepnek, sportszerű és csapatelkötelezett viselkedés. Tapasztalat a játékvezetői gyakorlatban. Empátia és tolerancia a társak elfogadásában. Önfejlesztő és társas kapcsolatépítő játékok ismerete.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A választott legalább két labdajátékra vonatkozóan: A megoldások sokféleségének, sikerességének bővítése. Az önálló játékhoz szükséges technikai és taktikai tudás mennyiségi és minőségi növelése. Az egyéni fizikai adottságok és jellemvonások fejlesztése, a csapatok eredményességéhez szükséges képességek, attitűdök erősítése. A többféle labdajáték során a mozgástanulás folyamatában működő transzferhatás kihasználása. Megküzdés a feszültségekkel.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Lánycsoportok esetében 20 óra a Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák tematikai egységre átcsoportosítható. Legalább két labdajáték választása kötelező.</p>		<p><i>Fizika:</i> mozgások, ütközések, gravitáció, forgatónyomaték, pályavonal, hatás-</p>

MOZGÁSMŰVELTSÉG

Általános feladatok

Az önszervezés gyakorlása

Önálló csapatalakítás, bemelegítés, gyakorlás és játékszervezés. A közvetlen tanári irányítást többnyire nélkülöző, a támadás és védekezés megszervezésére, a csapatösszeállításra és az értékelésre vonatkozó megbeszélések a gyakorlásokba építve. Szituációk, feladatok megoldása, melyek során önálló az egyéni és/vagy társas döntéshozatal - a sportszerűség, tolerancia és empátia szem előtt tartásával.

A tevékenységekhez tartozó felszerelések, berendezések önálló használata, rendben tartása, megóvása.

Lényeges játékszabályok készség szintű alkalmazása – játékvezetési gyakorlat

A labdával vagy labda nélküli mozgások közben elkövethető, direkt vagy indirekt személyre irányuló szabálytalanságok elkerülését elősegítő gyakorlatok, megerősítések, megbeszélések.

A kosárlabdában, kézilabdában és labdarúgásban szabályok engedte test-elleni játék több lehetőségének modellálása, gyakorlása.

Kézilabdában és labdarúgásban a mezőnyjátékosra és a kapusra vonatkozó szabályok ismerete, betartása.

Röplabdában a forgásszabály, az első és második sorra vonatkozó főbb megkötéseknek való megfelelés, a háló és a labda hibás érintése szabályai és a labdára, emberre vonatkozó területelhagyás értelmezése.

Az labdajáték-specifikus időhatárok betartásának gyakorlatai.

A szabályok a képzettségnek megfelelő önkontrollal betartása, játék az elkövetett vétség önálló jelzésének elvárásával.

Játékfolyamatok „belső” játékvezetéssel, megegyezéssel.

A játékvezetés gyakorlása laza tanári kontrollal, önállóan, a lényeges játékszabályok alkalmazásával, néhány játékvezetői non-verbális jel használatával is. Az eredmény jelzésében és egyszerűsített jegyzőkönyvvezetésben szerzett gyakorlat.

Versenyhelyzetek

Az labdajátékok alap- és játékkismereteinek alkalmazása, megmérettetése osztályszintű mérkőzéseken, házibajnokságokon, a tehetségesebb tanulók számára a korosztályos diákolimpiai és egyéb versenyeken.

Kosárlabdázás

Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása

Új variációk a már megtanult technikákkal kisebb taktikai egységekbe ágyazottan - mindenféle cselezés, ritmusváltás, biztonságos labdabirtoklás, kidobott labda elfogása, labdavezetés különböző testhelyzetekben, támadó, védő láb- és karmozgások, összetettebb átadások, kötetlen átadási formák, lepattanó labda megszerzése, ebből indulás, átadás vagy kosárra dobás.

A technikákat alkalmazó játékok párban, csoportban a variációk önálló és kreatív felhasználásával.

Taktikai továbbfejlesztés

A lényeges védekezési formák - terület védelem, emberfogásos

ellenhatás.

<p>védekezés, vegyes védekezés – gyakorlása és önálló alkalmazása. Formációk begyakorlása két vagy több ember kapcsolatára támadásban és védekezésben.). Játék minden összetételű, emberhátrányos, emberelőnyös és azonos létszámú taktikai szituációban. Önálló játék (streetball, illetve egész pályás 5:5 elleni játék).</p>	
<p>Kézilabdázás <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> Változatos variációk megoldása már megtanult technikákkal kisebb taktikai egységekbe ágyazottan. Taktika előkészítő futó- és fogójátékok, test-test elleni küzdelmek. Labdatechnikák összetett és bonyolultabb alapformái cselekvésbiztosan végrehajtva Szélsők, átlövők, beállók kapura lövéseinek gyakorlása, alkalmazása rövidebb akciók befejezéseként, kapusmozgások átisméltése. <i>Taktikai továbbfejlesztés</i> Gyors indítások gyakorlása, létszámbeli előnyből, illetve hátrányból való támadások. A támadó taktika posztonként történő alkalmazása, játéksituációk ismétlése 1–2 beállóval, lerohanás rendezetlen védelem ellen. Védekezés irányítása gyorsindítás esetén. Védekezési taktika végrehajtása 6:0, 5:1, 4:2 védekezési rendszerek esetén.</p>	<p><i>Matematika:</i> térgeometria – gömbtérfogat; valószínűség számítás.</p>
<p>Labdarúgás <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> A tanult elemek összetett variációkban alkalmazott megoldásai csökkenő hibaszázalékkal, labdakezelési cselekvés biztonsággal, eredményes befejezésekkel Pozícióváltások szélességben és mélységben zavaró ellenféllel szemben is, felívelés, beadások, letámadás, visszatámadás. Pontos cselezések, szerelések alkalmazása a játékban. Változatos kapura lövések, ívelések, rúgásfajták alkalmazás, a labda céltudatos irányításával. Fejelések különböző fajtái dobott vagy rúgott labdából. Szögletűrúgás, bedobás eredményes technikája, büntetőrúgások különböző távolságból. Gólszerzés különféle testrésszel a szabályok betartása mellett. <i>Taktikai továbbfejlesztés</i> A területvédekezésben szerzett tapasztalatok, megoldások bővítése. A szoros és követő emberfogás gyakorlása kisebb és nagyobb egységekben. Védelmi rendszerek ismerete és gyakorlása. Támadási variációk felépítése a különböző védekezési formák ellen. Csapatrészekben belüli koordinált együttműködés, és csapatrészek összjátékának megvalósítása a kötött játékfolyamatok és ötletjáték során.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> érzékszervek külön-külön és együttes működése.</p>
<p>Röplabdázás A röplabda sajátossága kettős: egyrészt a játékos nem birtokolhatja a labdát, így a döntési idő igen-igen rövid és a cselekvés pillanata elé helyeződik, másrészt a játék szabályai szerint a játékosok között nincs testi kontaktus. E két szempont alapvetően meghatározza az oktatás menetét. <i>Technikai elemek tökéletesítése, alkalmazása</i> A labdaérintés biztonságának, a labda tudatos és pontos helyezésének</p>	

<p>gyakorlása, a hibaszázalék csökkentése, az élvezhető, folyamatos játék elérése érdekében</p> <p>Tanult támadási technikák gyakorlása, a felső egyenes nyitás elsajátítása helyes technikával talajról, tehetségesebbek felugrásból.</p> <p>A feladás technikájának biztonságos alkalmazása alkar és kosárérintéssel egyaránt.</p> <p>A háló felett érkezett nyitásfogadások gyakorlása változó irányú és erejű labdákkal, technikai kombinációkkal.</p> <p>Az eredményes sáncolás elsajátítása, sáncolás párban is.</p> <p>Gurulások, labdamentések technikájának továbbfejlesztése.</p> <p>„Röptenisz”, szabadon választott vagy megkötött érintéssel csak meghatározott érintéssel.</p> <p><i>Taktikai továbbfejlesztés</i></p> <p>Védekezések különböző állásrendek szerint, a csillagalakzat, alapvédekezési forma megtanítása.</p> <p>4:2-es és az 5:1-es védekezési és támadási játékelemek elsajátítása.</p> <p>Ütő és sáncoló játékosok melletti védekezés, sánc mögötti ütött vagy ejtett labdához való elhelyezkedés, támadás közbeni helycserék megtanítása, helytartási szabály betartása.</p>	
<p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>A sportági ismeretek magasabb szintű, kreatív alkalmazása az alkotó, kooperatív feladatokban, játékokban, sportjátékokban.</p> <p>A testnevelési és sportjátékok mozgásai, szabályrendszere egymásra épülésének megértése.</p> <p>A játékszabályok, játéktípusok tudatos alkalmazása.</p> <p>A legfontosabb játékvezetői jelzések ismerete.</p> <p>A sportjátékok transzferhatásának felismerése és a lehetséges összefüggések értelmezése az egyéni fejlődés szempontjából.</p> <p>A páros és társas kapcsolatokban konstruktív konfliktusmegoldás.</p> <p>Sportjáték-történeti ismeretek, érdekességek iránti érdeklődés, tájékozottság a témában.</p> <p>A személyes biztonság és társak biztonságának védelme a játéksituációkban, a döntésekben pedig a baleset-megelőzés fontosságának tudatos képviselése.</p> <p>A sport és környezettudatosság értő összekapcsolása, a sportolási felszerelés és sportolási környezet felelős, jövőorientált használata, kímélete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Játékrendszer, taktika, támadási rend, védelmi rend, önszerveződés, problémaorientált taktikai megoldás, támadási stratégia, védekezési stratégia, megegyezésen alapuló játék.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák</p>	<p>Órakeret 51 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A differenciáltan összeállított gyakorlatok bemutatása átlagos mozgásbiztonsággal, szükség esetén segítő biztosítással.</p> <p>Esztétikus, fegyelmezett, feszes testtartású végrehajtás.</p> <p>Differenciált gyakorlási mennyiség és minőség okai, következményei.</p>	

	<p>Gyengeségek ellensúlyozása képességfejlesztéssel, gyakorlással. Kis tanári segítséggel, aktív tevékenykedés gyakorlási és versenyszituációban. Részleges önállóság és segítségadás az egyéni, páros és társas feladatokban.</p>
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A koordináció, a cselekvésbiztonság, a zenéhez illeszkedő mozgásritmus továbbfejlesztése a tornajellegű és táncos sorozatok során a már ismert és új elem- és motívumkapcsolatokkal is. Az önállóság és kooperativitás növelése a mozgásrendszer működtetésének minden területén: bemelegítésben, képességfejlesztésben, gyakorlásban, versenyzésben, versenyrendezésben. Az erősségek és gyengeségek figyelembevétele. A közös tervezés, kivitelezés során a kellő határozottságú és öntudatú kommunikáció fejlesztése. A produktumok jó tartással, biztos kiállással történő, gördülékeny, könnyed, plasztikus, esztétikus végrehajtásának elérése.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Gimnasztika <i>Rendgyakorlatok gyakorlása</i> A korábbi évfolyamokon gyakoroltak bővített elemkapcsolatokkal történő ismétlése. Alkalmazásuk az óraszervezés funkcióinak megfelelően. <i>Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok végzése</i> A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok: pl. mozgásütem változtatása, kiinduló helyzet és kartartás változtatása. Az agonista és antagonisták izmok arányos, harmonikus fejlesztése. Az aktív és passzív izomnyújtás – a hatás elkülönítése. Kéziszerkezetek – thera band, gyógylabda, homokzsák stb. – alkalmazása. 8-16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok, egyidejű mozgáskapcsolatok, aszimmetrikus sorozatok. Önállóság a gyakorlatok kiválasztásában, gyakorlatsorok összeállításában. <i>Összetett, komplex, fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok végzése</i> Szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan. Az ízületi lazaság megtartása, fokozása gimnasztikai és stretching gyakorlatokkal. Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével. Anaerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az egyensúly gyakorlatok: dinamikus gyakorlatok guggolásban, ülésben, fekvésben, forgómozgásokkal sorozatban. Az esztétikus mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások. Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az egyéni fejlődést követő rendszeres kontrollal.</p> <p>Torna, sporttorna Talajon és a helyi tanterv szerint 9-10. osztályban választott egy szeren a korábbi követelményeken nehézségben túlmutató, vagy egy másik választott szeren a minimumkövetelmény mozgásanyagának</p>	<p>Kapcsolódási pontok</p> <p><i>Fizika:</i> egyensúly, mozgások, gravitáció, szabadesés, szögelfordulás.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> az izomműködés élettana.</p>

<p>tanulása, gyakorlása.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – talajtorna</i></p> <p>Tartásos gyakorlatelemek, elemkapcsolatok gyakorlása: tarkóállás, fejjállás, kézállás, mérlegek kéztámasszal, mérlegállások, spárgák, hidak mozgásos gyakorlatelemek gyakorlása: gurulóátfordulások különböző irányokba, gurulóátfordulás hátra-tolódás kézállásba, tarkóbillenés, fejenátfordulás, kézenátfordulás oldalt, kézentfordulás, vetődések, átguggolások, átterpesztések, lábkörzések, dőlések, felállások egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban, az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – összefüggő gyakorlatsorok</i></p> <p>Gyakorlás során az egyéni optimum, önálló bővítés megjelenítése az elemkapcsolatokban, sorozatokban.</p> <p>Az esztétikus és harmonikus előadásmód igénye (feszítések, fejtartás, válltartás, spicc) mint minőségi elvárás megjelenik a hibajavítás, ismétlések során.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – társas talajtorna</i></p> <p>Páros és mikrosoportos gyakorlatok önálló összeállítása cselekvésbiztos szinten elsajátított talajtorna-elemek kreatív felhasználásával, a szükség szerint beépített segítségadást tartalmazva.</p> <p><i>Szertorna-gyakorlatok</i></p> <p>A gyakoroltatás során egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban, az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan, egyénre szabottan történik.</p>	
<p><i>Szertorna, gyakorlás tornaszereken fiúk számára</i></p> <p>Korlátlan – terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba, vetődési leugrás, kanyarlati leugrás.</p> <p>Nyújtón – kelepfelhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alálendülés, kelepforgások, térdfellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás hátra, alugrás, nyílugrás.</p> <p>Gyűrűn – kéz- és lábfüggések, függések, lefüggések, mellső függómérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolódás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.</p>	
<p><i>Szertorna, gyakorlás tornaszereken lányok számára</i></p> <p>Gerendán – állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hasonfekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. Szökdelések, lábtartás cserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpesz csukaugrás. Felemáskorlátlan – támaszok, harántülés, térdfüggés, fekvőfüggés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvőfüggésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelepfellendülés támaszba, fordulat fekvőfüggésben, térdfellendülés, guggoló függőállásból fellendülés</p>	<p><i>Művészetek: az esztétika fogalma.</i></p>

<p>támaszba, támaszból átfordulás előre fekvőfüggésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás. Bemelegítés a torna gyakorlásához, egyénileg összeállított mozgássor, együttes bemelegítés az önálló mozgássorral. Célszerű gyakorlási és gyakorlásszervezési formációk működtetése önállóan. A segítségadás technikái, felelős külső kontrollal – a tudatos hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül egyszerű szabályok alkalmazása.</p> <p>Ritmikus gimnasztika Az esztétikus, szép és nőies mozgásokat, alakformálást, minőségi interpretálást segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások megismerése, gyakorlása. A testtartás, tágasság, forgásbiztonság kiemelt továbbfejlesztése. A ritmusérzék továbbfejlesztése, önálló zeneválasztásra lehetőség a szélsőségektől való elhatárolódás mellett. Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz, páros és csoportos interpretációk támogatása.</p> <p><i>Szabadgyakorlatok gyakorlása</i> A 9–10. osztályban begyakorolt, előkészítő tartásos és mozgásos elemek és fő mozgások alapformái ismétlése és új, összetett formák gyakorlása.</p> <p><i>Kötélgyakorlatok gyakorlása</i> Egyszerű és keresztezett áthajtások, ugrások és fordulatok áthajtások közben, kötélforgatások, test körül és köré, kötélmozgatások egy kézzel, kötéldobások és -elkapások, kötélkörzések függőleges és vízszintes síkban.</p> <p><i>Karikagyakorlatok gyakorlása</i> Ugrások és fordulatok karikamozgatás közben, karikaforgatások és átadások egyik kézből a másikba test körül és köré, karikadobások és -elkapások, karikaáthajtások, karikapörgetések talajon és levegőben, karikakörzések függőleges és vízszintes síkban. Minimumkövetelmény: 10-12 elemből álló elemkapcsolat begyakorlása zenével – a zene ritmusának, dinamikájának megfelelően, ideje 35-45 mp.</p>	
<p>Aerobik A sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok. Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással. Rövid koreográfiák ismétlése magas cselekvésszemponttal (30-40 mp). Páros, mikrocsoportos koreográfiák önállóságra törekedve, a szükséges optimális tanári irányítással (1 perc). Aerobik bemutatók az osztályon belül és iskolai szinten egyszerűsített szabályokkal. Részvétel egy csoportos aerobikgyakorlatban az egyszerűsített szabályoknak megfelelően.</p> <p>Táncos mozgásformák</p>	<p><i>Ének-zene:</i> tempó, ritmus.</p> <p><i>Művészetek:</i> romantika, modernitás.</p>

<p>A helyi tantervben rögzített választás szerint legalább egy, a helyi személyi és tárgyi körülményekhez, feltételekhez igazodó tánc.</p> <p><i>Sporttáncok gyakorlása</i> A Magyar Divat- és Sporttánc Szövetség rendszeréhez tartozó, illetve ehhez a rendszerhez rokon táncok (sztepp, show, akrobatikus, electric boogie, salsa, diszkó, hip-hop, break, mambo, bugg, blues, modern, swing stb.) mozgásrendszerének iskolai alkalmazása a helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzítetten - előkészítő tréning, motívumok, motívumkapcsolatok, koreográfiák tanulásának, gyakorlásának rendszere.</p> <p><i>Történelmi táncok gyakorlása</i> Palotás és/vagy keringő – 5–6 motívumból álló rövid koreográfia megtanulása és ismétlése, bemutatása.</p> <p><i>Néptánc gyakorlása</i> A magyar néptánckincs egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai a Tánc és dráma kerettantervben kidolgozottak szerint. Egy dunántúli és/vagy alföldi és/vagy erdélyi tánc típus motívumai és rövid táncfolyamata megtanulása, gyakorlása, előadása.</p> <p><i>Egyéb tornajellegű és táncos mozgásformák:</i> A tornajellegű kondicionális és koordinációs képességek és készségek alkalmazása más – a helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzített – mozgásrendszerekben. Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, eszközös táncok, utcai táncok stb.</p>	
<p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS A hibajavítás megértése, kétirányú kommunikáció, tudásátadás, mások tanítása. Változtatási hajlandóság az egyéni hibás rutinokban. A nemnek megfelelő mozgás dinamikájának és/vagy harmonikus esztétikájának átélése és tudatos felvállalása. A divat és a média testkultúrára ható kedvező és kedvezőtlen tényezőinek szétválasztása (értékfelismerés, önértékelés). A saját és társ testi épsége iránti felelősségvállalás a társak gyenge, esetleg sérült oldalának segítése, az erősségek elismerése, támogatása, egyéni és helyzetből adódó sajátosságok mérlegelése, az objektív megoldások keresése. A társak és a csoport irányítása a csoport közös érdekeinek figyelembevételével, a stratégiák egyeztetése. Alkotó, kooperatív feladatok, mozgásos tevékenységek – aktív részvétel a sportrendezvények, bemutatók szervezésében. Tornasport és tánc történeti ismeretek, érdekességek.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Agonista, antagonisták izmok, aktív és passzív nyújtás, dinamikus egyensúly, társas talajtorna, forgásbiztonság, táncstílus, divattánc, sporttánc.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Atlétikai jelegű feladatok	Órakeret 40 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Térdelő-, álló- és repülőrajt versenyhelyzetekben. Iramszakasz, egyéni irambeosztás.</p>	

	<p>Különféle bottechnikák a váltófutásban. Optimális lendületszerzés, elrugaszkodás, repülőfázis, biztonságos leérkezés az ugrásokban. A hajítás, lökés és vetőmozgás biomechanikai különbözőségei.</p>
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Jártasság kialakítása a biomechanikai törvényszerűségek alkalmazásában. Az önismeret fejlesztése a kedvező atlétikai mozgásformák kiválasztása és önálló gyakorlása révén. A már elsajátított atlétikai futó-, ugró-, dobószámok versenyszabályai a korosztályos előírások szerinti alkalmazása és betartása. Motiváló eljárások az egyéni eredmény, teljesítmény javítására. A mérhető teljesítményeken alapuló objektív ellenőrzés elfogadtatása, beépítése a döntéshozatalba. A folyamatos és visszatérő gyakorlás szerepének, jelentőségének, hatásának tudatosítása.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Kapcsolódási pontok	
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG Futások <i>Rövidtáv, váltófutás, gátfutás</i> A gyorsfutás technikáját javító gyakorlatok változatos végrehajtása. A kedvező rajthelyzet kialakítása, segédvonalak kijelölése. Versenyszerű végrehajtás, eredményorientált együttműködés váltófutásban. Csapatban 4x50-100 m-es váltók alakítása, versenyzés. A gátvételi technika alkalmazása magasabb akadályon, gáton 3–4 lépéses ritmusban. <i>Középtáv, folyamatos futás, tájékozódási futás</i> Választás a távok közül. A különböző távokhoz illeszkedő futótechnika kiválasztása. Jártasság az adott távhoz szükséges versenytempó és irambeosztás megválasztásában. Állóképesség-fejlesztő módszerek rendszeres alkalmazása és teljesítményének nyomon követése. Az állóképesség-fejlesztő módszerek önálló gyakorlása. Folyamatos futás közbeni tájékozódás, kisebb területen célállomások megtalálása.</p> <p>Ugrások A homorító és távolugrás jellemzőinek ismerete, gyakorlati alkalmazása. Választás a magasugró technikák közül. 5–7 lépéses egyénileg kialakított nekifutással versenyszerű végrehajtás. Közreműködés versenyek lebonyolításában. Kondicionális jelleggel sorozat szökdelések végrehajtása. 1–3 lépéses sorozat elugrás, illetve 2–4 lépéses sorozat felugrások technikajavító végrehajtása. Gyorsuló nekifutás optimális távolságról.</p> <p>Dobások A különböző dobásformákkal a törzsizom sokoldalú erősítése. Teljes lendületből történő hajítás. Választás az egyes lökő mozdulatok közül. Lendületvétellel egykezes vetés végrehajtása. Az optimális kidobási szög, sebességre és magasságra törekvés.</p> <p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> szénhidrátlebontás.</p> <p><i>Fizika:</i> hajítások, energia.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> Az olimpiai eszme. Az újkori olimpiai története</p>

<p>Az iram és tempó megválasztása szempontjainak ismerete. A nekifutás módosítása szükségszerűségének ismerete. Az atlétikai ugrások és dobások technikatörténeti, a technikák változásai teljesítménynövelő hatásainak ismerete. Az olimpiákon szereplő atlétikai versenyszámok ismerete. „A gyorsabban, magasabbra, erősebben” jelmondat értelmezése. Önmagához képest a legjobb teljesítmény elérésére, a siker átélése, a kudarc elfogadása és az azzal való megküzdés. Az élettani különbségek ismerete. Tájékoztató futás alapjainak ismerete.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Egyéni reakcióidő, mozdulat- és mozgásgyorsaság, váltás közbeni alkalmazkodás, korrekció, holtpont, lépő, homorító és ollózó technika, átlépő, guruló, hasmánt- és floptechnika, ötlépéses hajító ritmus, lökés, vetés, jegyzőkönyvvezetés.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek</p>	<p>Órakeret 60 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Az adott sportmozgás technikájának ismerete. A test feletti uralom szokatlan, új mozgásszituációkban. A baleseti kockázatok mérlegelése. Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzés módszertani és balesetvédelmi alapfogalmak, eljárások. Szabadban, teremben, spontán helyzetben végezhető egyéni, társas, csoportos mozgásformák. Az edzéshatáshoz szükséges ingerek nagysága és gyakorisága, a pihenő idő jelentősége.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A rekreációs életviteléhez szükséges sportági, élettani, edzésméleti ismeretek megszerzése. Az önállóan kezdeményezett társas vagy csoportos sportolás szervezési és lebonyolítási ismeretek, jártasságok megszerzése. A testnevelés újszerű tartalmakkal történő gazdagítása, az iskolai létesítményen belüli és tágabb környezetében lévő lehetőségek kihasználása sportolásra. A felnőtt kor sportos életviteléhez újabb sportágak megismerése, családi és csoportos öntevékeny sportoláshoz szükséges szervezési és rendezési ismeretek megszerzése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG A helyi tárgyi feltételek függvényében legalább négy választott sportági mozgás mozgásműveltségének fejlesztése. A szabadidő, ill. alternatív sportok rendszerben kezelése. A helyi tantervben választott alternatív sport technikai, taktikai, gyakorlási, edzési és versenyzési rutinjának kialakítása, a hozzátartozó eszközök, technikák és veszélyek kezelése. A szabadtéri formák hangsúlyának megerősítése. Edzés a természet erőivel - játszóterek, szabadidő-központok bevonása, az adottságok kihasználásával jégpálya készítése. Újszerű mozgásfeladatok kihívásainak való megfelelés, pl. a közlekedés-</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> élettan.</p>

<p>biztonság területén a kerékpározás kultúráját szem előtt tartva. Sportolás közben a rutinok megerősítése a zöldfelület megóvásában, a tájhasználatban, az épületek megóvásában és az energia, a vízhasználat, a dohányzás elleni küzdelem és a hulladékgyűjtés, újrahasznosítás területén.</p> <p>A családi, baráti, munkahelyi csoportos és öntevékeny sportolásra való felkészítés, az önszerveződéshez szükséges ismeretek, jártasságok megszerzése. Társaságban is jól alkalmazható mozgásos kreatív, kommunikációs és kooperációs játékok tárházának bővítése.</p> <p>A többfunkciós helyi lehetőségek, eszközök bevonása a tartalmi változatosság biztosításához (természetes akadályok, ügyességi versenyek a környezet adta kihívások legyőzése).</p> <p>Egyszerű (akár saját készítésű) eszközökkel szerény tégigényű mozgásformák elsajátítása (ugrókötelezés, asztalitenisz, lengőteke, tollaslabda, minitrambulín, gúlagyakorlatok stb.)</p> <p>ISMERETEK – SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Szabályismeret és baleset-megelőzési információk a helyi tantervben kidolgozott alternatív sportok területén.</p> <p>A helyes öltözködés és folyadékfogyasztás a szabadtéren végzett sportolás során.</p> <p>A környezettudatos magatartás, a testmozgások során az egyénnek önmagával, társaival és a természettel való harmonikus kapcsolata kialakítása.</p> <p>A táborozási eszközrendszer megismerése, használatában jártasság szerzése (tájfutás, tájoló és térkép használata, sátorverés, vízitúra, vándortábor stb.).</p> <p>Egy választott alternatív sportágban a világ-elit teljesítményének ismerete.</p>	
---	--

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Rekreáció, edzettség, fittség, jó közérzet, teljesítőképeség, újrahasznosítás, példamutatás; környezettudatos természet- és épített-környezet-használat.
--------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önvédelem és küzdősportok	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Biztonsági követelmények és a küzdelemmel kapcsolatos rituálé. Az indulatok feletti uralom. Néhány önvédelmi megoldás, szabadulás a fogásból. A dzsúdó, illetve grundbirkózás alapttechnikái, szabályai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az akaraterő, a kitartás, a küzdőképesség, az önbizalom fejlesztése, a félelem leküzdése és a sportszerűség (fair play) szemléletének kiteljesítése. Küzdő típusú játékok tudatos alkalmazása a személyiségfejlesztésben, különös tekintettel az önuralomra, a társak tiszteletére és a szabályok elfogadására. A közösségben előforduló veszélyhelyzetek felismerése és kezelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG		<i>Történelem, társadalmi</i>

<p>A küzdéseket előkészítő és rávezető gyakorlatok, játékok: Tolások-húzások, változatos testrészekkel, testhelyzetekben.</p> <p>Grundbirkózás cselekvésbiztos gyakorlása: Alapállás, alaphelyzetek stabil alkalmazása, szabályos és erős fogások csuklóra, karra, nyakra, derékra, rögzített kilendítések, keresztfogások. Emelések hónaljfogással, derékfogással, kevert fogással. A mögékerülések és kiemelések különböző változatai, dobástechnikák, leszorítások alkalmazása. Az eredményes földharc technikájának elsajátítása. Egyéni és csapatversenyek, küzdési taktikát igénylő feladatok játékos formában és páros küzdelmek.</p> <p>Dzsúdó sportági készségfejlesztés: A 9-10. osztályban tanult technikák és taktikák továbbfejlesztése. Az egyensúlyt stabilizáló és ezt kibillentő gyakorlatok, testsúlyáthelyezések, irányváltatások, előre, hátra, oldalra gurulások. Szabadulás különböző fogásokból (karfogás, ölelőfogás, fojtás). Támadáselhárítási módszerek (ütés, szúrás, rúgás, fejelés elhárításai).</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS Önmaga megvédésének ismerete, néhány támadáselhárítási eljárás ismerete, megértése és alkalmazása. Az érzelem- és feszültség szabályozás, az agresszió megelőzése a küzdőjellegű sporttevékenységek révén, az előnyök megfogalmazásának képessége. A sportszerű küzdelem jellemformáló hatásának ismerete, elismerése. A megegyezésre készenlét képessége, a szabályok időleges, társ által megerősített felfüggesztésének, módosításának lehetősége.</p>	<p><i>és állampolgári ismeretek:</i> ókori olimpiák, hősök, távolkeleti kultúrák.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Viszonylagos erő kifejtés, fokozatosan növekvő erő kifejtés, sérülésmentes küzdelem, agresszió, önuralom, sportszerűség.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Egészségkultúra és prevenció</p>	<p>Órakeret 50 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Rendeződő egészségtudatosság, döntésképeség az egészséges, aktív életmód érdekében. Relaxációs, terhelési, edzési és a test épségét, egészségét megőrző eljárásokból egy-két megoldás ismerete, alkalmazása. Jártasság a gerincvédelmet érintő minden tanult feladat megoldásában. A terhelés igazítása a tesztek eredményeihez. A testmozgás szerepének ismerete a káros szenvedélyek elleni küzdelemben.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az élethosszig tartó optimális, életkornak és testalkatnak megfelelő prevenció és rekreációs mozgásos tevékenységek önálló működtetéséhez, bővítéséhez és szükség esetén gyógyászati céllal történő gyakorlásához szükséges készségek és kompetenciák továbbfejlesztése. Az edzésre, a teljesítmény növelésére és mérésére, a prevencióra,</p>	

	rekreációra kész fizikai és mentális állapot állandósítása, a stressz kezelése. A fenntartásához szükséges elméleti és gyakorlati tudás rendszerré szervezése.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG</p> <p>Bemelegítés Általános és sportágspecifikus bemelegítő mozgásanyag feladatmegoldásai, kezdetben egyénileg, párban a tervezés, szervezés, levezetés, értékelés megvalósítása. A labdajátékhoz, tornához, futáshoz, ugráshoz, dobáshoz, küzdéshez kapcsolódó bemelegítések általános és speciális jellemzőinek, mozgásainak elkülönítése szóban és gyakorlatban egyaránt.</p> <p>Edzés, terhelés A fejlődés, a megfelelő hatékonyság alapfeltételeinek biztosítása: jól szervezettség, a felesleges állásidők kiküszöbölése, szükséges mozgásterjedelem (idő, ismétlésszám), szükséges intenzitás (sebesség, gyakorlatsűrűség, megfelelő ellenállás), terhelés-pihenés egyensúlya. Főbb témák: Kondicionális és koordinációs képességfejlesztés tervezése és megvalósítása a gyakorlatban egyénileg, párban, csoportban eszközök nélkül és különböző eszközök segítségével. A fizikai fittség típusai, fejlesztési lehetőségei. A fizikai fittség típusai, fejlesztési lehetőségei. A fizikai aktivitás szintjének becslése, követése. Önálló mozgásprogram-tervezés. Lehetséges hagyományos és alternatív eszközök: pulzusmérő, mozgásszenzorok, medicinlabda, súlyzó, ugrókötel, erősítő gumiszalag, gimnasztikai labda, pilates roller, TRX, erőgépek. A képességfejlesztő módszertani eljárások bemutatása: intervallumos, ismétléses, tartós és ellenőrző módszerekkel edzésfolyamatok. A koordinációt javító eljárások bemutatása: a végrehajtás megváltoztatása és a végrehajtás feltételeinek megváltoztatása. A rendelkezésre álló szabadidő megtervezésének eljárásai. Egyéni rekreációs megoldások bemutatása, foglalkozásrészlet vezetése. Konkrét sportági tevékenységre és mozgásanyagra fejlesztett kondicionális és koordinációs képességfejlesztés. Motoros tesztek lebonyolítása – központi előírás szerint.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> anaerob terhelés, az idegrendszer működése, a keringési rendszer működése, glikolízis, terminális oxidáció.</p> <p><i>Fizika:</i> egyszerű gépek, erő, munka.</p>
<p>Az egészséges test és lélek megóvása A munkahelyi és egyéb ártalmak elleni védekezésre való felkészítés: a biomechanikailag helyes testtartás és az egészséges lábboltozat kialakításának és fenntartásának, a helyes légzésnek a gyakorlatai, az ülőmunka és a zárt tér ellensúlyozására szolgáló tevékenységek, a sportolás kedvező hatása a szenvedélyek megelőzésében. A stresszoldás gyakorlatai és a relaxáció. A „tudatos jelenlét” (mind fullness) módszerének elsajátítása és integrálása az eddig megtanult relaxációs technikái közé, és mindezek használata a mindennapi élet helyzeteiben. A megtanult és folyamatosan használt relaxációs módszerek tudatos alkalmazása a pályaorientációt és jövőképet építő lelki munkában, és a</p>	

<p>feszültségek szabályozása és az élet stresszhelyzeteivel való autogén megküzdés.</p> <p>A test-lelki harmónia fejlesztésének egyéb, alternatív megközelítése a helyi lehetőségek és programok szerint.</p> <p>A testtartásért felelős izmok kellő erejének és nyújthatóságának fejlesztése a helyesen végzett tartásjavító tornával (általános és konkrét sportági jelleggel).</p> <p>ISMERETEK, SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS</p> <p>A sport által a pillanatnyi kiteljesedés (flow) élményének megélése.</p> <p>A sportágak gyakorlásához megfelelően illeszkedő bemelegítő eljárások ismerete.</p> <p>A terhelésfokozás paramétereinek ismerete.</p> <p>Az alvás és ébrenlét megfelelő arányai, a sport szerepe az egészséges alvásban.</p> <p>A gerinc sérülések, ártalmak elkerülési módozatainak ismerete.</p> <p>A sérült gerinc esetén az elsősegély ellátása és/vagy a sérülttel való helyes bánásmód ismerete.</p> <p>A stresszes állapot elleni tudatos védekezés ismerete.</p> <p>A helyes gerinctorna kivitelezésével kapcsolatos fogalmak, a gerinckímélet lényegének ismerete.</p> <p>A növekvő teljesítmény, sporteredmény objektív elismerése, öröm a másik ember teljesítménye felett, pozitív megerősítés.</p> <p>Az öröm mint pozitív életérzés melletti tudatos döntés, közös élmény, az egészség és a mozgásra fordított szabadidő megteremtésének egymást erősítő igénye (motiváció).</p> <p>A tudatos terhelésen, méréseken, önkontrollon alapuló teljesítményfejlesztés.</p> <p>Felelősségvállalás társak egészséges életmódja iránt.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Sportágspecifikus bemelegítés, mozgásterjedelem, intervallumos, ismétléses, tartós és ellenőrző módszer, terhelés-pihenés egyensúlya, progresszív relaxáció, ingernagyság, ingergyakorosság, gerinckímélet, relaxáció, tudatos jelenlét.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Sportjátékok</i></p> <p>A helyi tanterv szerint tanított két labdajátékra vonatkozóan:</p> <p>Önállóság és önszervezés a bemelegítésben, a gyakorlásban, az edzésben és a játékokban, játékvezetésben.</p> <p>Az adott labdajáték főbb versenykörülményeinek ismerete.</p> <p>Erős figyelemmel végrehajtott technikai elemek, taktikai megoldások, szimulálva a valódi játéksituációkat.</p> <p>Ötletjáték és 2–3 tudatosan alkalmazott formáció, a csapaton belüli szerepnek való megfelelés.</p> <p>A csapat taktikai tervének, teljesítményének szakszerű és objektív megfogalmazása.</p> <p>A másik személy különféle szintű játéktudásának elfogadása.</p> <p>Kreativitást, együttműködést, tartalmas, asszertív társas kapcsolatokat szolgáló mozgásos játéktípusok ismerete és célszerű használata.</p>
--	--

Torna jellegű feladatok és táncos mozgásformák

A torna mozgásanyagában az optimális végrehajtására jellemző téri, időbeli és dinamikai sajátosságok megjelenítése.

Bonyolult gyakorlatsorok, folyamatok végrehajtása közben a mozgás koordinált irányítása.

Önállóan összeállított összefüggő gyakorlatok tervezése, gyakorolása, bemutatása.

Önálló zeneválasztás, a mozdulatok a zene időbeli rendjéhez illesztése.

Könnyed, plasztikus, esztétikus végrehajtás a táncos mozgásformákban. A torna versenysport előnyei, veszélyei, a hozzá kapcsolódó testi képességek fejlesztésének lehetőségei ismerete.

Bemelegítő és képességfejlesztő gyakorlatok ismerete, a célnak megfelelő kiválasztása.

Optimális segítségadás, biztosítás, biztatás.

Hibajavítás és annak asszertív kommunikációja.

Az izmok mozgáshatárát bővítő aktív és passzív eljárások ismerete.

Atlétika jellegű feladatok

A futások, ugrások és dobások képességfejlesztő hatásának felhasználása más mozgásrendszerekben.

Az atlétikai versenyszámok biomechanikai alapjainak ismerete.

Az állóképesség fejlesztésével, a lendületszerzés az izom-előfeszítések begyakorlásával a futó-, az ugró- és a dobóteljesítmények növelése.

Az alapvető atlétikai versenyszabályok ismerete.

Bemelegítés az atlétikai mozgásokhoz illeszkedően.

Alternatív és szabadidős mozgásrendszerek

Az helyi tantervben kiválasztott sportmozgás végzése elfogadható cselekvésbiztonsággal.

Uralom a test felett a sebesség, gyorsulás, tempóváltás, gurulás, csúszás, gördülés esetén.

Feladatok önálló tervezése és megoldása alternatív sporteszközökkel.

Az adott alternatív sportmozgáshoz szükséges edzés és balesetvédelmi alapfogalmak ismerete.

Az ismeretek alkalmazása az új sporttevékenységek során.

Önvédelem és küzdősportok

A szabályok és rituálék betartása.

Önfegyelem, az indulatok és agresszivitás kezelése.

Több támadási és védekezési megoldás, kombináció ismerete az álló és földharcban.

Egészségkultúra és prevenció

A bemelegítés szükségessége élettani okainak ismerete.

Az egészségük fenntartásához szükséges edzés, terhelés megtervezése.

Relaxációs gyakorlatkészlettel tudatos védekezés a stresszes állapot ellen. A feszültségek szabályozása és az élet stresszhelyzeteivel való autogén megküzdés.

A testtartásért felelős izmok erősítését és nyújtását szolgáló gyakorlatok ismerete, pontos gyakorlása, értő kontrollja.

	A gerinckímélet alkalmazása a testnevelési és sportmozgásokban, kerti és házimunkákban, az esetleges sérüléssel szituációk megfelelő kezelése.
--	--

PATRÓNUSI FOGLALKOZÁS

9/AJKP évfolyam

A patrónusi foglalkozások kiemelten fontosak az előkészítő évfolyamon résztvevő diákok számára, hiszen kiscsoportos foglalkozások keretén belül lehetőségük van az önmegismerésre, a társas kapcsolatok tudatos alakítására, a szabad véleménynyilvánításra, tanulásbeli és más aktuális problémáik megbeszélésére, megvitatására, az egészséges életmód igényének kialakítására, a társadalmi viselkedési normák elmélyítésére.

A tanulók a foglalkozások során olyan ismeretekhez jutnak, olyan készségeket, képességeket sajátítanak el a gyakorlatok elvégzése közben, melyek segítségével megismerhetik önmagukat, társaikat és a környező világot. Részt vehetnek saját közösségük szabályainak megalkotásában. Segítséget kapnak az önnevelésre való képesség kialakításához, az állandó önkontrollhoz, s a társas kapcsolatok létrehozásának módozataihoz. Közben megtanulják figyelmüket tudatosabban irányítani, kulturáltan beszélgetni, vitázni, érdekeiket érvényesíteni. Fejlődik kommunikációs képességük. A közösségen belüli szerepvállalásuk során nő önmagukkal és társaikkal szembeni felelősségérzetük. Toleránsabbá válnak környezetük tagjaival szemben, tisztelik őket. Jobban tudnak alkalmazkodni a környezet adta lehetőségekhez. Felismerik az érzelmek és a viselkedésformák kapcsolatát. Megpróbálnak egyre tudatosabban uralkodni érzelmeiken, indulataikon. A konfliktuskezelés békésebb útjaira törekednek. Megismerik az egészségmegőrző szokásokat, az egészséget károsító tényezőket. Eljutnak arra a szintre, hogy megkülönböztessék a jót a rossztól, ezáltal fejlődik helyzetfelismerésük és ebből fakadóan a döntési képességük. Képesé válnak a kritikai gondolkodás és döntéshozás lépéseinek az alkalmazására. Alkalmassá lesznek reális célok megfogalmazására, pályaválasztási terveiknek a követésére. Megértik a határozott visszautasítás fontosságát az egészséget károsító tényezőkkel szemben. Felfedezhetik önmaguk megvédésének lehetőségeit és annak felelősségét.

A patrónusi foglalkozások minden esetben tevékenység- és problémacentrikusak. A diákok alapvető kommunikációs formákat sajátítanak el, az ismereteken túl szituációs játékok és didaktikai játékok keretében készségeiket fejlesztik és gyakorolják, illetve a beszélgetések során alkalom kínálkozik problémahelyzetek elemzésére, megoldások keresésére és megvitatására.

A foglalkozások témái:

Életkori sajátosságok megélése és megértése. A 14–19 évesek személyiségfejlődési sajátosságai miatt a nevelés ebben az életkorban jelentős szereppel, de ugyanakkor különös sajátosságokkal bír. A kamaszkoruk delén a középiskolába lépő tanulók a következő négy év során kivétel nélkül belépnek az ifjúkorba.

Az ambivalencia kezelése. Az ellentétes érzelmek egyidejű előfordulása számos nehézséget jelent a serdülő diáknak. Vágyik az önállóságra, de ugyanakkor szüksége is van a meleg, szeretetteljes emberi kapcsolatokra. Saját személyisége alakításában is az ellentétek jellemzik: időnként az ego dominál, sérthetetlennek érzi magát, kapacitását határtalannak hiszi, ami könnyen veszélybe sodorhatja; máskor pedig elhatalmaskodik rajta az önbizalomhiány, a búskomorság állapotába süllyed, önértékelési zavar lép fel nála. Egyre sürgetőbbé válik a további életutat erőteljesen meghatározó döntések meghozatala, a felnőtt életre történő felkészülés. Ebben a konfliktusokkal teli életszakaszban a diáknak feltétlen szüksége van a válságain átsegítő, példát, de legalábbis irányt mutató, az önálló döntések meghozatalát előkészítő, segítő felnőttre. E funkció betöltésére a szülők mellett (olykor sajnos helyett) a pedagógus a leghivatottabb, hiszen állandó, rendszeres, személyes kapcsolatban van a diákok tömegeivel.

A család szerepe a személyiségfejlődésben. Hangsúlyozni kell, hogy a tanuló személyiségi vonásai a családban sarjadnak ki és erősödnek meg; az iskola ezeket a pozitív hatásokat, nevelési értékeket kiaknázza, felerősíti, a családból hozott esetleges negatív nevelési mintákat, szokásokat megpróbálja ellensúlyozni. Itt a családnak nem csak az anyagi helyzete a lényeg, hanem az életmódjából fakadó szocializáltság, szellemi szint, és főképpen a szülő(k) és a gyermek(ek) közötti érzelmi-lelki kapcsolatok.

Társas kapcsolat hangsúlyozása, kezelése. A szociális képességek (a kapcsolatteremtés, a kommunikáció, az empátia, a tolerancia, a kooperáció, a konfliktuskezelés stb. képességeinek) fejlesztése, főként az iskolában, kollégiumban, osztályban, csoportban megélt saját élmények alapján. A személyiségben rejlő lehetőségek és gátak feltárása, a személyiség stabilizálása. Készség és képesség a tartalmas, harmonikus emberi kapcsolatok kialakítására és ápolására.

Testi-lelki egészség megőrzése. Az egészségnek mint alapértéknek az elfogadása, az egészségmegőrzés igényének felkeltése, az egészségkárosító szokások, szenvedélyek kialakulásának megelőzése, ezek leküzdésére való akarat, készség, képesség alakítása. A mentálhigiéné, lelki egészség iránti igény felkeltése, erősítése, a megőrzéséhez szükséges készségek és képességek kialakulása. A tolerancia elvének és gyakorlásának elfogadása, az előítéletekkel való szembesülés, és leküzdésük igénye.

Környezettudatosság. Érdeklődés a világ dolgai iránt, a globális problémáknál az egyéni felelősség belátása, a folyamatos tájékozódás iránti igény felkeltése, a fenntartható fejlődés jelentőségének tudatosítása.

A patrónusi foglalkozások célja:

- segíteni a tanulót abban és megtanítani őt arra, hogy önmagát érdekesnek és értékesnek lássa, az élete célját keresse, másokra odafigyeljen, másokkal kommunikáljon,
- segíteni abban, hogy tartozzék valahová, valakikhez, akik elvárják tőle, hogy igényes legyen, s akiknek nemcsak kényszerből, de belső akaratából is meg akar felelni,
- felismerje, hogy az élet felnőttként való megéléséhez önbizalom, önhit kell,
- ráébreszteni a felelősségteljes gondolkodás fontosságára, az emberi élet méltóságára, a környezettel való harmonikus együttlét igénylésére,
- elérni, hogy legyen fogékony a társadalmi együttélés szabályainak megismerésére, a tudatos belátáson alapuló kritika elsajátítására, az önálló tájékozódásra és a tudatos életvezetéshez szükséges jellemvonások, készségek és ismeretek fejlesztésére,
- elérni, hogy ráérezzen a kiegyensúlyozott életmód és életvitel jelentőségére a saját egészségében,
- az élethosszig tartó tanulás alapjainak megteremtése.

A tartalmi elemek közlése nem tükröz lezárt rendszert. Az elemek listája nem a tanórai feldolgozás sorrendjét és szintezését jelenti. A tantárgyakon belüli és közötti tartalmi összefüggések is mintázatba rendeződhetnek. A fejlesztés és az ismeretátadás a patrónusi foglalkozások szintjén komplex és kiegyensúlyozott folyamatban valósulhat meg. Hangsúlyosabb szerepet kaphatnak a gyakorlatorientált tevékenységek, az életviteli kompetenciák.

Tematikai egység	Önismeret	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	A tanuló saját értékeinek ismerete. Önmagával szembeni elvárások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önismeret, önfogadás fejlesztése, erősítése. Céltudatosság kialakítása. Mások iránti figyelem kialakítása, kommunikáció	

	fejlesztése. Felelősségteljes gondolkodás erősítése. Törekvés kialakítása a saját személyiség tudatos formálására.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
Énkép – pozitív, negatív, reális és irreális énkép. A harmonikus személyiség kialakítása, személyiségünk megismerése, elfogadása, fejlesztésének igénye. Felelősség önmön személyiségünk és saját sorsunk alakításáért. Törekvés önmagunk megbecsülésére. Önismereti és személyiségfejlesztő feladatok, szituációs játékok.	<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Önismeret, énkép, felelősségvállalás, személyiségfejlesztés.

Tematikai egység	Társas kapcsolatok	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Egyéni és közösségi érdekek megfogalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Társadalmi beilleszkedés, kulturált magatartás és életmód kialakítása. Bizalom és támogató légkör megteremtése/megerősítése. Alkalmazkodás, egymásra való odafigyelés erősítése. Szociális képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
<i>Egyén és közösség</i> Az egyén és a közösség együttműködéséhez szükséges normák ismerete, szerepük tisztázása. (Házirend, szokások, erkölcs, jog, törvények, szabályok.) <i>Harmonikus kapcsolatok</i> A harmonikus kapcsolatok létrejöttéhez szükséges tulajdonságok, képességek megismerése, fejlesztése (figyelmesség, udvariasság, kímélet, tisztelet, méltányosság, tapintat, humor, tolerancia, empátia, segítőkészség). Játékos feladatok, egyéni és csoportos gyakorlatok, szituációs játékok. Filmeik alapproblémáinak megvitatása. <i>Ifjúsági szubkultúra</i> Iskolán és családon kívüli kötődések, beszédstílus, szabadidős programok, szokások, viselkedési formák. Partnerkapcsolatok helyes kezelése (egyenrangúság, egymásra figyelés, partner elfogadása, alkalmazkodni tudás, felelősség, őszinteség). <i>Konfliktus, konfliktuskezelés</i> Hullámhegyek és -völgyek a kapcsolatokban – veszekedés, konfliktusok, agresszivitás, érdekek ütközése és érvényesítése. Konfliktuskezelési stratégiák és gyakorlatok. Drámapedagógiai módszerek, tevékenységek.	<i>Matematika</i> <i>Dráma</i> <i>Társadalomismeret</i>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egyén, közösség, együttműködés, norma, harmonikus kapcsolat, figyelmesség, udvariasság, kímélet, tisztelet, méltányosság, tapintat, humor, tolerancia, empátia, segítőkészség, szubkultúra, beszédstílus,	

	szokás, viselkedési forma, partnerkapcsolat, egyenrangúság, egymásra figyelés, elfogadás, alkalmazkodás, felelősség, őszinteség, veszekedés, agresszivitás, konfliktus, konfliktuskezelés.
--	--

Tematikai egység	Aktuális problémák	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Problémák, vélemény megfogalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Felmerülő problémák megbeszélése, megoldása, együttműködés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Aktuális problémák, feladatok</i> Az eredmény és a tanulás feltételeinek megbeszélése. Továbbhaladás feltételei. Az esetleges sikertelenség okainak feltárása. Személyre szabott stratégiák kidolgozása. A motiváció megteremtése. Elvárások tisztázása, szabályalkotás, időszerű problémák összegyűjtése.</p>		<p><i>Matematika</i> <i>Társadalomismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Aktuális feladat, probléma, eredmény, tanulás, stratégia, sikertelenség, motiváció, elvárás, szabályalkotás, problémamegoldás.	

Tematikai egység	Család	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Családi kapcsolatok, hagyományok, érzelmek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Felkészítés a családi életre. Alkalmazkodás és egymás iránti figyelem erősítése a családban. Érzelmi háttér szerepének tudatosítása. Problémamegoldás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A családi élet, családi kapcsolatok, élethelyzetek, szerepek, érzelmek. A szülők, az anya, apa, a gyerekek, a nagyszülők. Családon belüli kötődések, szokások, viselkedési formák. Házasság, válás. Az egyedüllét, a barátság. Családi problémák és megoldási lehetőségeik. Nevelési ártalmak a családban. A család és az iskola közötti egyenlőtlenségek áthidalása. Filmek alapproblémáinak megvitatása.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Dráma</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Család, családi élet, szülő, gyerek, nagyszülő, kötődés, szokás, viselkedési forma, házasság, válás, egyedüllét, barátság, probléma, megoldási lehetőség, nevelési ártalom, egyenlőtlenség.	

Tematikai egység	Szerelem, szexualitás	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Születés és egyedfejlődés, életkori szakaszok, változások. Férfi-női kapcsolat.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kamaszkori testi, lelki, élettani változások megismerése, tudatosítása. A nemi szerepekkel kapcsolatos társadalmi előítéletek, sztereotípiák megismerése, értékelése. Szexuális kultúra megismerése. Felelősségvállalás erősítése egymás iránt. Felkészítés a felnőtt szerepre.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Kapcsolatok, párkapcsolatok.</p> <p>Ismerkedés – gátlások, barátság-szerelem, kötődés, feltétel nélküli elfogadás, bizalom, egy kapcsolat kezdete és vége, megcsalás, fogamzásgátlás, nemi betegségek.</p> <p>Felkészülés a családi életre, együttélés, családalapítás.</p> <p>Szakember – védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, iskolapszichológus – bevonásával problémák megbeszélése.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Barátság-szerelem, kötődés, elfogadás, bizalom, kapcsolat, megcsalás, fogamzásgátlás, nemi betegség, családi élet, együttélés, családalapítás, védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, pszichológus.	

Tematikai egység	Testi-lelki egészség	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Az emberi test felépítése, működése. A serdülés sajátosságainak ismerete. Egészséges életmód fogalmának, sportoknak az ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egészséges életmódra nevelés, az egészségmegőrzés igényének felkeltése. A serdülőkori gátlások leküzdése. Lelki kiegyensúlyozottság növelése. Egészséget fenyegető tényezők megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Az egészség mint az élet legfőbb értéke</i></p> <p>Prevenció.</p> <p>Az egészséges életmód szokásainak kialakítása, a sport fontosságának belátása, az egészséges táplálkozás hangsúlyozása.</p> <p><i>A lelki egyensúly elvesztésének következményei</i></p> <p>Szorongás, stressz, feszültség, depresszió, melankólia, kudarcok.</p> <p><i>Egészséget veszélyeztető tényezők</i></p> <p>Szenvedélybetegségek: nikotin-, alkohol-, drog-, szerencsejáték-függőség.</p> <p>Bűnmegelőzés.</p> <p>Szakember – védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, iskolapszichológus – bevonása.</p>		<p><i>Matematika</i></p> <p><i>Testnevelés</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Dráma</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egészség, egészséges életmód, prevenció, szorongás, stressz, feszültség, depresszió, melankólia, kudarc, szenvedélybetegség, szerencsejáték-függőség.	

Tematikai egység	Pályaorientáció	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Saját érdeklődési kör megfogalmazása. Különböző foglalkozások, munkahelyek ismerete. Fizikai, szellemi munka.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az egyéni adottságok, képességek megismerésén alapuló önismeret fejlesztése a pályaválasztáshoz.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Pályaválasztás, foglalkozások.</p> <p>A legfontosabb pályák, foglalkozási ágak tartalmának, követelményeinek és a hozzá vezető utaknak, lehetőségeknek a megismerése.</p> <p>Pályaválasztási és életvezetési tanácsok.</p> <p>A felkínált képzési lehetőségek, szakmacsoportok megismerése.</p> <p>Önismereti és személyiségfejlesztő feladatok.</p> <p>Szakember – pályaválasztási tanácsadó – bevonása.</p> <p>„Vendégváró Program”.</p> <p>Interjúkészítés.</p>		<p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Életpálya-építés</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egyéni adottság, önismeret, pályaválasztás, foglalkozás, életvezetés, szakmacsoport, szakember, interjú.	

Tematikai egység	Nyíló világ	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Védett növények és állatok ismerete. Emberi tevékenységek hatása a környezetre.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Természettudományi gondolkodásmód fejlesztése. Pozitív viszonyulás erősítése a természeti értékekhez. A környezet iránti személyes felelősségvállalás erősítése. A szelektív hulladékgyűjtés folyamatának megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Környezettudatos életmód</i></p> <p>A természeti környezet védelme, az ökológiai egyensúly megőrzése, zajártalom, levegőszennyezés, víz- és természetvédelem, jeles környezetvédelmi napok: Víz, Madarak és fák, Föld Napja, szelektív hulladékgyűjtés, energiatakarékosság.</p> <p><i>Állat- és növényvédelem</i></p> <p>Növények, állatok védelme és növények ültetése, környezetünk szebbé tétele (parkosítás, hulladékgyűjtés, kapcsolatfelvétel természet/környezetvédelmi szervezetekkel).</p>		<p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Környezet, természet, természetvédelem, környezettudatosság, ökológiai egyensúly, zajártalom, levegőszennyezés, környezetvédelmi nap, szelektív hulladékgyűjtés, energiatakarékosság, növény- és állatvédelem.	

Tematikai egység	Aktuális feladatok rendszerezése	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	A tanév során szerzett ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanult ismeretek, fogalmak komplex módon történő áttekintése, rendszerezése és gyakorlati alkalmazása. Logikus gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Aktuális feladatok, problémák megbeszélése. Áttekintés, rendszerezés. Éves munka értékelése. Az esetleges sikertelenség okainak feltárása.		<i>Matematika</i> <i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Aktuális feladat, probléma, áttekintés, rendszerezés, értékelés.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló rendelkezzen megfelelő önismerettel, a pozitív énkép kialakításának képességével. Értékelése, önértékelése reális legyen. Rendelkezzen kellő önbizalommal. Egyéni érdekét tudja összhangba hozni a közösségével.</p> <p>Legyen képes a konfliktusok kezelésére és tartalmas kapcsolatok kialakítására, az önkifejezésre.</p> <p>Legyen tisztában az emberi kapcsolatokban rejlő értékekkel. Ismerje meg a társadalmi problémákat. Legyen képes a családi élet szervezésére. Tisztelje a családi hagyományokat.</p> <p>Ismerje teste, lelke változásait és azok okait. Ismerje a szexualitás társadalmi értelemben vett problematikus megnyilvánulási formáit, valamint az azokhoz kapcsolódó közösségi reakciókat. Legyen igénye az egészséges életmódra.</p> <p>Legyen képes alkalmazni a szorongás, stressz, feszültség, fáradtság oldásának technikáit.</p> <p>Tudja azonosítani a testi adottságok, a szociális körülmények és a tárgyi tudás szerepét az eredményes munkavégzésben.</p> <p>Rendelkezzen reális pályaképpel.</p> <p>Váljon érzékennyé környezetünk állapota iránt. Legyen képes a természet értékeinek megőrzésére. Környezettudatos életmódra törekedjen.</p>
--	--

TERMÉSZETISMERET 9/AJKP évfolyam

A természetismeret tantárgy a kémia, fizika, biológia és a földrajz tantárgy tudásanyagát és sajátosságát figyelembe vevő módszerekkel a felzárkózás és a megfelelő szemlélet kialakítását tartja fő feladatának. Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak elmélyítése, a hiányok pótlása; az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése; a kommunikációs képesség fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben. Célja, hogy a tanulók képessé váljanak a természet jelenségeinek elemi szintű értelmezésére. A tantárgy vizsgálódásának középpontjában ezért nem az egyes természettudományok alaptételei, hanem az élő és élettelen természet konkrét valósága, a jelenségek és a környezet állnak. A megismerés ebből következőleg összetett. Hozzá kell segítenünk a tanulókat ahhoz, hogy ismereteiket kellő szinten tudják alkalmazni, kreativitásuk fejlődjön.

A tanterv kiemelt céljai és feladatai természetismeretből:

- az általános iskolai anyag ismétlése, rendszerezése, a hiányok pótlása;
- az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése;
- a kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása;
- a helyi sajátosságok, jellegzetességek (éghajlat, növényvilág, állatvilág, geofizikai tulajdonságok) megismertetése;
- a természetismeret tanítása során a környezet állapota iránti érzékenység, az ökológiai szemlélet, valamint a helyes környezeti attitűdök, magatartás, értékrend kialakítása.

A tantárgy tanításának célja, hogy a tanuló

- legyen képes a természeti és az ember alkotta környezetről különféle módon szerzett ismereteit egymással összehasonlítani, csoportosítani, rendszerezni, egyszerű vizsgálatokat, kísérleteket elvégezni, és azok eredményeit elemezni, kiértékelni;
- szerezzen gyakorlottságot a mindennapi életben előforduló mérésekben, a hosszúság, a tömeg, az űrtartalom, a sűrűség, a nyomás, a hőmérséklet és az idő mértékegységeinek használatában;
- tanári segítséggel legyen képes tájékozódni egyszerűbb enciklopédiákban, lexikonokban, tudjon ismeretekhez jutni különböző szöveges és képi ismerethordozókból. Tudjon térképen tájékozódni;
- legyen képes felhasználni, alkalmazni a mindennapi élet problémáinak megoldásában az elemi természettudományos ismereteit. Lássa be, hogy környezetének állapota saját egészségére is hatással van, igényelje az egészséges életkörülményeket;
- ismeretei tegyék lehetővé az élvezeti és kábítószer (szeszital, dohány, kábítószer) elutasítását. Ismerje fel a környezetét szennyező leggyakoribb folyamatokat és anyagokat;
- legyen képes korábbi ismereteit alkalmazni;
- ismerje meg a jegyzet- és vázlatkészítés módszereit;
- ismerje meg az elektronikus információhordozókat is.

Tematikai egység	Év eleji felmérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai tudáselemek.	
A tematikai egység	A tanulók tudásszintjének, kompetenciáinak megismerése.	

nevelési-fejlesztési céljai	Egyéni fejlesztési célok meghatározása.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Kapcsolódási pontok	
<i>Magyar nyelv és irodalom</i>	
Kulcsfogalmak	

Tematikai egység	Tájékozódás a térképen. Térképismeret	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	A térkép fogalma. Helymeghatározás ismert terepet bemutató térképen.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tájékozódás fejlesztése térben és időben. Gondolkodás- fejlesztés. Együttműködés a csoportban. Elfogadás, egymásra figyelem erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A térképi ábrázolás módjai. Tájak és közösségek, települések, kilométer-hálózat használata a térképen, tájékozódás a fő világtájak alapján. A tájoló működésének értelmezése a mágneses kölcsönhatás vizsgálatával. A fő világtájak meghatározása terepen egyszerű tájoló segítségével. A domborzat ábrázolása a térképen. A leggyakoribb térképjelek értelmezése. Műholdas navigációs ismeretek.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Térkép, méretarány, jelrendszer, világtáj.	

Tematikai egység	A földfelszín változásai	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Természetismereti alapfogalmak: szél, csapadék, egyes felszínformák.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikáció fejlesztése. Tájékozódás fejlesztése térben és időben. Honismeret bővítése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. A természet iránti felelős magatartás erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A felszínformák. A hegységek és alföldek kialakulása. A legjellemzőbb kőzetek tulajdonságai. A síkságok kialakulása. A talaj keletkezése, jellemzői. Talajtípusok vizsgálata egyszerű módszerekkel. A talaj védelme. A víz körforgása a természetben. Folyóvizek, állóvizek.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p>

<p>A víz tulajdonságai, biológiai jelentősége. A víz tisztítása egyszerű módszerekkel. Pocsolya-, csatorna-, természetes állóvíz vizsgálata mikroszkóp alatt. Víz tisztító meglátogatása. A magyarországi nagytájak összehasonlítása földrajzi jellemzők alapján (hasonlóságok, különbségek). Magyarország folyóinak és állóvizeinek megkeresése a térképen.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Domborzati elem és forma, talaj, folyóvíz, állóvíz.

Tematikai egység	Környezeti tényezők	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az éghajlat, időjárás fogalma, elemei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Komplex természettudományos szemlélet kialakítása, környezetünk folyamatainak megértése konkrét példákon.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Napsugárzás. A fény és anyag egyszerű kölcsönhatásainak (visszaverődés, törés, prizma, színek) vizsgálata, jellemzői. Felmelegedés, hőterjedés, hőmérséklet. A hőmérséklet észlelése, mérése. A hőmérséklet napi és évi változása. A gázok jellemzői, a levegő mint anyag, a levegő nyomása. A szél keletkezése, iránya. Földrajzi területek speciális szelei. Szélerősség (orkán, tornádó stb.) A csapadék keletkezése, csapadékformák. Halmazállapot-változások a természetben: olvadás és fagyás, párolgás, forrás és lecsapódás. Hazánk éghajlatának jellemzői.</p>		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Időjárás, csapadékforma, halmazállapot, halmazállapot-változás, éghajlat, középhőmérséklet, hőingás.	

Tematikai egység	Bioszféra	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Növények, állatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A folyamatok komplexitásának és az alkalmazkodás határainak felismerése. Evolúciós szemlélet kialakítása. Rendszerező gondolkodás kialakítása. Lényeg kiemelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A Föld éghajlati övezetessége. A növényzeti övek, biotopok jellemzői. Az élet kialakulása. Teremtés kontra evolúció.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p>

<p>A növény- és állatvilág fejlődése. Rendszertani kategóriák, a csoportosítás szempontjai. A törzsfá. Az emberré válás folyamata. Tájékozódás a földgömbön. Egyes övek kidolgozása csoportmunkával (éghajlat, csapadék, hőmérséklet, növénytakaró, állatvilág), bemutatókészítés. Érvelés a teremtésemélet és az evolúcióelmélet mellett. Egyszerű logikai rendszerek létrehozása. A rendszertani elkülönítés gyakorlása. Ábraelemzés, önálló beszámoló készítése.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Éghajlati öv, biom, evolúcióelmélet, faj, törzs, osztály, törzsfá, az ember evolúciója.

Tematikai egység	Ökológia, környezetvédelem	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az élő és élettelen megkülönböztetése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Környezettudatos szemlélet és gondolkodás kialakítása. Kutatásfejlesztés, csoportmunka.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Globális környezeti problémák, egy-két példa feldolgozása. A környezetvédelem területei, szervezetei. Lokális környezetvédelem – helyi példa feldolgozása. Ismerkedés a szelektív hulladékgyűjtéssel. Nemzeti parkok megismerése – kirándulás valamelyik nemzeti parkba.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Környezet, környezeti tényező, globalizáció, természetvédelem, környezetvédelem, ökológiai egyensúly, biológiai sokféleség, fenntartható fejlődés.	

Tematikai egység	Féléves felmérők	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Az első félévben tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanulók tudásszintjének, kompetenciáinak mérése. Egyéni fejlesztési tervek korrekciója.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Kulcsfogalmak/ fogalmak		

Tematikai egység	Az ember	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	Alapismeretek az emberi testről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Összefüggések felismerése, érvelés. Konfliktuskezelési képesség, énkép, önismeret fejlesztése. Az alapvető életfunkciók közti kapcsolatok felismertetése. A szabályozás jelentőségének megértetése. Gondolkodás-fejlesztés. Együttműködés a csoportban. Kudarc-tűrés gyakorlása. Az egészséges életmód iránti igény erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A szervrendszerek anatómiája (bőr, mozgás, táplálkozás, légzés, keringés, kiválasztás, szaporodás, szabályozás, érzékelés).</p> <p>A szervrendszerek működése, egészségtana.</p> <p>Dohányzás, alkohol, drog hatása az egyes szervrendszerekre.</p> <p>Egészség – betegség.</p> <p>Egészséges életmód, rizikófaktorok.</p> <p>Megtermékenyítés, fogamzásgátlás, terhesség, szülés.</p> <p>Az ember fejlődési szakaszai.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Bőr, táplálkozás, légzés, látás, hallás, keringési rendszer, elsődleges és másodlagos nemi jelleg, rizikófaktor, nemi betegség, embrionális fejlődés, posztembrionális fejlődés, idegi és hormonális szabályozás, belső elválasztású mirigy.	

Tematikai egység	Tápanyagok	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Alapismeretek a táplálkozásról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerező-képesség fejlesztése. Önmagunk elfogadása. Egészségtudatos magatartás kialakítása, erősítése. Tudatos táplálkozás iránti igény kialakítása, erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Biogén elemek:</p> <ul style="list-style-type: none"> – szén (fontosabb szénvegyületek), – hidrogén, – oxigén (O₂, O₃), – nitrogén. <p>Makromolekulák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – fehérjék, – szénhidrátok, – zsírok-olajok, – nukleinsavak. <p>Táplálkozási szokások.</p> <p>Vitaminok.</p> <p>Élelmiszeripari adalékanyagok.</p> <p>Kalotta-modellek használata.</p> <p>Kémiai kísérletek.</p>		<p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p>

Egyszerű kísérletek fehérjével, zsírokkal, szénhidrátokkal. Kalóriatáblázatok értelmezése. A helyes étrend összeállítása.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Biogén elem, szénhidrát, fehérje, denaturálódás, zsír, olaj, DNS, vitamin, vízben, zsírban oldódás, alkohol, erjedés, oxidáció, zsírolódás.

Tematikai egység	Környezetünk anyagai	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Egyes anyagok és tulajdonságaik.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A háztartás vegyi anyagainak megismertetése, hatásuk megmagyarázása. A környezeti károk felismertetése, a környezet iránti felelősség erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Savas, lúgos, semleges kémhatás lényege. Tisztálkodó- és mosószerek, vízlágyítók és vízköoldók, fertőtlenítő- és fehérítőszeres hatásmechanizmusa. A háztartásunkban használt anyagok megadott szempontok alapján történő csoportosítása. A kezelési, használati útmutatók értelmezése. Cikkek gyűjtése a kozmetikumokról. Reklámok gyűjtése és kiértékelése. Egyszerű kísérletek elvégzése a mosószerek tisztító hatásának megértéséhez. A környezetre kifejtett hatásuk megismerése.		<i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Kémhatás, sav, lúg, optikai fehérítés.	

Tematikai egység	Mechanikai mozgások	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Mozgás, sebesség, idő- és hosszúságmérés.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térlátás fejlesztése. Helyzetfelismerés, egymásra figyelés erősítése. Rendszerező-képesség, logikus gondolkodás fejlesztése. Természettudományos megismerési módszerek megismertetése, gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Egyenes vonalú egyenletes mozgás. A sebesség, út, idő fogalma, egyenletesen változó mozgás, a pillanatnyi- és átlagsebesség, a gyorsulás, a szabadesés mint változó mozgás. A testek tehetetlensége, Newton I. törvénye. A tömeg fogalma és mérése. A sűrűség. Az erő és a súly fogalma és mérése. Newton II. és III. törvénye. Súrlódási, közegellenállási és rugalmas erő. A fizikai jelenségek, folyamatok megadott szempontok szerinti		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i>

tudatos megfigyelése, a jelenségek megértése. Önálló mérések elvégzése.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Átlagsebesség, pillanatnyi sebesség, dinamika, tehetetlenség, tömeg, erő, mozgásállapot-változás, gravitációs erő, súly, mechanikai munka, súrlódás, közegellenállás.

Tematikai egység	A nyomás	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Erő és mérése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A környezet védelemére nevelés. Kritikai gondolkodás fejlesztése, önálló vélemény megfogalmazása. Természettudományos megismerési módszerek megismertetése, gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A nyomás fogalma és kiszámítása. Folyadékok és gázok nyomása, Pascal törvénye. Közlekedőedények és hajszálcsovek. A felhajtóerő, testek úszása, Arkhimédész törvénye. Kísérletek: úszás, lebegés, elmerülés. Ráma-kocka sűrűségének meghatározása. Különböző nyomásmérők használata. Vizi buzogány. A fizikai jelenségek, folyamatok megadott szempontok szerinti tudatos megfigyelése, a jelenségek megértése.</p>		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nyomás, hidrosztatikai nyomás, közlekedőedény, hajszálcsovesség, felhajtóerő.	

Tematikai egység	Hőtan Munka és energia	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Hőmérséklet és mérése. A hőtágulás jelensége a hétköznapi életben. Halmazállapotok megkülönböztetése, halmazállapot-változások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A természet, a környezet védelme iránti elkötelezettség kialakítása, erősítése. Természettudományos megismerési módszerek megismertetése, gyakorlása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az energia, munka fogalma és kiszámítása. Az egyszerű gépek és az energia-megmaradás törvénye. A testek belső energiája és a fűjő fogalma. Hőátadás. Teljesítmény, hatásfok. Kísérletek merülőforralóval, csigasorral, hengerkerékkel, ékkel. Gémeskútmodell készítése. A fizikai jelenségek, folyamatok megadott szempontok szerinti</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Matematika</i></p>

tudatos megfigyelése, a jelenségek megértése, a lényeges és lényegtelen tényezők elkülönítése. Egyszerű kísérletek, mérések elvégzése.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Energia, munka, egyszerű gép, energiamegmaradás, test belső energiája, fajhő, hőátadás, teljesítmény, hatásfok.

Tematikai egység	Elektromosság	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Elektrosztatikai alapismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Gondolkodás-fejlesztés, gyakorlat és elmélet összekapcsolása. A technika jelentőségének, hatásainak megértése. A tudatos fogyasztói magatartás erősítése (energiatakarékosság).	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A testek elektromos állapota, elektromos töltés. Áramerősség, feszültség, ellenállás. Elemi áramkörök. Soros és párhuzamos kapcsolás. Áramkör tervezése és készítése. Váltakozó áram, transzformátor, elektromos távvezeték-rendszer. Iskolai villanyszámla értelmezése. Elektromágnes készítése. A fizikai jelenségek, folyamatok megadott szempontok szerinti tudatos megfigyelése, a jelenségek megértése. A lényeges és lényegtelen tényezők elkülönítése. Egyszerű kísérletek, mérések elvégzése.</p>		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elektromos töltés, elektromos áram, elektromos áramkör, áramerősség, feszültség, elektromos ellenállás, váltakozó áram, mágneses alapjelenség, elektromos munka, teljesítmény, energiatakarékosság.	

Tematikai egység	Rendszerező ismétlés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Az előkészítő évfolyamon tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rendszerező, lényegkiemelő képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
		<i>Magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	A tantervben szereplő kulcsfogalmak.	

<p>A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén</p>	<p>A tanuló tudjon a konkrét környezeti jelenségekből általánosítani, elvonatkoztatni. Ismerje fel és értse meg a vizsgált jelenségekben, folyamatokban megmutatkozó oksági kapcsolatokat, összefüggéseket, törvényszerűségeket. Legyen képes alapvető méréseket elvégezni, és a mért adatokat értékelni.</p> <p>Bemutatás után legyen képes egyszerű kísérleteket fegyelmezetten és a balesetvédelmi, érintésvédelmi, tűzvédelmi szabályok betartásával megismételni, a tapasztalt jelenséget elmondani.</p> <p>Elemi szinten tájékozódjon a térképen és a földgömbön a fokhálózat segítségével. Használja a térképet egyszerű földrajzi ismeretek megszerzésére, tudjon adatokat leolvasni a domborzati és vízrajzi térképekről.</p> <p>Tudjon diagramokat értelmezni, éghajlattérképeket elemezni, tájékozódni térben és időben.</p> <p>Ismerje a globális környezeti problémák okait, következményeit. Alakuljon ki benne a környezettudatos magatartás.</p> <p>Képes legyen egészsége megőrzésére. Érezzen felelősséget egyéni léte kiteljesítéséért és a jövő generációkért.</p>
---	--

Kerettanterv az Arany János Kollégiumi Programjának 9. előkészítő évfolyama számára

Szabadon választható tantárgyak:

- Informatika
- Életpálya-építés
- Művészetek
- Tanulásmódszertan
- Társadalomismeret

INFORMATIKA

9/AJKP évfolyam

Az információ és annak felhasználása központi szerepet foglal el a jelenkori társadalmak működésében. Az információ megszerzéséhez, megértéséhez, feldolgozásához, alkotó alkalmazásához szükséges ismeretek, készségek elsajátítása elengedhetetlen. Az intelligens és interaktív hálózati technológiák, szolgáltatások fejlődésével, valamint elterjedésével kibővültek a kommunikáció lehetőségei, ami jelentősen befolyásolja a társas kulturális kapcsolatokat. A tanulóknak gyakorlatot kell szerezniük a különböző kommunikációs technológiák használatában annak érdekében, hogy a dinamikus változó kommunikációs környezetben eligazodjanak, tudatosan és felelősen éljenek az információszerzési és interaktív lehetőségekkel. Az oktatási rendszernek tehát lehetővé kell tennie, hogy a tanulók megismerkedhessenek az információs technológiákkal, valamint az információkezelés jogi és etikai szabályaival.

Az informatikai eszközök és információforrások használata veszélyeket is hordoz. A tanulóknak meg kell ismerniük az információk és a gondolkodás összefüggéseit, az informatikai környezet egészségre gyakorolt hatását, a túlzott használat ártalmait, valamint az információs technológia használatának legális kereteit. A multimédia kommunikációban betöltött szerepe egyre jelentősebb, így az írott szöveg mellett az informatika tanítása során az audiovizuális elemekkel is foglalkozni kell.

Az informatikaoktatás célja a praktikus alkalmazói tudás, a készség- és képességfejlesztés mellett a logikus, algoritmikus gondolkodás és a problémamegoldás fejlesztése. A műveltségi terület fontos feladata, hogy felkészítse a tanulókat az informatikai eszközök, információforrások önálló és csoportos használatára.

Az informatika műveltségterület fejlesztési céljai akkor valósulhatnak meg, ha az egyes tantárgyak, műveltségterületek tanítása és a tanórán kívüli iskolai tevékenységek szervesen, összehangolt módon kapcsolódnak az informatikához. Az informatika műveltségterület egyes elemeinek elsajátíttatása, a készségek fejlesztése, az informatikai tudás alkalmazása tehát valamennyi műveltségterület feladata.

Az informatika a digitális kompetencia fejlesztésén túl szinte minden kulcskompetencia fejlesztéséhez hozzájárul sajátos eszközrendszerének köszönhetően. A kommunikációs helyzetekben anyanyelvi, szociális kompetenciák fejleszthetők. Internetes idegen nyelvű tartalmak (webooldalok, dalszövegek stb.) idegen nyelvi kompetenciát fejleszthetnek. Más tantárgyak ismeretanyagának, feladatainak informatikai eszközökkel történő feldolgozása matematikai, természettudományos, kulturális, interkulturális kompetenciák fejlesztését teszi lehetővé. Tanulásmódszertani kompetenciák fejlesztését segíti az internetes gyűjtőmunka, a prezentációs kiselőadás, a tananyag feldolgozásának kooperatív technikái és az oktatászoftverek használata. Az információkhoz kapcsolódó jogi, etikai ismereteken keresztül állampolgári kompetenciákat fejleszthetünk. Virtuális vállalkozás működtetésével vállalkozói kompetenciák alapozhatók meg. A kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása mind megvalósíthatók a különböző kommunikációs helyzetekben.

Az informatikaoktatás célja, hogy a tanulók ismerjék meg az elektronikus információhordozókat, információs csatornákat. Az informatika tanítása az alapozó évfolyamon komplex, tevékenység- és problémacentrikus. A feltárt hiányosságok ismeretében, akár egyénre szabottan, az informatika tantárgy sajátosságait figyelembe vevő módszerekkel a felzárkózás biztosítása a feladatunk. Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak elmélyítése; a hiányok pótlása, az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése; a kommunikációs gátak, zavarok oldása, a kommunikációs képesség fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben; az IKT-kompetenciák fejleszté-

se a tanulási technikák bővítése érdekében. Hozzá kell segíteni a tanulókat ahhoz, hogy ismereteiket a kellő szinten tudják alkalmazni, kreativitásuk fejlődjön, legyenek képesek az IKT-eszközöket a tanulás folyamatában hatékonyan felhasználni.

Tematikai egység	Az informatikai eszközök használata	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Egy összerakott konfiguráció működésbe hozása. Az operációs rendszer alapvető szolgáltatásai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az informatikai eszközök tudatos, egészséges, jogszerű használatának elsajátítása. Szociális és állampolgári kompetencia fejlesztése. Esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség bővítése. Kreatív gondolkodás, együttműködés, előrelátás, szelektálás, szabályok, felelősségtudat kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>1. Számítógépes munkakörnyezet</i> Munkahelynek megfelelő számítógép ergonomikus elhelyezése. Számítógépes munkahely munkavédelmi követelményei. Számítógépes munkahely üzemeltetése (karbantartás, fejlesztés). Elektronikus hulladék újrahasznosítási lehetőségei, környezetvédelem.</p> <p><i>2. Hardverismeret</i> Kereskedelmi forgalomban kapható számítógépek és perifériáik. Korunk elterjedt kommunikációs eszközei. Számítógépes konfigurációk főbb alkatrészeinek jellemzői. Helyi hálózat és internetkapcsolat eszközei. Feladatorientált eszköz kiválasztás paramétereinek ismerete.</p> <p><i>3. Operációs rendszer</i> Grafikus operációs rendszer jellemzői. Operációs rendszer indítási módjai. Iskolai hálózat. Programindítási lehetőségek az operációs rendszerben. Könyvtárműveletek. Fájlrendszer jellemzői. Strukturált tárolási elv. Parancsikonok, Start menü. Windows objektumok. Vágólap használata.</p> <p><i>4. Archiválás, védelem</i> Adatarchiválási lehetőségek. Vírusvédelem, tűzfal.</p>		<p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Hardver, merevlemez, memória, alaplap, processzor, tápegység, gépház, billentyűzet, egér, monitor, laptop, nyomtató, szkennel, digitális tábla, ergonómia, szoftver, operációs rendszer, hálózat, jogosultság, jogtisztaság, fájl, mappaszerkezet, program, parancsikon, vágólap, vírus, tömörítés.	

Tematikai egység	Alkalmazói ismeretek	Órakeret 17 óra
Előzetes tudás		

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Anyanyelvi kommunikáció, szociális és állampolgári kompetenciák fejlesztése. Gyakorlottság növelése az adatkezelésben, adatok megjelenítésében. Tapasztalatok szerzése az adatok különféle formáinak (szöveges, hangzó, képi) együttes kezelésében, adatkeresésben. Törekvés erősítése a lényegkiemelésre, az esztétikus megjelenítésre. A multimédiás dokumentumok alapelemei kezelésének és szerkesztésének elsajátítása. Narratív kompetencia és lényegkiemelő kompetencia fejlesztése.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p><i>Szövegszerkesztés</i> Szövegbevitel, szövegegységek, formázás, táblázatos megjelenítés. Kép elhelyezése a dokumentumban. Dokumentumkezelés.</p> <p><i>Prezentáció</i> Egy előadás felépítése. Prezentáció az előadásban. Prezentációkészítés menete.</p> <p><i>Grafika</i> Rajzkészítés, saját kép bevitele, képek módosítása.</p> <p><i>Oktatóprogramok</i> Tananyagok, tesztek kezelőfelülete.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> helyesírás.</p> <p><i>Matematika:</i> mértékegységek, hasonlóság, arány.</p> <p><i>Művészetek:</i> esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség.</p> <p><i>Patrónusi foglalkozás:</i> takarékoskodás.</p> <p><i>Természetismeret:</i> környezetvédelem.</p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	Dia, vektorgrafika, alakzat, formázás, dokumentumművelet.

Tematikai egység	Infokommunikáció	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	A böngészőprogramok alapvető szolgáltatásai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Anyanyelvi, idegen nyelvi, állampolgári és digitális kompetenciák szélesítése, mélyítése. Felelős részvétel megalapozása a mediatizált, globális nyilvánosságban. Az új és a hagyományos médiumok nyelvének megismerése. Az egyes kommunikációs formák közti különbségek, eltérő funkcióik, hatásaik és technikai megvalósításuk módjainak megismerése. Képesség kialakítása az önálló, megbízható információszerzésre, információk közlésére.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
<p><i>Információkeresés, információközlési rendszerek</i> Helyi hálózat kommunikációs lehetőségei, szolgáltatásai. Az internet szolgáltatásai, keresés, publikálás webes felületen. Szerzői jogi kérdések.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> helyesírás, kommunikáció kezdeményezése, megszó-</p>	

<p>Internethasználat mobil eszközök segítségével. <i>Az információs technológián alapuló kommunikációs formák</i> Elektronikus levelező programok és kezelőfelületük. E-mail cím, címlista, spam, levelező lista. Közösségi oldalak kommunikációs lehetőségei, etikai, jogi szabályai, veszélyforrásai. Szöveges, hang- és videokommunikáció lehetséges megvalósításai. Mobil kommunikációs lehetőségek.</p>	<p>lítás, tegeződés- magázódás, rövidítés, szleng.</p> <p><i>Idegen nyelvek:</i> angol nyelvű menüpontok, üzenetek értelmezése.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Hálózat, internet, web, weblap, szerver, böngészőprogram, keresőprogram, e-mail, chat, fórum, közösségi oldal, online, letöltés, konvertálás, média, szerzői jog, személyiségi jog.</p>

Tematikai egység	Az információs társadalom	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az informatika társadalmi szerepének, az információs társadalom főbb jellemzőinek, az újonnan felmerülő pszichológiai és szociális kérdéseknek a megismerése, átlátása konkrét példák alapján. A programok és adatok használatának jogi és etikai alapjainak megismerése és betartása. A túlzott informatikai eszközhasználat személyiségre káros hatásainak tudatosítása.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Az információkezelés jogi és etikai vonatkozásai:</i> Adatvédelem. Az információ hitelessége. Szerzői jog. Informatikai eszközhasználat hatásai a személyiségre, az egészségre. <i>Az e-szolgáltatások szerepe és használata:</i> A tanulónak szóló legelterjedtebb elektronikus szolgáltatások. E-kereskedelem (termék és szolgáltatás rendelése, illetve vásárlása).</p>		<p><i>Társadalomismeret:</i> jogos-jogtalan felismerése, szerződések, jogorvoslati lehetőségek, fogyasztói viselkedés.</p> <p><i>Patrónusi foglalkozás:</i> gazdasági döntések, fizetési módok, pénznem, számla.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Adatvédelmi törvény, szerzői jogi törvény, számítógépes bűnözés. Shareware, freeware, free szoftver, demoszoftver, netikett.</p>	

Tematikai egység	Könyvtári informatika (iskolai könyvtár, elektronikus könyvtárak)	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Tapasztalat könyvtárhasználatról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A tanulók felkészítése az információs társadalom kihívásainak fogadására: az információszerzés kibővülő lehetőségeinek felhasználására, az információk elérésére, kritikus szelekciójára, feldolgozására és a folyamat értékelésére. A digitális és a problémamegoldó kompetenci-</p>	

	<p>ák fejlesztése.</p> <p>A könyvtárra alapozott önművelés képességének kialakítása, fejlesztése a könyvtári információs rendszer lehetőségeinek felhasználásával.</p> <p>A forrásokat komplex és alkotó módon alkalmazó tanulási technikák és módszerek kifejlesztése.</p> <p>Az iskolai és más típusú könyvtárak, könyvtári források, eszközök megismertetésével, valamint a velük végzett tevékenységek elsajátításával tudatos, biztos használói magatartás kialakítása.</p> <p>A forrásfelhasználás etikai szabályainak elsajátítása és a normakövetés követelményének elfogadtatása.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p><i>Könyvtárak szerepe, típusai</i></p> <p>A könyvtárak alapfeladatai, könyvtártípusok; könyvtári honlap, katalógus, adatbázis.</p> <p><i>Hivatkozások</i></p> <p>Általános kérdések.</p> <p>Internetes dokumentumok.</p> <p>Elterjedtebb hivatkozási stílusok.</p> <p>Könyvtári szolgáltatások irányított alkalmazása a tanulásban és a tájékozódásban. Kézikönyvek, ismeretterjesztő források önálló kiválasztása, felhasználása tanulmányi célokhoz. A bibliográfia hivatkozástechnikájának alkalmazása a leggyakrabban használt dokumentumtípusok esetén.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i></p> <p>információkezelés, forráskezelés.</p> <p><i>Matematika:</i></p> <p>ötletesség, képzelőerő.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Könyvtári nyilvántartás, bibliográfia, katalógus, számítógépes nyilvántartás, könyvtári keresőrendszer, keresési feltétel, szerzői jog, etikai szabály.

Tematikai egység	Záró projekt	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	A tanuló tudjon működésbe hozni és működtetni egy számítógépet, legyen képes használni a meglévő perifériákat (nyomtató, szkennel, projektor, digitális tábla stb.). Legyen képes weboldalt, információkat, fájlokat megkeresni, letölteni, ezeket felhasználni saját médiumokban. Ismerje az internet használatának lehetőségeit, anyagi, etikai, jogi következményeit. Tudja alkalmazni a dokumentumszerkesztő programok lehetőségeit a gyakorlati életben használt legfontosabb írott formátumok gépi megvalósítására.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Felkészítés az informatikai eszközök, információforrások önálló és csoportos használatára. Gyakorlottság kialakítása a különböző kommunikációs technológiák használatában a dinamikusan változó kommunikációs környezetben való eligazodás, az információszerezési és interaktív lehetőségek tudatos és felelős használata érdekében. A kognitív kompetenciák, a szociális kompetenciák és a személyes kompetenciák fejlesztése. A komplex látásmód fejlesztése, a tudáselemek integrálására való képesség erősítése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Választott téma feldolgozása kooperatív technikák felhasználásával: az eddig tanult ismeretek komplex bemutatása kiscsoportos feldolgozással, valamilyen prezentáció formájában.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> kommunikáció a csoporton belül és a környezettel.</p> <p><i>Idegen nyelvek:</i> angol nyelvű menüpontok, információk értelmezése.</p> <p><i>Matematika:</i> mértékegységek, hasonlóság, arány.</p> <p><i>Művészetek:</i> esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Témaválasztás, tervekészítés, szervezés, adatgyűjtés, bemutató, előadás, közzététel, értékelés, önértékelés.	

ÉLETPÁLYA-ÉPÍTÉS

9/AJKP évfolyam

Az életpálya-építés olyan tevékenység, amely arra szolgál, hogy az egyén ambícióinak és lehetőségeinek megfelelően, tudatosan, tervszerűen alakítsa a sorsát. E tevékenység keretében az egyén életpálya-célokat tűz ki, stratégiákat készít a célok eléréséhez, és a stratégiák szerint a célokat megvalósítja. Az életpálya-építés élethosszig tartó folyamat, melyben a tanulásnak változó jelentőségű, de állandó szerepe van.

Az életpálya-építés hagyományos értelemben nem iskolai tantárgy, hanem lehetőséget ad a tanulóknak arra, hogy megismerjék önmagukat, képesek legyenek reális célokat megfogalmazni és megvalósítani azokat. A tantárgy tanításának célja, hogy az egyén képes legyen felmérni lehetőségeit, saját adottságait, képességeit, az életpálya-építés szűkebb-tágabb, társadalmi-kulturális-szociális-gazdasági környezetét, megtervezni életpályáját, az óhajtott, elérni kívánt státuszt, identitást, és az egyéni terveket megvalósítani, hogy a társadalom számára értékes emberré váljon. Képes legyen a harmonikus életvitel kialakítására, ismerje meg tágabb környezetét, a közjó iránt elkötelezetté váljon, legyen toleráns az eltérő vélemények, kultúrák, irányzatok iránt.

A tanár mint folyamatirányító, szervező résztvevője a tanóráknak. Előnyben kell részesíteni azokat az eljárásokat, tanulásszervezési módokat, amelyekben lehetőség nyílik a tanulók együttműködésére, vitakultúrájuk javítására, az önálló ismeretszerzésre.

Első helyen szerepel a tanulás öröme, szabadságának visszaadása, a stresszmentes légkörben zajló, aktív tanulás-tanítás. A programalkotás sajátossága, hogy a tantervkészítés klasszikus szabályai („célok, tartalom, követelmények, értékelés”) kongruenciája esetenként nehezen érvényesíthetőek, hiszen a célok sok esetben pszichés, szociális/viselkedésszerű tartalmakat határoznak meg, értékelésük a hagyományos iskolai eszközökkel kifejezetten a célok ellen hat, a követelmények nem teljesítése szankcionálhatatlan.

Tematikai egység	Önismeret	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Énkép, önismeret, értékrend.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikáció, kifejezőkészség fejlesztése, reális énkép kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Helyem a csoportban. Önérvényesítés, kooperativitás, normaismeret, normaalkalmazás, szerepismeret, alkalmazkodás, konfliktuskezelés.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Dráma</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak	Önismeret, értékrend, szociális jártasság, sokoldalú személyiség, környezet, konfliktuskezelési képesség, intellektuális adottság, felnőtté válás, testi, értelmi, érzelmi és akarati szféra, identitás, értékrendszer, jövőkép.	

Tematikai egység	Matematika	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Alapműveletek használata, egyszerű szöveges feladatok megértése, megoldása, halmazokkal, függvényekkel kapcsolatos alapismeretek, elsőfokú egyenletek megoldása, ellenőrzése, mennyiségek összehasonlítása, geometriai alakzatok másolása, szerkesztése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kreativitás fejlesztése, összefüggések felismerése, leképezés, modellezés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Grafikonok, táblázatok, statisztikai adatok törvényszerűségeinek, összefüggéseinek megismerése. Információkezelés, összefüggések felismerése, adatfeldolgozás, rendszerezés. Táblázatok és grafikonok készítése, statisztikai adathalmazok értelmezése, adatlapok készítése.		<i>Matematika</i>
Kulcsfogalmak	Leképezés, modellezés, grafikon, statisztikai adat, halmaz, adatlap.	

Tematikai egység	Kommunikáció	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Megfelelő szókincs, szóbeli szövegalkotási képesség, szabályok ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikáció, szabálykövetés erősítése, gondolkodásfejlesztés, logikai készség fejlesztése, vitakultúra formálása, szókincsfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Vita rendezése, érvelés. Szóbeli-írásbeli szövegalkotás, szövegértés. Memoriterek, szituációs játékok, feladatlapok kitöltése, nyelvhelyességi feladatok megoldása.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak	Szocializáció, kommunikáció, verbális, nonverbális kommunikáció, kommunikációs zavar, memória, szókincs, testbeszéd, vita, vitakultúra, érvelés, retorika.	

Tematikai egység	Életvitel	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Napi-heti időbeosztás, a táplálkozás, mozgás biológiai alapjainak ismerete, ezek betegségei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Környezettudatos szabályok, összefüggések elfogadtatása, verbális-nonverbális kommunikáció fejlesztése, társadalmi szabályok és jelentőségük tudatosítása, kapcsolati kultúra erősítése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mindennapi életünk szervezése. Táplálkozás, mozgás, mentálhigiéna, szűkebb és tágabb környezetünk, emberi interakciók, viselkedéskultúra.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természetismeret</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak	Táplálkozás, mozgás, egészség, betegség, mentálhigiéna, interakció, alkotó-, elemző-, ítélőképesség, önértékelés.	

Tematikai egység	Életpálya-ismeretek – pályaorientáció	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Alapvető készségek, képességek, a kommunikáció alapelemeinek ismerete, egyéni és a társas normaszabályok ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikáció, pozitív önértékelés, rugalmasság, figyelem, összpontosítás fejlesztése, érdeklődés felkeltése, térbeli és időbeli tájékozódás, logikai készség fejlesztése, normák és szabályok tudatosítása, erősítése, tanulásfejlesztés, kreativitásfejlesztés, illemszabályok gyakoroltatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Diákmunka (egyéni képességek, ambíciók figyelembevételével aktuális döntés megalapozása). Önismeret, piackutatás, információkezelés, alkalmazkodás, önérvényesítés. Könyvtárhasználat. Lehetőségek a munkaerőpiacon. Piackutatás, információkezelés, a munkaerőpiaccal összefüggő statisztikai adatok értelmezése és az egyéni célok összehangolása a társadalmi rendszerek összefüggéseivel. Álláshirdetés, álláskeresés. Munkajogi ismeretekkel, szituációkkal való ismerkedés: hivatalos iratok megismerése, információkezelés, nyomtatványkitöltés módja, hivatalos nyelvhasználat. Állásinterjú: a munkaerőpiacról gyűjtött eddigi ismeretek alkalmazása.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Ambíció, piackutatás, egyéni elvárás, interjú, viselkedés, magatartás, alkalmazkodás, önérvényesítés, hirdetési forma, munkaerőpiac, statisztika, kommunikáció, operációs rendszer, szövegszerkesztés, táblázatkezelés, nyomtatványanalízis, szintézis, következtetés, munkajog.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanuló tudja megválasztani és alkalmazni saját tanulási stílusát. Ismerjen és alkalmazzon tanulást segítő módszereket (koncentráció, relaxáció). A
--	--

<p>tanuló ismerje a saját tanulási szokásait, annak hibáit. Készség szinten sajátítsa el a tanulással összefüggő szóbeli és írásbeli műfajokat, élményszerűen ismerje meg a mindennapi élet sikereihez nélkülözhetetlen különböző kommunikációs területeket.</p> <p>Legyen tisztában az egészséges életmód feltételeivel.</p> <p>Tudja értelmezni a grafikonokat, adathalmazokat. Tudja magát kifejezni, érveit szabatosan megfogalmazni és képviselni.</p> <p>Reális énképet alakítson ki magáról.</p> <p>Sajátítsa el a megfelelő viselkedéskultúra alapjait.</p> <p>Sajátítsa el a diákmunkába álláshoz szükséges ismereteket, ismerje meg a munkaerőpiac működésének alapjait, legyen tisztában az álláshirdetés-álláskeresés folyamatával, ismerje meg az állásinterjú részeit és legyen képes alkalmazni azokat.</p>
--

MŰVÉSZETEK

9/AJKP évfolyam

A művészeti nevelés tantervi programja lehetőséget nyújt az esztétikai érzékenység alakítására, a látás tudatosítására, bővítve a képi műveltséget, emlékezetet és képzeletet. A kreatív tevékenységek gyakorlata fejleszti a kézügyességet, technikai érzékenységet, képességeket alakít a gondolatok vizuális eszközökkel való megjelenítésére. Az oktatás megismerteti a tanulót a vizuális kultúra ágaival, a műfaj sajátosságaival, a művészi kommunikáció megjelenítési formáival.

A kommunikáció az ember számára létkérdés, mivel ez teszi lehetővé az egyes emberek tudásának összeadódását. A beszéd kialakulásával éppen ezért megnőtt a hallás jelentősége. Amikor később megszülettek az ismeretek rögzítésének különböző módjai, a tudás térben és időben függetlenné vált az egyéntől. Az anyagban (írás, kép, tárgy) vizuálisan kódolt ismeretek a látás szerepét még jobban fokozták. A 20. században a technika fejlődésével a hang, a kép rögzíthető és közvetíthető. Így nem csak a közvetlen kommunikációban tölt be fontos szerepet. Az audiovizuálisan rögzített üzenetek óriási hatásának egyik oka, hogy az érzékelés szempontjából ez hasonlít legjobban a közvetlen kommunikációhoz. Az ember a létfenntartásához szükséges ismereteinek nagy részét nem közvetlen érzékelés útján szerzi. Nyelvismeret nélkül nem juthatunk verbális információhoz, vizuális „nyelvismeret” nélkül pedig képtelenek vagyunk az anyagban rögzített tudást dekódolni.

A korszerű vizuális nevelés a kommunikáció minden területét figyelembe veszi, tudva, hogy a vizualitás az érzékelés egy módja. A vizuális eszköztárban nem különülnek el a „művészi” és „nem művészi” eszközök. A látás, látvány értelmezése, a vizuális kifejezés és közlés azonos módon zajlik a köznapi kommunikációban, illetve a művészi alkotások körében. A különbség elsősorban az alkotások funkciójában, a közlések színvonalában van. A kreatív gondolkodás fejlesztése nem mond ellent a hagyományok tanításának. Mindkettőre súlyt fektet a tanterv.

Az alapozó évfolyamon vizuális információkat kapnak a tanulók, emellett az alkotó folyamatban való képességfejlesztésre van lehetőségük. Kreativitásuk kibontakoztatható a tantárgy keretében.

A vizuális nevelés a világ látható minőségein keresztül tanít meg látni és láttatni, vagyis célja a vizuális alkotó- és befogadóképeség fejlesztése. A látható és láthatóvá tett világban különösen a látvány jelentésének, esztétikai üzenetének megismeréséhez és megértéséhez, illetve a közlő szándékának megfelelő, gondolatban és érzelemben gazdag ábrázolás, képi-plasztikai kifejezés, konstruálás fejlesztéséhez járul hozzá. A világ érzéki-tapasztalati birtokbavételével az érzékszervek, kiemelten a látás kiművelésével és a kéz intelligenciájának fejlesztésével foglalkozik. A térszemlélet, a forma-, a szín-, az anyag-, a szerkezetismeret és -érzék mindegyike a vizuális nevelés hatására emelkedik magasabb szintre. A megsokszorozódott technikai és rábeszélő képek korában a tantárgy újszerű célja az információk közti szelekciónak, a kritikus befogadásnak a kialakítása.

A középiskolás korosztályban a személyes útkeresés szerepe megnő. A tantárgy feladata az egyéniség keresésének segítése a vizuális kultúra példáinak bemutatásán keresztül, egyfajta követhető stílus, mintaválaszték felkínálása. Az azonosulás az alkotó munka elmélyült állapotában megy végbe a legkönnyebben, ezért a vizuális önkifejezés tág és minél önállóbb választási lehetőségeit kell felkínálni. A rajzi, a festői, a szobrászi munka mellett teret kell adni a korosztály érdeklődésének homlokterében álló alkalmazott grafikai tervezési és tárgytervezési-konstruálási feladatoknak. A vizuális nevelés alapvető célja, hogy megismertesse az egyetemes emberi kultúra, a nemzeti hagyományok értékeit, az

értékmegőrzés formáit. Ösztönözze a tanulót az önkifejezés eszköztárának a bővítésére és készítse fel a tanult művészeti kifejező eszközök alkalmazására. Alakítsa ki a tanulóban az esztétikum iránti igényt, az esztétikai élményképességet, az alkotó magatartást és az ehhez tartozó pozitív beállítódást, fejlessze a teremtő képzeletet és improvizációs készséget, felkészítsen a mindennapi életre: a vizuálisan jelentkező problémák önálló felismerésére és megoldására, azaz a munkára, valamint a természeti és mesterséges környezet felelős használatára, az információk kritikus kezelésére, az árucikkek tudatos kiválasztására, a művészi, esztétikai értékek iránti fogékonyságra.

Az előkészítő évfolyamon a motiváltság kialakítása a legfontosabb. A befogadóvá válás a meghatározó, ezért sokféle technikával, anyaggal dolgozhatnak a tanulók. A manuális tevékenységben többen lehetnek sikeresek, ami a többi képesség fejlesztését is segítheti. A precíz alkotómunka fejleszti a figyelmet, kitartó munkavégzésre ösztönöz.

A tantervi program a készségek, jártasságok megszerzésére, a tanulók motiválására koncentrál. A konkrét tevékenységeket mindig a tanulócsoport összetételéhez, érdeklődéséhez kell igazítani.

Tematikai egység	Év eleji tájékozódás a tanulók motiváltságáról	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Vizuális nyelvi elemek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Rajzkészség felmérése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Beszélgetés a tanulókkal. Vizuális ismeretek, névjegykészítés – mappa.		<i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak	Esztétikai-művészeti tudatosság.	

Tematikai egység	Vizuális alapismeretek	Órakeret 17 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A vizuális kommunikáció fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Térviszonyok, kompozíció, színhatás, kép és szöveg, vizuális információ. Tárgyak és környezet. Vizuális nyelvi elemek. Vizuális jelek, szimbólumok egyértelmű használata. A vizuális közlés, kifejezés legfontosabb eszközeinek (pont, vonal, sík- és térformák, felület, tónus, szín, szerkezet, kompozíció, képi motívumok) a vizuális közlésben betöltött szerepe, használata. Adott hangulati hatáshoz adott színviszonyok megjelenítése. Magyarázó-közlő rajzok készítése.		<i>Természetismeret</i> <i>Társadalomismeret</i>

Karácsonyi ajándék-, csomagtervezés. Keleti írásjelek, régi betűtípusok alkalmazása, magyar és kelta motívumok, színek kompozíciók festése kartonra, üvegre. Színek derítése és törése. Tónusgyakorlatok.	
Kulcsfogalmak	Képpalkotó technika, térábrázolás.

Tematikai egység	Kerámia	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tér- és időbeli tájékozódás fejlesztése. Manuális és konstruáló képesség fejlesztése. Szülőföldünkhöz kötődés erősítése a népi kézműves technikák, anyagok megismerése során.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Anyagok legfontosabb tulajdonságainak megismerése, kezelhetőségük, alakíthatóságuk megtapasztalása. Agyag, gyurma, tészta, viasz, nemez mint plasztikus anyagok összehasonlítása. Pozitív-negatív formák használata. Korongozás alapfogásainak gyakorlása. Alkotómunka.		<i>Természetismeret</i> <i>Társadalomismeret</i>
Kulcsfogalmak	Kifejezés, élmény, elvont gondolat, érzélem, hangulat, modell, nézőpont.	

Tematikai egység	Kézművesség	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	A környezet anyagai. Az ember tárgykészítő tevékenysége. Jeles napok. A család ünnepei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Manuális és konstruáló képesség fejlesztése. Hagyományos kézműves tevékenységek iránti nyitottság kialakítása. Természethez, környezethez való kötődés mélyítése élmény-, ismeret- és tapasztalatszerzés által. Az értékteremtésen és megőrzésen keresztül a munkára nevelés. A környezettudatosság erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A hagyományos tárgyi és szellemi kultúra összekapcsolódásának megismerése. Önkifejezés, az önmegvalósítás lehetőségének felfedezése a kézműves tevékenységen keresztül. Tárgyak vizsgálata a környezetünkben. Régi és mai ékszerek összehasonlítása.		<i>Természetismeret</i> <i>Társadalomismeret</i> <i>Patrónusi foglalkozás</i>
Kulcsfogalmak	Kompozíció, térbeli alkotás.	

Tematikai egység	Befogadás, megismerés	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Műalkotások elemzése során saját vélemény árnyalt megfogalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Múzeum és kiállítás látogatása. Helyi kerámiai, tárgyi emlékek megismerése. Műelemzés alapfokon – ismeretgyűjtés. Önértékelés – az éves munka értékelése (önértékelése elsősorban).		<i>Társadalomismeret</i> <i>Természetismeret</i>
Kulcsfogalmak	Művészettörténet, műalkotás, stíluskorszak.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanuló ismerje a vizuális nyelv kifejező eszközeit, a rajzi, festészeti és plasztikai ábrázolás leggyakrabban használt eljárásait. Legyen képes sík- és térbeli művek létrehozására, konkrét és elvont képi és plasztikai gondolatok megjelenítésére, a látvány, illetve az abból történő absztrakció elemző értelmezésére, sokrétű feldolgozására (tanári segítséggel), tervszerű, igényes munkavégzésre.
--	---

TANULÁSMÓDSZERTAN

9/AJKP évfolyam

A tanulásmódszertan hagyományos értelemben nem iskolai tantárgy, hanem képességeket felmérő és fejlesztő tréning. Olyan képességek elsajátítása, amelyek a tantárgyak tanulásánál elengedhetetlenek, és ezen képességek hasznosítása a mindennapi élet során. A tanulók eredményes tanulásához biztos alapokat nyújt.

A tanár mint folyamatirányító, szervező résztvevője a tanóráknak. Előtérbe kerül a kooperatív tanítási módszer. Fontos a gyerekek motiváltságának fejlesztése és fenntartása. Első helyen szerepel a tanulás örömeinek, szabadságának visszaadása, a stresszmentes légkörben történő, aktív tanulás-tanítás folyamata. Ösztönözzük a tanulóinkat arra, hogy a tanulással kapcsolatos problémáikkal szembenézzenek, azokra megoldást keressenek. Hozzá kell segítenünk a tanulókat ahhoz, hogy ismereteiket a kellő szinten tudják alkalmazni, és kreativitásuk fejlődjön.

A tantárgy tanításának céljai, feladatai:

- Az általános iskolában tanult kommunikációs ismeretek áttekintése; a szövegolvasás és -értés felismerése, olvasási szokások és tartalmak felmérése, alakítása; a szókincs és a koncentrációképeség fejlesztése.
- Képességfejlesztés, az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése.
- A tanuláshoz való viszony formálása.
- Személyiségépítés.
- Hatékony tanulási szokások kialakítása.
- A hiányok pótlása.
- A kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia, empátia kialakítása.

Alapvető feladat a kulcskompetenciák fejlesztése: anyanyelvi kommunikáció, matematikai kompetencia, természettudományos kompetencia, digitális kompetencia, természettudományos kompetencia, hatékony, önálló tanulás, szociális és állampolgári kompetencia, kezdeményezőkészség és vállalkozói kompetencia, esztétikai- művészeti tudatosság és kifejezőkészség. A tevékenységi formákat úgy alkalmazzuk az előkészítő évfolyamon, hogy a készségek és képességek fejlesztésén legyen a hangsúly.

A tanulásmódszertan kerettanterve alapozó tantárgyként szerepel. A felsorolt témakörök tartalma szabadon variálható a csoport igényeinek megfelelően.

Tematikai egység	1. Tanulási előélet felmérése	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Matematikai, logikai képesség, szövegértés, szövegolvasás, memoriterek, szókincs, kifejezőkészség a meglévő szinten.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Matematikai, logikai képesség, szövegértés, szövegolvasás, memória, szókincs, kifejezőkészség szintjének folyamatos emelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Tájékozódás a tanulók ismereteiről.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Matematika</i>

Kulcsfogalmak	Kommunikáció, szabály, állapotfelmérés.
----------------------	---

Tematikai egység	2. Tanulás, tudás	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Beszédképesség, áttekintőképesség, térbeli és időbeli tájékozódás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A következők fejlesztése: koncentráció, megfigyelőképesség, kitartás, figyelem, összefoglaló képesség, felidézés, monotonitástűrés, eredményes ismeretszerzés, digitális eszközök használata, lényegkiemelés, megértés és megjegyzés, önismeret, összefoglaló és absztraháló képesség, tér- és időbeli tájékozódás, gondolkodás, önismeret, kommunikációs és beszédképesség, logikai képesség, áttekintés, ismétlés, agytorna, pozitív önértékelés, rugalmasság. Az érdeklődés, motiváció felkeltése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A tanulási stílus</i> Saját tanulási módszerek, önismeret, önbizalom.</p> <p><i>A tanulás technikája</i> Mechanikus, illetve értelmes tanulás, memotechnikai eszközök.</p> <p><i>Tanulási módszerek</i> Frakcializáló, globális és kombinatív gondolkodás, rész és az egész viszonya, új ismeretek társítása.</p> <p><i>Tanulási orientáció</i> Külső és belső feltételek (lelki felkészülés, öröm), kíváncsiság, érdeklődés, tudásvágy, ambíció, életcélok.</p> <p><i>Megtanulni tanulni</i> A tanulás megtervezése, szervezése, tanulási szokások, a figyelem szerepe, gondolati hangsúlyok, tanulást segítő módszerek.</p> <p><i>Tanulási nehézségek</i> Ábrándozás, akaraterő, belső motiváció hiánya, kitartás, dekoncentrálttság, fizikailag megfelelő állapot hiánya.</p> <p><i>Gondolkodási kultúra és önművelés</i> Tanulás és gondolkodás, problémamegoldás, könyv- és könyvtárhasználat.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Társadalomismeret</i></p> <p><i>Dráma</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p><i>Idegen nyelvek</i></p> <p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Informatika</i></p>
Kulcsfogalmak	Tanulási módszer, önismeret, önbizalom, énkép, kommunikáció, lényegkiemelés, absztrakció, motiváció, koncentráció, monotonitás, tér, idő.	

Tematikai egység	3. Az olvasás technikája	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Szövegértés, szövegolvasás, memoriter szókinccs, kifejezőképesség meglévő szinten.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasási készség, értő olvasás, kifejezőképesség, artikuláció, figyelem és koncentráció fejlesztése, szókinccsfejlesztés.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A szövegolvasás és -értés, olvasási szokások és tartalmak felmérése, alakítása; szókincs, a koncentrációképesség fejlesztése.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Művészetek</i> <i>Matematika</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Értő olvasás, kifejezőkészség, figyelem, szókincs.	

Tematikai egység	4. Kommunikációs gyakorlatok	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Szövegértés, szövegolvasás, memoriter.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A gondolkodási kultúra fejlesztése. Olvasási készség, értő olvasás, kifejezőkészség fejlesztése, szókincsfejlesztés, artikuláció, figyelem és koncentráció fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>A jegyzetelési technika alkalmazása és annak javítása</i> Koncentrációs gyakorlatok, lényegkiemelés (aláhúzás-kiemelés, vázlat), jegyzetelés gyakorlása, a szövegolvasás és -értés gyakorlása.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Művészetek</i> <i>Matematika</i> <i>Informatika</i>
Kulcsfogalmak	Jegyzet, értő olvasás, kifejezőkészség, lényegkiemelés, figyelem.	

Tematikai egység	5. Az emlékezés technikája	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Olvasási készség.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasási készség, értő olvasás, kifejezőkészség, szókincs, tér- és időbeli tájékozódás, figyelem és koncentráció fejlesztése, gondolkodás- és tanulásfejlesztés. Az emlékezeti teljesítmény fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>A kommunikációs modell</i> Az ismétlések jelentőségének megismerése a tanulásban, az eredményes bevésés feltétele és gyakorlata, a felidézés és felismerés különbsége (az emlékezet jellemzői, az emlékezés segítésének módszerei, a lényeg megragadása), memoriterek.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Művészetek</i> <i>Matematika</i>

Kulcsfogalmak	Emlékezet, memória, analízis, jegyzet, gondolatábra, "my map".
----------------------	--

Tematikai egység	6. Egyéni tanulást elősegítő számítógépes programok	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás	Olvasási készség.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Olvasási készség, értő olvasás, kifejezőkészség, szókincsfejlesztés, tér és idő, figyelem és koncentráció, gondolkodás- és tanulásfejlesztés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A gyorsolvasás fogalmának, szabályainak megismerése. Az olvasási szokások tudatos alakítása. Gyorsolvasási program (dinamikus olvasás). Tanulásunk titkai (perifériális látás, fixációs szélesség növelése). A gyakorlatok pontos és türelmes végrehajtása.</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Matematika</i></p>
Kulcsfogalmak	Értő, néma olvasás, szem, látás, dinamikus olvasás, perifériális látás.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló legyen képes hatékonyan tanulni, saját tanulását megszervezni egyénileg és csoportban egyaránt. Hatékonyan gazdálkodjon az idővel és az információval. Ismerje meg a tanulás folyamatában szükségleteit és lehetőségeit. Motivált legyen a tanulás folyamatában. Ismerjen és alkalmazzon tanulást segítő módszereket (koncentráció, relaxáció). Tudja elmondani a felolvasással való felkészülés algoritmusát. Tudja használni az értelmező szótárt. A tanuló ismerje a saját tanulási szokásait, annak hibáit. A jegyzetelési technika szabályait megfelelően alkalmazza. Tudjon az olvasott szövegről folyamatosan beszélni. Tudja alkalmazni az egyéni tanulást segítő programokat. Képes legyen a figyelem összpontosítására. Alakuljon ki absztraháló és lényegkiemelési képessége. Rendelkezzen pozitív önértékelési képességgel.</p>
--	---

TÁRSADALOMISMERET

9/AJKP évfolyam

Az előkészítő évfolyam célkitűzése az általános iskolában tanultak elmélyítése; a hiányok pótlása, az új élethelyzetbe, iskolatípusba, közösségbe került tanulók beilleszkedésének elősegítése; a kommunikációs gátak, zavarok oldása, a kommunikációs képesség fejlesztése az iskolai és mindennapi élethelyzetekben; a szövegolvasás, szövegértés fejlesztése; tanulási technikák kialakítása. A nyelvi kifejezőkészség állandó fejlesztését szem előtt tartva nem csupán a hagyományos, „feldolgozó” jellegű munkaformákat részesítjük előnyben, hanem a tanulók önálló szövegértési és szövegalkotási képességének kondicionálását, vitakészségét és az önkifejezés formáinak szélesítését is.

Célunk, hogy az iskola közvetlenül reagáljon a diákok szocializációs szükségleteire, segítse őket abban, hogy elsajátítsák a társadalmi normákat, hogy könnyebben be tudjanak illeszkedni a társadalomba. Ez a megközelítés a diákokból indul ki, akik komplex módon érzékelik a társadalmi hatásokat, s akiknek integrált tudásra – ismeretekre és készségekre – van szükségük ahhoz, hogy eligazodjanak a mind bonyolultabbá váló társadalomban. Célunk, hogy elősegítsük a felkészülést a felelős társadalmi szerepvállalásra, a demokratikus közéletben való aktív részvételre, a helytállásra a munka területén. Megismertessük a diákokat a jog alapelveivel, az állam intézményeivel, a társadalom életének legfőbb vonásaival, valamint a gazdaság működésével.

A társadalomismeret fejleszti az önismeretet, felkészít a kulturált társas kapcsolatok építésére és fenntartására. Hozzájárul a differenciált emberkép, identitástudat és az erkölcsi értékrend alakulásához, az általános műveltség gyarapításához.

A tantárgy bemutatja az ezredforduló nagy civilizációs változásait, a kultúra, a társadalom, a gazdaság és a természet világában zajló folyamatok rendszer-összefüggéseit. Korunk legégetőbb kérdéseiben segít eligazodni egy olyan nemzedéknek, melynek egyéni és nemzeti identitását már a globális integrációs fejlemények által meghatározott szellemi környezetben kell felépítenie. Érzékeny életkorban nyújt támpontokat a tanulóknak a mindennapos élethelyzetekben való eligazodáshoz, személyiségük és kapcsolataik tudatos formálásához, s egyúttal a humán műveltség valamennyi területén jól hasznosítható elméleti alapokkal szolgál.

A tantárgy tanítása során az alábbiakra helyezük a hangsúlyt:

- Az egyéni képességek kibontakoztatásának segítése.
- A kreativitás és szocializáltság egyidejű, dinamikus fejlesztése, önállóság, aktivitás, tolerancia és empátia kialakítása.
- A koherens, átgondolt, korszerű fejlesztési követelmények, a társadalmi, állampolgári, gazdasági ismeretek, a képességfejlesztés hangsúlyozása.
- Hon- és népismeret, környezeti nevelés, kommunikációs kultúra fejlesztése.
- Kapcsolódás Európához és a nagyvilághoz.
- Az európai kultúra értékeinek (humanizmus, tolerancia, demokrácia, szolidaritás) középpontba állítása.
- A készségek, képességek és a tantárgyi fejlesztési követelmények közötti koherencia megteremtése.
- A jelenben való eligazodás, a demokratikus viszonyok rendszerének és működésének megértése a múltban és mai viszonyaink között.
- Tudatos közéleti részvételre nevelés.
- A nemzeti, az európai és az egyetemes emberi identitás kialakítása.

- Az információk kritikus kezelése, a tények és vélemények közötti különbségtétel, a folyamatosság és a változás szerepének felismerése, elemzési, értelmezési szempontok kialakítása.
- A gazdaság- és társadalomtörténet egyes jelenségeinek, illetve csomópontjainak bemutatása.
- A kultúra, a vallás, a művészetek és a művelődés legjellemzőbb vonásainak megismertetése.
- Az ökológiai nézőpont megjelenése.
- A mindennapi élet, az életmódtörténet fontos mozzanatainak felvázolása.
- A saját család történelmének megismerése.

A tanterv a felzárkóztatásra, az ismétlésre és a készségek szintre hozására koncentrál.

Az alapozó évfolyam társadalomismeret-tanterve szorosan kapcsolódik az általános iskolai kerettantervekhez. Olyan ismeretanyagok válogatására és feldolgozására törekszünk, amelyek megfelelnek a tanulók életkori sajátosságainak, tudásszintjének.

A tanterv nem lépi át az általános iskolában megszerezhető ismeretanyagot, de lehetőséget biztosít a tananyag újszerű csoportosítására, új szemlélet kialakítására. A felsorolt témakörök szerves egységet alkotnak, az osztály összetételétől függően szabadon variálhatók, a programot a konkrét csoport igényeihez kell igazítani.

Tematikai egység	Év eleji ismétlés, felmérés	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kommunikáció, szövegértés fejlesztése. Szövegalkotási készség felmérése. Térben és időben való tájékozódás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Korokban való tájékozódás. Múltunk nagy eseményeinek felidézése. Történelmi csomópontok, meghatározó történelmi személyek megismerése. Társadalmi szabályok.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természetismeret</i> <i>Művészetek</i>
Kulcsfogalmak	Őskor, ókor, középkor, újkor, jelenkor. Ókori Kelet, antikvitás. Forradalom, polgárosodás, nemzetállam, világháború. Honfoglalás, Árpád-kor. Szabadságharc, kiegyezés.	

Tematikai egység	Egyén, közösség, társadalom	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	5–8. évfolyam kapcsolódó ismeretelemei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térben és időben való tájékozódás fejlesztése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. Szövegértés, kommunikáció fejlesztése. Érvelés és vitakészség fejlesztése. Érzelmi fejlesztés, szolidaritás fejlesztése. Egyszerűbb és bonyolultabb összefüggések megértése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p><i>Az ókori társadalmak</i> Egyiptom, a Nílus ajándéka. Hellász – a görög poliszok és a birodalom. Római államformák. <i>A középkori magyar társadalom</i> Az Árpád-kor társadalma. A társadalom rétegződése. Aranybulla. Hunyadi Mátyás kora. A településszerkezet változásai: városok kialakulása. <i>A három részre szakadt Magyarország élete</i> Élet a három részre szakadt Magyarországon. A társadalom rétegződése. Erdélyi fejedelemség: vallás és etnikum – tolerancia, együttélés. <i>Társadalmi változások a XVIII–XIX. századi Magyarországon</i> A társadalom átalakulása 1711 után - Magyarország nemzetiségei. A reformkor társadalmi problémái. Életmód és társadalmi helyzet összefüggései. <i>Politikai életpályák a XX. században</i> Lenin, Sztálin, Hitler, Churchill, Roosevelt, Horthy Miklós, Rákosi Mátyás, Kádár János. <i>A holokauszt</i> Kertész Imre: Sorstalanság, Schindler listája – a művek megbeszélése.</p>	<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>

Kulcsfogalmak	Gazdálkodás, birodalom, többistenhit, polisz, arisztokrácia, démosz, demokrácia, filozófia, hellenizmus, török hódoltság, törvényhozás, reform, polgári átalakulás, cenzúra, közteherviselés, érdekegyesítés, nemzet, nemzetiség, kommunizmus, fasizmus, egypártrendszer, kollektivizálás, tőzsde, túltermelési válság, tervgazdálkodás, totális diktatúra, nemzetiszocializmus, holocaust, revízió, jóvátétel, kitelepítés, pártállam.
----------------------	---

Tematikai egység	Gazdaság, gazdaságpolitika, anyagi kultúra	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	kapcsolódó általános iskolai ismeretelemek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térben és időben való tájékozódás fejlesztése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés, kommunikáció fejlesztése. Ábraelemzés, következtetések levonása. Szövegértés és -feldolgozás tanári segítséggel. A világ-, az európai és a magyar történelem korszakainak szinkronban látása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
<i>A virágzó középkor gazdasága</i> – Európa gazdasági, technikai fejlődése.	<i>Magyar nyelv és irodalom</i>	

<ul style="list-style-type: none"> – A magyar gazdaság a XIV–XV. században. Károly Róbert. – A nagy földrajzi felfedezések és hatásuk. <p><i>Az ipari forradalmak kora</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A tőkés gazdaság kibontakozása. – Gazdaságszervezési formák (céh, manufaktúra, gyár, monopólium). <p><i>Magyarország gazdasági élete 1867-től napjainkig</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A magyar gazdaság fejlődése a kiegyezés után. – A magyar gazdaság fejlődése a két világháború között. – A szocialista gazdaság. – Napjaink gazdasági problémái. 	<p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p>
Kulcsfogalmak	Polgár, kereskedelem, gazdálkodás, gyarmat, manufaktúra, hitel, forradalom, urbanizáció, kapitalizmus, konszolidáció, államosítás, kollektivizálás, migráció, alternatív energiaforrás, tudományos-technikai forradalom.

Tematikai egység	Népesség, település, életmód	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térben és időben való tájékozódás fejlesztése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. Kommunikáció fejlesztése: előadás, vitakészség, kritikus szemlélet, kooperatív munka. Következtetések levonása. Szövegértés és -feldolgozás önállóan. Egyenlő bánásmód és esélyegyenlőség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Településformák és életmód a középkorban és az újkorban</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Középkori városok. – A különböző társadalmi csoportok életmódjának összevetése. – A család a különböző korokban és kultúrákban. – Bűn és bűnüldözés a középkorban. – Környezetátalakulás az ipari forradalom következtében. – Életmód és társadalom a XIX–XX. századi Magyarországon. – Az iskola régen és ma. – A nemzetiségi lét és kultúra fő kérdései az Osztrák-Magyar Monarchiában és napjainkban. – A fogyasztói társadalom és az ökológia. – A fenntartható fejlődés. – A média és a közgondolkodás. – A média manipuláló szerepe a 20. században. – Fenntartható fejlődés. – Globalizációs és öko-problémák. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom</i></p> <p><i>Természetismeret</i></p> <p><i>Művészetek</i></p> <p><i>Patrónusi foglalkozás</i></p>
Kulcsfogalmak	Urbanizáció, demográfiai és etnikai változás, asszimiláció, integráció. Fogyasztói, jóléti társadalom, ökológia, fenntartható fejlődés, globalizáció, klímaváltozás, média, közgondolkodás.	

Tematikai egység	A modern demokráciák. Politikai intézmények, eszmék, ideológiák működése		Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek.		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térben és időben való tájékozódás fejlesztése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. Kommunikáció fejlesztése: előadás, vitakészség, kritikus szemlélet, kooperatív munka. Következtetések levonása. Szövegértés és -feldolgozás önállóan.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
<i>A demokráciák kialakulása</i> – Államformák, politikai rendszerek az emberiség történetében. – A hatalmi ágak megkülönböztetése. – Nemzetközi konfliktusok, szövetségi rendszerek. – Háború és béke. – Európai Unió. <i>Ideológiák XIX.– XX. században</i> – A liberalizmus és nacionalizmus kérdései. – Szocializmus. <i>Magyarország politikai viszonyai</i> – A polgári Magyarország megszületése. – Politikai intézményrendszer a mai Magyarországon.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természetismeret</i> <i>Művészetek</i>	
Kulcsfogalmak	Demokrácia, feudalizmus, kapitalizmus, monarchia, alkotmányos monarchia, diktatúra, hatalmi ág, felvilágosodás, liberalizmus, nacionalizmus, nemzet, sovinizmus, szocializmus, keresztényszocializmus, marxizmus, parlament, kormány, alkotmány, önkormányzat, ombudsman, Európai Parlament, integráció.		

Tematikai egység	Kultúra, művelődés és vallás		Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Általános iskolai ismeretek.		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Térben és időben való tájékozódás fejlesztése. Gondolkodás- és tanulásfejlesztés. Kommunikáció fejlesztése: előadás, vitakészség, kritikus szemlélet, kooperatív munka. Következtetések levonása. Szövegértés és -feldolgozás önállóan.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	
<i>Kultúra és civilizáció. Műveltség és képzettség</i> – Ókori kultúrák. – A középkor kultúrája. – A modernkor kultúrája. – Helyi művelődéstörténet, az élő hagyomány. – Tudomány és művészetek. <i>Természetkép, világkép, világszemlélet</i> – Kultúrák párbeszéde: önismeret és nyitottság. – Önazonosság és társadalmi hovatartozás. – A nemzet. A magyar nemzettudat sajátosságai és dilemmái.		<i>Magyar nyelv és irodalom</i> <i>Természetismeret</i> <i>Művészetek</i>	

<ul style="list-style-type: none"> – Filozófiai elképzelések a világról. <p><i>Istenhitek és vallások</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Kereszténység. – Iszlám. – Buddhizmus. – Hinduizmus. – Zsidó vallás. <p>Helyi sajátosságok, egyházak megismerése.</p>	
Kulcsfogalmak	Egyistenhit, politeizmus, nemzet, nemzetiség, reformáció, kereszténység, materializmus, idealizmus, humanizmus.

Tematikai egység	Az éves munka értékelése	Órakeret 2 óra
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az éves munka szöveges értékelése, pozitívumok, negatívumok megbeszélése.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló legyen képes különböző forrásokból ismeretek összegyűjtésére, osztályozására, elemzésére, a köztük lévő összefüggések keresésére és azokból következtetések levonására.</p> <p>Az emberrel, a társadalommal és az erkölccsel kapcsolatos tudását, véleményét legyen képes kifejezni, mások megnyilatkozását legyen képes értelmezni.</p> <p>Legyen tisztában az egyéni és közösségi értékekkel, az alapvető állampolgári jogokkal és kötelességekkel. Legyen képes erkölcsi értékeket felismerni, tudjon különbséget tenni a jó és rossz, az igaz és hamis, valamint a szép és a rút között.</p> <p>Ismerje a társadalmi együttélés alapvető szabályait, legyen tisztában alapvető jogaival és kötelességeivel. Ismerje a Magyar Köztársaság állam- és közigazgatási intézményrendszerét. A tanuló ismerje a demokrácia adta lehetőségeket, jogokat.</p> <p>A tanuló legyen képes társadalmi problémák azonosítására, összetevőik felismerésére, ezek megvitatására, önálló véleményalkotásra. A tanulóknak el kell jutniuk az ezredforduló nagy civilizációs változásainak, a kultúra, és a természet világában zajló folyamatok rendszer-összefüggéseinek megértéséhez.</p> <p>Ismerje fel, hogy a folyamatosan egymásra épülő szellemi és tárgyi értékek megőrzésének jelentős szerepe van a szűkebb és tágabb közösség életében.</p> <p>A tanulóknak el kell jutniuk a jelenkor gazdasági jelenségeinek megértéséig, a gazdasági problémák iránti érzékenység megteremtéséig. Legyen képes a tanuló az önálló véleményalkotásra, értékelésre jelenségekről, személyekről, problémákról (helyi, regionális, nemzeti és globális) és konfliktusokról, legyen felelősségtudata.</p> <p>Képes legyen az önazonosság, a nemzeti hovatartozás kialakítására.</p>
--	--

7. melléklet

7.4. Kerettanterv a köznevelési típusú sportiskola neveléséhez- oktatásához

Tartalom:

- 1–4. évfolyam bevezetése és kerettantervei 2. oldal
- 5–8. évfolyam bevezetése és kerettantervei 50. oldal
- 9–12. évfolyam bevezetése és kerettantervei 101. oldal

Kerettanterv a köznevelési típusú sportiskola neveléséhez-oktatásához

1–4. évfolyam bevezetése és kerettantervei:

- Bevezetés
- Kerettantervek
 - *Testnevelés és sport*
 - *Sportágválasztó*
 - *Küzdelem és játék*

Kerettanterv

Alapfokú nevelés-oktatás szakasza, alsó tagozat, 1–4. évfolyam, sportiskola

Célok, feladatok

Az alapfokú nevelés-oktatás első szakasza, az alsó tagozat az iskolába lépő kisgyermekben óvja és továbbfejleszti a megismerés, a megértés és a tanulás iránti érdeklődést és nyitottságot. Átvezeti a gyermeket az óvoda játékközpontú tevékenységeiből az iskolai tanulás tevékenységeibe. Fogékonyá teszi saját környezetét, a természetet, a társas kapcsolatokat, majd a tágabb társadalom értékei iránt. Az iskola teret ad a gyermek játék és mozgás iránti vágyának, segíti természetes fejlődését, érését. A tanítási tartalmak feldolgozásának folyamatában – élményszerű tanulással, problémahelyzetekből kiinduló izgalmas tevékenységekkel, kreativitást ösztönző feladatokkal – fejleszti az alapvető képességeket és alapképességeket, közvetíti az elemi ismereteket, szokásokat alakítja ki.

Ez az iskolaszakasz a kíváncsiságtól és érdeklődéstől motivált, szabályozott és kötetlen tevékenységek célszerűen kialakított rendszerében fejleszti a kisgyermekben a felelősségtudatot, a kitartást, az önállóságot, megalapozza a reális önértékelést. Mintákat és gyakorlóterepet ad, magatartási normákat, szabályokat közvetít a társas közösségekben való részvétel és együttműködés tanulásához, a problémamegoldáshoz, konfliktuskezeléshez. Megerősíti a humánus magatartásformákat, szokásokat, és a gyermek jellemét formálva elősegíti a személyiség érését. Támogatja az egyéni képességek kibontakozását, segíti a tanulási nehézségekkel való megküzdés folyamatát. Törődik azoknak a hátrányoknak a csökkentésével, amelyek a gyermek szociális-kulturális környezetéből vagy a szokásostól eltérő ütemű éréséből, fejlesztési szükségleteiből fakadhatnak.

A fejlesztést a tanító az egyéni sajátosságokra épülő differenciált tanulásszervezéssel és bánásmóddal szolgálja. Az alapvető képességek, készségek, kompetenciák fejlesztésében a tanulói tevékenységekre épít. Az ehhez felhasznált tananyagtartalmak megtervezésekor, valamint a feldolgozás tempójának meghatározásakor, a pedagógiai módszerek és eszközök kiválasztásakor a tanulócsoporthoz, illetve az egyes tanulók fejlődési jellemzőit és fejlesztési szükségleteit tekinti irányadónak.

A sportiskolák biztosítják a 6-10 éves korú gyerekek számára a sportos életmód kialakítását, a sport megszerettetését, a sokoldalú képességfejlesztést. Ebben az életkori szakaszban a tanulók nagy része még nem választ sportágat, ezért a kerettanterv lehetővé teszi a diákok számára, hogy megismerkedjenek különböző sportágakkal, akár ki is próbálják azokat, és a felső tagozatba lépéskor már a választott sportág edzéseiben vegyenek részt.

Fejlesztési területek – nevelési célok

Az erkölcsi nevelés

A tanuló erkölcsi gondolkodása legalább konvencionális szintre kerül, vagyis a hozzá közelálló elvárásainak megfelelően él, képes alkalmazni az emberi kapcsolatok elfogadott formáit. Tudja, hogy a gyerek, testvér, barát stb. szerep betöltője hogyan viselkedjen, de adott esetben képes a szabályok újraértelmezésére mindennapi helyzetekben és a sporttevékenység során is.

Nemzeti öntudat, hazafias nevelés

A tanuló ismeri lakóhelye és környékének népi hagyományait és életkorának megfelelő szinten az ország és a magyarság szimbólumait. Ismeri a nagy ünnepkörök egy-egy hagyományát és az éves ünnepkör legfontosabb állomásait: ezeket évszakok szerint is képes elhelyezni, valamint ismer ezekhez kapcsolódó alkotásokat (népdalokat, mondákat, meséket, műalkotásokat). Ismeri nemzeti ünnepeinket, ezek időpontját, részt vesz érzelmi azonosulását segítő tevékenységekben (népi hagyományok felelevenítése, eljátszása, ünnepi díszítések készítése). Ismeri néhány kiemelkedő magyar sportoló eredményeit.

Állampolgárságra, demokráciára nevelés

A tanuló el tudja magát helyezni adott közösségben, felismeri a valódi és lehetséges szerepeit egy adott kapcsolati hálózatban. Képes a kooperációra, megérti a szabályok fontosságát. Képes egyszerű közösségi szabályok követésére, bekapcsolódik közös tevékenységekbe és követi a közösségi hagyományokat.

Az önismeret és a társas kultúra fejlesztése

A tanuló képes az együttműködésre, az empátiára, átérzi és gyakorolja a segítségnyújtást. A közös tevékenységek révén ismeretet szerez saját képességeiről és lehetőségeiről. Azonosítja a saját és mások alapvető érzelmeit, illetve kifejezi a problémáit. Életkorának megfelelő szinten ismeri a kapcsolatteremtés, kapcsolatépítés kultúráját, rendelkezik az életkorának megfelelő kooperatív készséggel. Ismeri a különböző megbízatások betöltésével együtt járó felelősséget és a feladatok megosztásának fontosságát.

A családi életre nevelés

A tanuló megismeri és elsajátítja az alapvető együttélési, együttműködési normákat a családban, az iskolában, a társadalmi életben. Ismeri és betartja az illemszabályokat. Megismerkedik a családi ünnepekkel és az ezekhez kötődő szokásokkal. Megtanulja a családi szerepekhez (anya, apa, gyermek) kapcsolódó feladatokat, és törekszik rá, hogy saját feladatait napi rendszerességgel elvégezze.

A testi és lelki egészségre nevelés

A tanuló képes önállóan, az évszaknak és az időjárásnak megfelelően ruhát választani és felöltözni. Tudja, hogy a rendszeres tisztálkodás, a táplálkozás és a megfelelő folyadékbevitel egyaránt fontos az egészség védelmében. A rendszeres mozgás, a természet szeretete igényként épül be személyiségébe, figyel testtartására. Képes kifejezni a betegség és az egészség mint állapot közötti különbséget. Képes egyes betegségi tünetek (láz, fejfájás) megnevezésére. Tudja, hogy a védőoltások is fontos eszközei az egészség megőrzésének. Képes kifejezni, leírni egyes feszültséget, stresszt okozó helyzeteket. Megtapasztal relaxációs technikákat, képes légzőgyakorlatok és egyszerű tornagyakorlatok (például reggeli torna) önálló elvégzésére. A tanulóban kialakul az igény a harmonikus, barátságos, otthonos környezet iránt. Kipróbálja a testmozgás, a manuális és művészeti, alkotó tevékenység több formáját, és képes megfogalmazni ezzel kapcsolatos élményeit, tapasztalatait.

Felelősségvállalás másokért, önkéntesség

A tanuló ismeri és betartja a kapcsolatteremtés elfogadott formáit. Képes az adott helyzeteknek megfelelő magatartási formákat alkalmazni a társas élet különféle színterein. Ismeri a közösségi élet sajátosságaiból fakadó korlátokat, és ennek tudatában alakítja tevékenységét. Tisztában van azzal, hogy a vállalt feladatok felelősséggel járnak. Tudja, hogy – különösen a sporttevékenységek közben – nem csak saját, hanem társai biztonságára is

vigyáznia kell. Tapasztalatot szerez arról, hogy nemcsak kötelező feladatai vannak, hanem szabad választása alapján is segíthet környezetében (iskola, otthon).

Fenntarthatóság, környezettudatosság

A tanuló érzékenyebbé válik környezete állapota iránt. Képes a környezet sajátosságainak megismerésére, észreveszi a környezetben lejátszódó kedvező és kedvezőtlen folyamatokat, tudja elemi szinten értékelni e változásokat. Képes saját mikrokörnyezetében olyan változásokat javasolni, amelyek annak minőségét javítják. Értéknek tekinti a természeti és az ember alkotta környezet esztétikumát, harmonikus működését. Késztetés alakul ki benne környezete értékeinek megőrzésére.

Pályaorientáció

A tanuló megismeri azokat a szakmákat, amelyek mindennapi életvitelének zökkenőmentességét vagy megfelelő minőségét biztosítják. Felismeri a különböző foglalkozások együttműködésének fontosságát. Képes megfogalmazni adott szakma tevékenységét, és képes csoportosítani a foglalkozásokat különböző szempontrendszer szerint.

Gazdasági és pénzügyi nevelés

A tanuló ismeri az általa mindennap fogyasztott alapvető élelmiszerek árát. A matematikai műveletekről, illetve a mértékegységekről szóló ismereteit alkalmazni tudja pénzre vonatkoztatva is. Képes mindennapi fogyasztási cikkeket önállóan vásárolni, tud vigyázni a pénzére. Beépül az energiatakarékosság cselekvéseibe és gondolkodásába. Vannak ismeretei arról, hogy hazánkban és a világ más részén hozzá képest milyen életszínvonalon élnek gyerekek.

Médiatudatosságra nevelés

A tanuló tisztában van a korhatárt jelző szimbólumok jelentésével. Képes különbséget tenni a televízióban történetek és a valóság között. Ismeri a médiumokat és azok szerepét az ő szabadidejében, valamint hasznosíthatóságukat a tanulásban.

A tanulás tanítása

A tanuló tapasztalatot szerez arról, hogy lehet játszva tanulni. Napi rutinjába beépül a tanulásból adódó otthoni feladatok elvégzése, egyre inkább saját időbeosztása szerint készül az órákra. Vannak élményei arról, hogy az iskolai oktatáson kívül a tanulásnak és az önművelésnek egyéb lehetőségei is léteznek.

Kulcskompetenciák, kompetenciafejlesztés

Anyanyelvi kommunikáció

A tanuló törekszik a mások számára érthető és kifejező beszédre. Figyelemmel tud követni szóbeli történetmondást, magyarázatot. Fel tudja idézni, el tudja mondani mindennapi élményeit, olvasmányainak tartalmát. Részt vesz a beszélgetésben és vitában, meg tud fogalmazni saját véleményét. Egyéni sajátosságainak megfelelően képes szövegek értő olvasására, illetve fokozatosan kialakul a kézírása. Megismeri és alkalmazza az anyaggyűjtés és elrendezés szabályainak alapjait. Ismer és alkalmaz néhány alapvető helyesírási szabályt. Képes a korosztályának szóló irodalmi és ismeretterjesztő művek megértésére és értelmezésére.

Idegen nyelvi kommunikáció

A tanulóban felébred a nyelvek és a nyelvtanulás iránti érdeklődés. Felfedezi, hogy más országokban más szokások vannak, más nyelvet beszélnek az emberek, ez a felfedezés nyitottabbá teszi más kultúrák befogadására. Egyszerű idegen nyelvi szóbeli kommunikációval próbálkozik. Idegen nyelvi tevékenységei a korosztályának megfelelő dalokhoz, versekhez, mondókákhoz és jelenetekhez kötődnek.

Matematikai kompetencia

A tanuló képes érzékelni a tárgyak egymáshoz viszonyított helyzetét, méretét, képes a térben és a síkban tájékozódni. Gyakorlati tapasztalatait felhasználva felfedezi a mennyiségek közötti kapcsolatokat, képes ezen tapasztalatok megfogalmazására. El tud végezni egyszerű méréseket, az eredményeket a tanult mértékegységekkel le tudja írni. Képes a megtanult matematikai algoritmusok felidézésére és használatára gyakorlati tevékenységek során. Tud fejben számolni 100-as számkörben. El tudja dönteni egyszerű állítások igazságértékét, felismer egyszerű logikai kapcsolatokat.

Természettudományos és technikai kompetencia

Kialakul a tanuló érdeklődése a szűkebb környezet jelenségeinek, folyamatainak megismerése iránt. Képesé válik a természeti világ alapvető jelenségeinek felismerésére, egyszerű törvényszerűségek meglátására. Képes arra, hogy egyszerű megfigyeléseket, kísérleteket végezzen el pontos utasítások alapján. Tud egyszerű technikai eszközöket megfelelő módon használni. Konkrét példákban felismeri az emberi tevékenység környezetre gyakorolt hatását, a káros következményeket. Felismeri a közvetlen környezet védelmének fontosságát, és törekszik a helyes magatartásminták követésére.

Digitális kompetencia

Kialakul és fejlődik a tanulóban az IKT-eszközök használata iránti érdeklődés. Képesé válik az IKT-eszközök irányított használatára (pl. képek, információk keresése, rövid szöveg létrehozása, továbbítása).

Szociális és állampolgári kompetencia

Kialakul a tanulóban a társakkal történő közös feladatmegoldás képessége, tud irányítással együttműködni velük. Nyitott társai megismerésére, igyekszik megérteni őket. Elfogadja a közösségben való normaalapú viselkedés szabályait. Megjelenik az egyre táguló környezet megismerése iránti igénye, amely hozzájárul a szülőföldhöz, a hazához való kötődés kialakulásához.

Kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia

A tanuló motivált a kitűzött célok elérésében, vállalja az ezeket elősegítő feladatokat (pl. háziállatok, növények ápolása). Felismeri és megérti, hogy a feladatok megoldásához többféle út is vezethet, egyszerű élethelyzetekben képes ezeket segítséggel megtervezni. Megérti, hogy felelős a vállalt feladatok teljesítéséért, belátja mulasztásai közvetlen következményeit, képes előre látni cselekedetei egyes kockázatait.

Eszztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség

A tanulóban fejlődik az emocionális érzékenysége. Képes versek, mesék befogadását, elmondását segítő, a ritmusérzéklet és a mozgáskultúrát fejlesztő játékokra és gyakorlatokra, ritmikus és énekes rögtönzésekre, szerepjátékokra. Tanári segítséggel képes csoportos improvizációval kapcsolatos élmények szóbeli megfogalmazására, történetek, versek, átélt, elképzelt vagy hallott események zenei, vizuális vagy dramatikus megjelenítésére.

A hatékony, önálló tanulás

A tanuló a korosztályának megfelelő szinten képes önállóan írni, olvasni, számolni. A tanulás iránti attitűdje pozitív. Egyre gyakorlottabb figyelme összpontosításában. Tanári segítséggel képes saját tanulását megszervezni, segítséggel képes csoportmunkában aktívan részt venni, a sok pozitív visszajelzés hatására ezt egyre magabiztosabban teszi. Segítséggel felismeri szükségleteit, gyakorlatot szerez teljesítményének és képességeinek reális értékelésében. Képes kisebb segítséggel vagy anélkül házi feladatai elvégzésére.

Egységesség és differenciálás

A nevelési-oktatási folyamat egyszerre egységes és differenciált: megvalósítja az egyéni sajátosságokra tekintettel levő differenciálást és az egyéni sajátosságok ismeretében az egységes oktatást.

Az egyéni különbségek figyelembevételének fontos területe a tehetséggondozás, amelynek feladata, hogy felismerje a kiemelkedő teljesítményre képes tanulókat, segítse őket, hogy képességeiknek megfelelő szintű eredményeket érjenek el és alkotó egyénekké váljanak. A tanuló csak akkor képes erre, ha lehetőséget és bátorítást kap. A megfelelő oktatási módszerek, munka- és tanulásszervezési formák serkenthetik az egyéni különbségek kibontakozását. Az egyéni fejlesztési programok, a differenciálás különböző lehetőségei során a pedagógusok megfelelő feladatokkal fejlesztik a tehetséges tanulókat, figyelik fejlődésüket, és az adott szakasznak megfelelő kihívások elé állítják őket.

A differenciált – egyéni és csoportos – eljárások biztosítják az egyes területeken alulteljesítő tanulók felzárkóztatását, a lemaradás egyéni okainak felderítésén alapuló csökkentését, megszüntetését.

A sajátos nevelési igényű tanulók eredményes szocializációját, iskolai pályafutását elősegítheti a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt történő – integrált – oktatásuk. Esetükben a tartalmi szabályozás és a gyermeki sajátosságok összhangja ugyanolyan fontos, mint más gyermekeknél. Iskolai nevelés-oktatásuknak alapvető célja a felnőtt élet sikerességét megalapozó kulcskompetenciák fejlesztése, az egész életen át tartó tanulásra való felkészítés.

A sajátos nevelési igényű tanulók nevelés-oktatása során a NAT-ban meghatározott és a kerettantervben részletezett kiemelt fejlesztési feladatok megvalósítása javarészt lehetséges, de mindenkor figyelembe kell venni az Irányelv fogyatékosági kategóriákra vonatkozó ajánlásait. Ezért a fejlesztés a számukra megfelelő tartalmak közvetítése során valósul meg és segíti a minél teljesebb önállóság elérését. A fejlesztési követelmények igazodnak a fejlődés egyéni üteméhez. A tartalmak kijelölésekor lehetőség van egyes területek módosítására, elhagyására vagy egyszerűsítésére, illetve új területek bevonására.

A sajátos nevelési igényű tanulók együttnevelésében, oktatásában, fejlesztésében részt vevő pedagógus megközelítése az elfogadás, tolerancia, empátia, és az együttneveléshez szükséges kompetenciák megléte. A pedagógus a differenciálás során figyelembe veszi a tantárgyi tartalmak – egyes sajátos nevelési igényű tanulók csoportjaira jellemző – módosulásait. Szükség esetén egyéni fejlesztési tervet készít, ennek alapján egyéni haladási ütemet biztosít. A differenciált nevelés, oktatás céljából individuális módszereket, technikákat alkalmaz; egy-egy tanulási, nevelési helyzet, probléma megoldásához alternatívákat keres. Együttműködik különböző szakemberekkel, a gyógypedagógus iránymutatásait, javaslatait beépíti a pedagógiai folyamatokba. A sajátos nevelési igényű tanulók számára szükséges többlétszolgáltatásokhoz tartozik a speciális tankönyvekhez és tanulási segédletekhez, továbbá a speciális gyógyászati, valamint tanulást, életvitelt segítő eszközökhöz való hozzáférés.

A fentiekre vonatkozó konkrét javaslatokat minden fogyatékosági területre vonatkozóan A sajátos nevelési igényű tanulók iskolai oktatásának irányelve [2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről 21. § (11) bekezdés] tartalmazza. Az Irányelv egyaránt vonatkozik a sajátos nevelési igényű tanulóknak a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt (integráltan) és a tőlük elkülönítetten (gyógypedagógiai intézményekben) történő nevelésére, oktatására.

Tantárgyi struktúra és óraszámok

Óraterv a kerettantervekhez – 1–4. évfolyam				
Tantárgy	1. évf.	2. évf.	3. évf.	4. évf.
Magyar nyelv és irodalom	7	7	6	6
Idegen nyelvek				2
Matematika	4	4	4	4
Erkölcstan	1	1	1	1
Környezetismeret	1	1	1	1
Ének-zene	2	2	2	2
Vizuális kultúra	2	2	2	2
Életvitel és gyakorlat	1	1	1	1
Testnevelés és sport	5	5	5	5
Küzdelem és játék	1	1	1	1
Sportágválasztás	1	1	1	1
Rendelkezésre álló órakeret	25	25	25	27

A kerettantervek által előírt tartalmak a tantárgyak számára rendelkezésre álló időkeret kilencven százalékát fedik le. Egy heti öt (évi 180) órás időkerettel rendelkező tantárgy kerettanterve tehát heti fél (évi 18) óra szabad időkeretet biztosít a tantárgy óraszámán belül a pedagógusnak, melyet a helyi igényeknek megfelelően a kerettanterven kívüli tantárgyi tartalommal tölthet meg.

TESTNEVELÉS ÉS SPORT

A Testnevelés és sport műveltségterület tartalma az általános iskola 1–4. évfolyamán a tevékenységek közbeni kommunikáció, kooperáció és kreativitás hármasságát jeleníti meg a döntő többségében játékos vagy játékos jellegű, koordinációfejlesztő foglalkozások során. Erre a hármasságra alapozva biztosítja az életkori sajátosságoknak megfelelő konkrét művelési gondolkodás fejlesztését, valamint kialakítja a tanulók biomechanikailag helyes testtartását.

A testnevelés és a sport tantárgy kiemelten fejleszti a tanulók megfigyelési, gondolkodási, térbeli tájékozódási képességeit. Ebben az életszakaszban kitüntetett szerepet kell kapnia az alapvető természetes mozgáskészségek fejlesztésének, melyek fejlesztése a mozgások végrehajtásán túlmenően azok változatos, sokrétű és tudatos tanulással, alkalmazásával valósulhat meg. Beemeli a tantárgyközi tartalmak, kompetenciák és fejlesztési feladatok (pl. az anyanyelvi kommunikáció, a matematikai kompetencia, a környezeti nevelés) keretében megalapozott készségek, fogalmak egységeit. Elfogadó, ugyanakkor követelményeket támasztó, következetes nevelési környezetet biztosító légkört teremt, ahol a gyermekek aktív, felfedező, velük született képességei megerősödnek.

A testnevelésórai motoros tartalmak eszközként jelennek meg abban az értelemben, hogy az elsajátítandó egészséges életviteli ismeretek az életkori sajátosságok figyelembevételével változatos, örömteli és a motivációt erősítő mozgásos feladatok végrehajtása során a gyermek személyiségnek épülését szolgálják. Az egyén életminősége szempontjából legfontosabb eredményként az aktív, felfedező tanulás szemlélete és a pszichés jóllét észrevétlenül épül be a tanulók hétköznapi életviteli szokásaiba, megteremtve ezzel egy jól szocializált személy társadalomba való beilleszkedését.

A jövőorientált testnevelés a játékos, mozgásos cselekvések során folyamatos problémamegoldással szembesíti a gyerekeket. Ezáltal kérdések formájában azonosíthatóak a számukra ismeretlen vagy kevésbé ismert szituációk, hiszen a kisiskolást a helyes megoldás kézzelfogható, konkrét kipróbálása, és nem az absztrakt „fejben” történő megoldása motiválja. Éppen ezért az egyik legalkalmasabb módszer a mozgással tanulás, hiszen segítségével minden helyzet azonnal kipróbálható és az eredmény azonnal kiértékelhető.

A fenti szemlélethez illeszkedő mozgásos tevékenységek megválasztásában hangsúlyosan jelennek meg: a bizalmat, az együttműködést, a kreativitást, a fantáziát, az érzékszervi működést, a figyelemkoncentrációt, az emlékezetet és a térérzékelést fejlesztő játékok, játékos feladatok. A tanulóközpontú személyiségfejlesztést úgy oldja meg, hogy a tanulók tanulják meg követni és folyamatosan fejleszteni saját fittségi állapotukat. A játékos pedagógiai helyzetetekre, mozgásos cselekvésekre áthelyezett hangsúly biztosítja, hogy a tanulók érzelmileg és értelmileg pozitív, aktív, kiegyensúlyozott személyiséggé fejlődhessenek, miközben szabad teret kapnak az alapvető mozgásformák örömteli szabályainak elsajátításához.

Összességben tehát a sportiskolai képzés alsó tagozatán az órák döntő többségében a tanulók motoros készségeit, mozgástanulási képességeit (ügyesség, koordináció, mozgásátállítást) játékos és játékos jellegű feladatmegoldásokban fejlesztjük, és kisebb arányban helyezzük a hangsúlyt a célzott kondicionális képességek speciális jelleggel történő fejlesztésére (aerob állóképesség, erő).

1–2. évfolyam

Tematikai egység	1. Prevenció, életvezetés, egészségmegőrzés	Folyamatos
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A jövőorientált egészségtudatos életvitel ismereteinek és gyakorlatainak megalapozása. A testi és lelki egészségért való személyes felelősség megalapozása. A biomechanikailag helyes testtartás fontosságának felismertetése és a gerincvédelmi gyakorlatok napi, szokásrendszerű végrehajtása. Az önreflexió alapjainak a megteremtése a test- és térérzékelés fejlesztése által.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: A biomechanikailag helyes testtartást kialakító és fenntartó gyakorlatok. Aktív, mozgásos relaxációs gyakorlatok és az interaktív relaxáció gyakorlatai. Lábboltozat-erősítő gyakorlatok. Mély hátizomzat, az oldal és a has izomzatának erősítését és a törzs stabilizációját fejlesztő gyakorlatok.</p> <p>Helyes és cselekvésbiztos technikai végrehajtás a testtartásjavító gimnasztikai sorok, a statikus és dinamikus törzsizom-erősítő gyakorlatok és a lábboltozat-erősítő gyakorlatok egyéni, páros, csoportos végrehajtása során.</p>		<p><i>Matematika:</i> számolás, térbeli tájékozódás, összehasonlítások.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> testünk, életműködéseink, az emberi szervezet.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p>
<p>ISMERETEK: A biomechanikailag helyes testtartás fontossága. A helyes talpnyomat és a „lúdtalp” lenyomata közti különbség. A biomechanikailag helyes testtartás, lábboltozatot és törzsizomzatot alakító, erősítő gyakorlatok.</p> <p>A gerincoszlop formája. Preventív jellegű gyakorlatok.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Relaxációs alapelemek sajátélmény-szinten. Felelősség kialakítása a saját és mások egészsége iránt.</p> <p>Annak elfogadása, hogy a mozgás segíti a szervezet teljesítőképességének javulását és a biomechanikailag helyes testtartás kialakulását. A javuló teljesítmény útjának azonosítása az egészség érdekében.</p>		
Kulcsfogalmak	Gerinctorna, lábtorna és relaxációs gyakorlat, biomechanikailag helyes testtartás, feszítés, nyújtás, erősítés, ernyesztés, lazítás, önreflexió, önkontroll, önismeret.	

Tematikai egység	2.1. Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros készségfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető mozgáskészségek cselekvésbiztos végrehajtása, alkalmazása játék közben és játékos jellegű feladatokban. A természetes mozgásminták változatos körülmények közötti, stabil végrehajtása. Kreatív, alkotó rövid mozgássorok tervezése, végrehajtása eszköz nélkül és eszközökkel, egyéni, páros és csoportos megoldásokban is.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Járások, futások, oldalazások, szökdelések, ugrások, lendítések és körzések, hajlítások és nyújtások, fordítások és fordulatok, tolások és húzások, emelések és hordások, függés- és lengésgyakorlatok, egyensúlygyakorlatok, gurulások, átfordulások, támaszok, dobások (gurítások) és elkapások, rúgások, labdaátvételek lábbal, labdavezetések kézzel, ütések testrésszel és eszközzel.</p> <p><i>Járások, futások, oldalazások, szökdelések és ugrások:</i> Különböző haladási módok az ütközések elkerülésével. Megindulások és megállások; irány- és sebességváltással különböző mozgásútvonalakon. Akadályok leküzdése; dalra, énekre, zenére; utánzó mozgással feladatok végrehajtása. Feladatok végrehajtása ugrással és szökdeléssel, biztonságos talajra érkezéssel.</p> <p><i>Lendítések és körzések:</i> Testrészekkel; testhelyzetekben; irányokban; tempóban; ritmusban; mozdulatok végrehajtása változatos környezeti feltételek mellett is.</p> <p><i>Hajlítások és nyújtások, fordítások és fordulatok:</i> Testrészek, ízületek differenciált hajlítása és nyújtása szimmetrikusan, aszimmetrikusan; önállóan, utasításra. Fordítások és fordulatok végrehajtása helyes technikai kivitelezés mellett.</p> <p><i>Tolások és húzások:</i> Toló és húzó mozdulatok végrehajtására testrészekkel és eszközökkel. Nagyobb tömegű eszközök húzása és tolása fokozódó erőfelfejtéssel. Közös egyensúlyi helyzet kialakítása.</p> <p><i>Emelések és hordások, függés- és lengésgyakorlatok:</i> Biztonságos társemelések és társhordások kivitelezése. Különböző eszközök emelése és hordása az ízületi- és gerincvédelem alapelveinek megfelelően. Cselekvésbiztos mozgás mászókötélen, bordásfalon, alacsonygyűrűn, egyéb játszótéri eszközökön.</p> <p><i>Egyensúlygyakorlatok:</i> Előre meghatározott feladatok végrehajtása különböző testrészeken</p>		<p><i>Matematika:</i> térbeli tájékozódás, síkidomok.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> tájékozódási alapismeretek.</p>

és testhelyzetekben. Szimmetrikus és aszimmetrikus helyzetek; közös súlypont megtalálása a feladatok végrehajtása során. Különböző formájú és súlyú eszközök egyensúlyban tartása.

Gurulások, átfordulások, támaszok:

Karhajlítások és nyújtások támaszhelyzetekben (testsúlymozgatások, támlázás). Haladás kéztámaszos helyzetekben. Csúszás, kúszás, mászás, átbújás; talicskázás cselekvésbiztos végrehajtása.

Dobások (gurítások) és elkapások:

Labdagörgetések, labdaterelések, gurítások és dobások változatos körülmények között. Távolságra; célra történő, pontos feladat kivitelezés. Guruló, pattanó és levegőben érkező labdák elkapása.

Rúgások, labdaátvételek lábbal: labdás koordináció. Labdaérzékelő gyakorlatok helyben és járás közben: előre, hátra, oldalra.

Labdás koordinációs gyakorlatok labdavezetéssel. Álló, guruló labda rúgása, guruló labda megállítása. Labdakontroll és labdavezetési gyakorlatok, rúgások célra.

Labdavezetések kézzel, ütések testrészrel és eszközzel:

Labdaérzékelő gyakorlatok, labdavezetés, átadások. Célra és kapura lövések, labdapattintások; labdavezetés. Puha labda és léggömb ütése.

ISMERETEK:

Mozgáskonceptiók:

A térbeli tudatosság elemei: elhelyezkedés a térben; mozgásirány; a mozgás horizontális síkjai; a mozgás végrehajtásának útvonala; a mozgás kiterjedése.

Az energiabefektetés tudatosságának elemei: idő, sebesség; erőkifejtés; lefutás, ritmus.

Kapcsolatok, kapcsolódások elemei: testrészekkel; eszközzel/eszközökkel és/vagy társsal/társakkal, szerekekkel.

Feladat-végrehajtási formák:

Foglalkoztatás jellege szerint: egyéni, páros, csoportos végrehajtás (utánzással és tükörképben is), alkotó, kreatív egyéni és kooperatív, páros, csoportos végrehajtás, szerepjátékok, szabályjátékok és feladatjátékok, népi játékok, egyszerű sportjáték-előkészítő kis játékok.

A mozgásműveltségi tartalmakon keresztül a különböző mozgáskonceptiók és foglalkoztatási formák ismerete, értelmezése, alkalmazása.

SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS:

Saját erősségek és gyengeségek felismerése. A versenyszituáció és a pozitív vagy negatív feszültség kapcsolata, felismerése. A mozgás, játék és a feszültséglevezetés kapcsolata.

A teljesítmény és kezdeményezés örömeinek megélése. Bizalom önmagában, osztálytársaiban és a tanárban. Hatékony részvétel az egyéni, páros és kooperatív játékok végrehajtásában.	
Kulcsfogalmak	Élmény, esélyegyenlőség, mozgáskonceptió, biztonság, hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgás, eszközhasználat, szabálytudat és alkalmazkodás, önismeret, önértékelés.

Tematikai egység	2.2. Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgások változatos körülmények közötti, helyes technikai kivitelezése nehezített körülmények között. A kondicionális képességek fejlesztéséhez szükséges változatos mozgássorok, feladatok, játékok megismertetése. Alkotó, egyéni és csoportos kooperatív képességfejlesztő (rövid) gyakorlatok tervezése, kivitelezése, alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely-, és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás alapkészségek).</p> <p>A kondicionális képességek fejlesztése során az alapvető mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása.</p> <p>ISMERETEK: Nyugalmi pulzus, terheléses pulzus, megnyugvás, légzés, szapora légzés, izomfáradtság.</p> <p>Az állóképesség-fejlesztés, mozgásintenzitás, pulzus, és az időtartam kapcsolata. Tapasztalatok és megfelelő gyakorlat a pulzus mérésében. Minden nap az iskolán kívül is (otthon, játszótéren) legalább 30 percet kell aktívan játszani.</p> <p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Kitartás, önkontroll, szabálykövetés, kellemetlen érzések.</p> <p>Ssaját erősségek és gyengeségek kritikus szemlélése a motoros feladatok végrehajtása során. Hajlandóság a mozgásos tevékenységek végrehajtása során kialakult belső érzések felismerésére, megosztására.</p>		<p><i>Matematika:</i> térbeli tájékozódás, síkidomok.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> tájékozódási alapismeretek.</p>
Kulcsfogalmak	Állóképesség, mozdulatgyorsaság, reakcióidő, reakciógyorsaság, nyugalmi pulzus, pihenő, önreflexió, önkontroll, önismeret.	

Tematikai egység	3.1. Természetes mozgásformák a torna jellegű feladatmegoldásokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A mozgáskoordináció fejlesztésével a helyes térérzékelés kialakítása, alkalmazása a torna mozgásanyagának felhasználásával. A tornaelemek esztétikus végrehajtása, helyes testtartásra törekvés a feladatok végrehajtása közben, „tornászós” járás. A pozitív megerősítés, a hibajavítás, a segítségadás elfogadásának megszokottá válása. A gyermektáncok tanulása közben a magyar népi kultúra iránti érdeklődés felkeltése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Guruló átfordulások előre és hátra különböző kiinduló helyzetekből különböző érkezési helyzetekbe. Spárga, híd, tarkóállás, fejjállás, kézállást előkészítő rávezető gyakorlatok /bordásfal/. Fellendülés kézállásba, zsugor fejjállás, emelés fejjállásba nyújtott lábbal, fejen átfordulási kísérletek segítővel, a tanult elemekből összeállított talajgyakorlat bemutatása. Egyensúlyozó járások padon és alacsony gerendán, járások, lépések, fordulatok gerendán, hintalépés, homorított leugrás, gyűrűn alaplendület. Lefüggés, 2-3 részes svédszekrényen függőleges repülés, átguggolás.</p> <p>Kéztámasszal a test szélességi tengelye körül forgó mozgások biztonságos végrehajtása. Páros lábról magasabb helyre felugrás. Rendezett mozgás magasabb helyről történő leugrás közben. Stabil egyensúlyi helyzetet kialakítása. Billenő mozgások elsajátítása. Igény az esztétikus, szép mozgásra.</p>		<i>Matematika:</i> számfogalom a száz-as számkörben; műveletek értelmezése; geometria, mérés, testek.
<p>ISMERETEK: Egyensúly- (gerenda) és függés- (gyűrű) gyakorlatoknál a térbeli érzékelés fontossága. Nekifutás sebességének helyes megválasztása a sikeres elrugaskodás (dobbantás) érdekében. Helyes testtartás fontossága kézállásnál. Helyes kéz és fej helyzet fejjállásnál.</p> <p>A preventív gyakorlatok ismerete és alkalmazása. Az ugródeszka helyes (sportág-specifikus) használatának ismerete.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A helyes testtartást ismerete és alkalmazása a „tornaórákon”. A testnevelés és „tornaóra” fogalmának megkülönböztetése.</p> <p>Sérülésveszélyes helyzetek elkerülése, illetve felelősség mások testi épségével szemben. Fájdalom elviselése, fájdalom tűrése. A saját teljesítőképesség határának átlépése.</p>		
Kulcsfogalmak	Gurulás, fellendülés, egyensúly- és függésgyakorlat, gyakorlatkapcsolat, tornászós testtartás és járás, esztétikus gyakorlatbemutatás, önkontroll, fájdalom- és tűréshatár, regenerálódás, határozottság.	

Tematikai egység	3.2. Természetes mozgásformák a torna jellegű feladatmegoldásokban Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az esztétikus mozgás, táncos, tornászos testtartás további javítása. A megismert táncstílusok, stílusok körének bővítése. Ismeretek bővítése az adott versenysportágak hazai és nemzetközi sikereiről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Játékos feladatok a test-, mozgás- és helyzetérzék fejlesztésére párokban. Az elsajátított tornaelemek bemutatása versenyszerűen. A torna mozgásanyagából összeállított, 3-4 elemet tartalmazó gyakorlat bemutatása versenyhelyzetben. Egyszerű sportági szabályok a versenyeken. Sportági (technikai) alapismeretek az életkori sajátosságoknak megfelelően.</p> <p>A megtanult, elsajátított tornaelemek versenyhelyzetben történő bemutatása. A tanult elemekből összeállított gyakorlatot tudja tudásának megfelelően versenyen bemutatni.</p>		<p><i>Matematika:</i> számfogalom a százaz számkörben; műveletek értelmezése; geometria, mérés, testek.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> az élő természet alapismeretei.</p>
<p>ISMERETEK: A segítségnyújtás megfelelő technikája. Pontos ismeret a gyakorlat technikájáról, a végrehajtás módjáról a biztonságos segítségnyújtás érdekében.</p> <p>A segítségnyújtás fontossága. Versenyhelyzetben a hibázás szituációjának kezelése, gyors hibajavítás, a gyakorlat folytatása.</p>		<p><i>Ének-zene:</i> magyar népi mondókák, népi gyermekjátékok, improvizáció.</p>
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Felelősség, önkontroll, szabálykövetés, szabályok betartása, szabályok alkotása, bizalom, önbizalom, stresszkezelés.</p> <p>A segítségnyújtás felismerésének felelőssége a saját és a társak biztonsága érdekében. Hatékony, a képességeknek megfelelő részvétel a csapat- és egyéni versenyeken, házi versenyeken. Önbizalom, bizalom a csapattársakban.</p>		
Kulcsfogalmak	Versenygyakorlat, versenyszabály, csapatszellem, bizalom, önkontroll.	

Tematikai egység	4.1. Természetes mozgásformák az atlétika jellegű feladatmegoldásokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A Kölyökatlétika mozgásanyagának megszerettetése minden tanulóval. Játékos, élményorientált, fejlődésközpontú koordinációfejlesztés. Az élményszerű, tudatos tanulási folyamat megtapasztalása. Az alapvető mozgáskészségek gyakorlása javul	

	mozgáspontossággal, energiabefektetéssel (gazdaságossággal), változó körülmények között, atlétikai jelleggel. Az atlétikai jellegű alapmozgások pontosságra törekvő, változatos gyakorlása.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely-, és helyzetváltató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek).</p> <p>Futógyakorlatok helyes technikai végrehajtása egyenletes vagy változó sebességgel, különböző irányokba, különböző lépésfrekvenciával és lépéstávolsággal, szabadon és akadályok felett. Ugró- és szökdelőgyakorlatok helyes technikai végrehajtása egyenletes vagy változó ugrástávolsággal, magassággal, páros és egy lábon, különböző síkokban. A lökő, hajító és vetőmozgások megismertetése célbadobással. A mozdulat és reakciógyorsaság, szem-kéz, szem-láb koordináció, továbbá az egyensúlyozás (dinamikus, statikus) fejlesztésének hangsúlyozása.</p>	<p><i>Matematika:</i> számfogalom a százaskörben; műveletek értelmezése; geometria, mérés, testek.</p>
<p>ISMERETEK: Az állórajthoz kapcsolódó vezényszavak. Különböző indulási módok az állórajtnál. A Kölyökatlétika eszközkészletének az ismerete. Az energiabefektetés tudatosságának összetevői. A dobásokhoz kapcsolódó balesetvédelmi szabályok, idő- és távolságmérés, atlétikai eszközök elnevezései. Járás és futás közti különbség. A hajítás és a lökés közti különbség. Játék és játékos jellegű atlétikai feladatok.</p> <p>A Kölyökatlétika eszközeivel változatos pályák tervezése. A vezényszavak szakszerű használata játékos helyzetekben. Távolság- és időmérés a megfelelő eszközök pontos és szakszerű használatával.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültség szabályozás, öröm.</p> <p>A tudatos tanulási folyamat során az önértékelés erősödése és annak megtapasztalása, hogy a sokoldalú atlétikai jellegű mozgások az egészség, a fokozatos fejlődés és a sportági specializáció előfeltételei.</p>	
Kulcsfogalmak	Elugrás, felugrás, dobás, lökés, hajítás, vetés, egyenletes tempó, ritmusváltás, magas térdlendítéses és saroklendítéses futás, repülési fázis, talajra érkezés, elugrás, felugrás, leugrás, karlendítés.

Tematikai egység	4.2. Természetes mozgásformák az atlétika jellegű feladatmegoldásokban	Órakeret
Előzetes tudás	Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	20 óra

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A Kölyökatlétika eszközkészletének szakszerű és élményközpontú felhasználása a kondicionális képességek fejlesztésében.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek).</p> <p>A Kölyökatlétika versenyszámaihoz kapcsolódó mozgásformák helyes technikai és biztonságos végrehajtása.</p>		<p><i>Matematika:</i> számfogalom a százaskörben; műveletek értelmezése; geometria, mérés, testek.</p>
<p>ISMERETEK: A koordinációs létra használata gyorsaság- és állóképesség-fejlesztésben. A váltóbot átadásának legegyszerűbb módja. A Kölyökatlétika versenyszámainak ismerete.</p> <p>A Kölyökatlétika versenyszámai alapján, saját pályák tervezése társ vagy tanári segítséggel.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉG: Egészséges versenyszellem, csapatmunka, saját teljesítmény, értékelés.</p> <p>Belsővé válik a versenyszituációkban való részvétel, és nem a külső motiváció az elsődleges. A saját és mások teljesítménye és erőfeszítése által elért eredmény öröme. A siker és kudarc együttes megélése.</p>		
Kulcsfogalmak	Koordinációs létra, váltóbot, gyorsaság, állóképesség, szivacsgerely, bója, gátak.	

Tematikai egység	5.1. Természetes mozgásformák a sportjátékok alapvető technikai és taktikai feladatmegoldásokban	Órakeret 50 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A játékkészség alapjainak megalapozása, sokoldalú alapozó jellegű játékos motorikus és szellemi képzés. Az alapvető labdás és labda nélküli technikai elemek elsajátítása. A labdás ügyesség magas szintű fejlesztése.</p> <p>Az élményorientált, egyenlő esélyű játékhelyzetek megélése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Alapvető manipulatív motoros készségek: labda elfogása kézzel, labda megállítása, átvétele lábbal, labda elrúgása, labda dobása egy és két kézzel, dobás talajról és felugrással, labdavezetés (kézzel és lábbal), támadási és védekezési alaphelyzet, alapmozgás, helyezkedés, cselezések, sáncolás, elzárás.</p>		<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> anyagok és alakításuk.</p> <p><i>Művészetek; vizuális kultúra:</i> vizuális kommunikáció.</p>

<p>Állandó és változó környezeti feltételek mellett labdavezetés, labdamegállítás, elfogás és továbbítás. Előre meghatározott és egyénileg improvizált feladatok a labdával, célba és különböző távolságra dobás álló helyzetből és mozgás közben is. Üres területre helyezkedés. Kapura lövések labdarúgásban és szivacskezilabdában. Kosárra dobási kísérletek alacsony gyűrűre. Kosárérintés és alkarérintés próbálkozások léggömbbel, puha labdával.</p>	
<p>ISMERETEK: A sportjátékokra jellemző, alapvető dobás- és rúgástechnikák lényeges mozzanatai. Alapvető helyezkedési formák a játéktéren (támadás, védekezés alapjai).</p> <p>A labdarúgás, kézilabdázás, kosárlabdázás alaphelyzeteinek alkalmazása. Az alapvető labdás és labda nélküli technikai elemek megfelelő helyzetben történő kiválasztása. Az egyszerű cselezési lehetőségek értelmezése.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉG: A sportjátékokhoz szükséges, személyes és szociális kompetenciák alapjai (társas kapcsolatok), továbbá az együttműködés mint a sikeres csapatmunka kulcsa.</p> <p>Érdeklődés, motiváltság a labdajátékok és a labdás gyakorlatok iránt. Az egyéni versenyek és a csapatjátékok közötti különbségek átélése.</p>	
Kulcsfogalmak	Labdavezetés, dobás, rúgás, cselezés, fegyelem, együttműködés, játékfeladat, játékszabály, helyezkedés, labdatartás, üres terület, védekezés, támadás.

Tematikai egység	5.2. Természetes mozgásformák a sportjátékok alapvető technikai és taktikai feladatmegoldásaiban	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A különféle technikai elemek összekapcsolása és játékhelyzetekben történő helyes alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: A motoros készségfejlesztés, mozgástanulás és játék mozgásműveltség tartalmának versenyhelyzetekben történő alkalmazása.</p> <p>Az elsajátított technikai elemek végrehajtása a szabályok betartásával (folyamatos játék labdával).</p>		<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat: anyagok és alakításuk.</i></p> <p><i>Művészetek; vizuális kultúra: vizuális kommunikáció.</i></p>
ISMERETEK: A sportszerjáték alapvető játékszabályai, alapvető technikai eleme és		

egyszerű taktikai megoldásai.	
Labdarúgás: a kispályás labdarúgás szabályainak alkalmazása játékokban. Szivacskezilabda: játékszabályainak alkalmazása a játékokban. Minikosárlabda, miniröplabda, illetve egyéb sportjátékszabályok ismerete. Támadó és védekező szerepek kisjátékok közben.	
SZEMÉLYISÉG: A verseny- és játékszabályok betartása, becsületes játék (fair play), győzelem-vereség. Az egészséges versenyszellem kialakulása, a csapatban való játék által a mások iránt érzett felelősség, a vereség, kudarc elviselésének képessége, a győzelem helyes megélése.	
Kulcsfogalmak	Összjáték, egyszerű technikai elem és szabály, győztes, vesztes, öröm, fair play.

Tematikai egység	6. Természetes mozgásformák az önvédelmi és küzdő feladatmegoldásokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az esést előkészítő feladatok során az esés helyes technikai végrehajtása fontosságának tudatosítása a balesetmegelőzés szempontjából. Az önszabályozás, önkontroll képességének fejlesztése az önvédelmi és küzdő mozgások gyakorlása közben.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Társtolások és -húzások különböző kiindulóhelyzetből a test különböző részeivel, változó, váltakozó erő kifejtéssel. Páros és csoportos kötélhúzások különböző kiindulóhelyzetekből. Esések és tompítások előre, hátra, oldalra. Az alapvető mozgáskészségek cselekvésbiztos használata a küzdő jellegű játékokban és játékos jellegű feladatokban.		<i>Környezetismeret:</i> testünk, életműködéseink.
ISMERETEK: A mozgásos feladatok végrehajtásának kulcselemei, a küzdés baleset-megelőzési és szabályrendszere. Küzdőjátékok, játékok páros, csoportos együttműködést feltételező, erőfejlesztő tartalommal. A mozgásos elemek helyes technikai végrehajtásának fontossága a baleset-megelőzés szempontjából.		
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Önkontroll, önreflexió, akaratgátlás, szabályok betartása, fegyelem. Annak tudatosítása a tanuló, hogy a játék segíti a feszültség		

levezetésében. Annak felismerése és megfogalmazása saját szavakkal, hogy mi okozza a legnagyobb feszültséget és örömet a küzdő feladatok végrehajtása során.	
Kulcsfogalmak	Önkontroll, küzdés, tompítás, esés, erőbedobás.

Tematikai egység	7. Természetes mozgásformák a vízbiztonságot kialakító és úszó gyakorlatokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Alkalmazkodás az új közegben történő gyakorláshoz. A szükséges magatartási és balesetvédelmi szabályrendszer kialakítása és betartása. A tanulók vízben történő biztonságos tájékozódása, vízbiztonságának és vízszeretetének megalapozása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Járások, futások a vízben, merülési gyakorlatok, vízbe ugrások, sikló és lebegési gyakorlatok, levegővétel elsajátítása, légzésszabályozást segítő gyakorlatok; ismerkedés a mélyvízzel. A mozgásműveltségi tartalmaknál felsorolt gyakorlatok élményközpontú, az életkori és fejlettségi szintnek megfelelő végrehajtása.		<i>Művészetek; vizuális kultúra: tárgy- és környezetkultúra.</i>
ISMERETEK: Uszodai rendszabályok, a vízmélységgel kapcsolatos életvédelmi tudnivalók, az úszástechnikák vezető műveleteinek ismerete, játékos úszó-, vízbeugró-, merülőgyakorlatok, vízi csapatjátékok eszközökkel, vízilabda-, illetve röplabda-jellegű labdás játékok, egyéb játékok különféle eszközökkel. Az uszoda használatához kötődő baleset- és életvédelmi szabályok maximális betartása.		
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Önbizalom és bizalom mások iránt, az úszástanulással, vízben mozgással kapcsolatos érzések kommunikációja, irányítás általi alkalmazkodás. Az önbizalom és a mások iránti bizalom kialakulása, egy másik közeg által okozott kellemes érzések során.		
Kulcsfogalmak	Csúszásveszély, lebegés, kartempó, levegővétel, lábtempó, siklás, gyorsúszás, hátúszás, krallozás, mélyvíz.	

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	A tanuló képes a helyes és cselekvésbiztos technikai végrehajtásra a testtartásjavító gimnasztikai sorok, a statikus és dinamikus törzsizom-erősítő gyakorlatok és a lábboltozat-erősítő gyakorlatok egyéni, páros,
---	---

	<p>csoportos végrehajtása során. Azonosítani tudja a biomechanikailag helyes testtartás kulcselemeit. A tanuló ismeri a gerincoszlop formáját. Felismeri a különbséget az egészséges lábnyom és a „lúdtalp” között. Ismeri a preventív jellegű gyakorlatokat.</p> <p>Elfogadja, hogy a mozgás segíti a szervezet teljesítőképességének javulását és a biomechanikailag helyes testtartás kialakulását. Azonosítani tudja a javuló teljesítmény útját az egészség érdekében. Ismeri, értelmezi és tudja alkalmazni a mozgásműveltségi tartalmakon keresztül a különböző mozgáskonceptiókat és foglalkoztatási formákat.</p> <p>Képes a teljesítmény és kezdeményezés örömeinek megélésére. Bízik önmagában, osztálytársaiban és a tanárban. Hatékonyan vesz részt az egyéni, páros és kooperatív játékok végrehajtásában. Képes a játékszabályok és a játékszerepek, illetve a játékfeladat alkalmazására.</p> <p>Ismeri a manipulatív alapkészségek mozgásmintáinak végrehajtási módjait, a vezető műveletek tanulási szempontjait. Fejlődik az eszközök biztonságos és célszerű használatában.</p> <p>Kialakul a rendszeres, fegyelmezett gyakorlás eredményeként az önálló tanulással kapcsolatos pozitív élménye. A feladat-végrehajtások során pontosságra, célszerűsége, biztonságra törekszik. A sporteszközök szabadidős használata igényévé és örömforrássá válik. A tanuló képessé válik a kondicionális képességek fejlesztése során az alapvető mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezésére, végrehajtására.</p> <p>Az állóképessége fejlesztéséhez legalább folyamatosan harminc perct mozog. Minden nap az iskolán kívül is (otthon, játszótéren) legalább 30 perct aktívan játszik mozgásos játékokat. Kritikus szemmel figyeli saját erősségeit és gyengeségeit a motoros feladatok végrehajtása során.</p> <p>Hajlandóságot mutat a mozgásos tevékenységek végrehajtása során kialakult belső érzések felismerésében, megosztásában. Biztonságosan tudjon kéztámasszal a test szélességi tengelye körül forgó mozgásokat végrehajtani.</p> <p>Felismeri felelősségét a segítségnyújtás felismerésében a saját és a társak biztonsága érdekében. A tudatos tanulási folyamat során erősödik az önértékelés és annak megtapasztalása, hogy a sokoldalú atlétikai jellegű mozgások az egészség, a fokozatos fejlődés és a sportági specializáció előfeltétele. Belsővé válik a versenyszituációkban való részvétel, és nem a külső motiváció az elsődleges. Képes a siker és kudarc együttes megélésére.</p> <p>Alkalmazza a labdarúgás, kézilabdázás, kosárlabdázás alaphelyzeteit. Képes az alapvető labdás és labda nélküli technikai elemeket megfelelő helyzetben kiválasztani. Képes az egyszerű cselezési lehetőségeket értelmezni.</p> <p>Az uszoda használatához kötődő baleset- és életvédelmi szabályokat maximálisan betartja.</p>
--	--

3–4. évfolyam

Tematikai egység	1. Prevenció, életvezetés, egészségmegőrzés	Folyamatos
Előzetes tudás	Az alapvető gimnasztikai szakkifejezések ismerete és helyes végrehajtása. A biomechanikailag helyes testtartás, a higiénia, a baleset-megelőzés és a környezettudatosság területein megszerzett elemi ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A megalapozott jövőorientált-egészségtudatos életvitel ismereteinek és gyakorlatainak továbbfejlesztése. A testi és lelki egészségért való személyes felelősség elmélyítése. A test- és térérzékelés, vagyis az önreflexió stabil megteremtése. A biomechanikailag helyes testtartás fontosságának felismerése és a gerincvédelmi gyakorlatok napi, szokásrendszerű végrehajtása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: A biomechanikailag helyes testtartást kialakító és fenntartó gyakorlatok. Aktív, mozgásos relaxációs gyakorlatok és az interaktív relaxáció gyakorlatai. Lábboltozat-erősítő gyakorlatok. Mély hátizomzat, az oldal és a has izomzatának erősítését és a törzs stabilizációját fejlesztő gyakorlatok.</p> <p>A biomechanikailag helyes testtartást kialakító és fenntartó gyakorlatok önálló alkotással és végrehajtással. Egy-egy nyújtó és erősítő hatású gyakorlat önálló végrehajtása a testtartásért felelős főbb izomcsoportokra korrekciós céllal is. Gyermekjógagyakorlatok. A progresszív relaxáció alapgyakorlatai, az autogén tréning két alapgyakorlata.</p>		<p><i>Matematika:</i> számolás, térbeli tájékozódás, összehasonlítások.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> testünk, életműködéseink; az emberi szervezet.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p>
<p>ISMERETEK: A biomechanikailag helyes testtartást, lábboltozatot és törzsizomzatot kialakító, erősítő gyakorlatok helyes technikával önállóan történő végrehajtása.</p> <p>Higiéniaival és a környezettudatossággal kapcsolatos ismeretek tudatos alkalmazása. Egyszerű sérülések kezelése.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Kritikus és kreatív gondolkodás a helytelen életviteli magatartásformákkal szemben.</p> <p>Az objektív mérések, a teljesítmény és a társas összehasonlítás által önmaga reakcióinak és saját testi és lelki határainak, korlátainak megismerése. Különböző konfliktushelyzetek kezelése.</p>		
Kulcsfogalmak	Testséma, helyes testtartás, sérülés, megelőzés, tartásos elem, mozgásos elem, stressz, feszültség, életmód, táplálkozás, fittség, edzettség, mozgásintenzitás, hajlékonyság, vélemény.	

Tematikai egység	2.1. Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros készségfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás	Az első és második évfolyamon szerzett tudás a természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgások elnevezéseinek, lényeges elemeinek ismeretében. A változatos gyakorlás során kialakult jártasság az alapvető mozgáskészségek terén. Mozgáskészségek alkalmazása játékhelyzetekben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák végrehajtásának stabilizálása készségszinten. A koordináció megmaradása változó körülmények között is a feladatok végrehajtása során. Az alap megteremtése a mozgáskészségek terén a továbblépési lehetősége, a sportág-specifikus gyakorlatok nagy intenzitású végrehajtására.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az 1–2. évfolyamon megismert helyzetekben szerzett, jártassági szinten végrehajtott alapvető hely-, helyzetváltoztató és manipulatív mozgásformáinak készségszintű végrehajtása a megszokottól eltérő és igen változatos környezeti feltételek mellett.		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. <i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. <i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek; az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.
ISMERETEK: Az első és második évfolyam megismert mozgáskonceptiók, feladat-végrehajtási formák. A megszokott szituációtól eltérő helyzetekben is a mozgásműveltségi tartalmakon keresztül a különböző mozgáskonceptiók és foglalkoztatási formák ismerete, értelmezése és alkalmazása.		
SZEMÉLYISÉG: Saját erősségek és gyengeségek felismerése. A versenyszituáció és a pozitív vagy negatív feszültség kapcsolata, felismerése. A mozgás, játék és a feszültségvezetés kapcsolata. Örömteli, érdeklődő részvétel a saját, eszközzel és társakkal végrehajtott mozgástevékenységekben. Törekvés a kommunikációs formák, jelek és szabályok betartására.		
Kulcsfogalmak	Mozgáskonceptió, biztonság, hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgás, eszközhasználat, szabálytudat és alkalmazkodás, önismeret, önértékelés.	

Tematikai egység	2.2. Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Az iskolai testnevelés órákon megszerzett mozgástapasztalat az alapvető funkcionális mozgáskészségek terén. A mozgáskonceptiók ismerete és feladatok közbeni helyes értelmezése.	

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgások változatos körülmények közti helyes technikai kivitelezése nehezített körülmények között. A kondicionális képességek fejlesztéséhez szükséges változatos mozgássorok, feladatok, játékok ismerete. Alkotó, egyéni és csoportos kooperatív képességfejlesztő (rövid) gyakorlatok tervezése, kivitelezése, alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek). A kondicionális képességek fejlesztése során a mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása.		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.
ISMERETEK: Nyugalmi pulzus, terheléses pulzus, megnyugvás, légzés, szapora légzés, izomfáradtság, reakciógyorsaság, mozdulatgyorsaság. Annak felismerése, hogy a tanár vagy a tanuló vagy a társak által tervezett feladatok melyik kondicionális képességet fejlesztik.		<i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.
SZEMÉLYISÉG: Kitartás, önkontroll, szabálykövetés, kellemetlen érzések. Képesség a szabályok keretein belüli cselekvésre és törekvés azok betartására. Képesség és fogékonyság az irányítás általi alkalmazkodásra. Képesség mozgása és akarata gátlására; képesség a késleltetésre.		<i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek; az emberi szervezet működése, energianyeresi folyamatok.
Kulcsfogalmak	Állóképesség, mozdulatgyorsaság, reakcióidő, reakciógyorsaság, nyugalmi pulzus, pihenő, önreflexió, önkontroll, önismeret.	

Tematikai egység	3.1. Természetes mozgásformák a torna jellegű feladatmegoldásokban	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Az előző évfolyamokon tanult elemek technikailag helyes végrehajtása. Az összekapcsolt mozgásformák esztétikus bemutatása. Nyújtott karú támaszhelyzet. Elemkapcsolatok, 3-4 mozgásforma összekapcsolása akár táncos formában is. Esztétikus kivitelezés. Helyes támaszhelyzetek alkalmazása a gyakorlatokban. A statikus és dinamikus elemek pontos végrehajtása. Szabályos mászó kulcsolás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önálló gyakorlás, gyakorlás párokban, társ segítségével. A tér-, izom- és egyensúlyérzék továbbfejlesztése. Esztétikus mozgásvégrehajtás fejlesztése. Gyermektáncoknál a ritmus és mozgás összehangolása, páros táncoknál a társ elfogadása, megbecsülése, alkalmazkodás a társ mozgásához.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok

<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Gurulóátfordulások előre, hátra különböző kiinduló és érkező helyzetekbe, repülési fázissal. Fejállás különböző lábtartásokkal (zárt, nyújtott, terpesz, zsugor). Híd, spárga. Fellendülés kézállásba, segítővel, vagy önállóan. Futólagos kézálláson át gurulás előre különböző érkezési helyzetekbe (nyújtott vagy zsugorulásba, állásba, guggolásba stb.). Kézenátfordulás oldalt. Hátraguruló, futólagos kézálláson át. Tigrisbukfenc. Fejen átfordulás segítővel. Kézenátfordulás oldalt. Lányok: gerenda: járások, lépések, szökkenések, fordulatok. Alacsony gerendán gurulóátfordulás előre, mérlegállás. Fiúk: gyűrű: alaplendület, lefüggés. 3–4 részes szekrényen guggoló átugrás. Önálló talajgyakorlat összeállítása, 5–6 elemkapcsolatból, táncos összekötő elemekkel, akár zenére is. Egyéni-, páros-társas gúlagyakorlatok vegyes párokban is. Kötélmászás vagy rúdmászás mászó kulcsolással. Választott zenére improvizációs-kreatív tánc összeállítása. Páros és csoportos gyermektáncok, különböző térbeli alakzatokban. Motívumismeret bővítése, az adott tánc struktúrájának egyre mélyebb megértése. Ritmusgyakorlatok egész testtel. Hely- és helyzetváltató természetes mozgásformák alkalmazása gyermektáncokban, és torna jellegű feladatmegoldásokban is. A biomechanikailag helyes testtartás kialakítását elősegítő speciális mozgások. Legyen képes a tanuló a megismert gyakorlatelemek technikailag helyes végrehajtására. A lányokban alakuljon ki az igény a nőies mozgás iránt. Legyenek képesek az elsajátított mozgáselemeket összefüggő gyakorlatban is alkalmazni. A kecses, esztétikus mozgás kialakítása.</p>	<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>
<p>ISMERETEK: Térbeli tudatosság (elhelyezkedés a térben, mozgásirány...) fontossága a torna feladatrendszerén keresztül. Tudatos energiabefektetés. Társra és eszközre vonatkozó térbeli helyzetérzékelés szerepe.</p> <p>A vállból történő lökö mozgulat jelentőségének ismerete az átfordulásoknál (fejenátfordulás, kézenátfordulás). A tornamozgások megnevezése. A tanult táncokhoz tartozó népi hagyományok ismerete.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Sérülésveszélyes helyzetek elkerülése. A tanult dalokhoz és táncokhoz kapcsolódó népi hagyományok megismerése.</p> <p>A sikeres feladatmegoldások érdekében a teljesítőképeség határainak átlépése a személyes biztonság sérülése nélkül.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Gurulás, fellendülés, emelés, lebegőtámasz, tornaelem, aerobik, néptánc, pontozás, bemutatás, szólítás, érkezés, ki-és bejelentkezés.</p>

Tematikai egység	3.2. Természetes mozgásformák a torna jellegű feladatmegoldásokban	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	A tanult tornaelemek, táncmozdulatok felismerése és végrehajtása. Változatos térirányokban tükrözés. Cselekvésbiztonság a tengelykörüli mozgásokban.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tartásos és mozgásos képességek fejlesztése. A lányoknál a nőies, szép mozgás előtérbe helyezése, esztétikus mozgásvégrehajtásra való törekvés erősítése. A gyermektáncok tanulásánál a mozgás és a ritmus iránti érzék fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az eddig tanult tartásos és mozgásos elemek fejlesztése. Támaszhelyzetek és gyakorlatok talajon. Lendületek előre, hátra. Haladás oldalirányba. Kreatív tánc különböző ritmusú zenére.</p> <p>A megtanult, elsajátított torna és tánc mozgáselemeiből összeállított gyakorlatok bemutatása, előadása versenyhelyzetekben. Fellépések kisebb közönség előtt, a versenyrutin megszerzése céljából.</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>
<p>ISMERETEK: A rendszeres testedzés hatása a szervezetre. Az edzettség és a teljesítmény a mindennapokban. A balesetek elkerülésének módjai.</p> <p>A bemutatott gyakorlatok értékelése, pontozása, a kapott értékek megbeszélése, a tanulságok levonásával.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A motoros képességek fejlesztésének tudatosítása.</p> <p>A csapatszellem fontossága. Személyes érdekek háttérbe helyezése a csapatérdekkel szemben.</p>		
Kulcsfogalmak	Gurulás, lendítés, fellendülés, kéz- és fejtámasz, elugrás, repülési fázis, lebegőtámasz, függés- és egyensúlygyakorlat, mászó kulcsolás, kreatív tánc, ritmusgyakorlat, pontozás, aerobik, tánc.	

Tematikai egység	4.1. Természetes mozgásformák az atlétika jellegű feladatmegoldásokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás	Az atlétikai jellegű mozgásformák jártasság szintű ismerete. A futó, szökdelő és dobó alapgyakorlatok változatos végrehajtása. A mozgáskonceptiók tudatos és tervszerű alkalmazása állandó és változó környezeti feltételek mellett.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az önértékelés további erősítése. Az atlétikai jellegű mozgásformák végrehajtása során a koordináció finomítása. A futó-, ugró és dobó alapképességek tudatos, célorientált fejlesztése, tudatosítása. A sokoldalú atlétikai képzés mozgásos alapjainak megteremtése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek).</p> <p>Futógyakorlatok a lépéshossz-lépésfrekvencia dinamikájának változatos alakításával, szabadon, és növekvő akadályok és kényszerítő eszközök felett. Ugróiskolai gyakorlatok, sorozatszökdélések az ugrástávolság és a magasság változtatásával. Komplex futó- és ugróiskolai gyakorlatvariációk az egyre hatékonyabb technikai kivitelezés érdekében. Vágtafutás; tartós futás különböző terepeken; változó kiindulási helyzetekből végzett rajtgyakorlatok; távolugrás-kísérletek guggoló technikával, rövid nekifutásból; magasugrás-kísérletek átlépő technikával; kislabda és egyéb eszközök hajítása 3 lépéses dobóritmusban; atlétikai dobásgyakorlatok: egy- és kétkezes hajító-, lökő- és vető mozdulatok célra, távolságra, különböző kiinduló helyzetekből, mozgásból.</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>
<p>ISMERETEK: Újszerű futó-, ugró- és dobóiskolai gyakorlatok.</p> <p>A Kölyökatlétika eszközeivel változatos pályák tervezése. Az újszerű futó-, ugró-, dobóiskolai gyakorlatok lényege.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültségszabályozás, öröm.</p> <p>Törekvés a saját gyengeségek csökkentésére. A szabályoknak megfelelő viselkedés öröme, javaslattétel újszerű szabályok alkalmazására.</p>		
Kulcsfogalmak	Futó-, ugró-, dobóiskolai gyakorlat, változatos gyakorlás, ritmusváltás, futóiskola.	

Tematikai egység	4.2. Természetes mozgásformák az atlétika jellegű feladatmegoldásokban	Órakeret
	Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	20 óra
Előzetes tudás	Az alapvető mozgáskészségek helyes technikai végrehajtása atlétikai, játékos és játékos jellegű feladatokban (Kölyökatlétika).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A Kölyökatlétika eszközkészletének szakszerű és élményközpontú felhasználása a kondicionális képességek fejlesztésében. A felnőtt atlétikai versenyszituációkkal való ismerkedés, felkészítés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák</p>		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-

(lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek). A Kölyökatlétika versenyszámaihoz kapcsolódó mozgásformák, helyes technikai és biztonságos végrehajtása.		számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.
ISMERETEK: A koordinációs létra használata gyorsaság- és állóképesség-fejlesztésben. A váltóbot átadásának legegyszerűbb módja. A Kölyökatlétika versenyszámainak ismerete. Progresszív futófeladatok. A Kölyökatlétika versenyszámai alapján saját pályák tervezése társ vagy tanári segítséggel.		<i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. <i>Környezetismeret</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Egészséges versenyszellem, csapatmunka, saját teljesítmény értékelése. Belsővé válik a versenyszituációkban való részvétel, és nem a külső motiváció az elsődleges. A saját és mások teljesítménye és erőfeszítése által elért eredmény öröme. A siker és kudarc együttes megélése.		
Kulcsfogalmak	Koordinációs létra, váltóbot, gyorsaság, állóképesség, szivacsgerely, bója, gátak.	

Tematikai egység	5.1. Természetes mozgásformák a sportjátékok alapvető technikai és taktikai feladatmegoldásaiban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 50 óra
Előzetes tudás	A sportjátékok első és második osztályában megismert alapvető manipulatív készségek, labdás és labda nélküli technikai elemek, az egyszerű támadó és védő helyzetek, valamint az alapvető szabályok ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A labdarúgás, mini kosárlabda és a (szivacs-)kézilabda játék alaptechnikáinak alkalmazása a spontán játék során is, a játék közbeni döntéshelyzetekben a legcélszerűbb mozgáscselekvés kialakítása. A taktikai gondolkodás kialakításának megkezdése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Általános technikai, taktikai tartalmak:</i> játékos passzolási és labdavezetési gyakorlatok. Cselezések. Helyezkedés. Szabályismeret. – Szabálytalan technikák (lépéshiba, labdavezetési hiba). – Az ellenféllel szembeni szabálytalanságok. – Büntetések. <i>(Szivacs)kézilabda:</i> magas és mély labdavezetés. Kétkezes mellő és felső dobás. Kapura lövés kitámasztással. Kapura lövés be- és felugrással. Lövő- és átadócselek, átemelés. Elzárások. Cselezés a dobókéz felé és azzal ellentétes irányba. 7 m-es dobás. Labdaszerzés (elütés, halászás). Kapus bázistechnika. Emberfogásos és területvédekezés. <i>(Szivacs)kézilabda játék 3+1, 5+1, 6+1 fővel.</i>		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. <i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.

<p><i>Minikosárlabda:</i> megindulás, megállás, sarkazás. Labdavezetés. Kosárra dobások álló helyből és mozgás közben. Átadási, dobó- és indulócselek. Büntető dobás. Labdaszerzés (elütés, halászás). Emberfogásos és területvédekezés. Minikosárlabda játék.</p> <p><i>Labdarúgás:</i> Labdaátvétel, labdavezetés. Rúgások társhoz és kapura belsővel, belső csüddel és teljes csüddel. Lövő- és testcselek. Büntetőrúgás. Szerelés. Kapus bázistechnika. Kispályás labdarúgás, 4:1-es felállás, rombusz alakzat.</p> <p>A tanult technikai elemek összekapcsolása, különböző irányokból és magasságokban érkező labda átvétele (kézzel illetve lábbal) után labdavezetéssel haladás, közben irányváltogatások, cselezés, majd kosárra/kapura dobás, rúgás. A gyakorlatok nagy frekvenciával történő végrehajtása. Törekvés a maximális sebességgel való kivitelezésre. Az alapvető kapuvédési technikák alkalmazása. A labdarúgás, a minikosárlabda, a (szivacs)kézilabda, valamint egyéb sportjáték-előkészítő kispályásokban és iskolai játékokban való aktív részvétel.</p>	<p><i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>
<p>ISMERETEK: Technikai elemek. Páros, hármas kapcsolatok, csapatjáték. Játékvezetői kar- és sípjelek.</p> <p>A játékhoz szükséges alapvető technikai elemek és azok végrehajtása, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formái. Az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségek. A sportjátékokban alkalmazott játékvezetői kar- és sípjelek.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉG: Ellenfél, sportszerűség, keménység, durvaság.</p> <p>A gól elérésére, az ellenfél legyőzésére való törekvés, annak tudatosulása, hogy a sportban csak ellenfelek, nem pedig ellenségek vannak. Belső motiváltság. A sportszerű viselkedés igénye, a keménység és a durvaság közötti különbség megtapasztalása, az ellenfél tisztelete, teljesítményének elismerése.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Gól, kosár, technikai elem, cselezés, dobásforma, rúgásforma, emberfogás, területvédelem, taktika, játékvezető, versenybíró, ellenfél, csapat, csapattag.</p>

<p>Tematikai egység</p>	<p>5.2. Természetes mozgásformák a sportjátékok alapvető technikai és taktikai feladatmegoldásaiban Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés</p>	<p>Órakeret 20 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A labdával mint sporteszközzel való játék élményközpontú, örömteli tapasztalata.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A különféle technikai elemek összekapcsolása és játékhelyzetekben történő helyes alkalmazása az eddigieknél magasabb szinten. Átmenet a konkrét műveleti gondolkodásból a formális műveleti gondolkodásba.</p>	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: A sportjátékokkal való ismerkedés során szerzett jártasságszintű, specifikus, az adott sportágra jellemző feladatok. A jártasságszintű sportjáték-elemek alkalmazása a nehezített, kifejezetten a kondicionális képességet fejlesztő feladatokban.		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.
ISMERETEK: Az adott sportági mozgásanyaggal fejleszthető kondicionális képességek és gyakorlataik. A különböző kondicionális képességek fejlesztésére használható speciális, sportági mozgásanyag megfelelő kiválasztása.		<i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.
SZEMÉLYISÉG: Belső motiváció, küzdés, lazítás, oldás, türés. A saját és mások teljesítményének értékelése önmagához képest.		<i>Környezetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.
Kulcsfogalmak	Fáradtság, izomláz, légszomj, szomjúság, izzadás, tehetetlenség, pihenés.	

Tematikai egység	6. Természetes mozgásformák az önvédelmi és küzdő feladatmegoldásokban	Órakeret
	Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	14 óra
Előzetes tudás	Az első és második évfolyamon szerzett húzó-toló és esés-tapasztalatok, és az alapvető mozgáskészségek terén szerzett tudatosan kontrollálható precíziós végrehajtás képessége.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az önvédelem és küzdő feladatok során szerzett pozitív tapasztalatok megerősítése a további gyakorlás céljából.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Társtolások és -húzások különböző kiindulól helyzetből a test különböző részeivel, változó, váltakozó erőkifejtéssel. Páros és csoportos kötélhúzások különböző kiindulól helyzetekből. Esések és tompításaik előre, hátra, oldalra. Az alapvető mozgáskészségek cselekvésbiztos használata a küzdő jellegű játékokban és játékos jellegű feladatokban.		<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> keleti kultúrák.
ISMERETEK: A mozgásos feladatok végrehajtásának kulcselemei, a küzdés baleset-megelőzési és szabályrendszere. Küzdőjátékok, játékok páros, csoportos együttműködést feltételező, erőfejlesztő tartalommal.		<i>Környezetismeret:</i> izmok, ízületek, anatómiai ismeretek, testi és lelki harmónia.

A mozgásos elemek helyes technikai végrehajtásának fontossága a balesetmegelőzés szempontjából.	
<p>SZEMÉLYISÉG: Önkontroll, önreflexió, akarátgátlás, szabályok betartása, fegyelem.</p> <p>Annak tudatosítása, hogy a játék segít a feszültség levezetésében. Annak felismerése és megfogalmazása saját szavaival, hogy mi okozza a legnagyobb feszültséget és örömet a küzdő feladatok végrehajtása során.</p>	
Kulcsfogalmak	Önkontroll, küzdés, tompítás, esés, erőbedobás.

Tematikai egység	7. Természetes mozgásformák a vízbiztonságot kialakító és úszógyakorlatokban Motoros képességfejlesztés, mozgástanulás és játék	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás	A vízhez szoktatás gyakorlatai, a vizes környezet balesetvédelmi és higiéniai rendszabályai. Vízbiztonság, siklás hason és háton. Tudatos levegővétel az úzás rávezető gyakorlataiban.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az uszodában szükséges magatartási, higiéniai és balesetvédelmi szabályrendszer tudatosítása, a személyes felelősség kialakítása és az uszodai szabályok betartása. Egy úszásnem (gyorsúzás vagy hátúzás) technikájának rögzítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: A hátúzás és gyorsúzás lábtempójának (krallozás) oktatása. A hátúzás kartempójának oktatása. A gyorsúzás kartempójának és légzéstechnikájának oktatása. Mély vízben végrehajtott hátúzás. A hátúzás és a gyorsúzás technikájának javítása.</p> <p>Folyamatosan haladás a hátúzás és a gyorsúzás lábtempójával, úszólap használatával. Úzás közben a stabilitás érzésének kialakulása. A lábtempó, kartempó és a levegővétel technikai végrehajtásának összekötése, folyamatos haladás közben. Legalább 50 méter folyamatos hátúzás teljesítése. A helyes kar- és lábtempó elsajátítása. Mindkét tempóhoz a levegővétel megtanulása, külön-külön. A három technikai elem összekapcsolása, gyakorlása. Fejesugrás elsajátítása.</p>		<p><i>Környezetismeret:</i> közegellenállás, a víz tulajdonságai, felhajtóerő, víz és vízszennyezés; személyi higiénia, testápolás.</p>
<p>ISMERETEK: Uszodai rendszabályok, a vízmélységgel kapcsolatos életvédelmi tudnivalók, az úzástechnikák vezető műveleteinek ismerete, játékos úzó-, vízbeugró-, merülőgyakorlatok, vízi csapatjátékok eszközökkel, vízilabda-, illetve röplabda-jellegű labdás játékok, egyéb játékok különféle eszközökkel.</p> <p>Az uszoda használatához kötődő baleset- és életvédelmi szabályok maximális betartása.</p>		

<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Önbizalom és bizalom mások iránt, az úszástanulással, vízben mozgással kapcsolatos érzések kommunikációja, irányítás általi alkalmazkodás.</p> <p>Örömmel, elkötelezettséget mutatva a mozgásműveltség fejlesztése az egészségtudatos életvezetéssel kapcsolatban. Saját és társa biztonsága érdekében az óvintézkedések alkalmazása a balesetveszély elkerülése érdekében.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Csúszásveszély, lebegés, kartempó, levegővétel, lábtempó, siklás, gyorsúszás, hátúszás, krallozás, mélyvíz.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A biomechanikailag helyes testtartást kialakító és fenntartó gyakorlatok önálló alkotással és végrehajtással. Egy-egy nyújtó és erősítő hatású gyakorlat önálló végrehajtása a testtartásért felelős főbb izomcsoportokra korrekciós céllal is. Gyermekjoga-gyakorlatok. A progresszív relaxáció alapgyakorlatai, az autogén tréning két alapgyakorlata.</p> <p>Higiéniával és a környezettudatossággal kapcsolatos ismeretek tudatos alkalmazása. Egyszerű sérülések kezelése. Önmaga reakcióinak és saját testi és lelki határainak, korlátainak megismerése. Különböző konfliktushelyzetek kezelése.</p> <p>Ismerje, értelmezze, és tudja alkalmazni a megszokott szituációtól eltérő helyzetekben is a mozgásműveltségi tartalmakon keresztül a különböző mozgáskonceptiókat és foglalkoztatási formákat. Örömmel, érdeklődve vegyen részt a saját, eszközzel és társakkal végrehajtott mozgástevékenységeiben. Törekedjen a kommunikációs formák, jelek és szabályok betartására. A kondicionális képességek fejlesztése során a mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása.</p> <p>Legyen képes a tanuló a szabályok keretein belül cselekedni, és törekedjen azok betartására. Legyen képes és fogékony az irányítás általi alkalmazkodásra. Legyen képes mozgását és akaratát gátolni; és legyen képes a késleltetésre.</p> <p>A Kölyökatlétika eszközeivel változatos pályák tervezése. Az újszerű futó-, ugró-, dobóiskolai gyakorlatok lényege.</p> <p>Törekedjen a tanuló saját gyengeségeinek csökkentésére. Élvezze a szabályoknak megfelelő viselkedés örömét, miközben javaslatokat tesz újszerű szabályok alkalmazására. Belsővé válik a versenyszituációkban való részvétel, és nem a külső motiváció az elsődleges. A saját és mások teljesítménye és erőfeszítése által elért eredmény öröme. A siker és kudarc együttes megélése.</p> <p>Ismerje a játékhoz szükséges alapvető technikai elemeket és azok végrehajtását, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formáit. Ismerje az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségeket. Ismerje a sportjátékokban alkalmazott játékvezetői kar- és sípjeleket.</p> <p>Jellemezze a gól elérésére, az ellenfél legyőzésére való törekvés, tudatosodjon, hogy a sportban csak ellenfelek, nem pedig ellenségek</p>
--	---

	<p>vannak. Belső motiváltság. A sportszerű viselkedés igénye, a keménység és a durvaság közötti különbség megtapasztalása, az ellenfél tisztelete, teljesítményének elismerése. Tudatosítsa, hogy a játék segíti a feszültség levezetésében. Ismerje fel és saját szavaival fogalmazza meg, hogy mi okozza a legnagyobb feszültséget és örömet a küzdő feladatok végrehajtása során.</p> <p>Örömmel, elkötelezettséget mutatva fejlessze mozgásműveltségét az egészségtudatos életvezetéssel kapcsolatban.</p> <p>Tudja alkalmazni saját és társa biztonsága érdekében az óvintézkedéseket a balesetveszély elkerülésének érdekében.</p>
--	--

SPORTÁGVÁLASZTÓ

A tantárgy tanulásának legfontosabb feladata és célja, hogy a gyermekeket megismertesse a sportolási lehetőségekkel, bepillantást nyújtson a sport világába, megismertessen a testedzés jelentőségével, megmutassa a különböző sportágak jellegzetességeit, hangsúlyozza a sportra, az egészséges életmódra nevelés fontosságát, felkeltse a sport iránti érdeklődést, vágyat, és segítséget adjon az egyén számára, az adottságok figyelembe vételével a legmegfelelőbb sportág tudatos kiválasztására.

A nevelés-oktatás egyik legfontosabb pontja tanítványaink mindennapos mozgásra nevelése. A mozgás örömeinek átélése mellett az akár játékosan végzett sporttevékenység, valamint a testedzés számtalan lehetőségének kihasználása során tanítványaink rendez, fegyelemhez szoknak, szabályismereteket sajátítanak el. A sportmunka erősíti, edzi a jellemet, az akaraterőt, a küzdeni tudást, kitartásra nevel, megtanítja a sportoló fiatalokat az egyéni és kisebb-nagyobb közösségek céljaiért küzdeni, így az egyéni és társas kompetenciák fejlesztését nagymértékben segíti.

A sportágválasztó elnevezésű tantárgy célja az is, hogy a fiatalok sportválasztása pontos ismereteken és tudatos döntéseken alapuljon. A tantárgy tanulása során a tanulók megismerkednek a saját, önerőből elért sikerek örömeivel, de szó esik a kudarcok, a csalódások elviselésének módozatairól is.

Egy ország, egy nemzet sportszakmai megítélése azon is múlik, hogy milyen erőket mozgat meg, mennyi munkát fektet be, mennyit áldoz a sportutánpótlás nevelésére, a tehetségek felkutatására, a jövő eredményeinek megalapozására. Ezért nagyon fontos, hogy a komolyan sportolni kívánók fiatal korban ismerkedjenek meg a sportolási lehetőségekkel, és időben kezdhessék – a változtatás esélyét is beleszöve – az egyén, a kisebb és nagyobb közösség számára is fontos sportmunkát.

1–2. évfolyam

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	Ajánlott órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	A mozgás örömeinek felfedeztetése, megismertetése, megtapasztalása. A sporttevékenység megszerettetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
– Játék a szabadban.		Ének-zene: ritmizálás.

<ul style="list-style-type: none"> – Játékos mozgásformák végzése. – Tornatermi játékok. – Szabályok megismerése. – Mozgáskoordináció, térérzékelés fejlesztése. 	<i>Környezetismeret</i>
Kulcsfogalmak	Testtartás, irány, térérzékelés, mozgás, viselkedés.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sporteszközök	Ajánlott órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Sporteszközök megismerése, kezelésük. Az eszközök szakszerű, biztonságos használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés mindennapi sporteszközökkel. – A sport egyéb eszközei. – Alap-sporteszközök megismerése, kipróbálása, használata (labda, karika, gerenda, ugrószekrény stb.). 		<i>Testnevelés és sport:</i> sporteszközök.
Kulcsfogalmak	Mozgásforma, sporteszköz, gyakorlat.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A sport és az évszakok kapcsolata	Ajánlott órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Hasonlóságok és különbségek felismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Különböző évszakokhoz kapcsolódó sportági ismeretszerzés. – Évszakhoz nem köthető sportágak. – Azonosságok és eltérések megfogalmazása. 		<i>Környezetismeret:</i> évszakok, időjárás.
Kulcsfogalmak	Téli sport, tavaszi sport, nyári sport, őszi sport, időjárás-független sporttevékenység.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Ki? Mit? Tud?	Ajánlott órakeret 10 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Ismeretszerzés a sportolás szintereiről, sportágakról, öltözékekről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok

<ul style="list-style-type: none"> – A sportolás szinterei. – Sportruházat. – Ki milyen sportágat ismer? – Új sportágak. Sport a családban, barátoknál, ismerősöknél. – Sporttevékenységek, sportöltözékek felismerése, azonosítása, megnevezése. 	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat; erkölcsstan:</i> család, barátok, közösségek.</p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> bevásárlóhelyek.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> televíziós műsorok.</p>
Kulcsfogalmak	Sportruházat, sportágsoroló.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportágválasztási lehetőségek	Ajánlott órakeret 25 óra
Előzetes tudás		
Tantárgyi fejlesztési célok	Reális énkép, önismeret kialakítása, fejlesztése. Optimális választási készség, képesség fejlesztése. Sportágválasztás az egyéni adottságok, képességek és a lehetőségek figyelembevételével.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Részvétel sportágválasztó rendezvényeken. – Próbajátékok. – Sportágak megismerése, kipróbálása. – Különböző sportágak jellemzőinek felismerése, kipróbálása. 		<i>Testnevelés és sport:</i> sportrendezvények, versenyek, edzések.
Kulcsfogalmak	Sportágválasztás, sportrendezvény, sportválasztás, próbajáték.	

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus 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 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 szintereiről, fajtáiról, sportolási lehetőségekről. A tantárgy tanulása megkönnyíti és segíti a sportágválasztást.
---	--

3–4. évfolyam

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
<ul style="list-style-type: none"> – Legkedvesebb sportélmények – élménybeszámolók. – 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	Mozgás, szárazföldi sport, vízi sport, élmény, öröm, szeretet, 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 napi tevékenységek tudatos megtervezése, kivitelezése. A korrigálás lehetőségének figyelembevétele.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Mindennapi tevékenységeink. <ul style="list-style-type: none"> – Tanulás. – Sport. – Játék. – Pihenés. Napirend, az idő beosztása.		<i>Környezetismeret;</i> <i>természetismeret:</i> iskolai elfoglaltság, szabadidős tevékenység, sport- elfoglaltság, játék. <i>Testnevelés és sport:</i> sportelfoglaltság, játék.
Kulcsfogalmak	Tervezés, megvalósítás, kötelező, szabadon választható, változtatás, lehetőség.	

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	
<ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés az élsportolókkal, a sportoló fiatalok életével. – Sportolói életutak megismerése. – Információgyűjtés a környezetben, családban, barátok között fellelhető élsportolókkal életéről. – A sportfoglaltsággal járó mindennapi tevékenység megismertetése. 		<i>Testnevelés és sport:</i> edzések, sportfórumok.	
Kulcsfogalmak	Rendszeresség, következetesség, pontosság, elfoglaltság, munka, teljesítmény.		

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	
<ul style="list-style-type: none"> – A sport mint játék. – A sport mint hobbi. – A sport mint hivatás. – A sporttevékenység fokozatainak megismerése. 		<i>Testnevelés és sport:</i> sportprogramok, fórumok.	
Kulcsfogalmak	Játék, hobbi, hivatás, elkötelezettség, példamutatás.		

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportolási lehetőségek A lehetőségek széleskörű megismerése		Ajánlott órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Testnevelésórákon, edzéseken, edzéstárogatásokon, televízióból megszerzett élmények, tapasztalatok.		
Tantárgyi fejlesztési célok	Optimális választási készség, képesség fejlesztése. Helyes önkép, önismeret kialakítása. Az egyéni adottságokhoz és a lehetőségekhez történő igazodás.		
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok	

<ul style="list-style-type: none"> – Sport a nevelési-oktatási intézményben. – Egyesületekben történő sportolás. – Sportági ajánlások. 	<i>Testnevelés és sport:</i> edzés, versenylátogatás.
Kulcsfogalmak	Lehetőség, adottság, választhatóság, 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	A sport szerepének megismertetése ez egészséges életmód kialakításában. Tudatos egészségmegőrző életmód kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Egészséges életmód kialakítása. – Az egészséges táplálkozás fontossága. – Tudatos magatartásforma, szemlélet kialakítása. 		<i>Környezetismeret;</i> <i>technika, életvitel és</i> <i>gyakorlat: egészséges</i> <i>életmód, egészséges</i> <i>táplálkozás.</i> <i>Testnevelés és sport:</i> <i>edzés.</i>
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
<ul style="list-style-type: none"> – Edzések, mérkőzések, versenyek megtekintése. – Élménybeszámolók a látottakról. – A sporteredmények eléréséhez szükséges feladatok, tennivalók megismertetése. 		<i>Testnevelés és sport</i>
Kulcsfogalmak	Edzés, mérkőzés, időtartam, fejlesztés, gyakorlás.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Olvasmányélmények Példaképek gyűjtése	Ajánlott 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
<ul style="list-style-type: none"> – 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. Nemzeti öntudatra nevelés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Híres magyar sportolók. – Helyünk, szerepünk a világban. – Dicsőségtábla készítése. 		<i>Testnevelés és sport:</i> olimpiák, Európa- bajnokságok, világbajnokságok, hazai és nemzetközi versenyek.
Kulcsfogalmak	Eredménylista, sportolói identitás, 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
<ul style="list-style-type: none"> – Hogyan válasszak sportágat? – Milyen vagyok? Önismeret. – Lehetőségek számbavétele. – 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, önismeret, alkalmasság, tehetség, alkalmazkodás.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	Sportmotivált és sportorientált magatartás kialakulása. A sport élményként való megélése. Tudatos, egészségmegőrző életformára törekvés. A nagy példaképek megismerése, ösztönző hatás a mindennapi munkára. A sportegyesületek munkájának megismerésével, a sportrendezvények látogatásával lehetőség az egyén számára legalkalmasabb sportág kiválasztására.
---	--

KÜZDELEM ÉS JÁTÉK

Tantárgyunk a hagyományos tantárgyi rendszerben a Dráma és táncnak nevezett tantárgy tananyagait és fejlesztési feladatait foglalja össze.

A dráma- és tánctanítás célja az élményen keresztül történő megértés, valamint a kommunikáció, a kooperáció, a kreativitás fejlesztése.

A dráma és tánc a közös, aktív tevékenységek élménye révén segíti elő a tanulók alkotó- és kapcsolatteremtő készségének kibontakozását, összpontosított, megtervezett munkára szoktatását, testi-térbeli biztonságának javulását, idő- és ritmusérzékének fejlődését. Hozzájárul mozgásuk harmóniájához és beszédük tisztaságához, szolgálja ön- és társismeretük gazdagodását, segíti őket az oldottabb és könnyebb kapcsolatépítésben és az önkifejezésben. Különösen alkalmas a fogékonyság, a fantázia, a koncentráció, valamint a tolerancia és az együttműködés fejlesztésére. A tanulói tevékenységek a gondolatok és érzelmek kifejezését, a drámai és színházi kifejezések formai megértését szolgálják.

A sportiskolai kerettantervben átneveztük a tantárgyat, mert úgy véltük, hogy a tárgy elnevezésével határozottabban utalhatunk sajátos funkciójára egy sportiskolai tanulási-személyiségfejlesztési folyamatban. A fantázianév nem önkényes: hiszen a dráma a cselekvés, az akciók, a konfliktusok és a konfliktusok megoldásának, a katarzisanak a művészete, ezt "játsszák" az emberiség kezdetei óta a színpadon, a játéktéren – a dráma ebben rokon az erőpróbákat jelentő sportban. A konfliktustűrés, konfliktuskezelés, az erőpróbákon való helytállás, a sportszerű kommunikáció fontos személyiségjegyek fejlesztéséhez kíván tárgyunk hozzájárulni.

A majdani sportember számára különösen fontos, hogy a ritmus, a mozgás világában otthonosan érezze magát, hiszen megannyi sportfeladat teljesítését e képesség kellő fejlettsége megkönnyíti. Ugyanígy súlyt helyezünk arra, hogy a sporttal járó küzdelem élményét, a konfliktusokat az esztétikai élmények gazdagsága segítse hatékonyan, építő, kreatív módon feldolgozni.

A célok évenként azonosak, azonban a megvalósulás minősége, a megértés mélysége fokozatosan emelkedik.

A követelmények évente – néhány téma kiemelésével – szintén azonosak.

A tantárgy célja a közösség előtti szerepvállalás természetessé tétele, ösztönzése; az emberi-társadalmi megfigyelőképesség fejlesztése; a tárgyi tudás növelése; a művészeti nevelés különböző területein a tanulók sikerélményhez juttatása. További fontos cél a figyelemfelhívás a műveltségi részterület elemeinek fontosságára és szépségére. A tárgy oktatása segítheti más műveltségi területek tanítását, lehetőséget ad ezekkel a tárgyakkal történő együttműködésre.

A tárgyat heti egy órára terveztük.

1–2. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Érzékelés, kifejezőképesség	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A testi-térbeli biztonság javítása, az idő- és ritmusérzék fejlesztése. A beszéd tisztaságának fejlesztése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Érzékszervek próbája – szaglás, ízlelés, kiválasztás szag-, illetve ízminta alapján. – Zajfajták felismerése természetes forrásból, hangfelvételtől. – Zajforrás irányának, távolságának meghatározása, hang követése. – Tapintási feladatok. – Kiválasztott hang kiszűrése zajból, azonos anyag kiválasztása anyag- (minta-) halmazból. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> kommunikáció, szerepjáték.</p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> eszközkészítés.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Tekintet üzenete: a szem a lélek tükré – jó szándék, megértés, szeretet, harag, gonoszság, ijedtség a tekintetben. – Tekintetvezetés, „szemmel tartás”. Kerüli a tekintetét. – Arc kifejezés, arcjáték: az arc közvetíti, hogy szenved, fél, boldog, aggódik, összpontosít stb. – Arcparancs, arcüzenet (utasító, hívó, helybenhagyó, néma kiáltás...). 		<p><i>Vizuális kultúra:</i> vizuális nyelv és technikák.</p>
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Bábtechnikák megismerése. – Fakanálbáb, fejre vehető kúp báb készítése, szertári kesztyűs báb mozgatása paraván nélkül és paravánnal. 		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Csoportos improvizációs játékok. – Tálcsás (titiri) báb (szertári) megismerése, papírszínház vagy árnybábjáték készítése. 		
<p><i>Megismerő- és befogadóképesség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Mondókák</i>, kiszámolók megismerése, kántálása. 		
Kulcsfogalmak	Érzékelés, megfigyelés, felismerés, emlékezet, fantázia, verbális és nonverbális kommunikáció, játék, báb, maszk, ritmus.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Együttműködés, kapcsolati kultúra	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az élményen keresztül történő megértés, valamint a kommunikáció, a kooperáció, a kreativitás fejlesztése. Összpontosított, megtervezett munkára szoktatás. Az alkotó- és kapcsolatteremtő készségek kibontakoztatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Memória- és koncentrációfejlesztő játékok. – Gesztusok: fejmozgás (helyeslés, bolgár ellenpéldával!) sablonszerű méltatlankodás, büszkeség, megalázkodás stb.). – Az összetartozás jelképes üzenete: kézfogás, baráti/segítő ölelés. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegalkotás, memoriter.</p>

– Tapintó érzékelés testünk különböző pontjain, „rajzolás” a hátra.	
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i>	
– Az összetartozás jelképes üzenete.	
– Gesztusok.	
– Kézfogás, baráti ölelés.	
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i>	
– Történelmi mese: Mátyás király egyik álruhás kalandjának eljátszása rögtönzött szöveggel.	
<i>Történetek feldolgozása:</i>	
– Néphagyományok: regölés, farsangolás, pünkösdkirályválasztás.	
– Dramatikus népszokások (lakodalmas, lucázás, betlehemezés).	
<i>Megismerő- és befogadóképesség:</i>	
– Állatmesék: ókori és újabb (pl. La Fontaine) állatmese „olvasópróbája.”	
Kulcsfogalmak	Csoportléggör, szabályalakítás, együttműködés, kapcsolat létrehozása, népszokás, mese.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Alkotó tevékenység	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az együtt megélt élmények során a megértés, az összetartozás érzésének erősítése. A kommunikációs készség, toleranciaszint, kapcsolatteremtő képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Csoportos játék és megjelenítés:</i>		<i>Magyar nyelv és irodalom:</i> népmesék. <i>Vizuális kultúra:</i> vizuális nyelv és technikák.
– Arcjátékok színesítése, grimasz-átadó játék, ízek-szagok tükröződése.		
– Korábbiak bővítése.		
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i>		
– Gyermekjátékok motívumainak szabad variálása.		
– Nyelvi játékok „hozott anyagból”.		
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i>		
– Ókori színház maszkjai.		
– Kor- és jellemkifejező maszkok.		
– Maszkok festése.		
– Rögtönzött ókori rege előadása.		
<i>Történetek feldolgozása:</i>		
– Történelmi mese: Mátyás király egyik álruhás kalandjának eljátszása rögtönzött szöveggel.		
<i>Megismerő- és befogadóképesség:</i>		
– Lovagi torna: a herold a torna szabályainak őre. A fair play		

nyomon követése. Büntetés: a lovagi páncélon lévő oroszlán farkának eltávolítása. Lovagi címerek „üzenetének” eljátszása.	
Kulcsfogalmak	Maszk, helyszín, idő, szereplő; fair play, lovagi címer, ritmus.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Befogadás, értelmezés	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás		
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A mindennapi élet és különböző történetek szituációinak közös elemzése, a nyitottság, érdeklődés és együttműködés erősítése. Részvétel a készségfejlesztő gyakorlatokban, a közös dramatizálás játékaiban, az elemző beszélgetésekben.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Érzékszervek próbája: szagló-, ízlelőpróba. – Halláspróba: hangszín érzékelése (hangszer, emberi hang és állathang). – Tapintó érzékelés testünk különböző pontjain, „rajzolás” a hátra. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegtanulás.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Közösségi játékok. Játékoskönyv szerkesztése. 		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Virtuszjátékok. – Történelmi és más eszközös és eszköznélküli virtuszjátékok megismerése és művelése. 		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Klasszikus mese dramatizálása. 		
<p><i>Megismerő- és befogadóképeség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Ókori és újabb állatmesék: Ókori és újabb (pl. La Fontaine) állatmese „olvasópróbája”. 		
<p>Kulcsfogalmak</p>		
Feldolgozás, hangszín, befogadási technika.		

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	A tanulók szívesen vegyenek részt az órákon, kapcsolódjanak be a közös gyakorlatokba, játékokba. Legyenek kezdeményezők a rögtönzéses programokban. A tanév során érintett témakörökben, első évfolyamon különösen a Néprajz... és Beszédművelés témában, második évfolyamon a Játék és Beszédművelés témában vállaljanak alkotó feladatot. A tanultakat hasznosítsák más művészeti jellegű tanulmányaikban.
---	--

3–4. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Érzékelés, kifejezőképesség	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Pontosabb mozgás-, hallás-, látáskoncentráció. Nagyobb testi-térbeli biztonság, fejlett időérzék.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A figyelem, a vizuális, motorikus és verbális emlékezet elmélyültté, tartósabbá tétele.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Mozgás változó talajon: mezítláb köveken, vízben, jégen, forró homokon. – Járás vízben, viharban, esőben, ködben, sötétben, súlytalanság elképzelt állapotában. 		<p><i>Testnevelés és sport:</i> motoros készség fejlesztése.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> vizuális nyelv és technikák.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Helyzetgyakorlatok: megjelenés-eltávozás viselkedés jegyei. Belép, megérkezik, beesik – „mikor látlak?”, búcsúzva, lelép, tűnj el. 		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Eszközös mozgás, sajátos viselet: báli, esküvői női ruha, lovagi páncél, gipszelt láb, korcsolya, különféle sporteszközök. 		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Bábtechnika, vásári bábozás. – Marionettbábok készítése, mozgatása. 		
<p><i>Megismerő- és befogadóképeség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Testtartás formálása. – A testtartás életkort, jellemet, rangot, szándékot, indulatot jellemezhet. – Jelképes testtartások. – Hősiesség, anyaság, harciasság, sportág (diszkoszvető). – A testtartás kifejező eszköz: erőt sugároz, ártatlanságot ígér, odaadásról biztosít. 		
Kulcsfogalmak	Mozgás, egyensúly, testtartás, megérkezés, eltávozás, marionettbáb.	

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Együttműködés, kapcsolati kultúra	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Fejlettebb együttműködési képesség, biztosabb mozgáskultúra. Gazdagabb ön- és emberismeret.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A mindennapi élet és különböző történetek szituációinak közös elemzése, a nyitottság, érdeklődés és együttműködés erősítése, továbbfejlesztése. Részvétel a készségfejlesztő gyakorlatokban, a közös dramatizálás játékaiban, az elemző beszélgetésekben.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok

<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A megállás testtartásának üzenete. – A mozgás megszűnése figyelemfelkeltő; „mi történt”, „eszembe jutott”, visszafordulok. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegtanulás.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Emberi kapcsolatok kommunikációja. – Néhány megjelenítendő példa: „hozzám tartozol”, „megvédelek”. 		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Ókori játékok. – Archaikus játékok, játékos versenyek megjelenítése. 		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Mese-dramaturgia. – Mesekonfliktusok, mesehősök sablon hőstettei. 		
<p><i>Megismerő- és befogadóképeség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Szabálytartó játékok. – Mozgásos játékok sportlexikonba foglalása. – Közösségi/szobajátékok gyűjtése, kipróbálása. 		
Kulcsfogalmak	<p>Játék: ókori, archaikus, verseny, szabálytartás, empátia, kooperáció, konszenzuskeresés, érzékenység, érzelmi intelligencia.</p>	

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Alkotó tevékenység	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	<p>A tanulóknak kialakult a játékbátorság, a csoporton belüli szereplésben szívesen vállalnak feladatot. Kulturális élményeik, tapasztalataik gazdagabbak.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Játékos gyakorlatok során sajátítsák el az alapvető drámai kifejezési formákat. Őrizzék meg a kezdő évek játékaiknak természetes, rögtönző technikáját némajátékokban és szöveges játékokban. A gyerekek fantáziája és kreativitása kiteljesedik a közös játékok során.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Megosztott figyelem. Beszéd kiszűrése zajból, sugárzó hő forrásának behatárolása. – Térérzékelés. Tér felmérése, „berendezés” megjegyzése, felidézése, csukott (bekötött) szemmel áthaladás a „berendezett”, megfigyelt terepen, megállás jelképes fal (jelzőkordon) előtt, hátrálás visszafelé azonos útvonalon (bekötött szemmel). 		<p><i>Testnevelés és sport:</i> motoros készség fejlesztése.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> vizuális nyelv és technikák.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Kézmozgás, kezek találkozási pontja. – A karmester, a forgalomirányító rendőr, a vívó, a masször stb.; bemutatózó, „csapj bele” kézfogás, szkanderezés, hegymászók kapaszkodnak egymás kezébe, gratuláció/díj átvétele. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegtanulás.</p>

<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Magyar bábjáték története, Vitéz László. – Állat- és bohócsmink festése, farsangi álarc, barokk álarc készítése. 	
<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Meserögtönzés: adott három kellékből. – Három szó kötelező felhasználásával mese alkotása. – Mesehősök találkozása (közös meseszöveg). 	
<p><i>Megismerő- és befogadóképesség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Szólások, közmondások gyűjtése küzdelemmel, biztatással kapcsolatban. – Kulturált indulatszavak. 	
Kulcsfogalmak	Megosztott figyelem, térérzékelés, smink, álarc, szólás, közmondás, dialógus, monológ.

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Befogadás, értelmezés	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Több közös élménnyel, kulturális és művészeti ismerettel rendelkeznek a gyerekek. Szabálytudatuk kialakult.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A gyerekek fantáziája és kreativitása kiteljesedik a közös játékok során, melyek ezáltal is erősítik közösségtudatukat, egymásrautaltságukat, toleranciaszintjüket. Részt vesznek a készségfejlesztő gyakorlatokban, a közös dramatizálás játékaiban, az elemző beszélgetésekben.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Összetett próbák. Érzékelés egyszerre két kézzel, egyidejű hallásérintés-próba. – Térérzékelés. Tér-méret becslés teremben, távolságbecslés kútba (alkalom szerint völgybe) dobott kő visszhangjából. – Terület- és űrmértékek érzékelése. 		<p><i>Testnevelés és sport:</i> motoros készség fejlesztése.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szókincsbővítés.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Helyzetváltozás. Leülés, felállás, elindulás, esés indító motívumai, változatai, üzenete. 		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Rögtönzési segédeszközök. – Rögtönzés hangkulisszára (effektek), felvett szövegre, jelmez-kellék „köré” épített történettel, relaxációs zenére. 		

<p><i>Történetek feldolgozása:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Helyzetgyakorlatok: társaságba érkezik; belopakodik; ismerjük; ki ez; már csak ez hiányzott; tartunk tőle. – Én érkezem – kik ezek, miről fecsegnek éppen, csak nem rólam?, Minek örülnek, miért szomorkodnak, jaj, csupa lány/fiú, elkéstem. 	
<p><i>Megismerő- és befogadóképesség:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Szókincsgyarapítás, beszédművelés: archaikus magyar fogalomnevek, cselekvés- és mesterségszavak gyűjtése. Régi mértékegységek. 	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Összetett próba, térérzékelés, helyváltoztatás, rögtönzési segédeszköz, szókincs, beszédművelés.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A tanulók szívesen vegyenek részt az órákon, kapcsolódjanak be a közös gyakorlatokba, játékokba. Legyenek kezdeményezők a rögtönzéses programokban. A tanév során érintett témakörökben, harmadik évfolyamon különösen a Báb és Néprajz témában, negyedik évfolyamon a Néprajz és Beszédművelés témában vállaljanak alkotó feladatot. A tanultakat hasznosítsák más művészeti jellegű tanulmányaikban.</p>
--	---

Kerettanterv a köznevelési típusú sportiskola neveléséhez-oktatásához

5–8. évfolyam bevezetése és kerettantervei:

- Bevezetés
- Kerettantervek
 - *Testnevelés és sport*
 - *Küzdelem és játék*
 - *Tanulásmódszertan (5–6. évfolyam)*
 - *Sporterkölcstan (7–8. évfolyam)*

Kerettanterv

Alapfokú nevelés-oktatás szakasza, felső tagozat, 5–8. évfolyam

Célok, feladatok

Az alapfokú nevelés-oktatás felső tagozatos szakasza szervesen folytatja az alsó tagozatos szakasz nevelő-oktató munkáját. Ez a szakasz a készségek és képességek fejlesztésével olyan pedagógiai munkát igényel, amelyben a tanulók tudásának, képességeinek, egész személyiségének fejlődése, fejlesztése áll a középpontban, figyelembe véve, hogy az oktatás és nevelés színtere nemcsak az iskola, hanem a tanulók életének és tevékenységének számos más színtere, fóruma is. Az 5–6. évfolyamon – az 1–4. évfolyamhoz hasonlóan – továbbra is az alapkészségek fejlesztése kap fő hangsúlyt. Igazodva a gyermeki gondolkodás fejlődéséhez, az életkori sajátosságokhoz figyelembe veszi, hogy a 10–12 éves tanulók gondolkodása erősen kötődik az érzékelés útján szerzett tapasztalatokhoz. Az 5–6. évfolyamokon ezért az integratív-képi gondolkodásra alapozó fejlesztés folyik, a 7–8. évfolyamon, a serdülőkor kezdetétől viszont hangsúlyossá válik az elvont fogalmi és elemző gondolkodás fejlesztése.

Az általános iskola az 1–4. évfolyamokhoz hasonlóan az 5–8. évfolyamokon is együtt neveli a különböző érdeklődésű, eltérő értelmi, érzelmi, testi fejlettségű, képességű, motivációjú, szocializáltságú, kultúrájú tanulókat. Érdeklődésüknek, képességüknek és tehetségüknek megfelelően felkészíti őket a középfokú nevelés-oktatás szakaszában történő továbbtanulásra, illetve az iskolai nevelés-oktatás szakképesítés megszerzésére felkészítő szakaszára, összességében ezzel is támogatva a társadalomba való beilleszkedést.

Nevelési-oktatási tevékenységével az iskola fejleszti a nevelési célok elérését támogató érzelmi, szociális és kognitív képességeket. Kiemelt figyelmet fordít az eredményes tanulás módszereinek, technikáinak elsajátíttatására, a tanuláshoz, a feladatokban való részvételhez szükséges kompetenciaterületek és koncentrációs képességek, akarat tulajdonságok fejlesztésére. Feladatának tekinti az egyéni adottságok, képességek megismerésén alapuló önismeret fejlesztését, a tanulók tanulási és társas motivációinak, önbizalmának növelését. Mindehhez előnyben részesíti az életszerű, valóságos problémák és feladathelyzetek teremtését az önkifejezéshez, az ismeretszerzéshez, a kísérletezéshez, a feladat- és problémamegoldáshoz.

A sportiskola feladata az egész életen át tartó, testkulturális tevékenységprofil kialakítása. Ebben a szakaszban történik a tudatos pszichomotoros cselekvőképesség kompetenciájának megalapozása, az alapvető viselkedési minták kialakítása és alkalmazása a testnevelés eszközeivel. Mindehhez nélkülözhetetlen ismeretek, meggyőződések, értékítéletek kialakítása az ember biológiai létéről és pszichikai természetéről. Az egészséges életmódra való törekvésnek belső motivációvá kell válnia. Ebben az iskolatípusban az iskolai testnevelés aktívabb szerepet vállal az önkifejezésben, az önmegvalósításban.

Fejlesztési területek – nevelési célok

Az erkölcsi nevelés

A tanuló erkölcsi gondolkodásának szintje eleinte konvencionális, rendre és fegyelemre törekszik, belátja, hogy teljesíteni kell az elvállalt kötelességeket. A szabályokat minden körülmények között be kell tartani, kivéve az olyan szélsőséges eseteket, amikor azok más társadalmi kötelezettségekkel kerülnek konfliktusba. A szakasz második felében a tanuló erkölcsi gondolkodása posztkonvencionálissá válik, vagyis belátja, hogy a törvényeket a

társadalom hozza és alakítja. Tudatosul benne, hogy az emberek különböző értékeket és véleményeket vallanak, és hogy az értékek és szabályok egy része viszonylagos. A tanuló megérti a normakövetés fontosságát, a fair play jelentőségét a sportban.

Nemzeti öntudat, hazafias nevelés

A tanuló ismeri lakóhelye és környékének népi hagyományait, valamint több, az ünnepkörökhöz köthető magyar hagyományt. Egyre rendszeresebben részt vesz szűkebb közösségében nemzeti hagyományaink ápolásában, megismer ezekhez kapcsolódó műalkotásokat. Annak érdekében, hogy erősödjön benne saját népe és kultúrája értékeihez való kötődés, megismeri azok legfontosabb értékeit, kiemelkedő személyiségeit és szimbólumait. Fel tud sorolni néhány, lakókörnyezetére jellemző sajátosságot, megismeri a hungarikum fogalmát. Ismeri nemzeti ünnepeinket, ezekhez kötődő hagyományainkat, és ezeket tantárgyi ismereteihez is kapcsolja. Kialakul benne a szülőföld, a haza és a nemzet fogalma, az ezekhez való kötődés igénye. Egyre nyitottabb más népek kultúrája iránt, ismeri, hogy Magyarországon milyen nemzetiségek és kisebbségek élnek. Ismerkedik egy-egy magyarországi nemzetiség, kisebbség kultúrájával. Ismeri az általa tanult idegen nyelvet beszélő népek kultúrájának egy-egy jelentős vonását. A tanulóban kialakul egy kép az európai kultúra értékeiről, és ismer ennek megőrzéséért munkálkodó intézményeket, programokat.

Állampolgárságra, demokráciára nevelés

A tanuló törekszik a konfliktusok feloldására, alkalmazza a konfliktuskezelés demokratikus technikáit. Nyitottá válik a társadalmi jelenségek iránt, szert téve az együttműködés képességére. Ismeri a közösségi élet sajátosságaiból fakadó korlátokat, és ennek tudatában alakítja tevékenységét. Megismerkedik az alapvető emberi, szabadság- és állampolgári jogokkal, kötelezettségekkel és az őt megillető jogok érvényesítési lehetőségeivel. Alkalmazza a méltányosságot és az erőszakmentességet biztosító technikákat a közösségben való tevékeny részvétele során. Részt vesz olyan tevékenységekben, amelyek a közösség jobbítását szolgálják.

Önismeret és a társas kapcsolati kultúra fejlesztése

A tanuló megfelelő szókinccsel rendelkezik érzelmi árnyalatok kifejezésére, képes dicsérni, és egyre több tulajdonságot meg tud nevezni. Megismeri az önmegfigyelés jelentőségét, vagyis cselekedetei, reakciói, viselkedése alapján véleményt tud mondani önmagáról, ismeri a stressz és stresszkezelés lényegét. Képes különbséget tenni a valódi és virtuális társas kapcsolatok természete között, be tud kapcsolódni különböző kisközösségekbe. Kialakul benne a személyiségének megfelelő humánus magatartás az önkritika és a környezeti visszajelzések egységében, képes elemezni, feltárni a jóra ösztönző, illetve a destruktív csoportok eltérő jellemzőit. Több szempontból is rálát egy vitás helyzetre, konfliktusra, képes vitatkozni. Felismeri társadalmi szerepeit (férfi-nő, gyerek-szülő, diák-tanár). Képes felismerni bizonyos előítéletes magatartásformákat és a sztereotípiák megnyilvánulásait.

A családi életre nevelés

A tanuló képes felismerni és megfogalmazni családban betöltött szerepeket, feladatokat, megtalálja és elvégzi a rá háruló feladatokat. Tisztában van a nemi szerepek biológiai funkcióival, társadalmi hagyományaival. Felismeri a családi élet és a párkapcsolatok során előforduló súlyos problémahelyzeteket, és ezek megoldásához megfelelő segítséget tud kérni. A szakasz végére a tanuló értéknek tekinti a gondosan kiválasztott, mély társas kapcsolatot. Tisztában van azzal, hogy a szexualitás a párkapcsolatok fontos eleme, és érti az ezzel kapcsolatos felelősséget is. Tud a pozitív és negatív családtervezés különböző lehetőségeiről,

ismeri a művi terhelemémegekzákítás lelki és fizikai veszélyeit. A tanuló alkalmazás szinten ismeri a csecsemőgondozás néhány alapvető lépését.

A testi és lelki egészségre nevelés

A tanuló fel tudja sorolni az egészséges táplálkozás néhány alapvető szabályát. Ismeri a tisztálkodással kapcsolatos alapvető szabályokat, a személyes higiéné ápolásának módjait, majd megtanulja tudatosan ápolni személyes higiénéjét. Tudja, hogy a rendszeres testmozgás és művészeti tevékenység hozzájárul lelki egészségünk megőrzéséhez, így fokozatosan kialakul az igénye ezek iránt. A tanuló (az iskola és szülei segítségével) igyekszik olyan kikapcsolódást, hobbit találni, amely hozzásegíti lelki egészségének megőrzéséhez. Ismeri az aktív pihenés fogalmát, meg tud nevezni aktív pihenési formákat. Tisztában van a feltöltődés és kikapcsolódás jelentőségével. Tudatosan figyel testi egészségére, képes szervezetének jelzéseit szavakkal is kifejezni, felelősséget érez saját testi és lelki fejlődése iránt. Ismer és alkalmaz stresszoldási technikákat, tisztában van a nem megfelelő stresszoldás következményeivel, ennek kockázataival (különösen az alkohol, a dohányzás és a drogok használatának veszélyeivel), és tudatosan kerüli ezeket. Ismeri a stressz okozta ártalmakat, a civilizációs betegségeket és ezek megelőzésének módját.

Felelősségvállalás másokért, önkéntesség

A tanulóban fokozatosan tudatosul, hogy társaival kölcsönösen egymásra vannak utalva. Bizonyos helyzetekben kérésre képes felelősséget vállalni másokért (társaiért, a környezetében élő rászorultakért), és vállalásaiért helyt is áll. Felismeri, hogy a beteg, sérült, fogyatékkal élő embereken egyes helyzetekben ő is képes segíteni. Az iskola lehetőséget biztosít arra, hogy a tanuló tapasztalatot szerezzen a fogyatékkal élőkkel való együttéléstről, amelynek során felismeri a segítő tevékenység fontosságát és szükségességét alkalmanként és a mindennapokban is.

Fenntarthatóság, környezettudatosság

A tanulóban kifejlődnek a környezetharmonikus, környezetkímélő életvezetéshez szükséges szokások, mozgósítható a környezet védelmét célzó együttes cselekvésre. Érti a mennyiségi és minőségi változás, fejlődés fogalmát, valamint, hogy a fogyasztás önmagában sem nem cél, sem nem érték. Egyre érzékenyebbé válik környezete állapota iránt, képes annak változását elemi szinten értékelni. Felismeri a mindennapi életben előforduló, a környezetet szennyező anyagokat, a környezetre káros tevékenységeket és kerüli ezeket. Képes társaival együttműködésben tudatosan, a környezeti szempontokat is figyelembe véve alakítani az iskola belső és külső környezetét. Nem hagyja figyelmen kívül személyes élettereinek kialakításában a környezetbarát módokat, előnyben részesítve a természetes, újrahasznosítható, illetve újrahasznosított anyagokat. Érzékennyé válik az anyag- és energiatakarékos életvitelre és ismeri ezek gyakorlati technikáit. Érti a fenntarthatóság fogalmát.

Pályaorientáció

A tanuló képes megfogalmazni, hogy mi érdekli őt leginkább, és felismeri, hogy érdeklődési körét, motivációját, saját adottságait mely szakmákban tudná hasznosítani. Megfelelő ismeretekkel rendelkezik a továbbtanulással, a választható iskolákkal, életutakkal kapcsolatban. Ismeri az élethosszig tartó tanulás fogalmát. Tud célokat kitűzni és jövőképet felállítani. Van önkritikája, képes különbséget tenni a társas befolyásolás és saját elképzelése között. Érti a tanulás és a karriercél elérésének összefüggéseit.

Gazdasági és pénzügyi nevelés

A tanuló történelmi ismeretei alapján felismeri a gazdasági rendszerek változását, viszonylagosságát, hibáit és fejlődését. Ismeri az unió közös fizetési eszközét, belátja, hogy az egyes országok eltérő mértékben és szerepben kapcsolódnak be a világgazdaság folyamatiba. Érzékeli az anyagi és kapcsolati tőke szerepét és értékét saját életében. Érzékeli, hogy mi a fenntartható gazdaság és hogyan valósítható ez meg globális és lokális szinten. Matematikai ismereteit alkalmazza pénzügyekkel kapcsolatos feladatokban. Képes összehasonlítani, hogy különböző országokban milyen életszínvonalon élnek az emberek, és felismer néhány összefüggést az életszínvonal, a globális problémák és a fenntarthatóság kérdései között.

Médiatudatosságra nevelés

A tanuló hatékonyan tud keresni a világhálón, kulcsszavak segítségével, majd képessé válik elektronikus gyűjtőmunkát végezni. Tisztában van a videojátékok használatának helyes mértékével. Egyre inkább tisztában van a közösségi oldalak, valamint a médiatartalmak megosztásának esetleges veszélyeivel. A közösségi oldalakon megjelenő verbális agresszió elhárítására megfelelő kommunikációs stratégiával rendelkezik. Odafigyel arra, hogy magánszférájába ne engedjen be nem kívánatos médiatartalmakat. Kialakulóban van kritikai érzéke a médiatartalmak hitelességét illetően.

A tanulás tanítása

A tanuló megismer olyan alapvető, tanulást segítő technikákat, amelyek segítségével hatékonyabbá teszi az önálló felkészülését, pl. a tanuláshoz szükséges külső (rend, fény, csend) és belső (munkakedv, jutalom, kíváncsiság, elérendő cél) feltételeket. Tud a tanult témák kapcsán tájékozódni a könyvtárban (a gyermekirodalomban, egyszerűbb kézikönyvekben) és a világhálón. Ismer tudásmegosztó és tudásépítő platformokat. Képes gondolatait, megállapításait kifejezni, nyelviileg szabatosan indokolni. A tanuló megismeri saját tanulási stílusát, ezzel hatékonyabb információfeldolgozásra képes, tudatában van, mely területeket kell fejlesztenie. Elegendő önismerettel, önértékeléssel, önbizalommal rendelkezik ahhoz, hogy megfelelő teljesítményt nyújtson, de tisztában van vele, hogy ehhez megfelelő fizikai állapotban kell lennie. Ismer olyan módszereket, amelyekkel ezt megteremtheti.

Kulcskompetenciák, kompetenciafejlesztés

Anyanyelvi kommunikáció

A tanuló képes érzéseinek, gondolatainak, véleményének kifejezésére, adott szempont szerint újrafogalmazására, mások véleményének tömör reprodukálására. Képes ismert tartalmú szövegeket biztonságosan elolvasni, értelmező hangos olvasással. Képes hallott és olvasott szöveg lényegének felidézésére, megértésére, értelmezésére. Önállóan olvas nyomtatott és elektronikus formájú irodalmi, ismeretterjesztő, publicisztikai szövegeket. Képes a szövegelemzés alapvető eljárásainak önálló alkalmazására, különböző műfajú és rendeltetésű szóbeli és írásbeli szövegek szerkezetének, jelentésrétegeinek feltárására, értelmezésére és értékelésére. Korosztályának megfelelő módon részt vesz az infokommunikációs társadalom műfajainak megfelelő információszerzésben és információátadásban. Törekszik az olvasható és pontosan értelmezhető írásbeli kommunikációra. Elsajátítja a jegyzetelés alapjait. Képes rövidebb szövegek alkotására különböző szövegtípusokban és műfajokban. Képes rövidebb szövegek összegyűjtésére, rendezésére. Gyakorlott a helyesírási kézikönyvek használatában, törekszik a normakövető helyesírásra. Képes művek önálló befogadására és ennek szöveges interpretálására. Képes egyes nem verbális természetű információk adekvát verbális leírására.

Idegen nyelvi kommunikáció

A tanuló felfedezi, megérti és alkalmazza a nyelvet vezérlő különböző szintű szabályokat, ami tudatosabbá és gyorsabbá teszi a nyelvtanulást. A beszédkészség és a hallott szöveg értése mellett törekszik a célnyelvi olvasásra és írásra is. Felfedezi a nyelvtanulás és a célnyelvi kultúra fontosságát. Próbálkozik önálló nyelvtanulási stratégiák alkalmazásával, és elindul a tudatos nyelvtanulás és az önálló nyelvhasználat útján. Megérti és használja a gyakoribb mindennapi kifejezéseket és a nagyon alapvető fordulatokat, amelyek célja a mindennapi szükségletek konkrét kielégítése. Képes egyszerű interakcióra, ha a másik személy lassan, világosan beszél és segítőkész.

Matematikai kompetencia

A tanuló képes matematikai problémák megoldása során és mindennapi helyzetekben egyszerű modellek alkotására, illetve használatára. A tanuló felismer egyszerű ok-okozati összefüggéseket, logikai kapcsolatokat, és törekszik ezek pontos megfogalmazására. Gyakorlott a mindennapi életben is használt mennyiségek becslésében, a mennyiségek összehasonlításában. A tanuló képes következtetésre épülő problémamegoldás során egyszerű algoritmusok kialakítására, követésére. A tanuló képessé válik konkrét tapasztalatok alapján az általánosításra, matematikai problémák megvitatása esetén is érvek, cáfolatok megfogalmazására, egyes állításainak bizonyítására.

Természettudományos és technikai kompetencia

A tanuló már képes felismerni a természet működési alapelveit, illetve az egyszerűbb technológiai folyamatokat és azok kapcsolatait. Egyre önállóan használja, illetve alkalmazza az alapvető tudományos fogalmakat és módszereket problémák megoldása során. Tudása és megfigyelési képességei fejlődésének köszönhetően tanári irányítás mellett, de mind önállóan hajt végre kísérleteket, megfigyeléseket, amelynek eredményeit értelmezni is tudja. Technikai ismereteit és kompetenciáit kezdetben még irányítással, majd egyre önállóan alkalmazza az iskolai és iskolán kívüli környezetben. Felismeri az emberi tevékenység környezetre gyakorolt káros hatásait, belátja, hogy erőforrásaink döntően végesek, és ezeket körültekintően, takarékosan kell hasznosítanunk. Nyitottá válik a környezettudatos gondolkodás és cselekvés iránt, képes környezettudatos döntések meghozatalára.

Digitális kompetencia

A tanuló mind motiváltabbá válik az IKT-eszközök használata iránt. Képes alapvető számítógépes alkalmazásokat (szövegszerkesztés, adatkezelés) felhasználni a tanórai és a tanórán kívüli tanulási tevékenységek során, illetve a hétköznapi életben. Egyre nagyobb biztonsággal és mind önállóan képes felhasználni a számítógép és az internet által biztosított információkat, akár megadott szempontok szerinti gyűjtőmunkában is. A megszerzett információkból irányítással, majd egyre önállóan képes összeállítani prezentációkat, beszámolókat. Ismeri az elektronikus kommunikáció (e-mail, közösségi portálok) nyújtotta lehetőségeket és használja is ezeket. Felismeri az elektronikus kommunikációban rejlő veszélyeket és törekszik ezek elkerülésére. Látja a valós és a virtuális kapcsolatok közötti különbségeket, kellő óvatossággal kezeli a világhálóról származó tartalmakat és maga is felelősséggel viszonyul a világháló használóihoz.

Szociális és állampolgári kompetencia

A tanuló nyitott más kultúrák, más népek hagyományainak, szokásainak megismerésére, megérti és elfogadja a kulturális sokszínűséget. Ismeri és helyesen használja az

állampolgársághoz kapcsolódó alapvető fogalmakat. Képes együttműködni társaival az iskolai és az iskolán kívüli életben egyaránt, önként vállal feladatokat különböző, általa választott közösségekben. Képes társai számára segítséget nyújtani ismert élethelyzetekhez kapcsolódó problémák megoldásában. Megérti és elfogadja, hogy a közösség tagjai felelősek egymásért, ennek figyelmen kívül hagyása pedig akár súlyos következményekkel is járhat. Képes megfogalmazni véleményét a közösséget érintő kérdésekben, meghallgatja és képes elfogadni mások érvelését. A magyar és az európai kultúra, illetve hagyományok megismerésével kialakul a tanulóban az országhoz, a nemzethez, az EU-hoz és általában az Európához való tartozás tudata.

Kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia

Ismert élethelyzetekben a tanuló képes mérlegelni, döntéseket hozni és felmérni döntései következményeit. Képes a korának megfelelő élethelyzetekben felismerni a számára kedvező lehetőségeket és élni azokkal. Terveket készít céljai megvalósításához, és – esetenként segítséggel - meg tudja ítélni ezek realitását. Csoportos feladathelyzetekben részt tud venni a végrehajtás megszervezésében, a feladatok megosztásában. Céljai elérésében motivált és kitartó.

Esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség

A tanuló képes korának megfelelő, különböző művészeti (zenei, irodalmi, dramatikus, képzőművészeti, fotó- és film-) élmények több szempontú befogadására, élvezetére. Képes szabad asszociációs játékokra, gondolatok, érzelmek, hangulatok kifejezésére különböző művészeti területeken alkalmazott kifejezőeszközök, módszerek, technikák alkalmazásával. Képes történetek, érzések, élmények feldolgozására különböző dramatikus, zenei, tánc- és mozgástechnikai, továbbá képzőművészeti elemek alkalmazásával. Alakulóban van önálló ízlése, és ez megnyilvánul közvetlen környezete, használati tárgyai kiválasztásában, alakításában is.

A hatékony, önálló tanulás

A tanuló rendelkezik a hatékony tanuláshoz szükséges alapvető készségekkel, azaz tud írni, olvasni, számolni, továbbá nem idegenek számára az IKT-eszközök. A tanuló képes kitartóan tanulni, a figyelmét összpontosítani, törekszik arra, hogy saját tanulását megszervezze. Képes a figyelem és a motiváció folyamatos fenntartására, elég magabiztos az önálló tanuláshoz. A tanulás iránti attitűdje pozitív. A tanuló egyre tudatosabban kezeli a saját tanulási stratégiáit, egyre gyakorlottabb abban, hogy felismerje készségeinek erős és gyenge pontjait, és hogy saját munkáját tárgyilagosan értékelje. Képes arra, hogy szükség esetén tanácsot, információt, támogatást kérjen.

Egységesség és differenciálás

A nevelési-oktatási folyamat egyszerre egységes és differenciált: megvalósítja az egyéni sajátosságokra tekintettel levő differenciálást és az egyéni sajátosságok ismeretében az egységes oktatást.

Az egyéni különbségek figyelembevételének fontos területe a tehetséggondozás, amelynek feladata, hogy felismerje a kiemelkedő teljesítményre képes tanulókat, segítse őket, hogy képességeiknek megfelelő szintű eredményeket érjenek el és alkotó egyénekké váljanak. A tanuló csak akkor képes erre, ha lehetőséget és bátorítást kap. A megfelelő oktatási módszerek, munka- és tanulásszervezési formák serkenthetik az egyéni különbségek kibontakozását. Az egyéni fejlesztési programok, a differenciálás különböző lehetőségei során

a pedagógusok megfelelő feladatokkal fejlesztik a tehetséges tanulókat, figyelik fejlődésüket, és az adott szakasznak megfelelő kihívások elé állítják őket.

A differenciált – egyéni és csoportos – eljárások biztosítják az egyes területeken alulteljesítő tanulók felzárkóztatását, a lemaradás egyéni okainak felderítésén alapuló csökkentését, megszüntetését.

A sajátos nevelési igényű tanulók eredményes szocializációját, iskolai pályafutását elősegítheti a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt történő – integrált – oktatásuk. Esetükben a tartalmi szabályozás és a gyermeki sajátosságok összhangja ugyanolyan fontos, mint más gyermekeknél. Iskolai nevelés-oktatásuknak alapvető célja a felnőtt élet sikerességét megalapozó kulcskompetenciák fejlesztése, az egész életen át tartó tanulásra való felkészítés.

A sajátos nevelési igényű tanulók nevelés-oktatása során a NAT-ban meghatározott és a kerettantervben részletezett kiemelt fejlesztési feladatok megvalósítása javarészt lehetséges, de mindenkor figyelembe kell venni az Irányelv fogyatékosági kategóriákra vonatkozó ajánlásait. Ezért a fejlesztés a számukra megfelelő tartalmak közvetítése során valósul meg és segíti a minél teljesebb önállóság elérését. A fejlesztési követelmények igazodnak a fejlődés egyéni üteméhez. A tartalmak kijelölésekor lehetőség van egyes területek módosítására, elhagyására vagy egyszerűsítésére, illetve új területek bevonására.

A sajátos nevelési igényű tanulók együttnevelésében, oktatásában, fejlesztésében részt vevő pedagógus megközelítése az elfogadás, tolerancia, empátia, és az együttneveléshez szükséges kompetenciák megléte. A pedagógus a differenciálás során figyelembe veszi a tantárgyi tartalmak – egyes sajátos nevelési igényű tanulók csoportjaira jellemző – módosulásait. Szükség esetén egyéni fejlesztési tervet készít, ennek alapján egyéni haladási ütemet biztosít. A differenciált nevelés, oktatás céljából individuális módszereket, technikákat alkalmaz; egy-egy tanulási, nevelési helyzet, probléma megoldásához alternatívákat keres. Együttműködik különböző szakemberekkel, a gyógypedagógus iránymutatásait, javaslatait beépíti a pedagógiai folyamatokba. A sajátos nevelési igényű tanulók számára szükséges többlétszolgáltatásokhoz tartozik a speciális tankönyvekhez és tanulási segédletekhez, továbbá a speciális gyógyászati, valamint tanulást, életvitelt segítő eszközökhöz való hozzáférés.

A fentiekre vonatkozó konkrét javaslatokat minden fogyatékosági területre vonatkozóan A sajátos nevelési igényű tanulók iskolai oktatásának irányelve [2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről 21. § (11) bekezdés] tartalmazza. Az Irányelv egyaránt vonatkozik a sajátos nevelési igényű tanulóknak a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt (integráltan) és a tőlük elkülönítetten (gyógypedagógiai intézményekben) történő nevelésére, oktatására.

Tantárgyi struktúra és óraszámok

Óraterv a kerettantervekhez – 5–8. évfolyam				
Tantárgy	5. évf.	6. évf.	7. évf.	8. évf.
Magyar nyelv és irodalom	4	4	3	4
Idegen nyelvek	3	3	3	3
Matematika	4	3	3	3
Erkölcstan	1	1	1	1
Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek	2	2	2	2
Küzdelem és játék (Dráma és	1	0,5	0,5	0,5

tánc) / Hon- és népismeret				
Természetismeret	2	2		
Fizika			2	1
Kémia			1	2
Biológia-egészségtan			2	1
Földrajz			1	2
Ének-zene	1	1	1	1
Vizuális kultúra	1	1	1	1
Informatika		1	1	1
Technika, életvitel és gyakorlat	1	1	1	
Testnevelés és sport*	5	5	5	5
Tanulásmódszertan	1	0,5		
Sporterkölcstan			0,5	0,5
<i>Osztályfőnöki</i>	1	1	1	1
Szabadon tervezhető órakeret	1	2	2	2
Rendelkezésre álló órakeret	28	28	31	31

*Az 5–8. évfolyamos sportiskolai Testnevelés és sport kerettanterv heti három órára készült. A további két órát – igazodva a Nemzeti alaptantervben a mindennapos testnevelésről szóló rendelkezésekhez – kiváltja a sportiskolába járó tanulók tanórán kívüli sporttevékenysége.

A kerettantervek által előírt tartalmak a tantárgyak számára rendelkezésre álló időkeret kilencven százalékát fedik le. Egy heti öt (évi 180) órás időkerettel rendelkező tantárgy kerettanterve tehát heti fél (évi 18) óra szabad időkeretet biztosít a tantárgy óraszámán belül a pedagógusnak, melyet a helyi igényeknek megfelelően a kerettanterven kívüli tantárgyi tartalommal tölthet meg.

TESTNEVELÉS ÉS SPORT

A testnevelés és sport műveltségtartalma az 5–8. évfolyamon az ismeretek tudatos bővítésével és a gondolkodási műveletek fejlesztésével párhuzamosan fejleszti a sportágspecifikus mozdulatokat. Előidézi a sportági szabályok szerinti gyakorlást, egyidejűleg megalapozza és kialakítja a tanulóknál az igényt a rendszeres délutáni szabadidős és az élsport igényeit kielégítő kulturált, magas szintű testedzés iránt. A nevelés során arra kell törekedni, hogy alakuljon ki a tanulóknál a teljes körű személyes önismeret, a testi, lelki és szellemi képességek és lehetőségek reális meghatározása. Az önálló életvitel bővülő lehetőségeivel párhuzamosan erősödjen a felelősségvállalás a saját és mások épsége, egészsége iránt. A mozgásoktatás során lehetőséget kell biztosítani a tanulók számára, hogy szervezett formában, külső kontroll mellett próbálhassák ki a verbális és nem-verbális kommunikációs csatornák által közvetített információk befogadását, analizálását, és a kapott eredmények alapján önállóan tervezhessék meg a válaszreakcióikat.

A testnevelés célja továbbá az 5–8. évfolyamon, hogy – szoros összefüggésben az 1–4. osztály számára megfogalmazott célokkal, figyelembe véve az élettani, valamint az azokkal összefüggő lélektani változásokat, amelyek ezt az életszakaszt jellemzik – támogassa a tanulók egészséges testi fejlődését, az alapvető mozgáskészségben esetlegesen még mutatkozó hiányok felszámolását; ragadja meg a koordinációs alapkészségek fejlesztési lehetőségeinek utolsó éveit, az élettani és az előképzettségéből adódó lehetőségek figyelembevételével fejlessze tovább a tanulók kondicionális képességeit. Az 1–4. osztály kezdő szakasz jellegére építve, gazdagítsa tovább a tanulók sportági mozgáskészségét, fejlessze motorikus cselekvési biztonságukat, mozgás és sportolás iránti igényüket. A kötelező tanórák és a sportórák lehetőségeinek igénybevételével sajátítsák el a tanulók legalább két sportági rendszer technikáját olyan szinten, hogy az élmény és siker forrása legyen számukra. Ismerjék meg a motorikus feladatmegoldásokban érvényesülő törvényszerűségeket, és tanuljanak meg feladatmegoldó sémákat, transzferálható cselekvési elveket. *Az egészséggel kapcsolatos feladatok:* a testi fejlődés-érés támogatása; a higiéniai szokások kialakítása, erősítése, az ellenálló képesség, edzettség fejlesztése; az ortopédiai elváltozások megelőzése, ellensúlyozása; megfelelő felkészítés a keringési és légzőrendszeri megbetegedések megelőzésére, a károsodások csökkentésére; a tanulók értsék és ismerjék a prevenció lényegét, ismerjenek relaxációs eljárásokat. *A mozgáskultúra fejlesztése:* az alapvető mozgáskészségek megfelelő szintű kialakítása, fejlesztése; az úszás elsajátítása; a kondicionálás képességének az életkorhoz és az egyéni adottságokhoz igazított fejlesztése, sokoldalú mozgástapasztalat és jól alkalmazható mozgáskészség megszerzése; a feladatmegoldáshoz, a képességfejlesztéshez és a játék-sporttevékenységhez, azok károsodás nélküli végzéséhez kapcsolódó ismeretek (szabályok, történeti vonatkozások, mechanikai-biomechanikai törvényszerűségek, feladatmegoldó sémák, egészségügyi megfontolás) megszerzése; mozgáskommunikáció. *Tanulási, játék- és sportolási élmények nyújtása:* az elsajátítás, a teljesítmény, a kollektív siker és a tevékenység öröme. *Értékes személyiségvonások fejlesztése:* a félelem leküzdése, a szabályok betartása, összpontosítás, céltartás, a nehézségek leküzdése, empátia, kudarcűrés, a természet szeretete és környezetkímélő magatartás.

Cél, hogy a tanulók tudatosan vegyenek részt testük fejlesztésében. Alkati adottságaiknak megfelelően, károsodástól mentesen következzenek be a pre-pubertás és a pubertás kori fejlődés változásai. Rendszeresen végezzenek mozgástevékenységet, hogy megfelelően fejlődjön keringési, légzési és mozgató rendszerük. Előzzék meg a testtartási rendellenességek kialakulását, kerüljék a gerincoszlopot károsító helyzeteket, mozgásokat. Egységük szilárduljon. Váljanak ellenállóvá a terhelésekkel és a megbetegedésekkel

szemben. Ismerjék a mozgástevékenységnek és a sportolásnak az egészséges életmódban betöltött szerepét, és alkalmazzák azt.

Teljesítményképes tudás szintjén birtokolják az atlétikában tanult technikákat. Sajátítsanak el egyszerűbb torna jellegű elemeket, elemkapcsolatokat. A tanult elemekből legyenek képesek összefüggő gyakorlatot végrehajtani. Tudjanak játszani két sportjátékot, ismerjék azok szabályait, és alkalmazzák a játéknak megfelelő támadási és védekezési megoldásokat. Továbbfejleszhető szinten tudják két úszásnem alaptechnikáját. Sajátítsanak el önvédelmi fogásokat. Ismerjenek meg és tudatosan alkalmazzanak cselekvési elveket, törvényszerűségeket, a rokon szerkezetű és funkciójú tevékenységekben érvényesíthető feladatmegoldó sémákat. Fejlődjenek erőben, gyorsasági erőben, állóképességben. Motorikus képességeiket fejlesszék, ez mutakozzon meg atlétikai, torna-, sportjáték-, úszás- és küzdősportbeli teljesítményeikben. Ismerjenek meg és alkalmazzanak egyszerűbb képességfejlesztő eljárásokat. Fejlődjön izomérzékenységük, ritmuskészségük, reakció- és térbeli tájékozódási képességük, labilis egyensúlyi helyzetben is biztonsággal uralják testüket.

5–6. évfolyam

Tematikai egység	1.Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros készségfejlesztés: fittség és versenyzés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Az iskolai testnevelés alsó tagozatán megszerzett mozgástapasztalat az alapvető funkcionális mozgáskészségek terén. A mozgáskonceptiók ismerete és feladatok közbeni helyes értelmezése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgások változatos körülmények közti helyes technikai kivitelezése nehezített körülmények között. A kondicionális képességek fejlesztéséhez szükséges változatos mozgássorok, feladatok, játékok ismerete.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek). A kondicionális képességek fejlesztése során a mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása.		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. <i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. <i>Természetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyeresi folyamatok.
ISMERETEK: Nyugalmi pulzus, terheléses pulzus, megnyugvás, légzés, szapora légzés, izomfáradtság, reakciógyorsaság, mozdulatgyorsaság. A tanuló felismeri, hogy a tanár vagy az általa vagy társak által tervezett feladatok melyik kondicionális képességet fejlesztik.		
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Kitartás, önkontroll, szabálykövetés, kellemetlen érzések. A tanuló legyen képes a szabályok keretein belül cselekedni és törekedjen azok betartására. Legyen képes és fogékony az irányítás általi alkalmazkodásra. Legyen képes mozgását és akaratát gátolni; és legyen képes a késleltetésre.		

Kulcsfogalmak	Állóképesség, mozdulatgyorsaság, reakcióidő, reakciógyorsaság, nyugalmi pulzus, pihenő, önreflexió, önkontroll, önismeret.
----------------------	--

Tematikai egység	2.Torna, RG, aerobik feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés: fittség, játék és versenyzés	Órakeret 52 óra
Előzetes tudás	Az előző évfolyamokban elsajátított mozgások, tornaelemek folyamatos végrehajtása. A gyakorlatok bemutatásakor az energiával tudatosan gazdálkodik a tanuló. Képes esztétikus mozgással 3–6 elemből álló gyakorlat vagy tánc bemutatására. Szekrényugrás végrehajtásánál figyel a nyújtott kartámaszra. Megőrzi egyensúlyát a forgások, fordulatok, dinamikus kar- és lábgyakorlatok közben. Kötél vagy rúdmászásnál a mászó kulcsolást sikerrel alkalmazza. Ritmikus mozgásnál törekszik a zene követésére. Segítséget ad a gyengébbeknek, a lemaradóknak. Ismerettel rendelkezik a sportág versenyrendszeréről, a pontozás szabályairól.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A mozgástanulási folyamat során a reális énkép kialakítása. A tornajellegű támasz, -függés és egyensúly-gyakorlatok cselekvésbiztonságos fejlesztése. Az ízületi mozgékonyaság arányos fejlesztése. A harmonikus „tornászos” mozgás kialakítása. Izomérzékelés, egyensúlyozó képesség, téri tájékozódó képesség fejlesztése. Kreativitás, önkifejező képesség fejlesztése. Balesetvédelmi ismeretek. Az RG és az aerobik sportágak megismertetése. Az improvizációs képesség, kreativitás fejlesztése. Koordinációs képesség, ízületi mozgékonyaság, aerob állóképesség fejlesztése. A megismert tánc típusok és táncstílusok körének bővítése. Más népek kultúrája iránti tisztelet, nemzeti öntudat fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Támaszhelyzetek, támaszgyakorlatok:</i> támlázások padon, földi gerendán, korláton. Mellső fekvőtámaszban karhajlítás, nyújtás. Gurulóátfordulások különböző kiindulási helyzetekből különböző érkezési helyzetekbe. Gurulóátfordulás hátra futólagos kézálláson át. Emelés fejjállásba különböző lábtartásokkal. Fellendülés kézállásba, kézállás különböző guruló helyzetekbe. Spárga, híd, mérlegállás. Repülő gurulóátfordulás. Kézenátfordulás oldalt mindkét irányba. 5–6 elemből önállóan összeállított talajgyakorlat. 3–4 részes svéd szekrényen/keresztben/ guggoló átugrás, zsugorkanyarlati átugrás, függőleges repülés, hosszában állított szekrényen homorított leugrás, gurulóátfordulás, terpeszátugrás. Függéshelyzetek, függés gyakorlatok: bordásfalon utánfogással haladás oldalirányban, függésben húzódkodások, haladás lefelé és felfelé. Kötélmászás mászó kulcsolással, fiúknak függeszkedési kísérletek, vándormászás. Gyűrűn: alaplendületek, zsugorlefűgés, lefűgés, homorított leugrás. <i>Egyensúlyozó gyakorlatok:</i> gerendán járások magas		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. <i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. <i>Természetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési

<p>lábujjon, érintőjárás (lépések) keringő, hármás, sasszék, szökkenések, szökdelések, fordulatok, forgások, mérlegállás, gurulóátfordulás segítővel, leugrás futólagos kézálláson át.</p> <p><i>Motoros képesség fejlesztése:</i> A talajgyakorlati elemek végrehajtásával, az elemek kombinálásával a koordinációs képesség fejlesztése. Egyensúlyérzékelés fejlesztése földi gerendán, ferde padon dinamikus és statikus feladatokkal, a váll, törzs erejének fokozása a támasz- és függésgyakorlatok alkalmazásával. A tornaszerek/gerenda, szekrény, zsámoly, trambulin/ felhasználásával játékos ügyességi feladatok végzése segíti az erőfejlesztést. Összefüggő talaj-, gerenda-, gyűrűgyakorlatok bemutatása, a gyakorlatok értékelése, pontozással.</p> <p>MOTOROSKÉSZSÉG-FEJLESZTÉS: RG LÁNYOKNAK: <i>Előkészítő mozgások:</i> az RG-re jellemző tartásos és mozgásos gyakorlategyek elsajátítása. Kar- és törzsívek, kar- és törzshullámok. <i>Fő mozgások:</i> testsúlyáthelyezések különböző irányokba, különböző kar- és törzsmozgásokkal ötvözve. <i>Járások végzése:</i> alapforma, guggoló-, lábujjon-, sarkon-, érintő-, hintajárás. Járások különböző kar-, láb- és törzsmozgásokkal kombinálva. <i>Ritmizált lépések:</i> keringő-, rida-, zárt és nyitott hármás lépés, váltólépés, különböző kar- és törzsmozgásokkal kombinálva. <i>Futások:</i> térdemelés, sarokemelés kar-, törzsmozgással, fordulatokkal kombinálva. <i>Szökdelések:</i> sarokemeléssel, térdemeléssel, öztartással, kar- illetve törzsmozgásokkal kombinálva, fordulatokkal. <i>Ugrások:</i> sorozatugrások, olló, hajlított olló, öz, hajlított öz, terpesz, bicska, összeugrások. <i>Forgások:</i> lépőforgás, fordulatok, forgások egy lábon. <i>Kötélgyakorlatok:</i> lendítések, lengetések, körzések, nyolcas körzések, áthajtások, dobások-elkapások, pörgetések különböző irányokba. AEROBIK LÁNYOKNAK, FIÚKNAK: alapállás gyakorlása, 2–4 ütemű alaplépések gyakorlása: járás, sarokérintés, támadólépés, lábujjérintés, kitörés, térdlendítés, keresztlépés. Futás, térdlendítés szökkenéssel, saroklendítés szökkenéssel, oldallendítés szökkenéssel, lábszárlendítés szökkenéssel, terpesz-zár, sasszé, harántszökdelés. Zenére történő mozgás végzése aerobiklépésekkel: egyszerű alaplépések magas ismétlődésszámmal, karmunkával, haladással. Alaplépések összekapcsolása.</p> <p>MOTOROSKÉPESÉG-FEJLESZTÉS: RG: Az ízületi mozgékonyosság, egyensúlyozó képességek fejlesztése. Az improvizációs képesség, esztétikai érzék fejlesztése. Nyújtó, erősítő hatású, állóképességet, ritmusérzéklet, ízületi mozgékonyosságot fejlesztő célgimnasztikai gyakorlatok. AEROBIK: Ritmusképesség-fejlesztés: közismert zene kitapsolása minden ütemre, minden 1. és 5. ütemre stb. Helyben járás közben</p>	<p>folyamatok.</p>
--	--------------------

<p>tapsolás, duplázva stb. A képességfejlesztés hozzájárul a fittség szervi megalapozásához. Az esztétikus, szép és nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő gyakorlatok. A hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlati szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok gyakorlása, a tanultak továbbfejlesztése. A szakkifejezések ismerete és önálló használata. A segítségadáshoz szükséges nyelvi kifejezőmód használata.</p>	
<p>ISMERETEK: A torna szaknyelvének ismerete az életkori sajátosságoknak megfelelően. A szerek biztonságos használatához szükséges ismeretek, a segítségnyújtáshoz szükséges ismeretek. Az erőfejlesztő gyakorlatok végrehajtásához szükséges ismeretek. A torna jellegű feladatmegoldásokban alkalmazott játékok céljának tudatosítása. Házi tornaversenyek rendezésének, a verseny lebonyolításának szabályai. Egyszerűsített pontozás szabályai.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A balesetmentes gyakorlás szabályainak betartása. Az egymásnak adott segítségnyújtás módjainak ismerete. Figyelem felhívása a nem megfelelő gyakorlatvégrehajtás következményeire. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.</p>	
Kulcsfogalmak	Tornászos testtartás, repülő guruló átfordulás, kézenátfordulás, zsuporkanyarlati ugrás, huszárugrás, alaplendület, lefüggés, tornaverseny, pontozás. RG, hintajárás, keringőlépés, hintalépés, ridalépés, olló, őzugrás, bicskaugrás, aerobik, aerob munkavégzés, fitnessz.

Tematikai egység	3.Atlétikai feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 52 óra
Előzetes tudás	Az alsó tagozatos testnevelés órai és a kölyökatlétikai versenyeken szerzett testi, érzelmi tapasztalatok. A siker és a kudarc értékelése, helyes kezelése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Sokoldalúan képezett, mozgásvégrehajtásaiban pontos, „számspecifikus” technikák differenciált kivitelezése. Pozitív kölyökatlétikai tapasztalatok szerzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Speciális előkészítő és célgyakorlatok a feldolgozandó anyag		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-

<p>hatékonyabb elsajátítása érdeklében (futó-, ugró- és dobóiskolák). Gyorsfutás –irambfutás –tartós futás, fokozófutás. Rajt (rajtversenyek), váltófutás, akadályfutás (álló-, guggoló-, térdelőrajt). Fel-, át-, leugrások szekrényre, ugrások helyből, sorozatugrások, szökdelő versenyek (egy-, váltott-, páros lábon). Magasugrás (verseny), távolugrás (verseny), magasugrás (átlépő technika), távolugrás (elugró vonalról). 1-2 kg-os tömött labdával hajítás, lökés, dobás, egy- és két kézzel helyből, nekifutásból – célbadobások (verseny), – kislabdahajítás távolba nekifutással, vízszintes, függőleges célba.</p> <p><i>MOTOROSKÉPESSÉG-FEJLESZTÉS – edzettség, fittség:</i> <i>Futások, rajtok:</i> Az ideg-izom kapcsolat javítása futóiskolai gyakorlatokkal, a vágtafutás teljesítményének növeléséhez. Reagálóképesség, reakciógyorsaság fejlesztése és felgyorsulási képesség fejlesztése rajtgyakorlatokkal. Mozgásátállítódás képességének fejlesztése akadályfutásokkal. <i>Ugrások, szökdelések:</i> A láb dinamikus erejének növelése ugróiskolai gyakorlatokkal (könnyű szökdelés; páros lábon és egy lábon szökdelés;), mélybe ugrásokkal.</p> <p><i>PREVENCIÓ, ÉLETVEZETÉS, EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS:</i> A tartós futás technikájának optimalizálása, valamint az egyénhez igazított tartós futás sebességének kialakítása, a szabadidőben végzett önálló gyakorlás elősegítése érdekében. A versenyhelyzet által okozott feszültségek nem rontják a testnevelés órai körülmények közötti, helyes futó-, ugró-, és dobómozdulatok technikai végrehajtását.</p>	<p>számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Természetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>
<p>ISMERETEK: A Kölyökatlétika és a „felnőtt” atlétikai versenyek lebonyolítása közötti hasonlóság és eltérés. Felismeri a Kölyökatlétika és a „felnőtt” atlétikai versenyek lebonyolítása közti különbséget és hasonlóságot.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉG: Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültségszabályozás, öröm. Ismerje fel a tanuló, hogy a szabályok kölcsönös egyetértésen alapuló társadalmi konvenciók és vegye észre a sportszerűtlen szituációkat. Alakuljon ki a tudatos edzés és a fárasztó gyakorlás vállalása a teljesítmény megtartásában és a teljesítmény növelésében.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Kölyökatlétikai verseny, „felnőtt” atlétikai verseny, izomérzékelés.</p>

Tematikai egység	4.Sportjátékok Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, verseny	Órakeret 80 óra
Előzetes tudás	Az alapvető manipulatív mozgásformák jól koordinált folyamatos végrehajtása és azok megfelelő alkalmazása térben, időben és a társsal együttműködve. Az életkori sajátosságokhoz igazított labdás és labda nélküli alapkészségekkel és kognitív képességekkel, melyek a sportjátékok mozgásanyagának bázisát képezik és megfelelő kiindulási szintet jelentenek a további sportágspecifikus fejlesztésekhez. Ismeri a tanuló a labdarúgás, kosárlabdázás és a kézilabdázás egyszerű szabályait.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A korábban elsajátított technikai elemek fejlesztése, csiszolása. A röplabda játékhoz szükséges technikai és szabályismereti tudás megalapozása. Játék közben a társ tudatos keresése a góllövés, a kosárra dobási lehetőség elérése érdekében. Cselező készsége fejlesztése, a sportjátékok gyakorlása során az anticipációs készség kezdeti kialakítása. A különböző játékhelyzetek döntéskényszerei során a legcélszerűbb mozgásválasz megtalálása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Általános technikai, taktikai tartalmak:</i> A sportágnak megfelelő alaphelyzet. Megindulás és megállás. Futás irány- és iramváltoztatással. Felugrások egy és páros lábról. Szabályismeret. – Szabálytalan technikák (lépéshiba, labdavezetési hiba). – Az ellenféllel szembeni szabálytalanságok. – Büntetések. <i>Kézilabda:</i> Magas és mély labdavezetés. Kétkezes mellső és felső dobás. Kapura lövés kitámasztással. Kapura lövés be- és felugrással. Lövő- és átadócselek, áttemelés, lefordulás. Elzárások. Cselezés a dobókéz felé és azzal ellentétes irányba. 7m-es dobás. Labdaszerzés (elütés, halászás). Kapus bázistechika. Védekezés ütközéssel, sáncolás. Emberfogásos és területvédekezés. Keresztmozgások. Kézilabda játék. <i>Kosárlabda:</i> Megindulás, megállás, sarkazás. Labdavezetés. Kosárra dobások álló helyből és mozgás közben. Átadási, dobó- és indulócselek. Büntető dobás. Labdaszerzés (elütés, halászás). Emberfogásos és területvédekezés. Kosárlabda játék. <i>Labdarúgás:</i> Labdaátvétel, labdavezetés. Rúgások társhoz és kapura belsővel, belső csüddel és teljes csüddel. Lövő és testcselek. Büntetőrúgás. Szerelés. Kapus bázistechika. Kispályás labdarúgás, 4:1-es, 5:1-es felállás, rombusz alakzat. <i>Röplabda:</i> Kosár és alkarérintés. Alsó egyenes nyitás.</p> <p>Az alapvető labda nélküli technikai elemek különböző sebességgel történő jól koordinált végrehajtása különféle kiinduló helyzetekből és lépéskombinációkból. A kondicionális és koordinációs képességek fejlesztése a sportjátékok mozgásanyagának felhasználásával. Játékok, versengések, sor- és váltóversenyek.</p> KÉZILABDA:		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Természetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>

Technika

Mély és magas labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott kézzel, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Különböző irányból és távolságból érkező labdák elkapása helyben és mozgás közben, majd pontos továbbítása levegőben és pattintott átadással is. Kapura lövések labdavezetésből és társtól kapott labdával, kitámasztással, valamint felugrással. Kapura lövések egyszerű lépéskombinációkból. Induló és testcselek alkalmazása félaktív és aktív védővel szemben. Szabályos ütközés a támadó játékosokkal. A be-, ki-, szabad- és 7m-es dobások helyes végrehajtása. A kapus alapállása, helyezkedése, védekező kézzel és lábbal.

Taktika

Támadó és védő egymáshoz viszonyított helyzete, helyezkedése. Emberfogásos, egysoros (6:0) és nyitott (5:1) területvédelem. Rendezetlen védelem elleni támadás, lerohanás. Gyors visszarendeződés a védekezésbe. Labdás és labda nélküli helycserék, keresztmozgások. Páros és hármas kapcsolatok.

KOSÁRLABDA:

Technika

Mély és magas labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott kézzel, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Rövid és hosszú indulás, megállások, egy, illetve kettő leütés után. Labdavezetésből és társtól kapott labdával megállás és sarkazás. Különböző irányból és távolságból érkező labdák elkapása helyben és mozgás közben, majd pontos továbbítása levegőben és pattintott átadással is. Fektetett dobás labdavezetésből, kapott labdával mindkét oldalról. Induló és testcselek alkalmazása félaktív és aktív védővel szemben. Büntetődobás végrehajtása.

Taktika

Emberfogásos védekezés. Védők helyezkedése a palánk és a támadó közé. Gyors ellentámadás. Páros és hármas lefutások.

LABDARÚGÁS:

Technika

Labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott lábbal, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Különböző irányból és magasságban érkező labda átvétele lábbal, combbal, mellel. Dekázás. Játékos passzolási és koordinációs feladatok csoportokban, több játékos együttműködésével, különböző (négyzet, rombusz stb.) alakzatokban. Átadások laposan és ívelten, különböző irányból érkező labda fejelése előre, oldalra. Fejelési gyakorlatok párokban. Megelőző szerelés, a labdaátvétel megakadályozása. Egyszerű cselek passzív és aktív védővel szemben. Szabadulás emberfogásból elfutással és testcsellel. Közeli és távoli kapura lövések helyből, labdavezetésből, valamint cselezés után. Alapvető kapustechnikák megismerése. Alaphelyzet, legördülés, vetődés, a labda elfogása, kirúgása, kigurítása.

Taktika

A kispályás labdarúgás felállási formáinak megismerése. Rögzített helyzetek alkalmazása a játék során.

<p>RÖPLABDA: <i>Technika</i> A kosár- és alkarérintés helyes technikájának elsajátítása gumi-, majd röplabdával, egyéni és páros gyakorlatokkal. A társ által ívelve, pontosan dobott labda fej fölé játszása, elkapása, a későbbiekben annak pontos visszajátzására való törekvéssel. A labda folyamatos levegőben tartása kosár- és alkarérintésekkel. Alkar- és kosárérintések párokban, fokozatosan nehezedő feltételek mellett. A pontatlanul érkező labdához való gyors igazodás. Alsó egyenes nyitás, alacsony és normál hálomagasságnál, meghatározott célterületekre. <i>Taktika</i> Nyitásfogadás csillagalakzatban. Forgásszabály megismerése.</p>	
<p>ISMERETEK: Technikai elemek. Páros, hármas kapcsolatok. Játékvezetői kar- és sípjelek. Bemelegítés. Taktikai megoldások. Játékszabályok. A játékhoz szükséges alapvető technikai elemek és azok végrehajtása. A hibajavítás főbb szempontjai. A labda nélküli és labdás bemelegítés sportélettani hatásának, fontosságának ismerete. A játékhoz szükséges alapvető technikai elemek és azok végrehajtása, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formái. Az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségek. A sportjátékokban alkalmazott játékvezetői kar- és sípjelek.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Énkép, önismeret, osztott figyelem, ellenfél, sportszerűség, keménység, durvaság. motiváció, felelősség, küzdőképesség; kudarc elviselése. Önellenőrzés, a saját hiba kijavítására való törekvés. A tanári hibajavítás elfogadása. Küzdőképesség, küzdeni tudás egyénileg és a társas akciókban egyaránt. Az érzelmi intelligencia fejlesztése. A kezdeményező, harcias, de sportszerű magatartás kialakítása. A sportjátékok üzése iránti motivációs bázis kialakítása. Aktív és hatékony részvétel a csapatjátékokban, megfelelő felelősségtudat. Szabálykövető magatartás. A nehézségek és a kudarcok elviselése.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Játékelem, technikai elem, cselezés, dobásforma, rúgásforma, emberfogás, területvédelem, taktika, alkarérintés, kosárérintés, nyitás, játszma, forgásszabály, labdamenet, összjáték, megelőző szerelés, ütközés, sáncolás, rövid és hosszú indulás, sarkazás, fektetett dobás, büntető/dobás/rúgás, strandröplabda, strandkézilabda, streetball, kispályás labdarúgás, nyitás, játszma, forgásszabály, labdamenet, összjáték.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A kondicionális képességek fejlesztése során a mozgáskészségek cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása. Legyen képes a tanuló a szabályok keretein belül cselekedni és törekedjen azok betartására. Legyen képes és fogékony az irányítás általi alkalmazkodásra. Legyen képes mozgását és akaratát gátolni; és legyen</p>
--	--

	<p>képes a késleltetésre. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése. A versenyhelyzet által okozott feszültségek nem rontják a testnevelés órai körülmények közötti, helyes futó-, ugró-, és dobómozdulatok technikai végrehajtását. Ismerje fel, hogy a szabályok kölcsönös egyetértésen alapuló társadalmi konvenciók és vegye észre a sportszerűtlen szituációkat. Alakuljon ki a tudatos edzés és a fárasztó gyakorlás vállalása a teljesítmény megtartásában és a teljesítmény növelésében. Ismerje a tanuló a játékhoz szükséges alapvető technikai elemeket és azok végrehajtását. A hibajavítás főbb szempontjainak ismerete. Ismerje a labda nélküli és labdás bemelegítés sportélettani hatását, fontosságát. Ismerje a játékhoz szükséges alapvető technikai elemeket és azok végrehajtását, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formáit. Ismerje az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségeket. Ismerje a sportjátékokban alkalmazott játékvezetői kar- és sípjелеket. Önellenőrzés, a saját hiba kijavítására való törekvés. A tanári hibajavítás elfogadása. Küzdőképesség, küzdeni tudás egyénileg és a társas akciókban egyaránt. Az érzelmi intelligencia fejlesztése. A kezdeményező, harcias, de sportszerű magatartás kialakítása. A sportjátékok üzése iránti motivációs bázis kialakítása. Legyen képes aktívan és hatékonyan részt venni a csapatjátékokban, legyen megfelelő a felelősségtudata. Szabálykövető magatartás. Legyen képes elviselni a nehézségeket és a kudarcot.</p>
--	---

7–8. évfolyam

Tematikai egység	1. Természetes hely- és helyzetváltoztató, manipulatív alapkészségek Motoros képességfejlesztés: fittség és versenyzés	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Az iskolai testnevelés alsó tagozatán megszerzett mozgástapasztalat az alapvető funkcionális mozgáskészségek terén. A mozgáskonceptiók ismerete és feladatok közbeni helyes értelmezése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgások változatos körülmények közti helyes technikai kivitelezése nehezített körülmények között. A kondicionális képességek fejlesztéséhez szükséges változatos mozgássorok, feladatok, játékok ismerete.	
Ismeretek, fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: Az alapvető hely- és helyzetváltoztató, manipulatív mozgásformák (lásd mozgáskészség, mozgástanulás természetes alapkészségek). A kondicionális képességek fejlesztése során a mozgáskészségek		<i>Ének-zene:</i> ritmusgyakorlatok, ritmusok.

cselekvésbiztos és helyes technikai kivitelezése, végrehajtása.	<i>Biológiat:</i> energianyerés, szénhidrátok, zsírok, állóképesség. <i>Fizika:</i> erő, gyorsaság. <i>Földrajz:</i> térképismeret. <i>Informatika:</i> táblázatok, grafikonok.
ISMERETEK: Nyugalmi pulzus, terheléses pulzus, megnyugvás, légzés, szapora légzés, izomfáradtság, reakciógyorsaság, mozdulatgyorsaság. Annak felismerése, hogy a tanár vagy az általa vagy társak által tervezett feladatok melyik kondicionális képességet fejlesztik.	
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Kitartás, önkontroll, szabálykövetés, kellemetlen érzések. A szabályok keretein belüli cselekvés, törekvés a szabályok betartására. Képesség és fogékonyság az irányítás általi alkalmazkodásra. Képesség a mozgás és akarat gátlására; képesség a késleltetésre.	
Kulcsfogalmak	Állóképesség, mozdulatgyorsaság, reakcióidő, reakciógyorsaság, nyugalmi pulzus, pihenő, önreflexió, önkontroll, önismeret.

Tematikai egység	2. Torna, RG, aerobik feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés: fittség, játék és versenyzés	Órakeret 52 óra
Előzetes tudás	Alapvető jártasság a tornamozgásokban, támasz- és függésgyakorlatokban, esetleges segítségadás mellett. Jártasság a statikus egyensúly- és dinamikus gyakorlatokban. Az aerobik lépéseket összekapcsolja a tanuló különböző kartartásokkal, mozgását a zenével összhangban végzi. RG-ben a járásokat, futásokat, szökdeléseket igyekszik helyesen végrehajtani. Felismeri a gyakorlatok bemutatása közben elkövetett hibákat, szóban ki tudja javítani. Képes balesetmentesen önállóan gyakorolni, betartja a balesetvédelmi szabályokat. Feltétel nélkül segít a gyengébbeknek, az arra rászorulóknak. Alapismeretekkel rendelkezik a sportágak versenyrendszeréről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A torna gyakorlatelemek biztonságos gyakorlása, pontos bemutatása. Helyes testtartásra törekvés, annak javítása. A test térbeli és időbeli érzékelésének tudatos kialakítása. Talajon, gerendán, gyűrűn összefüggő gyakorlat összeállítása, összekötő elemek alkalmazásával. Kreatív gondolkodás az aerobikgyakorlatok összeállításánál. A megismert tánc típusok, táncstílusok körének kibővítése, a koreográfiák, előadásmódok tudatosabbá tétele. Más népek kultúrája iránti tisztelet erősítése. Az önállóság, egymásnak nyújtott segítségadás fejlesztése a torna jellegű feladatok végrehajtásában.	
Ismeretek, fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Támaszhelyzetek, támaszgyakorlatok, támaszgrások:</i> Támlázások mellső és hátsó fekvőtámaszban előre, hátra, oldalt, haladással különböző szereken. Fekvőtámaszban karhajlítás és nyújtás. Akadályok leküzdése támaszgyakorlatokkal. Az előző évfolyamokban megtanult tornaelemek biztosabb és magasabb		<i>Ének-zene:</i> ritmusgyakorlatok, ritmusok. <i>Biológia:</i> energianyerés,

<p>szintű végrehajtása. Gurulóátfordulások, kézállás, fejállás, kézállás guruló, kézenátfordulás segítővel, fejenátfordulás, kézenátfordulás oldalt, tarkóállás, híd, spárga, mérlegállás. Összefüggő talajgyakorlat összeállítása, <i>összekötő elemek</i> alkalmazásával: különböző karemelések, kartartások, lépések (hármás, keringő, szökkenő hármáslépés), járások (érintő). Ugrások (ördög, öz, kadett, terpesz), forgások, fordulatok. A gyakorlatok végzésekor használja ki a térbeli lehetőségeket. Vetődés nyújtott ülésből vagy mellső fekvőtámaszból. 3–5 részes szekrényen a tanult ugrásformák. Hosszában állított szekrényen gurulóátfordulás, terpeszugrás. Széltében állított szekrényen zsuporkanyarlat, guggolóátugrás, terpeszátugrás. <i>Felemáskorlát</i>: támaszok, harántülés, térdfüggés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvőfüggésbe, pedzés, lendület előre- hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelepfellendülés támaszba, kelepforgás fordulat fekvőfüggésben, térdfellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvőfüggésbe, felugrás támaszba, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás. <i>Párhuzamos korlát</i>: terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámasz, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba, vetődési leugrás, kanyarlati leugrás. <i>Nyújtó</i>: kelepfelhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alálendülés, kelepforgások, térdfellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás, alugrás, nyílugrás.</p> <p>FÜGGÉSGYAKORLATOK: Akadályok leküzdése függésfeladatokkal kötélben, bordásfalon. Vándormászás, függeszkedési kísérletek. <i>Gyűrű</i>: Alaplendület, zsuporlefüggés, zsuporlefüggésből ereszkedés hátsó lefüggésbe, homorított leugrás hátra lendületből. Lányoknak érintő magas, fiúknak magas gyűrű.</p> <p>EGYENSÚLYGYAKORLATOK: <i>Gerenda</i>: magas és földi gerendán, ferdepadon. Természetes és utánozó járások, érintőjárás, hintalépés, keringőlépés, hármáslépés, fordulatok, forgások, szökkenések, szökdelések, mérlegállás, gurulóátfordulás előre, hátra, futólagos kézállás, homorított leugrás.</p> <p>AEROBIK: alaplépések, lépéskombinációk forgással, irányváltoztatással. Koreográfia készítése és bemutatása zenére. Aszimmetrikus koreográfia.</p> <p>RG: az előző évfolyamon megtanult mozgásformákhoz képest magasabb nehézségi fokú elemek tanulása. A ritmusérzék fejlesztése, önálló zeneválasztási lehetőség. Labdagyakorlatok: forgások, gurítások, elkapások. Labdavezetések változatos irányokban. A levegőben elkapások, átadások, dobások, labdatartások.</p> <p>UGRÓKÖTÉL-GYAKORLATOK: <i>Lengetések</i>: oldalt-, elől és fent lengetések. 8-as figura. <i>Kötéláthajtások</i>: egy- illetve páros lábon szökdeléssel, kötéláthajtás előre, hátra állásban, járás és futás</p>	<p>szénhidrátok, zsírok, állóképesség.</p> <p><i>Fizika</i>: erő, gyorsaság.</p> <p><i>Földrajz</i>: térképismeret.</p> <p><i>Informatika</i>: táblázatok, grafikonok.</p>
---	--

közben, helyben futás a dzsoggoláshoz hasonló lábmunkával.
Kombinációk: oldalt lengetés egyik oldalra, majd páros lábon szökdelés közben kötéláthajtás előre, ezt követően oldalt lengetés másik oldalra, ugyanez hátra kötéláthajtással. *Fordulatok:* egy oldallengetés közben 180 fokos fordulat, majd kötéláthajtás hátra a láb alatt, ezután a második fordulat, majd kötéláthajtás előre a láb alatt.

JÁTÉK: akadály- és váltóversenyek tornaszerek felhasználásával, testnevelési játékok. Játékos feladatok ugrókötéllel, kötéláthajtás közben különböző feladatok végrehajtása. Szökdelések lábtartás-cserével, sarokemeléssel, lábemeléssel. Szökdelések különböző alakzatokban, vonalban. Kötéláthajtás egyedül, párokban.

Biomechanikailag helyes testtartás kialakítását szolgáló testjavító torna. A preventív mozgásműveltség fejlesztése gyakorlati tevékenységekkel.

Törekedjen a tanuló a lebegőtámasszal történő ugrás végrehajtására. Alakuljon ki a nőies tartás (lányoknál). Ismerjék meg a gyűrűgyakorlat technikai végrehajtását. Legyenek képesek egymásnak segítséget nyújtani.

MOTOROSKÉSZSÉG-FEJLESZTÉS:

RG LÁNYOKNAK: *Előkészítő mozgások:* az RG-re jellemző tartásos és mozgásos gyakorlategyek elsajátíttatása. Kar- és törzsívek, kar- és törzshullámok. *Fő mozgások:* testsúlyáthelyezések különböző irányokba különböző kar- és törzsmozgásokkal ötvözve. *Járások végzése:* alapforma, guggoló-, lábujjon-, sarkon-, érintő-, hintajárás. Járások különböző kar-, láb- és törzsmozgásokkal kombinálva.

Ritmizált lépések: keringő-, rida-, zárt és nyitott hármás lépés, váltólépés, különböző kar- és törzsmozgásokkal kombinálva.

Futások: térdemelés, sarokemelés kar-, törzsmozgással, fordulatokkal kombinálva. *Szökdelések:* sarokemeléssel, térdemeléssel, öztartással, kar-, illetve törzsmozgásokkal kombinálva, fordulatokkal. *Ugrások:* sorozatugrások, olló, hajlított olló, öz, hajlított öz, terpesz, bicska, összeugrások. *Forgások:* lépőforgás, fordulatok, forgások egy lábon.

Kötélgyakorlatok: lendítések, lengetések, körzések, nyolcas körzések, áthajtások, dobások-elkapások, pörgetések különböző irányokba.

AEROBIK LÁNYOKNAK, FIÚKNAK:

Alapállás gyakorlása, 2–4 ütemű alaplépések gyakorlása: járás, sarokérintés, támadólépés, lábujjérintés, kitörés, térdlendítés, keresztlépés. Futás, térdlendítés szökkenéssel, saroklendítés szökkenéssel, oldallendítés szökkenéssel, lábszárlendítés szökkenéssel, terpesz-zár, sasszé, harántszökdelés. Zenére történő mozgás végzése aerobiklépésekkel: egyszerű alaplépések magas ismétlésszámmal, karmunkával, haladással. Alaplépések összekapcsolása.

<p>MOTOROSKÉPESSÉG-FEJLESZTÉS: RG: Az ízületi mozgékonyosság, egyensúlyozó képességek fejlesztése. Az improvizációs képesség, esztétikai érzék fejlesztése. Nyújtó, erősítő hatású, állóképességet, ritmusérzékenységet, ízületi mozgékonyosságot fejlesztő célgimnasztikai gyakorlatok. AEROBIK: Ritmusképesség-fejlesztés: közismert zene kitapsolása minden ütemre, minden 1. és 5. ütemre stb. Helybenjárás közben tapsolás, duplázva stb. A képességfejlesztés hozzájárul a fittség szervi megalapozásához. Az esztétikus, szép, és (lányoknál) nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő gyakorlatok. A hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok gyakorlása, a tanultak továbbfejlesztése. A szakkifejezések ismerete és önálló használata. A segítségadáshoz szükséges nyelvi kifejezőmód használata.</p>	
<p>ISMERETEK: A torna szaknyelvének ismerete az életkori sajátosságoknak megfelelően. A szerek biztonságos használatához szükséges ismeretek, a segítségnyújtáshoz szükséges ismeretek. Az erőfejlesztő gyakorlatok végrehajtásához szükséges ismeretek. A tornajellegű feladatmegoldásokban alkalmazott játékok céljának tudatosítása. Házi tornaversenyek rendezésének, a verseny lebonyolításának szabályai. Egyszerűsített pontozás szabályai. A tornához tartozó sportágak szaknyelvének ismerete, az ismeretek folyamatos bővítése. A sportág sajátosságaiból adódó speciális bemelegítés alapismerete, nyújtó, lazító gyakorlatok fontosságának felismerése a sportág által megkívánt lazaság függvényében. A mozgáshibák kijavításának fontossága, az önkontroll elősegítése. A célzatos erőfejlesztő gyakorlatok helyes kiválasztása. Az életkor szenzitív szakaszai és értelmezésük alapismeretei. A sportági versenyek rendezésével kapcsolatos ismeretek elsajátítása, alkalmazása a gyakorlatban az iskolai versenyek rendezésénél. Az egymásnak nyújtott segítségadás verbális és gyakorlati ismeretei, fontosságának felismerése. A segítségadáshoz szükséges nyelvezet alkalmazása, a hibajavítás megértése. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A balesetmentes gyakorlás szabályainak betartása Figyelem felhívása a nem megfelelő gyakorlatvégrehajtás következményeire. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Tornászos testtartás, repülő guruló átfordulás, kézenátfordulás, zsuporkanyarlati ugrás, huszárugrás, alaplendület, lefüggés, tornaverseny, pontozás. RG, hintajárás, keringőlépés, hintalépés, ridalépés, olló, őzugrás, bicskaugrás, aerobik, aerob munkavégzés, fitness.</p>

Tematikai egység	3.Atlétikai feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 52 óra
Előzetes tudás	Az alapvető manipulatív mozgásformák jól koordinált folyamatos végrehajtása és azok megfelelő alkalmazása térben, időben és a társsal együttműködve. Sokoldalúan képezett, mozgásvégrehajtásaiban pontos, „számspecifikus” technikák differenciált kivitelezése. Pozitív kőlyökatlétikai tapasztalatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Szökdelő-iskola:</i> haladó szökdelések és azok változatai. Indián szökdelés. Sorozatugrások helyből. Fel- és leugrások zsámolyon. Fel- és leugrások 3 részes ugrószekrényre. Átugrások zsámolyokon. Lépcsőzés. <i>Ugrások:</i> távolugrás rövid, néhány lépéses nekifutásból bal, illetve jobb lábról, elugró zónából. Távolugrás versenyek néhány lépéses nekifutásból, bal, illetve jobb lábról, elugró zónából. Magasugrás néhány lépés nekifutásból átlépő technikával, bal, illetve jobb lábról.</p> <p><i>Futóiskolai feladatok:</i> Taposófutás, taposófutás haladással előre, hátra, térdemeléssel futás, térdemeléssel futás előre, hátra, sarokemeléssel futás előre, hátra, dzsoggolás, egyik láb térdemelés, míg a másik sarokemelést végez; térdemeléssel futás jobb vagy bal kézben nehezéssel, sarokemeléssel futás jobb vagy bal lábon nehezéssel feladatok. Kétkezes dobások 2, 3 kilogrammos medicinlabdával, haladással. Egykezes dobások 1 kilogrammos medicinlabdával távolságra. Lökések 1 kilogrammos labdával. Vetések 3 kilogrammos labdával. A törzs erősítése a nagy erő kifejtéssel járó dobómozgások végrehajtásához. 2500 méter 13 perc alatti teljesítése.</p>		<p><i>Ének-zene:</i> ritmusok, ritmusgyakorlatok.</p> <p><i>Biológia:</i> energianyerés, szénhidrátok, zsírok, állóképesség, erő, gyorsaság.</p> <p><i>Földrajz:</i> térképismeret.</p> <p><i>Informatika:</i> táblázatok, grafikonok.</p>
<p>ISMERETEK: Az atlétikai mozgások helyes technikai kivitelezése. Versenyszabályok. A sprintfutások versenyszabályai, az aerob állóképesség fejlesztésének lehetőségei.</p>		
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültség szabályozás, öröm. A szabálykövető magatartás jelentőségének tudatosítása az atlétikai versenyek alkalmával.</p>		
Kulcsfogalmak	Szabálykövetés, önreflexió, akaraterő, nemek közti különbség.	

Tematikai egység	4. Sportjátékok Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 80 (4x11x2)
Előzetes tudás	A sportjátékok mozgásanyagában való jártasság, alapvető taktikáik és szabályaik olyan szintű ismerete, amely képessé teszi a tanulót arra, hogy azokat versenyszituációkban alkalmazza. Sportszerűen játszik. A sportjátékokhoz szükséges labdás és labda nélküli alapkészségek, ezek játékhelyzetekben való alkalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A sportjátékok megszerettetése. Az együttműködési és kommunikációs képesség fejlesztése, a megtanult technikai elemek, mozgáskészségek változó körülmények közötti hatékony alkalmazása. Mérkőzés-szituációk megtapasztalása. A taktikai gondolkodás folyamatos fejlesztése. A sportjátékok élményközpontú felhasználása a kondicionális képességek fejlesztésében. Legyen igénye a tanulónak a tanórán kívüli sportjátékok űzésére is. A korábban elsajátított technikai elemek további fejlesztése, csiszolása. A játéktudás bővítése. A sportjátékok űzéséhez szükséges motoros képességek folyamatos fejlesztése. Játék közben a társ tudatos keresése a góllövés, a kosárra dobási lehetőség elérése érdekében. Cselezőkészség fejlesztése, a sportjátékok gyakorlása során az anticipációs készség fejlesztése. A különböző játékhelyzetek döntéskényszerei során a legcélszerűbb mozgásválasz találása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: A megismert technikai elemek és taktikai megoldások alkalmazása a különféle játékok során. Iskolai és népi játékok, sportjátékok. A 6. osztály befejezéséig elsajátított sportjáték mozgásműveltségi tartalmak, melyek az alábbiakkal egészülnek ki: KÉZILABDA: talajfogás (kicsúszás, kigurulás). Bedőléses, bevetődéses lövés. Kanyarított lövés. Felső elhajlásos lövés. Kapura ívelés. Szélső, beálló játék. Húzás. Kapu szemafor technika. KOSÁRLABDA: tempódobás. Hárompontos dobás. Lepattanó labda megszerzése. LABDARÚGÁS: test-test elleni küzdelem. Becsúszó szerelés. Kapustechnikák (öklözés). 1:3:1 és a 2:1:2 felállási formák. RÖPLABDA: felső egyenes nyitás. Nyitásfogadás. Feladó játék. Sáncolás. Leütés. A kondicionális és koordinációs képességek az életkori sajátosságoknak megfelelő további fejlesztése a sportjátékok mozgásanyagának felhasználásával. Játékok, versengések, sor- és váltóversenyek. A tanulók kondicionális és koordinációs képességeihez igazított labda nélküli és labdás készségeinek csiszolása, fejlesztése. A korábbi évek gyakorlatainak tökéletesebb, energikusabb végrehajtása. KÉZILABDA: <i>Technika</i> Mély, majd fokozatosan egyre magasabb súlyponti helyzetből a		<i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. <i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. <i>Fizika:</i> mechanikai törvényszerűségek. <i>Biológia:</i> az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.

bedőlések, bevetődések, kigurulások gyakorlása először labda nélkül, később labdával. Az új dobásformák megismerése és gyakorlása változó kiindulási helyzetekből. A beálló játékos feladatainak, játékának, technikai elemeinek elsajátítása. Kapura lövések a szélső pozícióból. A kapustechnikák további bővítése, beállók és szélsők lövéseinek háritása, a szemafortechnika megismerése, gyorsindítás.

Taktika

Zárás-leválás szituációk gyakorlása. A védekezés nyitottabb formáinak megismerése (3:2:1), a vegyes védekezés alkalmazása (5+1), (4+2) a játékban. A húzás hatékony alkalmazása.

KOSÁRLABDA:

Technika

Tempódobás gyakorlása párokban, majd labdavezetésből a palánkra. Páros lefutásból tempódobás, a dobás után a társ feladata palánkról lepattanó labda megszerzése. Hárompontos dobási kísérletek.

Taktika

A védő helyezkedése. A védekező mozgás gyorsítása, tökéletesítése.

LABDARÚGÁS:

Technika

A legnehezebb szerelési mód, a becsúszó szerelés megismerése és gyakorlása, de csak jó minőségű füves pályán, mert egyéb esetekben balesetveszélyes. A korábbi évek technikáinak szélesebb körű alkalmazása.

Taktika

Párharcok különféle taktikai feladatokkal. Újabb felállási formák megismerése és gyakorlása. Területnyitás és -szűkítés alkalmazása a támadásban és a védekezésben.

RÖPLABDA:

Technika

Felső egyenes nyitás, alacsony és normál hálomagasságnál, meghatározott célterületekre. Felső egyenes nyitás – nyitásfogadás: egyéni és páros gyakorlatok. Leütés felugrással tartott és pontosan dobott labdából. Egyéni sáncolás. Feladásleütés: tartott, a hálóval párhuzamosan dobott és pontosan feladott labdából. Egyéni és páros sáncolás.

Taktika

Helyezkedés nyitásfogadásnál. Feladás, leütés, ejtés alkalmazása a játékban. A feladó játékos szerepe a játékban. Törekvés a folyamatos játékra.

ISMERETEK:

Bemelegítés. Technikai elemek. Taktikai megoldások.

Játékszabályok. Technikai elemek. Páros, hármas kapcsolatok.

Játékvezetői kar- és sípjelek.

A labda nélküli és labdás bemelegítés sportélettani hatása, fontossága. A játékhoz szükséges technikai elemek és azok végrehajtása, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formái. Az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségek. A folyamatos játékhoz szükséges technikai elemek és azok végrehajtása. A

hibajavítás főbb szempontjai.	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Motiváció, felelősség, küzdőképesség, kudarc elviselése, énkép, önismeret, osztott figyelem, ellenfél, sportszerűség, keménység, durvaság. A sportjátékok üzése iránti motivációs bázis kialakítása. Legyen képes aktívan és hatékonyan részt venni a csapatjátékokban, legyen megfelelő a felelősségtudata. Szabálykövető magatartás. Legyen képes elviselni a nehézségeket és a kudarcot. Önellenőrzés, a saját hiba kijavítására való törekvés. A tanári hibajavítás elfogadása. Küzdőképesség, küzdeni tudás egyénileg és a társas akciókban egyaránt. Az érzelmi intelligencia fejlesztése. A kezdeményező, harcias, de sportszerű magatartás kialakítása.</p>	
Kulcsfogalmak	Játékelem, technikai elem, cselezés, dobásforma, rúgásforma, emberfogás, területvédelem, taktika, alkarérintés, kosárárintés, nyitás, játszma, forgásszabály, labdament, összjáték, megelőző szerelés, ütközés, sáncolás, rövid és hosszú indulás, sarkazás, fektetett dobás, büntető/dobás/rúgás, strandröplabda, strandkézilabda, streetball, kispályás labdarúgás, strandröplabda, strandkézilabda, streetball, kispályás labdarúgás.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<p>Az aerob munkavégzés lényegének, az állóképességben és az egészségmegőrzésben betöltött szerepének ismerete. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése. Azonosítsa a tanuló a szabálykövető magatartás jelentőségét az atlétikai versenyek alkalmával. Ismerje a labda nélküli és labdás bemelegítés sportélettani hatását, fontosságát. Ismerje a játékhoz szükséges technikai elemeket és azok végrehajtását, a játékban a taktikai megoldások közül a páros és hármas kapcsolatok alapvető formáit. Ismerje az emberfogásos és a területvédekezési formák közötti különbségeket. Ismerje a sportjátékokban alkalmazott játékvezetői kar- és sípjeleket. Ismerje a folyamatos játékhoz szükséges technikai elemeket és azok végrehajtását. A hibajavítás főbb szempontjainak ismerete. A sportjátékok üzése iránti motivációs bázis kialakítása. Legyen képes aktívan és hatékonyan részt venni a csapatjátékokban, legyen megfelelő a felelősségtudata. Szabálykövető magatartás. Legyen képes elviselni a nehézségeket és a kudarcot. Önellenőrzés, a saját hiba kijavítására való törekvés. A tanári hibajavítás elfogadása. Küzdőképesség, küzdeni tudás egyénileg és a társas akciókban egyaránt. Az érzelmi intelligencia fejlesztése. A kezdeményező, harcias, de sportszerű magatartás kialakítása.</p>
---	---

KÜZDELEM ÉS JÁTÉK

Tantárgyunk a hagyományos tantárgyi rendszerben Dráma és táncnak nevezett tananyagokat és fejlesztési feladatokat foglalja össze.

A dráma- és tánctanítás célja az élményen keresztül történő megértés, valamint a kommunikáció, a kooperáció, a kreativitás fejlesztése.

A dráma és tánc a közös, aktív tevékenységek élménye révén segíti elő a tanulók alkotó- és kapcsolatteremtő készségének kibontakozását, összpontosított, megtervezett munkára szoktatását, testi-térbeli biztonságának javulását, idő- és ritmusérzékének fejlődését. Hozzájárul mozgásuk harmóniájához és beszédük tisztaságához, szolgálja ön- és társismeretük gazdagodását, segíti őket az oldottabb és könnyebb kapcsolatépítésben és az önkifejezésben. Különösen alkalmas a fogékonyság, a fantázia, a koncentráció, valamint a tolerancia és az együttműködés fejlesztésére. A tanulói tevékenységek a gondolatok és érzelmek kifejezését, a drámai és színházi kifejezések formai megértését szolgálják.

A sportiskolai kerettantervben átneveztük a tantárgyat, mert úgy véltük, hogy a tárgy elnevezésével határozottabban utalhatunk sajátos funkciójára egy sportiskolai tanulási-személyiségfejlesztési folyamatban. A fantázianév nem önkényes: hiszen a dráma a cselekvés, az akciók, a konfliktusok és a konfliktusok megoldásának, a katarzisznak a művészete, ezt „játsszák” az emberiség kezdetei óta a színpadon, a játéktéren, a dráma ebben rokon az erőpróbákat jelentő sportban. A konfliktustűrés, konfliktuskezelés, az erőpróbákon való helytállás, a sportszerű kommunikáció fontos személyiségjegyeknek fejlesztéséhez kíván tárgyunk hozzájárulni.

A majdani sportember számára különösen fontos, hogy a ritmus, a mozgás világában otthonosan érezze magát, hiszen megannyi sportfeladat teljesítését e képesség kellő fejlettsége megkönnyíti. Ugyanígy súlyt helyezünk arra, hogy a sporttal járó küzdelem élményét, a konfliktusokat az esztétikai élmények gazdagsága segítse hatékonyan, építő, kreatív módon feldolgozni.

A célok évenként azonosak, azonban a megvalósulás minősége, a megértés mélysége fokozatosan emelkedik.

A követelmények évente – néhány téma kiemelésével – szintén azonosak.

A tantárgy célja a közösség előtti szerepvállalás természetessé tétele, ösztönzése. Az emberi-társadalmi megfigyelőképesség fejlesztése. A tárgyi tudás növelése. A művészeti nevelés különböző területein a tanulók sikerélményhez juttatása. További fontos cél a figyelemfelhívás a műveltségi részterület elemeinek fontosságára és szépségére. A tárgy oktatása segítheti más műveltségi területek tanítását, lehetőséget ad ezekkel a tárgyakkal való együttműködésre.

5–6. évfolyam

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Érzékelés, kifejezőképesség	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Fejlett fantázia és kreativitás. Örömteli részvétel a különböző készségfejlesztő gyakorlatokban, a közös dramatizálás játékaiban, az elemző beszélgetésekben.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A verbális és nonverbális kifejezőeszközök helyes és tudatos használatának fejlesztése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Kapcsolat a tárgyakkal: hogyan fogsz meg szerszámot (levelibékát, drága ékszert, piszkos rongyot, forró süteményt, robbanásveszélyesnek vélt tárgyat). Tárgyak megítélése, tárgyak szerepe: hogyan dobod el a fentieket? Tojástartó, ha üres, ha tele van, ha romlott tojástartól van kellemetlen szaga, ha törött tojás csorog belőle. Légy fullad a megkívánt ételbe. Vívás penge nélküli karddal (csak markolat), övhúzás elképzelt övvel. Puhasági próba – a fagyalt olvad, a gipsz megkötött, a talaj mocsaras.</p>	<p><i>Testnevelés és sport:</i> motoros készségfejlesztés.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> antikvítás.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> irodalmi művek értelmezése.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i> A doboz ismeretlen tartalma ketyeg. Az ajándék felismerése a csomag kibontásakor. Kitüntetés tudomásulvétele dobozának felnyitásakor. Mi lehet ez a pálca – játszd el (fakanál, karmesteri pálca, furulya stb.). Mi lehet ez az arasznyi átmérőjű karika – játszd el (gépkocsikormány, lábasfedő, hímzőkeret, glória stb.). Mi lehet ez a zsineg – játszd el (horgászszsinór, szabász centije, öv, kigyó stb.). Természetes (egészséges és kényszerűen megváltozott), szándékosan változtatott testtartás (szerepjáték, színlelt megjelenési kép, tudatosan szabálytalanná váló testhelyzet). Testrészek mozgatása, egyes testrészek függetlenített mozgatása, különböző testrészek mozgatásának párhuzamos vezénylése.</p>	
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Helyzetgyakorlat. Státuszszimbólumok: autó, divatos viselet, divatos tárgy státuszjelentsége.</p>	
<p><i>Történetek feldolgozása:</i> Az ókori olimpia néhány versenyszámának megjelenítése.</p>	
<p><i>Megismerő- és befogadóképeség:</i> Színházi előadás közös megtekintése és beszélgetés a látottakról.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Testtartás, státuszszimbólum, ókori olimpia.</p>

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Együttműködés, kapcsolati kultúra	Órakeret 12 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Fejlettebb együttműködési képesség a kapcsolatok létrehozásában és fenntartásában, az egymásra figyelés tekintetében.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A hangsúly áthelyezése mozgásos improvizáció. A mozgásos improvizáció alkalmával a testi- térbeli biztonság javítása, az idő-és ritmusérzék fejlesztése.</p>	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Mozgás-sablonok: érintés („ne érints”, segítő érintés, bizalmaskodó érintés, a zsebtolvaj). Távolságtartás tapasztalata/szabályai: bizalmas – személyes – társasági – nyilvános, állatok „menekülési” és támadó távolságtartása, „kínai bunyó” (nem érünk egymáshoz).</p>		<p><i>Testnevelés és sport:</i> motoros készségfejlesztés.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegalkotás.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Helyzetgyakorlatok: Ketten találkoznak: szerelmesek, munkatársak, egymásra utaltak, alvilágiak, orvosi segítség. Hármasban: szerepforgó (hármuk között, rotációs módszerrel, adott jelre szerepváltás). Többen: esemény (eredményhirdetés, avatás, koronázás, esküvő, konfliktushelyzet), hálózatos mozgás (ki-ki a maga szerepében egyszerre, pl. vásárban). Táncrögtönzés – ritmusgyakorlat: Kardozás, áldozati tánc, indián harci tánc, sámán-révülés, szalontánc, kontakt technika.</p>		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Esemény-fantázia: festmény, szoborcsoport az ábrázolt pillanat előtt/után.</p>		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i> Népek játéka: játékpárhuzamok, játékszabályok különbségeinek elemzése, játszás.</p>		
<p><i>Megismerő- és befogadóképesség:</i> Szöveges rögtönzés: sportközvetítés, vendég érkezik a reptérre, történelmi esemény „közvetítése.”</p>		
Kulcsfogalmak	Kooperáció, empátia, dramatikus tevékenység, játékszabály, sportközvetítés, riport.	

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Alkotótevékenység	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Az alapvető drámai kifejezési formák ismerete. Jártasság a kezdő évek játékaiban természetes, rögtönző technikájának felhasználásában, némajátékban és szöveges játékokban. Kiteljesedett fantázia és kreativitás a közös játékok során.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az improvizációs képességek fejlesztése. A különböző eszközök bevonása az improvizáció során. Az alapvető fogalmak megismerése, és a fogalomkészlet használatával a játékos tevékenységek több szempontú elemzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Kísérő információk akaratlanul: beleegyezés szóval és bólintással,</p>		<i>Magyar nyelv és irodalom:</i>

csodálkozó indulatszó és hátrahőkölés. Tudatos információhalmozás: utasítás és dobantás, szomorú tekintet és a fej kézbe hajtása. Személyes külsőségek üzenete: sztárok kihívó viselete (ruha, hajviselet, smink, szemüveg), egyéni mozgása.	szövegfeldolgozás, szövegértés.
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Mozgáselemek, mozgásfolyamat játékkontaktussal: jellegzetes járás (a muszklis/karatés, a bohém, a katonás, a komédiás/jópofa, a hivalkodó, stb.), behatárolt térben egymással is kommunikálva közlekednek (bogaras természettudósok, sztárok és hódolók, feljebbvalók és közlegények).	
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Rögtönzési segédeszközök. Rögtönzés hangkulisszára (effektek), felvett szövegre, jelmez-kellék „köré” épített történettel, relaxációs zenére.	
<i>Történetek feldolgozása:</i> Játékszabály-sértési eljárás eljátszása (helyzetgyakorlat).	
<i>Megismerő- és befogadóképeség:</i> Szakmai és reklámszöveg magyarázása. Nyelvrongáló idézetek feljegyzése a médiából.	
Kulcsfogalmak	Információ, mozgáselem, rögtönzés, effekt.

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Befogadás, értelmezés	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Több közös élménnyel, kulturális és művészeti ismerettel rendelkeznek a tanulók.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Alkotó részvétel a különböző irodalmi vagy művészeti alkotások játékon, megjelenítésen keresztül történő feldolgozásában. Az alkotó részvétel során az ön- és társismeret fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> A bizalom fejlesztését szolgáló gyakorlatok.		<i>Vizuális kultúra;</i> <i>magyar nyelv és irodalom:</i> szövegértés, szövegalkotás.
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Színházi jelmez készítése különböző színű és alakú kendőkből.		
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Irodalmi hősök: ifjúsági/gyermekregények hőseinek találkozási (Pál utcai fiúk, Ágasvári csata...), küzdelmük értékelése.		
<i>Történetek feldolgozása:</i> Egy Móra-elbeszélés forgatókönyvének/rendezői példányának elkészítése.		
<i>Megismerő- és befogadóképeség:</i> Alapvető táncstílusok, táncstílusok és kísérőzenéjük azonosítása.		
Kulcsfogalmak	Bizalom, jelmez, regény, elbeszélés, forgatókönyv, táncstílus, táncstílus.	

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A tanulók rendszeresen vegyenek részt az órákon, kapcsolódjanak be a közös gyakorlatokba, játékokba. Legyenek kezdeményezők a rögtönzéses programokban. A tanév során érintett témakörökben ötödik évfolyamon különösen a Játék és Beszédművelés témában, hatodik évfolyamon a Mozgás és Rögtönzés témában vállaljanak alkotó feladatot. A tanultakat hasznosítsák más művészeti jellegű tanulmányaikban.</p>
--	--

7–8. évfolyam

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Érzékelés, kifejezőképesség	Órakeret 8 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A verbális és nonverbális kifejezőeszközök egyre tudatosabb használata.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A mozgás és a tánc többoldalú megismerése és alkalmazása. Az aktív tevékenységek élménye révén a tanulók ritmusérzékének fejlesztése. A tárgykezeléshez kapcsolódó gyakorlatok során a kreativitás, a képzelőerő fejlesztése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p><i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Ruhadarabok „kezelése”, kalapemelés módjai. Sporteszközök, játékszerek természetes használata.</p>		<p><i>Ének-zene:</i> különböző korok táncai.</p>
<p><i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Különleges tárgyak: botforgatás – egyensúlyozás (kanász módra, mazsorett, ördögpálca, festő a létrán, artistamutatvány).</p>		
<p><i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Történelmi és társastáncok mozgásanyagának megismerése.</p>		
<p><i>Történetek feldolgozása:</i> A találkozás élményének erősítése dramatikus tevékenységekben, hitelesség.</p>		
<p><i>Megismerő- és befogadóképesség:</i> A tánc és a mozgás szerepe az egyes történelmi korokban, társadalmi viszonyok között (szakirodalom felkutatása, érvelés, előadás).</p>		
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Történelmi és társastánc, dramatikus tevékenység.</p>	

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Együttműködés, kapcsolati kultúra	Órakeret 8 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A mozgásos improvizációs gyakorlatok révén fejlettebb nonverbális kifejezőképesség.</p>	

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A „pantomimes” mozgás révén a kifejezőképesség, fantázia továbbfejlesztése. A kooperatív technikák megismerése révén az együttműködési képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Két személy teljes és lokális mozgásának összehangolása. Saját test teljesítő- és tűrőképességének, a veszélyeztetés határának ismerete.		
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Mozgásstílusok: pantomimes” mozgás (helyben illusztrált sétálás, futás, lépcsőn járás, kötélhúzás, zenész – pl. dobos – „rájátszása”, táncos mozgások, árnyjátékos, szertartások szerepmozgásai).		
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Kooperáció dramatikus tevékenységek során, konszenzus keresése és kialakításának technikái – egy választott mű elemzése.		
<i>Történetek feldolgozása:</i> Különböző problémák konszenzuson alapuló megoldásának előadása.		
<i>Megismerő- és befogadóképeség:</i> A közösen megtekintett előadás feldolgozása, elemzése különös tekintettel a kooperáció, a konszenzus, az empátia, az érzékenység fogalmakra.		
Kulcsfogalmak	Kooperáció, konszenzus, empátia, érzékenység, pantomim.	

Tematikai egység/fejlesztési cél	Alkotótevékenység	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Fejlett improvizációs képesség. Az alapvető fogalmak megfelelő használata.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az élményen keresztül történő megértés során a kommunikáció, a kooperáció és a kreativitás fokozatos fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Mozgásdinamika: tempóváltások üzenete, mozgásszünet, csoportos mozgás megszabott térben (öregedünk-fiatalodunk, fáradunk-felfrissülünk).		<i>Testnevelés és sport:</i> motoros készségfejlesztés. <i>Magyar nyelv és irodalom:</i> a dráma és a színház jellemzői.
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Improvizáció közösen választott téma, fogalom vagy egyéni érzés, élmény kifejezésére.		
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Alapvető színházi műfajok megkülönböztetése és felismerése. Színházi munkaterületek és technika megismerése.		
<i>Történetek feldolgozása:</i> Történetek, élmények feldolgozása különböző tánc- és mozgástechnikai elemek alkalmazásával.		
<i>Megismerő- és befogadóképeség:</i>		

Alakoskodó, illetve dramatikus szokások megismerése a farsang és a karnevál eseményein keresztül.	
Kulcsfogalmak	Mozgásdinamika, improvizáció, színházi műfajok, színházi munkaterület, színházi technika.

Tematikai egység/ fejlesztési cél	Befogadás, értelmezés	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Több közös élménnyel, kulturális és művészeti ismerettel rendelkeznek a gyerekek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Alkotó részvétel válnak a különböző irodalmi vagy művészeti alkotások játékon, megjelenítésen keresztül történő feldolgozásában. Az alkotó részvétel révén az ön- és társismeret fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<i>Csoportos játék és megjelenítés:</i> Különböző tánc- és mozgástípusok páros és csoportos variációi.		<i>Magyar nyelv és irodalom:</i> műelemzés, dráma és színház világa, szövegalkotás. <i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> antikvitás.
<i>Rögtönzés és együttműködés:</i> Improvizációk összefűzése jelenetsorokká.		
<i>A dráma és a színház formanyelvének tanulmányozása:</i> Drámairodalom, filmarchívum: színházi előadás vagy film megtekintése és beszélgetés a látottakról.		
<i>Történetek feldolgozása:</i> Ókori színház: drámai verseny és szertartásai. Hősök az ókori drámában.		
<i>Megismerő- és befogadóképesség:</i> Színházi üzem: stábértekezlet rögtönzése, színikritika írása.		
Kulcsfogalmak	Ókori dráma, stáb, színikritika.	

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	A tanulók rendszeresen vegyenek részt az órákon, kapcsolódjanak be a közös gyakorlatokba, játékokba. Legyenek kezdeményezők a rögtönzéses programokban. Különösen a Mozgás és Színház témában vállaljanak alkotó feladatot. A tanultakat hasznosítsák más művészeti jellegű tanulmányaikban.
---	--

TANULÁSMÓDSZERTAN

5–6. évfolyam

A tanulási folyamat születésünktől kezdve egész életünket végigkíséri, melynek környezete és körülményei életünk során gyakran változnak. A tanuláson a mindennapi életben elsősorban az ismeretek elsajátítását, a tudás megszerzését értjük. A tanulás nem formális keretektől kezdődik, attól kezdve, hogy tudatosan kezdjük szemlélni a világot, majd nagymértékben intézményesített, iskolai keretek között történik.

A tanulás tanításának elsődleges célja, hogy az egyéni képességek, készségek figyelembe vételével és fejlesztésével képessé tegyük tanítványainkat a 21. században elvárható tudástartalom megszerzésére, a tengerparti információhalmazban történő eligazodásra, a lényeg, a fontos, a szükséges ismeretanyag kiválasztására, a folyamatos, élethosszig tartó tanulás alapjainak megismertetésére, az új helyzetekhez, elvárásokhoz történő igazodásra, az információforrások megismerésére, kezelésére, használatára.

A tanulás megtanítása elsősorban az iskola kötelessége és felelőssége, mely sokrétű és összetett feladatot jelent a pedagógusok számára. A legfontosabb tennivalók közé tartozik a tanulási folyamat során a tanulói motiváció kialakítása és fenntartása a tudás megszerzése céljából. A tanulás hatékonyságának szempontjából meghatározó fontosságú a tanulói érdeklődés felkeltése és megtartása egy-egy tantárgy tanulása-tanítása során.

A tanulás tanítása tantárgyközi, hiszen a megtanult, elsajátított, begyakorolt módszerek, stratégiák, az egyéni tanulási szokásokhoz igazodva valamennyi tantárgy tanulásánál jelen vannak, segítséget nyújtanak.

A tantárgy tanulásának célja az önálló, hatékony, gondolkodáson alapuló tanulási folyamatra nevelés, a későbbi munkaerőpiacon történő megfeleléshez szükséges kompetenciák kialakítása.

Olyan hatékony tanulási attitűd létrehozása a feladat, amely képessé teszi tanítványainkat a kitartó tanulási munka megvalósítására, egyéni lehetőségeik, szükségleteik, erősségek, gyengeségek figyelembe vételével, de azok maximális kihasználásával, fejlesztésével.

A hatékony és önálló tanulás megvalósítása érdekében képessé kell tenni tanítványainkat mind az egyéni, mind a különböző társas munkaformák során történő együttműködési készség kialakítására.

A tanulás tanításának megvalósítása az egyéni képességekhez igazodó, differenciált, tevékenykedtető munkaformák előtérbe helyezésével érhető el az intézményesített nevelés-oktatás során.

5–6. évfolyam

Az általános iskolában bekövetkező tagozati váltás több tekintetben okozhat nehézséget a tanulóknak. A felső tagozatban szembesülnek először azzal a ténnyel, hogy sokkal több tanár tanítja őket, mint azt korábban megszokták. Több tantárgyat tanulnak, nagyobb elvárásoknak kell megfelelniük mind a tanulás, mind a sportteljesítmények vonatkozásában. Az alsó tagozatos évekhez képest önállóbban kell a mindennapokat felépíteni.

A tantárgy eredményes tanulása során a tanulók megismerik saját pszichikai feltételeiket, különböző képességek fejlesztésével megtanulják a hatékony és eredményes tanulási stratégiákat, módokat, amelyek segítenek a tanulási nehézségek leküzdésében, hogy minden tanuló képességei legjavát nyújthassa.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A tanulásról Tanulási szokások	Órakeret 3 óra
Előzetes tudás	A korábbi évfolyamok tanulási tapasztalatai, az ismeretszerzés megtapasztalt módozatai.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási szokásrendszer kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – A tanulás fogalma és fajtái. – A tanulóhoz való viszony. – A tanulás belső feltételei. – A tanulás külső feltételei. – Reális énkép kialakítása. – Egyéni képességekhez igazodó tanulási szokásrendszer kiépítése. 		<i>Magyar nyelv és irodalom:</i> Olvasás. Szövegértés. Szövegfeldolgozás.
Kulcsfogalmak	Tanulási folyamat, önállóság, hatékonyság, önismeret, ismeretszerzés, alkalmazás.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulás az iskolában Tanulásszervezési módszerek megismerése	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az elmúlt tanévek során megismert és alkalmazott tanulásszervezési munkaformák.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulói munkaformák bővítése, gyakorlása, ezek során az együttműködés fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Ismert munkaformák gyakorlása. – Új munkaformák megismerése. – A különböző munkaformák megismerésével és alkalmazásával az együttműködés gyakorlása. 		
Kulcsfogalmak	Frontális munka, páros munka, tanulópár, csoportmunka, egyéni munka, kooperatív munka.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási motivációk	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	A tanulásról alkotott egyéni vélemények.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tanulási tevékenységre ösztönzés, a motiváltság erősítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – A tanulás és a motiváció kapcsolata. 		

	<ul style="list-style-type: none"> - A motiváció szintjei. - Tanulási motiváció. - A tanulási motivációk egyéni megismerése, értelmezése, tanulási folyamatba történő beépítése. 	
Kulcsfogalmak	Motiváció, beépült belső motiváció, belső tanulási motiváció, külső tanulási motiváció, presztízsmotiváció, motiváltság.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Az önálló tanulás A tanulás tudatos tervezése	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az egyénileg kialakított tanulási metódus.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önállóságra, tudatosságra nevelés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> - Tanulási idő. - A tanulás helye. - A tanulandó tantárgyak sorrendje. - Napirend készítése. - A tanulás mint a tudáshoz vezető út lépéseinek megismerése, alkalmazása. 		
Kulcsfogalmak	Tudatosság, önállóság, tervezés, tanulási stílus.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási képességek	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Az elmúlt időszak tanulási képességeinek felidézése.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanulás szempontjából legfontosabb képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> - Figyelem. - Emlékezet. - Bevésés. - Megőrzés. - Felidézés. - A memória. - A kreativitás. - Gondolkodás. - A tanulási képességek játékos és tudatos fejlesztése. 		
Kulcsfogalmak	Figyelem, emlékezet, memória, kreativitás, gondolkodás.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási stratégiák, tanulási technikák	Órakeret
--	--	-----------------

	Jelentős tevékenységek hatékony végzéséhez szükséges tervezés, irányítás	12 óra
Előzetes tudás	Egyéni tapasztalatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Hatékony tanulási módszerek, stílusok, szokások alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Tanulási módszerbörze. – Gyakorlattípusok a tanulási stratégiák fejlesztéséhez. – Az egyéni képességekhez igazodó tanulási stratégia megismertetése és alkalmazása. 		<i>Matematika; magyar nyelv és irodalom</i>
Kulcsfogalmak	Stratégia, jegyzetelés, tanulási módszer, tanulási technika, tanulási stílus.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nyelvművelés, beszédtechnika Az emberi megnyilvánulás egyik formája, a beszéd fontosságának ismerete	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Magyar nyelven történő megnyilatkozások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A gondolatok helyes beszédtechnikai ismeretek elsajátításával történő tolmácsolása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Légzéstechnikai és artikulációs gyakorlatok. – Helyesejtési gyakorlatok. – Szókincsfejlesztő gyakorlatok. – A beszédlégzés és a helyesejtés szabályainak alkalmazása. 		<i>Magyar nyelv és irodalom: versmondás, szövegszerkesztés szóban.</i> <i>Ének-zene: légzéstechnika.</i>
Kulcsfogalmak	Légzéstechnika, hangképzés, beszédtechnika, artikuláció, helyesejtés, szókincsfejlesztés, hangsúlyozás, intonáció.	

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	A tanuló képes önállóan, életkorának megfelelően egyéni tervezéssel tanulni, önellenőrzést végezni. A tanulási folyamat során képes a számára legmegfelelőbb tanulási stratégiát, a leghatékonyabb tanulási módszereket alkalmazni. Gondolatait világosan, egyértelműen fogalmazza meg, ismeri és alkalmazza a kommunikációs szabályokat. Együttműködő. Írásképe rendezett.
---	---

SPORTERKÖLCSTAN

7-8. évfolyam

A sporterkölcstan mint a sportiskolákban bevezetésre kerülő szaktantárgy az általános iskolai erkölcstan órákon megalapozott erkölcsi nevelésre épül.

A sportoló gyermekek fejlesztése során már egészen korán, a sportoktatással párhuzamosan elkezdődik az erkölcsi nevelés. A gyerekek a sportiskolák tagozatos osztályaiban megismerkedhetnek a sporterkölcstan tárgykörével, ahol az erkölcstan órai beszélgetésekre építkezve a sportélet erkölcsnevelési alapjait saját sporttevékenységük folyamán tapasztalt és megélt helyzeteik alapján vitatják meg. A tervezett tanulói tevékenység során elsajátítják, hogy a sportolásnak, az egészséges életmód biztosítása és a test fejlesztése mellett további fontos feladata is van, mégpedig az identitástudat kialakítása és a jellem formálása, az erkölcsi értékrend fejlesztése által. A sporterkölcstani oktatás folyamán megtanulják, hogy moralitásában erősödik meg az a sportoló, aki rendszerességet tanul és ezáltal céltudatos, erős akaratú, határozott egyéniséggé válik; kitartóan tud valamire összpontosítani, lényegre törően cselekszik; tisztelettudó és alázatos (nem megalázkodó!) az adott tevékenységével, a szaktudással szemben. Elkötelezetten képes kitartani elhatározása mellett, és végrehajtani feladatait. Munkájában precíz, hatékonyságra törekvő, kommunikatív és segítő szándék vezérli. A sportokon belül is elkülönülnek egymástól az egyéni sportágak és a csapatsportok, a technikai eszközöket vagy állattal való együttműködést igénylő tevékenységek, de a lényeg egy és ugyanaz: meggyőződéssel küzdeni valamiért, ami az adott egyén erkölcsi fejlődésén kívül környezete számára is pozitív üzenetet közvetít.

A sportolói életmód a szervezet edzettségét alapozza meg, a lélek kiegyensúlyozottságához járul hozzá, egészséges szellemiségre nevel. Egyik legfontosabb feladata a prevenció és az egészség megerősítése. Míg a szabadidősport a rekreációt segíti elő, addig a versenysport a szervezet fokozott igénybevétele mellett a szellemi felkészülést erősíti, és a sikeres élet lehetőségeinek felismerésére nevel. Előnyei, általánosságban véve: fokozott koncentráció képesség, a kitartás, a céltudatosság és az áldozatkészség fejlesztése, az öntudat erősítése. Hátrányai, hogy fárasztó, sérülésekkel járhat, vereség- és kudarcélmény okozója lehet. A sport nem ismer klub-, város-, megye- vagy országhatárokat: a sport az egyénen keresztül lesz nemzetközi, egyetemes értékeket közvetít.

Az utánpótlás-korosztály sportolója megtanulja, hogyan mérje magát másokhoz, hogyan kezelje barátsággal és segítőkészséggel a nála gyöngébbet, és hogyan küzdje le magában az irigységet és féltékenységet a nála erősebbel szemben. A sportteljesítmény fokozásához szükséges a kikapcsolódást nyújtó játéklehetőség is. Mindazonáltal a játék akkor teremtő érték, ha közösségben, egymás iránti lojalitással történik. A csapatjáték kiemelkedő szerepe, hogy a sportoló gyermek ráérez az összetartás, a közös cselekvés jelentőségére, fogadja a csapattagok kedvező elismerését vagy esetenkénti elutasító magatartását. A játékszabályok megismertetik és elfogadtatják vele a külső korlátokat, a bírák döntései pedig az objektív szemléletet erősítik benne. A sport tehát magát az életet modellezi, ezért az életre készít fel. Elsajátíttatja a felcseperedő gyermekkel az alapvető erkölcsi törvényeket, a mindennapi szabályszerűségeket.

Az élsportoló diákok életében gyakori, hogy az általános iskola befejezése után külföldön vagy magántanulóként folytatódnak a tanulmányai, ezért előfordulhat, hogy ebben a korosztályban találkozik először és utoljára az iskolai keretek között megtartott erkölcsi tanórákkal. A sporterkölcstan-órákon résztvevő diák a felső tagozat utolsó két évében a rendszeresen sportoló, aktív kihívásokkal, feszültségekkel, győzelmekkel és eredménytelenségekkel gyakran szembesülő utánpótlás-korosztályt képviseli, aki sportpályafutása során nem ritkán életkorához képest érettebb élethelyzetekkel is találkozik;

olyanokkal, amelyek egy tapasztaltabb felnőttet is próbára tesznek. Ennek megfelelően az órai témakörök is érintik az örömeit és bánatokat, sikereket és kudarcélmények feldolgozási lehetőségeinek határterületeit. Az órai témamegjelölések sokszínűsége az sportélet alapvető értékeire, morális üzenetére, szélsőséges viselkedésformáira épül. Az ifjú sportoló és a szakvezető felnőtt korosztály kölcsönös együttműködéséből fakadó eltérő világlátásban rejlő konfliktusokra is kitér, a saját korosztálybeli személyiségjegyek kölcsönösségen alapuló elfogadását és időnkénti elutasításának realitását is feldolgoztatja. A feldolgozás módja enyhítheti a fiatal sportoló élethelyzete és életkori sajátosságai között meglévő ellentmondást: a módszereknek ez utóbbiakhoz kell igazodniuk.

Az órai témamegjelölések iránymutató jelleggel készültek, különféle fókuszpontok kiemelésére adva lehetőséget az időbeli korlátok és az osztály sajátosságainak figyelembe vételével. Fontos, olykor az sportoló gyermek életének jobbra vagy rosszabbra fordulását jelentheti, ha nem tudja saját érdekeit képviselni, önmagát hitelesen kiteljesíteni, vagy egyáltalán: erkölcsi lényként elfogadni. A sportolás megtanítja arra, hogy komoly erőfeszítéseket kell tennie annak az ifjúnak, aki önszántából kezd el a rendszeres mozgást és versengést, sok kellemes dologról lemondva, áldozatokat hozva, és mindezért cserébe nincs garancia arra, hogy a fáradtságos munkáért elnyeri méltó jutalmát, mindenki felett győzelmet arat. Ennek ellenére sok utánpótláskorú sportoló küzd és bízik önmagában, hogy egyszer ő áll a dobogó legfelső fokára... és ha nem is sikerül mindenkinek diadalt aratnia, de minden ifjú sportoló büszke lehet arra, hogy önmagát újra és újra sikerül felülmúlnia.

Tematikai egység	Ki vagyok én, és mi vezérli a tetteimet?	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás, tapasztalat	Sporttevékenység az aktív életben, sportolói magatartást befolyásoló edzőmunka és körülményeinek ismerete. A testnevelésóra közösségformáló ereje. A tettek belső mozgatóerőivel kapcsolatos személyes tapasztalatok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az önismeret fejlesztése és megértése; a sportolói magatartásra gyakorolt hatása. Az önelfogadás és az önértékelésre ható akaraterő fejlődésének támogatása. A sportolói identitás erősítése mint a döntéseiért felelős személyiség megalapozója. Az eredménycentrikusság értelmében a nemi karaktereknek megfelelő sporttevékenység választása és hasznosítása. Ösztönzés a személyes értékválasztásra és az ezzel járó feszültségek kezelésének gyakorlása. A mértéktartás jelentőségének megértése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Sport és erkölcs viszonya</i> Hogyan jöhetett létre a sportoló ember? Mi a szerepe a testmozgásnak és a sportnak a különféle kultúrákban? Hogyan jelenik meg a sportban a társadalmi normák jellemző ereje? Milyen viszonyban van egymással a sport és az erkölcsi nevelés? Milyen hatással vannak az erények a sportoló ember moralitására? Hogyan hat a sportoló erkölcsisége a többiekre? Mitől válhat valaki a sportban egyéniséggé?</p> <p><i>Helyszín és helyzet</i></p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> kommunikáció, szövegértés, szövegértelmezés.</p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> tanulási folyamat; környezet és pályaválasztás;</p>

<p>Hogyan segíthetik a szülők a gyermek sportolás iránti igényét? Mit tehet a gyermek, ha a szülők ellenzik a sporttevékenységet? Az otthontól milyen távolságra érdemes sportolni járni? Hogyan segíti, támogatja az egyesület a sportfelszerelést, edzőmunkát? Milyen az ideális egyesületi élet? Milyen az adott helyzet? Milyen lehetőségei vannak a sportéletben a különféle nemzetiségi kisebbségeknek? Kiknek okoz örömet, ha jó az eredményeket ér el a fiatal sportoló?</p> <p><i>Erkölcsei beállítódás a sportágválasztásban</i> Mikor érdemes elkezdni a sportolást? Honnan tudhatja valaki, hogy mihez van tehetsége? Vajon már a születéskor eldől a sikeresség, vagy a lelkiismeretes munka szerepe a meghatározó? Mitől függ, hogy ki melyik sportágat választja? Mikor váltson valaki sportágat vagy meddig tartson ki a megkezdett mellett? Milyen hatással vannak egymásra a barátok, családtagok a sportágválasztásban? Mi minden befolyásolja a sportéletben a tetteket és a döntéseket? Hogyan lehet valaki önmagával szemben etikus? Miért van jelentősége ennek?</p> <p><i>Ösztönző erők a sportéletben</i> Mikor és milyen hatásra fejlődik a fiatal sportoló? Kik és hogyan befolyásolhatják a sportteljesítményt? Milyen körülmények hatnak a sporttevékenységre ösztönzőleg? Milyen szerepük van az ösztönöknek a sportéletben, és hogyan hatnak a viselkedésre? Lehet-e befolyásolni a sporttevékenységet kísérő érzelmeket? Milyen elvárások, vágyak és célkitűzések segítenek vagy akadályozhatják a sportolói élet döntéshozatalait? Hogyan alakítják a jellemet a körülmények és a sporttársak?</p> <p><i>Érték és értékrend</i> Miért érdemes sportolni? Miért tartják egymást fontosnak a sporttársak? Milyen értékek vannak a sportban, amelyek általában mindenki számára fontosak? Mitől válik a sportoló önmaga számára értékessé? Hogyan dönthető el, hogy mikor mi az értékes cselekedet, és mitől kell elhatárolódní? Figyelmeztet-e a lelkiismeret saját tévhitekre és az előítéletekre? Miért kell a döntésekért felelősséget vállalni? Miért és kiért felelős a sportember? Mennyiben befolyásolja a döntéseket mások értékrendje vagy a divatos magatartási irányzatok? Mi dönti el, hogy mi a fontos és mi kevésbé az az értékek közül?</p> <p><i>Okosság és mértékletesség</i> Min múlik, hogy mikor hogyan dönt sportolás közben az ember? Mitől függ, hogy okos valaki? Mitől válik valaki önzővé, vagy agresszív sportolás közben? Mennyire lehet elfogadni, hogy egy sportolónak kötött az étrendje, a szabadideje, vagy hogy a teljesítményfokozó szerek és a dopping használata tiltott dolog? Miért képes egy sportember áldozatot hozni másokért, akár önmaga hátrányára is? Hol van a határ a gyávaság vagy vakmerőség között? Mit jelent a sportban a bátorság?</p>	<p>megélhetés.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> a serdülőkor érzelmi, szociális és pszichológiai jellemzői; a személyiség összetevői, értelmi képességek, érzelmi adottságok.</p> <p><i>Történelem:</i> a társadalmi fejlődés törvényszerűségeinek ismerete, különféle korok közösségi normáinak felelevenítése.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> érzelmek, hangulatok, látványok, jelenségek asszociatív megjelenítése.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> az erkölcstan fogalmi körének ismerete, életkori sajátosságok kihívásai.</p>
--	---

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Sportetika, erkölcsiség, sportmorál, erények, lelkiismeret, téves lelkiismeret, nemzettudat, lokálpatriotizmus, sportkultúra, képesség, készség, tehetség, eredményesség, siker, kudarc, felelős döntés, felelősségtudat, ösztön, érzés, érzelem, igény, vágy, célkitűzés, döntés, válság, akarat, érték, értékrend, értéktrend, értékkülönbség, mértékletesség, arany középút.
------------------------------------	---

Tematikai egység	Nemek és identitások	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás, tapasztalat	A nemi éréssel összefüggő biológiai ismeretek. A társas kapcsolatok terén szerzett személyes tapasztalatok. A nemi identitás alakulásának hatásai a sportéletben és a sportágak közötti megoszlásban.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Annak megértetése, hogy milyen szerepet játszik a sportolói tevékenység során és a személyes kapcsolatok alakulásában a nemiség. Az egymás iránti felelősségtudat megértése. A sport és a szexuális mértéktartás kapcsolatának megértése. A szexuális visszaélések veszélyeinek felismerése és hátrítási lehetőségeinek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Nemi érés és a jellem fejlődése</i> Hogyan alakul a serdülőkori testi fejlődéssel járó lelki és szellemi változás a sporttevékenység során? Hogyan viszonyulnak egymáshoz a sportéletben az eltérő fejlettségű fiatal sportolók? Mit jelent az, ha valaki akcelerált? Előny vagy hátrány, ha valaki fejlettebb vagy gyengébb testalkatú, mint a többiek és származhat-e ebből valakinek erkölcsi hátránya? Mit eredményez a sportban, ha a nemi érettség nem egyenes arányban nő a testi és szellemi fejlettséggel? Vajon ez a folyamat szabályozható? Mit lehet tenni, ha a növekedés hatására csökken a teljesítmény?</p> <p><i>Nemiség a sportban</i> Miért változik meg a különmemű sportolók magatartása egymás iránt kamaszkorban? Hogyan kezelhető a szégyenlősség? Lehet-e barátság különböző nemű sportolók között? Honnan tudhatom, hogy nem romlik-e el a sporttársi kapcsolat, ha többet akar valaki a másiktól, mint ahogy a sportolói illem tartja? Mit szabad és mit nem szabad tenni a sportkarrier során abban az esetben, ha a vonzódás erősebb a saját nemű sporttárs iránt?</p> <p><i>Együtt az életben, külön a sportban</i> Milyen forrásai és megnyilvánulási formái lehetnek a szeretetnek, szerelemnek sportolói életben? Hogyan kezelendő a párkapcsolat, ha a társ is sportol: segítő szándék, irigység? Hogyan tudják segíteni egymást a sportpályafutás során, akik szeretik egymást? Hogy viselkedjen a sportoló, ha a társa nem szeretné, hogy edzésre menjen? Lehet-e külön választani a sportolói én-t, a magánéleti éntől? Milyen feszültséget okozhat, ha egyformán aktívan sportoló</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> nemi jellegek, nemi hormonok; a menstruációs ciklus folyamata; másodlagos nemi jellegek, lelki tulajdonságok. A fogamzásgátlás módjai, következményei; az abortusz egészségi, erkölcsi és társadalmi kérdései; a fogamzás feltételei, a méhen belüli élet mennyiségi és minőségi változásai, a szülés/születés főbb mozzanatai.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> ókori olimpiák, görög-római cirkuszi játékok, újkori olimpiák, női polgárjogi mozgalmak, női egyenjogúság, szüfrazsett-mozgalmak,</p>

<p>személyek között alakul ki társas kapcsolat? Hogyan hat a sportolói munkára a szakítás vagy csalódás? Milyen hatással van a sporttevékenységre a boldog párkapcsolat?</p> <p><i>Szexualitás és a sportolói erkölcs</i> Mit jelent a kacérkodás? Milyen előnyei vagy hátrányai lehetnek a szexuálisan vonzó külsőnek a sportéletben? Hogyan viselkedjen az a sportember, akinek sikerei vannak a másik nemnél, de van már párja? Milyen forrásai és formái lehetnek a konfliktusoknak egy párkapcsolatban, ha a sportéletben mindenki mindenről tud, vagy tudni vél? Hogyan kezelhető a vonzódás, ha már nem kölcsönös? Lehet-e egy szakítás után megtartani a baráti viszonyt? Szakítás után mi történik a közös titkokkal? Mit okozhat fiúként/lányként egy nem kívánt terhesség, és hogyan kerülhető el?</p> <p><i>Visszaélés a nemiséggel</i> Mit okoz az erkölcsi megítélésben, ha valaki a sportolói karrier érdekében különféle szexuális szolgáltatásokra mutat hajlandóságot? Mit jelent az önértékelés kifejezés? Mit jelentenek a prostitúció, a pedofília, a pornográfia és a szexuális bántalmazás szavak? Kihez fordulhat egy fiatal sportoló segítségért, ha egy idősebb szakember az illendőség határait átlépi vele szemben? Miért válik néha a sportoló zsarolhatóvá? Hogyan kerülhető el, hogy ilyen esemény áldozataivá váljon valaki, és ne menjen a sportkarrier rovására? Hol lehet segítséget kérni ilyen jellegű fenyegettség esetén? Mi a teendő, ha egy sporttársat fenyeget ilyen veszély?</p>	<p>identitástudat, szociológiai háttér.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> az egymás iránti felelősség érzésének felkeltése. A szexuális visszaélések veszélyeinek tudatosítása.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Nemi érés, vonzás, taszítás, szerelem, nemi vágy, szexuális kapcsolat, család, gyerekvállalás, terhesség, prostitúció, pornográfia, szexuális bántalmazás, áldozat, homoszexualitás, hormonális változás, pubertáskor, intimitás, titok.</p>

Tematikai egység	Egyén és közösség	Órakeret 5 óra
<p>Előzetes tudás, tapasztalat</p>	<p>Formális és informális, sportéleti, iskolai és iskolán kívüli közösségekben szerzett személyes tapasztalatok, erkölcsi motivációs tényezők, értékítéletek, közösségi normák.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Az önismeret fejlesztése, valamint az autonóm gondolkodás és cselekvés iránti igény felkeltése, megerősítése. Közösségi élet irratlan szabályainak megismerése és megértése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p><i>Magánéleti és sportolói közösségeim</i> Miben különbözik a magánélet a sportolói közösségi életemtől? Honnan tudhatja egy fiatal sportoló, hogy a siker érdekében mely szituációkban, milyen módon és mennyire tudja magát elfogadtatni? A közösségi normák hogyan hatnak a karrierre e téren? Milyen okai vannak a sportolás területén a személyiség hangulatváltásainak:</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> leány és női, fiú és férfi szerepek a családban, a társadalomban. Mások megismerése, megítélése és a</p>

<p>miért lázad, mikor alkalmazkodik? Hogyan irányíthatja valaki a „sorsát” a sportolói előmenetel érdekében? Van-e a sportolónak szabad akarata? Vajon vezéregyéniségnek születni kell, vagy azzá fejlesztheti magát a sportember?</p> <p><i>Erőt adó közösség</i> Mit jelent egy sportolónak, hogy a sporttársadalom tagja lehet? Választott sporttevékenységben milyen szervezetek, közösségek segítik a sportmunkát, és melyik miért? Mit adnak a sportszervezetek, hogy sikeres sportolói legyenek, és hogyan viszonyozható a törődés? Mitől érezheti magát jól vagy rosszul egy közösségben a sportoló? Miért fontos ismerni a választott sportág történetét és az egyesület tradícióit? Kire hallgasson egy utánpótlás korú sportoló, ha tanácsra van szüksége: hogyan legyen jó, és mitől válik értékékké mások szemében? Mikor kell nekem alkalmazkodnia, és mikor várja el, hogy mások alkalmazkodjanak hozzá?</p> <p><i>Korlátozó közösség</i> Lehet-e egy csoporton belül másképp viselkedni, mint ahogy a többség akarja? Milyen következményei lehetnek a közösség különféle tagjai számára? Miben különbözik egy egyéni sportban való ellenvélemény-nyilvánítás, vagy egy csapatsporton belüli többiekkel való szembeszállás? Mitől válhat a csoportja számára erkölcstelenné valaki, vagy ők hogyan válhatnak vállalhatatlanná egy tag számára? Miként válhat valaki gyenge jelleművé, hogyan reagálhat erre a viselkedésére a sportolói közösség?</p> <p><i>Kiválasztás és megfelelés</i> Mit jelent, hogy lojális valaki a klubjához és a nemzetéhez? Hogyan készülhet fel szellemileg a sportoló egy nagyobb hazai vagy világversenyre? Kitől és mitől függ, hogyan tud megfelelni a magas szintű sportversenyek elvárásainak? Hogyan erősítheti a jellemét, hogy a fokozott mértékű sportági igénybevételnek is meg tudjon felelni? Mitől válhat valaki kiválasztottá, a többiek közül kimagasló sportolóvá? Milyen erények segíthetik a felkészülésben? Kell-e segíteni a társak felkészülését? Hogyan tud a presztizsküzdelemben önmaga számára morális érték maradni? Hogyan kerülhetőek el az erkölcsi buktatók a versengésben?</p> <p><i>Kötődések és együttműködések</i> Milyen szakemberek segítik a sportolói munkát sikerre? Hogyan alakítható ki az edző és sportoló közötti kölcsönös tisztelet? Mit tehet egy sportember, ha az edző nem értékeli az edzőmunkáját? Milyen szerepet játszik a bírói ítélet a versenyeken? Hogyan segítheti vagy akadályozhatja magát egy sportoló eredményessége érdekében a bíróval szemben? Hogyan segítheti vagy akadályozhatja a családi háttér a sporttevékenységet? Megváltozhat-e a jellem a sportolói tevékenység során, amely szembeállíthat vagy jobbá tehet egy sportolót a családjá szemében? Fontos-e a sportkarrierben a hitelesség? Mit jelent példaképként</p>	<p>kommunikáció. Családi és iskolai agresszió, önzetlenség, alkalmazkodás, áldozatvállalás, konfliktuskezelés, problémafeloldás. A kamasz helye a harmonikus családban; a viselkedési normák és szabályok szerepe.</p> <p><i>Testnevelés és sport:</i> sportjátékok, ügyességi gyakorlatok közösségformáló ereje.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> a közösségi élet erkölce, a normakövető magatartás megértése, önállóság, identitástudat fejlődése.</p>
--	--

élni, hogy kell ebben az esetben viselkedni?	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Csoport, közösség, önállóság, korlátozás, alkalmazkodás, tisztelet, tisztesség, példakép, engedelmesség, szabály, lelkiismeret, választás, bűn, erény, előítélet, tévhit, megfelelés, kényszerűség, lojalitás, tradíció, nemzet, nemzetiség.

Tematikai egység	Helyem a világban	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás, tapasztalat	Magyarország jelképeinek ismerete, Európáról, a globalizációról és a multikulturális társadalmakról szerzett történelmi és földrajzi ismeretelemek. Egyesületi szintű tapasztalatok, országos és nemzetközi versenyeken való részvétel.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A nemzeti és európai identitás kialakulásának támogatása a tanulóknál. A más sportkultúrák iránti nyitottság erősítése; annak elfogadtatása, hogy napjaink globális világában a kultúrák és a népcsoportok számos ok miatt keverednek egymással, ami előnyökkel és nehézségekkel is együtt járhat. A legfontosabb általános társadalmi normák funkciójának megértetése és a betartásukra vonatkozó igény elfogadtatása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Jelenlét az országos-, európai-, világversenyeken</i> Mit jelent egy sportoló számára, hogy saját országa színeit képviselheti külföldi versenyeken? Fontos-e, hogy milyen nemzetiségű az edzője és a sporttársai? Mitől függ, hogy szeretne-e valaki légiósként máshol sportolni? Miért kell ismerni és tudni elénekelni a magyar Himnuszt? Mit jelent a sportolói fejlődésre nézve, hogy rangos versenyeken mérheti össze tudását a többi sportolóval? Lehet-e az erkölcsiséget ezekre a versenyekre külön trenírozni? Felelős-e a sportoló a tetteiért, ahogy képviseli egyesületét, hazáját a nyilvánosság előtt? Vagy ez emberileg csak rá tartozik?</p> <p><i>Bizalom és hit</i> Milyen hatással van a sportolóra a megelőlegezett bizalom? Hogyan erősíthető egy etnikai kisebbséghez tartozó sportoló önmagába vetett hite, ha idegen országban képviseli hazáját? Hogyan képviseli hazáját, nemzetét az egészséges identitással rendelkező sportoló külföldön? Miért téveszt meg sokakat a nacionalizmus szó jelentése? Az egészséges nemzettudat hogyan segíti eredményességében a külföldön teljesítő sportembert? Mikor hasznos, és mikor válhat károsná az önbizalom?</p> <p><i>Sportkultúra és nemzetközi környezet</i> Miben hasonlítanak egymásra Európa különböző országainak sportolói, és mi mindenben különböznek tőlünk? Van-e egyetemes sportkultúra? Milyen általános érvényű erkölcsi</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom; ének-zene:</i> Himnusz.</p> <p><i>Földrajz:</i> Európa változó társadalmi; az Európai Unió lényegének megértése. Népességmozgások és menekültáradat. A Kárpát-medence népei. Különböző országok, régiók gazdasági helyzete, elvándorlás okai.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> egyenlőség és egyenlőtlenségek a társadalomban. Állampolgári jogok és kötelességek. Magyarország jelképei, a nyugati integráció kezdetei. Az Európai</p>

<p>elvárások ismertek az Európai közösség országainak sportolói számára? Van-e eltérés a mi szokásaink és az Európán kívül élő sportolók szokásai között? Ha igen, ez miben nyilvánul meg az ázsiai, amerikai stb. sportéletben? Vajon a nemzetközi sportdiplomácia beleszólhat-e egy ország megítélésébe?</p> <p><i>Nemzetközivé váló sporttársadalmak</i> Miért akarnak egyes sportemberek nálunk vagy máshol edzeni, mint ahol megszülettek? Milyen pozitív és negatív hatásai lehetnek a légiósoknak a sportolói közösségek életére? Mi az oka annak, hogy sokan elkíváncsoznak saját hazájukból, és más országban akarnak sportolni? Be kell-e engedni egy gazdagabb országnak a saját területére a világ szegényebb térségeiből érkező sportembereket? Milyen előnyei származhatnak a külföldiek befogadásából egy országnak, és milyen problémák forrása lehet ez az egyesületek számára? Honnan erednek a más néphez vagy más kultúrához tartozó sportemberekkel szembeni pozitív és negatív sztereotípiák és előítéletek? Szükséges-e szabályozni az országok közötti sportolói átigazolásokat?</p> <p><i>Szerződésekben rögzített és íratlan szabályok</i> Milyen hatással van a sporttevékenységre a sportszerződés? Lehet-e kényszeríteni valakit a sportszerződés aláírására? Kire számíthat a szerződés aláírása alkalmával érdekei képviselője a sportoló? Mi történhet vele, ha nem írja alá, vagy megszegi a szerződésben foglaltakat? Tudja-e minden utánpótlás korú sportoló, hogy az amatőr szerződésben engedélyezett időtartamnál (1 év) hosszabb időszakot nem írathatnak alá vele? Milyen előnyei és milyen veszélyei lehetnek a feltétlen engedelmességnek? Szembeszállhat-e valaki a sportközösség íratlan szabályaival, vagy az Etikai kódexben foglaltakkal? Hogyan segíthet a sportemberi lelkiismeret a jó és a rossz, a bűn és az erény közötti választásban?</p> <p><i>A sportági közösségek és a sporttársadalmi együttélés normái</i> Hogyan alakulnak ki a sportetikai szabályok? Jogos-e, ha megbüntetik azt az egyesületet, amelyik vét a sportági etikai szabályzat ellen? A büntetés milyen formái fogadhatók el? Milyen módon lehet jóvátenni, ha valaki vétett a sportolói illem vagy íratlan szabályok/szokásjog közösségi normái ellen? Milyen esetekben fogadható el a kivételezés, vagy egyáltalán helytálló-e, ha egyes sportágak kivételes helyzetbe kerülnek a többiekkel szemben? Hogyan lehet a vesztegetést, a korrupciót, „bundázást” megelőzni? Lehet-e „hálapénz”-zel egyes sportolókat a többiekkel szemben előnyhöz juttatni? Hogyan lehet ez ellen fellépni, vagy ha kiderül, kell-e ezt büntetni? Mi a hatékonyabb, a büntetés vagy a megelőzés?</p> <p><i>Új technikák, új szabályok</i> Hogyan hasznosítható a sportéletben az internet? Vajon az, ami felkerül a világhálóra, honnan tudható, hogy mennyire tekinthető</p>	<p>Unió létrejötte és működése; a globalizáció előnyei és veszélyei. Magyarország Alaptörvénye. A magyarországi nemzetiségek és etnikai kisebbségek helyzete.</p> <p><i>Testnevelés és sport:</i> a közös játék folyamán előtérbe kerülő öntudat, önérték és a csoportos vagy csapatjáték konfliktuskezelési helyzetei.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> közösségi normák, moralitás, nemzeti identitástudat erkölcsi megerősítő ereje, írott és íratlan szabályok jelentősége.</p>
---	---

<p>hiteles forrásnak? Mi az, amit szabadon feltölthet magáról vagy közösségének életéről a sportoló és mi az, amit nem? Büntethető-e egy sportoló vagy sportszakember bizonyos egyesületi vagy nemzeti titkok közzétételéért vagy azokkal való visszaélésért? Mi az, amit szabadon letölthetünk az internetről, és mi az, amit nem? Honnan lehet tudni, hogy mit véd a szerzői jog és mit nem? Vannak-e a mobiltelefon használatának közösségi szabályai? A sportruházat különféle fejlesztéseit szükséges-e szabályozni? A videóbíró bevezetése egyes sportversenyeken hasznos vagy káros? Hogyan változtathat meg egy sportágat egy új technikai elem bevezetése?</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Nemzeti jelkép, nemzettudat, lokálpatriotizmus, sportkultúra, Európai Unió, menekült, befogadó ország, légiós sportoló, pozitív-negatív sztereotípiák, előítélet, etnikai konfliktus, társadalmi norma, szabályszegés, korrupció, büntetés, megelőzés, amatőr szerződés, etikai kódex, szerzői jog.</p>

Tematikai egység	Mi dolgunk a világban?	Órakeret 5 óra
<p>Előzetes tudás, tapasztalat</p>	<p>Az egészséges életvitel ismerete, a sportolás hatása az emberi teljességérzetre. Az alkohol, a cigaretta, a teljesítményfokozó szerek és a drogok káros hatásaival kapcsolatos egészségügyi ismeretek. A nyári olimpiai játékok közvetítése során látott ép sportolók és a paralimpiai eredmények ismerete, a sportteljesítmények elismerése.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A személyes jövőkép kialakításának ösztönzése, az egyéni és közösségi boldogulást támogató értékek melletti elköteleződés támogatása.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p><i>Jóllét és jólét</i> Mit jelent és miért hangzik el gyakran a sportéletben: Ép testben, ép lélek? Mikor esik jól a fáradtság és mikor válhat valaki túledzetté? Mitől függ a teljesítőképesség határa? Mikor és miért szeretne néha valaki más lenni? Mivel lehet a legnagyobb örömet, illetve bánatot okozni egy sportolónak önmaga részéről, vagy a sporttársak által? Miről lehet könnyen lemondani az életem javai és lehetőségei közül? Mi az, amihez mindenképp érdemes ragaszkodni? Milyen célkitűzései lehetnek egy sportolónak? Mitől függ, hogy mit tehet, és mit tesz meg ezért? Mit lehet pénzért megkapni és mit nem? A sportkarrier pénzen megvásárolható?</p> <p><i>Egészség és egész-ség</i> Mit kell tenni azért, hogy egészséges maradjon a sportember? Miért és mennyiben felelős az edzőmunka és versenyzés alatt az egészségéért? Hogyan segítheti az otthoni környezet a sportteljesítmény eredményességét? Miért szenved csorbát az egészség érzete, ha megbomlik a test-lélek-szellem egysége? Mikor,</p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> tudományos és technikai forradalom; a világháló.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> kamaszkori változások: testkép, testalkat; az egészséges táplálkozás alapelvei; táplálékkiegészítők hatásai és mellékhatásai; a serdülő személyiségének jellemző vonásai; az</p>

<p>minek a hatására kerülhet sor erre? Mennyiben járul hozzá az egészségérzetemhez a sikeres sportélet? Mit tehet egy sportoló saját érdekében, hogy a kudarcélményt jobban elviselje? Hogyan erősítheti magában, hogy sportolás közben „fejben is mindig ott legyen”? Az utánpótlás korosztály részére miért káros fokozottabban a teljesítményfokozó szerek használata? Mit jelenthet ebben a korban, hogy felelős a sportban őt követőkért és az utódaiért? Mitől válik teljessé a sportoló ember?</p> <p><i>Az egészség hiánya és a parasport örömei</i> Hogyan válik teljessé a mozgásukban korlátozott sportolók élete a sport által? Hogyan kezdhet sportolni egy fogyatékossgal születő gyermek? Milyen lehetőségei vannak, és kik segítik őket a teljes értékű sportélethez? Miben segíti a siker a mindennapi életet a sporton keresztül? Hogyan dolgozza fel a kudarcélményt, mi segítheti ebben? Miként dolgozható fel egy ép sportoló számára, ha betegség vagy baleset hatására mozgásában korlátozottá válik? Mi teszi képessé arra a lesérült testű és lelkű sportembert, hogy folytassa a sportolást, és újra versenyezni akarjon? Miért nem szeretik a parasportolók, ha szánakoznak ép sport-embertársaik rajtuk? Az egészség hiányával küzdő parasportolók optimizmusa miből táplálkozik?</p> <p><i>Boldogulás és kiteljesedés a sportban</i> Mikor érezheti sikeresnek, értelmesnek az élete alakulását a sportoló? Milyen szerepe lehet ebben a sportnak, a pénznek és az emberi kapcsolatoknak? Hogy választanak foglalkozást maguknak a sportolók, ha befejezik a sportpályafutásukat? Mivel lehet enyhíteni a feszültséget, ha valami nem úgy sikerül, ahogy elképzelte? Vajon mindent érdemes kipróbálni az életben, vagy van olyasmi, amit egyszer sem? Amit mások tesznek, sokan kipróbálnak, azt helyes megtenni? Mit lehet és mit nem szabad tenni a boldogulásért? Vajon a sok pénz helyettesítheti-e a sportteljesítménnyel elért örömeztet, ha közben a csapatsportban kispadra szorul a sportoló?</p> <p><i>Esélyegyenlőség</i> Mit jelent a fair play egy sportoló számára? Miben mérhető a becsületes sportoló értéke? Lehet-e a versenysportban az egymás ellen küzdő felek között barátság? A nemzeti identitástudat hogyan segíti a különféle etnikumokhoz tartozó sportolók közötti teljesítmény egyenrangú kezelést? Mit jelent a sportolók számára a pozitív és negatív előítélet? Vajon az erények hogyan segíthetik, vagy a rosszul értelmezett értékítéletek hogyan károsíthatják a sportolók közötti viszonyokat?</p>	<p>önismeret és az önfejlesztés eszközei; veszélyforrások különféle élethelyzetekben; káros szenvedélyek.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> képek, látványok, médiaszövegek, események önálló elemzése a vizuális közlés köznapis és művészi formáinak felhasználásával; a mozgóképi nyelv alapjainak, működésének értelmezése.</p> <p><i>Küzdelem és játék:</i> konszenzus kialakításának képessége és eszköztárának megismerése a dramatikus tevékenységek előkészítése során. Egymás munkája iránti tisztelet, figyelem, őszinteség és tapintat a megbeszélések során, belső irányítású csoportszerveződés dramatikus tevékenységek során.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> A testi és lelki egészséggel kapcsolatos ismeretek és az önmagunkért való felelősség. A beteg és a fogyatékkal élő emberek iránti empátia.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Jólét, öröm, bánat, elégedettség, boldogság, boldogulás, vágy, remény, hiányérzet, elégedetlenség, boldogtalanság, teljesítményfokozó szerek, drog, alkohol, dopping, függőség, értelmes élet, média, befolyásolás, korrupció, hitelesség, elismertség, mellőzöttség-érzet, depresszió, fair play, gondoskodó szeretet, tisztelet, elfogadás, parasport, paralimpia,</p>

fogyatékossgal élő ember, esélyegyenlőség.
--

Tematikai egység	Hit, világnép, világnépzet	Órakeret 5 óra
Előzetes tudás, tapasztalat	Különböző vallásokhoz kapcsolódó, történelmi, jelenismereti, sport-kultúrtörténeti, irodalmi és művészeti ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tények és vélemények elkülönítése; érvényes állításoknak és értékeléseknek a megfogalmazása; ezek gyakorlása, fejlesztése. A nagy világvallások legfontosabb tanításainak megismertetése. A világnépértelmezések közötti párbeszéd fontosságának elfogadtatása. Sportkultúra és a vallás találkozásának egyedisége és megjelenési formáinak elfogadása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A hit szerepe és jelentősége a sportban</i> Milyen mértékben befolyásolja a sportolót edzőmunkája és versenyei során a szülői házból hozott vallási meggyőződés? Hogyan jelenik meg vallási közösségének értékrendje a sportoló munkájában? Segíti vagy hátráltatja vallásának gyakorlása a sporttevékenység közben? Van-e helye a sportban a vallási meggyőzések ütköztetésének? A sportszakemberek munkája során jelenthet-e előnyt vagy hátrány, ha valaki vallásának hagyományait betartja?</p> <p><i>A vallásgyakorlás és a sport</i> Hogyan hathat a sportteljesítményre, ha a sportoló időközben válik valamely egyház vagy vallási közösség tagjává? Milyen mértékben várhat el toleranciát a sporttársaktól egy vallásgyakorló sportoló? Milyen hatása lehet a hitnek vagy az imának a sportban? A vallási szimbólumok, talizmánok használata milyen vélt vagy valós erővel bírhatnak használójuk számára? Befolyásolhatják-e a sporteredményt a vallási megkötések, étkezési szokások? Milyen mértékű kompromisszumra van szükség a sportolni vágyó férfi/nő számára, hogy vallásgyakorlása közben a sportteljesítménye se szenvedjen csorbát? Hogyan jelenik ez meg a sportruházatban olyan nemzeteknél, ahol a nőknek pl. burkát kell viselniük?</p> <p><i>A világvallások erkölcsi üzenete és a sport</i> Milyen párhuzam fedezhető fel a sport irratlan szabályai és a nagy világvallások jó és a rossz értelmezései között? Mikor válik külön a sportban a jó és rossz megítélése a helyes és helytelen magatartás értelmezésétől? Milyen értékeket jelenthet a sportoló számára a négy sarkalatos erényen felül a keresztény vallás három fő erénye?</p> <p><i>A sportolói világlátás, világnép, világnépzet</i> Szükséges-e a sportolók számára önálló világnép kialakítása? Hogyan és milyen hatásokra alakul ki a sportoló világlátása?</p>		<p><i>Vizuális kultúra:</i> személyes véleményt kifejező vizuális megjelenítés adott témában.</p> <p><i>Földrajz:</i> a világvallások társadalmat, gazdaságot, környezetet befolyásoló szerepe; kultúrák találkozásai a Föld különféle térségeiben.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> a nagy világvallások és a vallási háborúk, 20. századi világnépzetek.</p> <p><i>Erkölcstan:</i> a filozófiai négy sarkalatos erény: okosság, igazságosság, bátorság, mértékletesség.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> Biblia – Ószövetség, és Újszövetség, Tízparancsolat. A kereszténység három fő erénye – hit, remény, szeretet;</p>

<p>Képessé válhat-e bárki a sportolói elhivatottságra? Hogyan alakítja a világképet a rendszeres sportolás és az élsport? Mikor lehet és egyáltalán lehet-e a sportba a különféle értékrendű világnézeteket bevinni? Miért fontos az olimpiai eszme tudatosítása minden sportoló számára?</p> <p><i>Jövőkép</i></p> <p>Miért van szüksége minden sportolónak célokra, célkitűzésre? Mitől függ, hogy valóra válik-e a sportoló álma? Mi történik a sportolóval, ha elképzelése, vágyai, nem teljesülnek, álmai szertefoszlanak? Hogyan építhető fel, és milyen értékeken alapszik a sportoló ember önbizalma és hite, hogy amit tesz, az jó környezete és a maga számára? Milyen egyetemes értékrend kialakulásához nyújt segítséget a munkájában elismert, jövőképpel rendelkező sportember? Minden sportolónak vannak álmai?</p>	<p>a hét főbűn – torkosság, kevelység, fösvényesség, bujaság, harag, irigység, restség.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Tény, vélemény, állítás, értékelés, tévhit, sztereotípa, előítélet, a hét fő erény, Tízparancsolat, meggyőződés, világlátás, világkép, világnézet, hit, vallás, világvallás, erkölcsi tanítás, tolerancia, elfogadás, vágyalom, jövőkép.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két féléves ciklus végén</p>	<p>A tanuló megérti, hogy az ember egyszerre biológiai és tudatos lény, akit veleszületett képességei alkalmassá tesznek a sportolásra, tanulásra, önmaga fejlesztésére, mások megértésére és önmaga vizsgálatára.</p> <p>Átérzi és megérti, hogy a sportemberek viselkedését, döntéseit tudásuk, gondolataik, érzelmeik, vágyaik, nézeteik és értékrendjük egyaránt befolyásolják. Megérti, hogy az öröklött képességeik és a fejleszhető készségeik a befektetett munka és energia mértékével nem mindig arányosak, miáltal különféle mértékű eltérések keletkezhetnek a sporttársak eredményességében. Megérti, hogy ez az egyén moralitása által dolgozható fel, pozitív vagy negatív irányultsággal.</p> <p>Képessé válik a maga és mások gondolataira való reflektálásra, megérti mások motivációit és tetteinek mozgatórugóit.</p> <p>Életkorának megfelelő szinten ismeri önmagát, ugyanakkor a sportkarrierrel kapcsolatos hosszabb távú elképzeléseinek kialakításakor csak részben képes reálisan felmérni a lehetőségeit. Alkalmassá válik az önálló értékrenden alapuló célkitűzésekre.</p> <p>Képes erkölcsi szempontok szerint mérlegelni a különféle cselekedeteket, és el tudja viselni az értékek közötti választással együtt járó belső feszültséget. A sportolói tevékenység során megérti, hogy a felelős döntésben szerepet játszó erkölcsi jó és rossz közötti választás folyamán az erények felismerése hasznára van, morálisan hitelesebbé válik ezáltal a személye.</p> <p>Felismeri, hogy elindult benne egy folyamat, amely által lassan képes lesz ellenállni a csoportnyomásnak, és saját értékrendje szerinti autonóm döntéseket tud hozni.</p> <p>Tisztában van vele, hogy baráti és párkapcsolataiban felelősséggel tartozik a társaiért. Kezdi felismerni, hogy néha kell tudni igent mondani, és mikor kell valamitől elzárkózni.</p>
---	--

	<p>Megerősödik a nemzeti identitástudata, elfogadja a kisebbségben élő sporttársak egyenrangúságát. Tisztában van azzal, hogy mindenkinek egyenlő jogai vannak a sportéletben, és egyenlő bánásmódot érdemel minden sportoló ember. Kezd kialakulni benne az Európai Unióban sportoló ember identitástudatának alapja.</p> <p>Nyitott más sportkultúrák értékeinek megismerésére és befogadására. Megérti a szabályok szerepét az emberi együttélésben, s e belátás alapján igyekszik alkalmazkodni hozzájuk. Az utánpótlás-korosztály minden kamaszkori jegyét magán viseli, ezért elkezd saját érdekérvényesítő igényeit feszegetni, hogy maga is alakítójává válhasson a közösségi írott és íratlan szabályoknak.</p> <p>Van elképzelése saját jövőjéről, és tisztában van vele, hogy céljai eléréseért erőfeszítéseket kell tennie. Identitástudata fejlettségének megfelelő szinten, a sportéletben a jó és rossz keskeny határmezsgyéjén lavírozva próbálgatja a határokat megtapasztalni. Igyekszik a sportéletben tiszta eszközökkel előrejutni.</p> <p>Életkorának megfelelő szinten tisztában van vele, hogy minden döntés szabadsága egyúttal felelősséggel is jár.</p> <p>Fontosnak érzi a sportolói közösséghez tartozást, tiszteli és becsben tartja a tradíciók nyújtotta stabilitásérzetet, miközben törekszik személyes autonómiájának megőrzésére.</p> <p>Képes megfogalmazni, hogy mi okoz neki örömet, illetve rossz érzést. Életkorának megfelelő szinten tisztában van a függőséget okozó szokások súlyos következményeivel.</p> <p>Tudja, hogy ugyanazt a dolgot különböző emberek eltérő módon ítélik meg, ami konfliktusok forrása lehet.</p> <p>Megtanulta az építő jellegű vitatkozás szabályait; elsajátította a kölcsönös odafigyelésen és megértésen alapuló vitakultúra önérvényesítő szabályszerűségeit.</p> <p>Megértette, hogy a célkitűzések erősítik az akaratot, az erkölcsi normák tisztelete erősíti a jellemet; a sportéletben példaképként élni nehéz, de jó dolog.</p>
--	--

Kerettanterv a köznevelési típusú sportiskola neveléséhez-oktatásához

9–12. évfolyam bevezetése és kerettantervei:

- Bevezetés
- Kerettantervek
 - *Testnevelés és sport (érvényes a nyelvi előkészítő osztályok számára is)*
 - *Tanulásmódszertan (9. évfolyam)*
 - *Sportelmélet*
 - *Sportetika (12. évfolyam)*

Kerettanterv

Középfokú nevelés-oktatás szakasza, gimnázium, 9–12. évfolyam, sportiskola

Célok, feladatok

A középiskola általános célja, hogy érvényesítse a humánus értékeket, közvetítse az egyetemes és nemzeti kultúra alapértékeit, testi és lelki egészségre törekvő, az emberi kapcsolatokban igényes felnőtteket, demokratikus elveket követő állampolgárokat neveljen, akik képesek a társadalmi, gazdasági, technikai változások követésére és az ezekhez alkalmazkodó cselekvésre.

A gimnáziumban az általános műveltséget megalapozó, valamint érettségi vizsgára és felsőfokú iskolai tanulmányok megkezdésére felkészítő nevelés-oktatás folyik. Fejlesztő célú képzési tartalmakkal, problémakezelési módokkal, hatékony tanítási-tanulási módszerekkel készíti fel tanulóit arra, hogy a tudás – az állandó értékek mellett – mindig tartalmaz átalakuló, változó, bővülő elemeket is, így átfogó céljaival összhangban kialakítja a tanulóknak az élethosszig tartó tanulás igényét és az erre való készséget, képességet.

Az életfeltételek kialakítása és a társadalomba való beilleszkedés sokoldalú tájékozódási képességet és tájékozottságot kívánó feladatát a középiskola azzal támogatja, hogy felkészíti tanulóit a társadalmi jelenségek, kapcsolatrendszerek megértésére, alakítására, az alkalmazni képes tudás megszerzéséhez nélkülözhetetlen munka felvállalására. Mindehhez elengedhetetlen a tanulók tudatos, önkéntes, aktív, segítőkész együttműködése az iskolával.

A középiskola feladata, hogy előmozdítsa a tanulás belső motivációinak, önszabályozó mechanizmusainak kialakítását, fejlesztését; a nevelési-oktatási folyamat segítse elő a tanulók előzetes ismereteinek, tudásának, nézeteinek feltárását, adjon módot tudásuk átrendezésére, továbbépítésére, integrálására.

A sportiskola feladata az élsport utánpótlásbázisát jelentő versenysport támogatása, versenyzők kinevelése, kiválasztása, foglalkoztatása, versenyeztetése. A 14-18 éves, nemzetközi színvonalat elérő tehetséges sportolók felkarolása, tervszerű képzésének megvalósítása, a külső egyesületekben sportoló tanulók számára lehetővé téve a tankötelezettség teljesítését, miközben maximálisan támogatja a sportolói életformát. Ehhez szükséges az egyesületi élet megszerettetése, a klubhűsége való nevelés.

Fejlesztési területek – nevelési célok

Az erkölcsi nevelés

A tanulóban kialakul a kötelességtudat, érti egyéni és közösségi (társadalmi) felelősségének jelentőségét. Felismeri, hogy az egyes törvények és társadalmi egyezségek általában azért érvényesek, mert saját magunk által választott etikai elvek követésén alapszanak. Megérti és belátja a normakövetés társadalmi jelentőségét és a normaszegés következményeit. Ismer közösségi egyezségeket és normákat, képes egy-egy közösség etikai elveinek felismerésére és a különböző kultúrák etikai elveinek összevetésére. Érti az etikai elvek, a normák és a törvények kapcsolódását. Képes értékkonfliktusok felismerésére, ismer eseteket, példákat értékkonfliktusok kezelésére.

Nemzeti öntudat, hazafias nevelés

A tanuló képes elhelyezni a magyarság kultúráját európai kontextusban. Megnevez és felismer magyar történelmi személyiségeket, feltalálókat, tudósokat, művészeket, sportolókat, tudatosan benne munkásságuk (egyetemes) jelentősége. Ismeri a magyar, illetve magyar származású Nobel-díjasokat, munkásságuk legkiemelkedőbb eredményeit. Tisztában van nemzeti ünnepeink jelentőségével, kontextusával, hagyományaival. Részt vesz a nemzettel, a hazával való érzelmi azonosulást erősítő tevékenységekben. Ismeri a népi hagyományokon és vallási gyökereken alapuló éves ünnepkört, van tapasztalata ezekhez kötődő szokásokról, ismer ilyen témájú folklór- és műalkotásokat. Képes felidézni népi kultúránk néhány jelentős elemét, jellemzőjét. Értékeli a helytörténeti ismeretek fontosságát, ismeri lakóhelye és iskolája helytörténetének, kulturális és természeti örökségének főbb értékeit. Ismeri a nemzeti kultúrák jelentőségét, tiszteli a különböző népek és kultúrák hagyományait. Tájegységekhez kötve is ismer hungarikumokat. A hagyományos (népi) életmód, szokások megismerésén keresztül értékeli ezek fenntarthatósággal kapcsolatos szerepét. Felismeri az egyetemes emberi örökség és az európai kultúra kiemelkedő eredményeit, az ennek megőrzésén munkálkodó szervezeteket, a nemzetközi összefogás jelentőségét.

Állampolgárságra, demokráciára nevelés

A tanuló érti az egyén felelősségét a közösség fenntartásában és a normakövetésben. Ismeri alapvető állampolgári jogait és kötelességeit. Ismeri a normaszegések társadalmi jelentőségét, képes az antidemokratikus eljárások, a korrupció és a hatalmi visszaélések veszélyével kapcsolatban érvelni. Ismer a demokratikus jogok fenntartásáért küzdő szervezeteket, és tud példát hozni az ENSZ és az Európai Unió ezzel kapcsolatos tevékenységére. Gyakorolja jogait és kötelességeit szűkebb környezetében, ismeri és tiszteli szűkebb közösségei tagjait, törekszik a jó együttműködésre az együttélésben. Képes a helyi közösségekkel való együttműködésre, ismeri a civil szervezetek működési formáit és lehetőségeit. Érzékenyebbé válik a helyi közösségek problémái iránt, és ismeri beavatkozási lehetőségeit ezek megoldáskeresési folyamataiba. Tisztában van a civil társadalmi aktivitás értékével, jelentőségével.

Önismeret és a társas kapcsolati kultúra fejlesztése

A tanuló képes különbséget tenni az ideális és a reális énkép között és tisztában van azzal, hogyan befolyásolhatja a társas környezet az önmagáról alkotott képet. Tudatosítja, hogy az önismeret természetes szükségleteink közé tartozik, és próbál ismereteket szerezni arról, milyen eszközök állnak rendelkezésünkre, hogy megismerjük, megmagyarázzuk önmagunkat. A tanuló tisztában van azzal, hogyan aknázhatja ki saját erőforrásait a mindennapi életben, és hogyan létesíthet, tarthat fenn kiegyensúlyozott társas kapcsolatokat. Rendelkezik a harmonikus (társas) kapcsolatok kialakításához megfelelő ismeretekkel, készségekkel, empátiával; ez jellemzi a tőle különböző embertársaival való kapcsolatát is. Érti az egyén felelősségét a közösség fenntartásában és a normakövetésben.

A családi életre nevelés

A tanuló tisztában van azzal, hogy az ember magatartását szocializációja, társas környezete hogyan befolyásolja. Tudatosan készül az örömteli, felelősségteljes párkapcsolatra, a családi életre. Jártas a munkaeszközök célszerű, gazdaságos használatában, kialakítja egyéni, eredményes munkamódszereit. Megismeri a háztartásban, közvetlen környezetében alkalmazott, felhasznált anyagokat (különös tekintettel az egészségkárosító anyagokra). Képes önálló életvitelét, önmaga ellátását megszervezni. Képes szükségletei tudatos rendszerezésére, rangsorolására, megismeri a takarékoskodás alapvető technikáit. Ismeri a

családtervezési módszerek alkalmazásának módját, ezek előnyeit és kockázatait, tud ezzel kapcsolatban információkat keresni és azokat döntéseiben felhasználni. Tud információkat szerezni a szexuális problémákkal kapcsolatban, ugyanakkor képes felismerni egyes információforrások veszélyeit. Tudja, hová fordulhat krízishelyzetekben. Képes tájékozódni a gyermekszülést és az örökbefogadást érintő kérdésekről. Érti a családnak a társadalomban betöltött szerepét. Érti a családtagok felelősségét a család egységének megtartásában, belátja a szerepek és feladatok megosztásának módjait, jelentőségét. A tanuló értelmezi a szülői és gyermeki felelősség fogalmát, tiszteli a különböző generációk tagjait.

A testi és lelki egészségre nevelés

A tanuló tudja, hogy környezetünk is hatással van testi és lelki egészségünkre, ezért igényévé válik környezetének tisztán tartása, szépítése és a személyes higiéné. Képes egészséges étrend összeállítására, ismeri a mennyiségi és minőségi éhezés, valamint az elhízás kockázatait. Tájékozott az e témakörben meglévő elemi lakossági szolgáltatásokról, azok használatáról. Ismeri a kultúra szerepét a lelki egészség megőrzésében. Képes stresszoldó módszereket alkalmazni, választani. Tudatában van annak, hogy életvitelét számos minta alapján, saját döntéseinek sorozataként alakítja ki, és hogy ez a folyamat hatással van testi és lelki egészségére. Ismeri az egészségre káros, szenvedélybetegségek kialakulásához vezető élvezeti szerek, a doppingszerek használatának kockázatait, tudatosan tartózkodik ezektől. Ismeri a rizikófaktor fogalmát, képes értelmezni erre vonatkozó információkat. Tudja, milyen szakemberek segítenek testi és lelki egészségünk megőrzésében és helyreállításában, sporttevékenysége vonatkozásában is. Tud a gyász szakaszairól és az ilyenkor alkalmazható segítő technikákról, ismeri a hospice-szolgáltatás fogalmát. Képes értelmezni a gyógyszerekhez tartozó beteg tájékoztatót. Ismeri az egészségügyi ellátáshoz való hozzáférés módját, képes tájékozódni a betegjogokról és az orvosválasztás lehetőségeiről. Tisztában van a védőoltások szerepével, ismeri ezek alapvető hatásmechanizmusát, tud példákat sorolni védőoltásokra.

Felelősségvállalás másokért, önkéntesség

A tanuló felismeri, ha környezetében, szűkebb vagy tágabb környezetében egyes emberek vagy csoportok segítségre szorulnak. Az adott helyzethez és lehetőségeihez mérten kötelességének érzi a segítségnyújtást és próbálja ebbe társait is bevonni. Egyes helyzetekben képes felelősséget vállalni másokért (társaiért, a környezetében élő rászorultakért), és vállalásaiért helyt is áll. Felismeri, hogy a beteg, sérült, fogyatékkal élő embereken egyes helyzetekben kötelessége segíteni. Tisztában van az önkéntesség értékével, jelentőségével, formáival.

Fenntarthatóság, környezettudatosság

A tanuló érti a fenntarthatóság, illetve a fenntartható fejlődés különbözőségeit, képes az ezzel kapcsolatos különböző szakpolitikák, törekvések és folyamatok egyes hatásainak megértésére. Konkrét példákon keresztül érti, hogyan függ össze a fenntarthatóság három vetülete (a gazdaságossági, a környezeti és a szociális fenntarthatóság) globális problémákkal. Érti, hogyan vezetett az emberiség tevékenysége környezeti problémák kialakulásához, érti ezek kockázatát, és látja ezzel kapcsolatos felelősségét. Képes fokozatosan megérteni és értelmezni egyes globális problémák és a lokális cselekvések, valamint az egyéni életvitel közötti összefüggéseket. A tanulóban felelősség ébred abban, hogy saját életvitelével legyen tekintettel a fenntarthatóság kritériumaira. Érti a hagyományok szerepét a harmonikus és fenntartható életvitel megalapozásában. Képes a fenntarthatósággal kapcsolatban információkat keresni és értelmezni. Ismeri egyes hazai és nemzetközi szervezetek, intézmények fenntarthatósággal kapcsolatos munkáját.

Pályaorientáció

Tudatosul a tanulóban, hogy élete során többször pályamódosításra kerülhet sor, ezért is van jelentősége a folyamatos tanulásnak, önképzésnek. Reális ismeretekkel rendelkezik saját képességeiről, adottságairól tervezett szakmájával, hivatásával összefüggésben, továbbá munkaerő-piaci lehetőségeiről, munkavállalói szerepéről. Tisztában van azzal, milyen személyes tulajdonságokkal, ismeretekkel, gyakorlatokkal és képességekkel rendelkezik. Képes önéletrajzot készíteni, vagyis képes írásban összegezni céljait, képességeit, végzettségét, felkészültségét és mindazt, amit az alkalmazónak egy konkrét állással kapcsolatban nyújtani tud.

Gazdasági és pénzügyi nevelés

A tanuló rendelkezik ismeretekkel az euroövezetről, a valutaforgalomról, a tőzsdeindexről, a GDP-ről és ezek hatásairól az ő személyes életében. Törekszik arra, hogy a fejlődési, megélhetési, biztonsági, önérvényesítési, társas szükségleteit minél magasabb szinten, tartalmasabb életvitelben elégítse ki. Felismeri, hogy az egyén életútját a külső tényezők, hatások is nagymértékben befolyásolják, alakítják, melyek végig jelen vannak az emberi élet során. Érti a gazdasági folyamatok összefüggéseit különböző globális problémákkal is. Képes információkat keresni és értelmezni különböző egyéni pénzügyi döntésekkel (pl. befektetések, hitelek) kapcsolatban. Kellő ismerettel rendelkezik ahhoz, hogy számlát nyisson, és azt használja.

Médiatudatosságra nevelés

A tanuló tudatosan választ a tanulását, művelődését és szórakozását segítő médiumok között. Képes a média által alkalmazott figyelemfelkeltő eszközöket, képi és hangzó kifejezőeszközöket értelmezni, médiatartalmakat használni, megfelelő kommunikációs stratégiával rendelkezik a nem kívánatos tartalmak elhárítására.

A tanulás tanítása

A tanuló megtanul jegyzetelni, rendszeresen használja az önálló, áttekinthető, lényegkiemelő jegyzetelési technikát hallott vagy olvasott szöveg alapján. Tisztában van azzal, hogy a jegyzetelés alkotás, hogy a gondolkodás által a meglévő ismeretekből egy új gondolatot hozhat létre. Képes saját tanulási stílusának, erősségeinek és gyengeségeinek megfelelő tanulási stratégiák kialakításával önálló tanulásra. A tanuló ismeri az időmenedzsment jelentőségét, alkalmaz ezt segítő technikákat. Képes a különböző információkat különböző formában feldolgozni és rendszerezni, használ tudásmegosztó és tudásépítő platformokat. A tanulás folyamatában gyakorolja a szóbeli, az írásbeli és a képi kifejezés különböző formáit. A tanuló tud különböző természeti és társadalmi jelenségeket megkülönböztetni, összehasonlítani; alkalmazza a különböző tantárgyakban szerzett ismereteit ezek értelmezésében.

Kulcskompetenciák, kompetenciafejlesztés

Anyanyelvi kommunikáció

A tanuló hétköznapi kommunikációs helyzetekben alkalmazza a különféle beszédműfajok kommunikációs technikáit. Beszélgetés, vita során képes mások álláspontjának értelmezésére, saját véleménye megvédésére vagy korrekciójára. Önállóan olvas és megért nyomtatott és elektronikus formájú irodalmi, ismeretterjesztő, publicisztikai szövegeket. Képes különböző műfajú és rendeltetésű szóbeli és írásbeli szövegek szerkezetének, jelentésrétegeinek

feltárására, értelmezésére és értékelésére. Kritikus és kreatív módon vesz részt az infokommunikációs társadalom műfajainak megfelelő információszerzésben és információátadásban. Felismeri és tudja értelmezni a szépirodalmi és nem szépirodalmi szövegekben megjelenített üzenetrétegeket. Képes szövegalkotásra a társadalmi (közösségi) élet minden fontos területén a papíralapú és az elektronikus műfajokban. Törekszik a nagyobb anyaggyűjtést, önálló munkát igénylő szövegek alkotására. Képes a normakövető helyesírássra, képes az önálló kézikönyvhasználatra. Képes az anyanyelvhez és az idegen nyelvhez kötődő sajátosságok összevetésére az általános nyelvészeti ismereteinek felhasználásával. Képes nem verbális természetű információk adekvát verbális leírására, értelmezésére.

Idegen nyelvi kommunikáció

A tanuló képes tudatos nyelvtanulóként tanulni a nyelvet, és törekszik a célnyelvi kultúra megismerésére. Képes nyelvtudását önállóan fenntartani és fejleszteni, képes az idegen nyelvet saját céljaira is felhasználni utazásai, tanulmányai során. Törekszik arra, hogy egy második idegen nyelven is képes legyen az alapszintű kommunikációra, így teljesíti a többnyelvűség igényét. Valós élethelyzetekben is tudja használni a nyelvet a produktív készségek (írás és beszéd) alkalmazásával is. Megérti a fontosabb információkat a világos, mindennapi szövegekben. Önállóan elboldogul a legtöbb olyan helyzetben, amely a nyelvterületre történő utazás során adódik. Egyszerű, összefüggő szöveget tud alkotni ismert vagy az érdeklődési körébe tartozó témában. Le tudja írni az élményeit, a különböző eseményeket, az érzéseit, reményeit és törekvéseit, továbbá röviden meg tudja indokolni a különböző álláspontokat és terveket.

Matematikai kompetencia

A tanuló követni és értékelni tudja az érvek láncolatát, matematikai úton képes indokolni az eredményeket. Kialakul az absztrakciós, analizáló és szintetizáló képessége. Megérti a matematikai bizonyítást, képes a matematikai szakkifejezéseket szabatosan használni, biztonsággal alkalmazza a megfelelő segédeszközöket. Képes megérteni egyes természeti és társadalmi-gazdasági folyamatokra alkalmazott matematikai modelleket, és ezt tudja alkalmazni a jelenségek megértésében, a problémák megoldásában a mindennapi élet különböző területein is. Felismeri a matematikai műveltség szerepét és fontosságát a valós tények feltárásában, más tudományokban és a mindennapi gyakorlatban is.

Természettudományos és technikai kompetencia

A tanuló ismeretei birtokában megérti a természettudományos-technikai eredmények alkalmazásának szerepét a társadalmi-gazdasági és környezeti folyamatok, jelenségek formálódásában. A technikai fejlődés fontosságának felismerése mellett belátja az alkalmazott technikák és technológiák előnyeit, korlátait és kockázatait. Bővülő ismeretei segítségével, illetve a megfelelő módszerek, algoritmusok kiválasztásával és alkalmazásával képes leírni és magyarázni a természet jelenségeit és folyamatait, felismeri a folyamatok közötti összefüggéseket. Természettudományos tanulmányai végére a tanuló képessé válik arra is, hogy bizonyos feltételek mellett megfogalmazza a természeti-környezeti folyamatok várható kimenetelét. Képes meghatározott szempontoknak megfelelően megtervezni és végrehajtani megfigyeléseket, kísérleteket, és azok eredményeiből reális és helyes következtetéseket levonni. Képes mozgósítani és alkalmazni természettudományos és műszaki műveltségét a tanulásban és a hétköznapi életben felmerülő problémák megoldása során. Belátja a fenntarthatóságot középpontba állító környezeti szemlélet fontosságát, képes és akar is cselekedni ennek megvalósulása érdekében. Egyre jobban megérti a lokális folyamatok és döntések egyes regionális és globális következményeit.

Digitális kompetencia

A gimnáziumban a tanuló képes a számítógép nyújtotta lehetőségek (pl. szövegszerkesztés, táblázatkezelés, prezentációkészítés) igényes, esztétikus, önálló alkalmazására a tanulásban és a mindennapi életben. Nyitott és motivált az IKT nyújtotta lehetőségek kihasználásában. Gyakorlattan kapcsolódik be az információmegosztásba, képes részt venni az érdeklődési körének megfelelő együttműködő hálózatokban a tanulás, a művészetek és a kutatás terén. Felismeri és ki is használja az IKT nyújtotta lehetőségeket a kreativitást és innovációt igénylő feladatok, problémák megoldásában. Kialakul a tanulóban az IKT alkalmazásához kapcsolódó helyes magatartás, elfogadja és betartja a kommunikáció és az információfelhasználás etikai elveit. Felismeri az IKT interaktív használatához kapcsolódó veszélyeket, tudatosan törekszik ezek mérséklésére. Ismeri a szerzői jogból és a szoftvertulajdonjogból a felhasználókra vonatkozó jogi elveket, figyelembe veszi ezeket a digitális tartalmak felhasználása során.

Szociális és állampolgári kompetencia

A tanuló nyitott a személyek és kultúrák közötti párbeszédre. Él a véleménynyilvánítás lehetőségével a közösséget, a társadalmat érintő kérdésekben. Képes érveit megfogalmazni és vitahelyzetben is kulturáltan kifejezni, meghallgatni és elfogadni mások véleményét. Figyelembe veszi és megérti a különböző nézőpontokat, tárgyalópartnereiben bizalmat kelt, és empátiával fordul feléjük. Képes helyes döntéseket hozni, illetve segítséget elfogadni konfliktushelyzetekben. Képes a stressz és a frusztráció megfelelő kezelésére. Tudatosan készül a munka világához kapcsolódó döntéshelyzetek megismerésére. Igyekszik a társadalmi folyamatokról, struktúrákról és a demokráciáról kialakult tudását felhasználva aktívan részt venni az őt érintő közügyekben. Nyitott és érdeklődő a helyi és a tágabb közösségeket érintő problémák iránt, képes a különböző szinteken hozott döntések kritikus és kreatív elemzésére. Pozitív attitűdje alakul ki az emberi jogok teljes körű tisztelete, ideértve az egyenlőség, a demokrácia, a vallási és etnikai sokszínűség tiszteletben tartása iránt, törekszik a személyes előítéletek leküzdésére, képes a kompromisszumra. Kialakul a reális alapokon és ismereteken nyugvó nemzeti identitástudata, a hazához, illetve az Európához való kötődése.

Kezdeményezőképeség és vállalkozói kompetencia Innen folyt.

A tanuló képes csoportos munkavégzésben részt venni, a közös feladatok, az iskolai élethez kapcsolódó problémák megoldása során képes a munka megtervezésére és irányítására, társai vezetésére. Együttműködik társaival, igényli és képes a feladatmegoldást segítő információk megosztására. Vannak elképzelései az egyén társadalmi-gazdasági feladataival, boldogulásával kapcsolatban. Nyitott a gazdaság működéséhez, az egyén gazdasági szerepéhez (pl. vállalkozás) kapcsolódó témák iránt, egyre reálisabb elképzelései vannak saját jövőjét illetően. A pénz, a gazdaság, a vállalkozások világához kapcsolódó témákról szóló vitákban képes ismereteit felhasználva érvelni. Nyitott és érdeklődő a mindennapi életét érintő pénzügyi és jogi kérdések iránt. Mind reálisabban méri fel tevékenysége kockázatait, adott esetben képes ezek vállalására. Problémamegoldó tevékenységét egyre inkább a függetlenség, a kreativitás és az innováció jellemzi.

Esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőképesség

A tanuló felismeri, hogy a művészetek érzelmi, gondolati, erkölcsi, esztétikai élmények, a tapasztalatszerzés forrásai. Tudatosul benne a helyi, a nemzeti, az európai és az egyetemes kulturális örökség jelentősége. Megérti az európai országok, nemzetek és a kisebbségek kulturális sokféleségét, valamint az esztétikum mindennapokban betöltött szerepét. Nyitott műalkotások befogadására, képes a koncertélmények, színházi előadások, filmek és képzőművészeti események önálló feldolgozására, életkorának megfelelő szintű

értelmezésére, ennek során a művekben megjelenített témák, élethelyzetek, motívumok, formai megoldások közötti kapcsolódási pontokat azonosítani, többféle értelmezési kontextusban elhelyezni. A tanuló képes képi, plasztikai, zenei és dramatikus megjelenítésre. Képes makettek, modellek konstruálására, belső terek különböző funkciókra történő önálló átrendezésére. Hajlandó kísérletezni új technikákkal, módszerekkel és anyagokkal.

A hatékony, önálló tanulás

A tanuló rendelkezik a hatékony tanuláshoz szükséges alapvető készségekkel, azaz eszközhasználat szintjén tud írni, olvasni, számolni, továbbá a tanulási folyamatban sokoldalúan tudja használni az IKT-eszközöket. Képes kitartóan tanulni, a figyelmét összpontosítani, képes saját tanulását megszervezni egyénileg és csoportban egyaránt, ideértve az idővel és az információval való hatékony gazdálkodást is. Képes a figyelem és a motiváció folyamatos fenntartására, elég magabiztos az önálló tanuláshoz. A tanulás iránti attitűdje pozitív, ismeri és érti saját tanulási stratégiáit, felismeri szükségleteit és lehetőségeit, készségeinek erős és gyenge pontjait, valamint képes megtalálni a számára elérhető oktatási és képzési lehetőségeket, útmutatásokat, támogatásokat. Képes arra, hogy saját munkáját tárgyilagosan értékelje, és szükség esetén tanácsot, információt, támogatást kérjen.

Egységesség és differenciálás

A nevelési-oktatási folyamat egyszerre egységes és differenciált: megvalósítja az egyéni sajátosságokra tekintettel levő differenciálást és az egyéni sajátosságok ismeretében az egységes oktatást.

Az egyéni különbségek figyelembevételének fontos területe a tehetséggondozás, amelynek feladata, hogy felismerje a kiemelkedő teljesítményre képes tanulókat, segítse őket, hogy képességeiknek megfelelő szintű eredményeket érjenek el és alkotó egyénekké váljanak. A tanuló csak akkor képes erre, ha lehetőséget és bátorítást kap. A megfelelő oktatási módszerek, munka- és tanulásszervezési formák serkenthetik az egyéni különbségek kibontakozását. Az egyéni fejlesztési programok, a differenciálás különböző lehetőségei során a pedagógusok megfelelő feladatokkal fejlesztik a tehetséges tanulókat, figyelik fejlődésüket, és az adott szakasznak megfelelő kihívások elé állítják őket.

A differenciált – egyéni és csoportos – eljárások biztosítják az egyes területeken alulteljesítő tanulók felzárkóztatását, a lemaradás egyéni okainak felderítésén alapuló csökkentését, megszüntetését.

A sajátos nevelési igényű tanulók eredményes szocializációját, iskolai pályafutását elősegítheti a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt történő – integrált – oktatásuk. Esetükben a tartalmi szabályozás és a gyermeki sajátosságok összhangja ugyanolyan fontos, mint más gyermekeknél. Iskolai nevelés-oktatásuknak alapvető célja a felnőtt élet sikerességét megalapozó kulcskompetenciák fejlesztése, az egész életen át tartó tanulásra való felkészítés.

A sajátos nevelési igényű tanulók nevelés-oktatása során a NAT-ban meghatározott és a kerettantervben részletezett kiemelt fejlesztési feladatok megvalósítása javarészt lehetséges, de mindenkor figyelembe kell venni az Irányelv fogyatékosági kategóriákra vonatkozó ajánlásait. Ezért a fejlesztés a számukra megfelelő tartalmak közvetítése során valósul meg és segíti a minél teljesebb önállóság elérését. A fejlesztési követelmények igazodnak a fejlődés egyéni üteméhez. A tartalmak kijelölésekor lehetőség van egyes területek módosítására, elhagyására vagy egyszerűsítésére, illetve új területek bevonására.

A sajátos nevelési igényű tanulók együttnevelésében, oktatásában, fejlesztésében részt vevő pedagógus megközelítése az elfogadás, tolerancia, empátia, és az együttneveléshez szükséges kompetenciák megléte. A pedagógus a differenciálás során figyelembe veszi a

tantárgyi tartalmak – egyes sajátos nevelési igényű tanulók csoportjaira jellemző – módosulásait. Szükség esetén egyéni fejlesztési tervet készít, ennek alapján egyéni haladási ütemet biztosít. A differenciált nevelés, oktatás céljából individuális módszereket, technikákat alkalmaz; egy-egy tanulási, nevelési helyzet, probléma megoldásához alternatívákat keres. Együttműködik különböző szakemberekkel, a gyógypedagógus iránymutatásait, javaslatait beépíti a pedagógiai folyamatokba. A sajátos nevelési igényű tanulók számára szükséges többlétszolgáltatásokhoz tartozik a speciális tankönyvekhez és tanulási segédletekhez, továbbá a speciális gyógyászati, valamint tanulást, életvitelt segítő eszközökhöz való hozzáférés.

A fentiekre vonatkozó konkrét javaslatokat minden fogyatékosági területre vonatkozóan A sajátos nevelési igényű tanulók iskolai oktatásának irányelve [2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről 21. § (11) bekezdés] tartalmazza. Az Irányelv egyaránt vonatkozik a sajátos nevelési igényű tanulóknak a nem sajátos nevelési igényű tanulókkal együtt (integráltan) és a tőlük elkülönítetten (gyógypedagógiai intézményekben) történő nevelésére, oktatására.

Tantárgyi struktúra és óraszámok

Óraterv a kerettantervekhez – 9–12. évfolyam, gimnázium				
Műveltségi területek	9. évf.	10. évf.	11. évf.	12. évf.
Magyar nyelv és irodalom	4	4	4	4
I. Idegen nyelv	3	3	3	3
II. Idegen nyelv	3	3	3	3
Matematika	3	3	3	3
Etika			1	
Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek	2	2	3	3
Fizika	2	2	2	
Kémia	2	2		
Biológia – egészségtan		2	2	2
Földrajz	2	2		
Ének-zene	1	1		
Vizuális kultúra	1	1		
Dráma és tánc/Mozgóképkultúra és médiaismeret	1			
Művészetek*			1	1
Informatika	1	1		
Életvitel és gyakorlat				1
Testnevelés és sport**	5	5	5	5
Tanulásmódszertan	1			
Sporttörténet	1			
Sportági ismeretek		1		
Testnevelés-elmélet			0,5	

Sportegészségtan			0,5	
Edzéselmélet			0,5	
Sport és szervezetei			0,5	
Sportpszichológia				1
Sportetika				1
<i>Osztályfőnöki</i>	1	1	1	1
Szabadon tervezhető órakeret	2	2	5	7
Rendelkezésre álló órakeret	35	35	35	35

*11–12. évfolyamon a négy művészeti tárgy (Ének-zene, Vizuális kultúra, Dráma és tánc, Mozgóképkultúra és médiaismeret) kerettanterveiből szabadon választhatóan tölthető fel a Művészetek órakerete.

**Az 5-8. évfolyamos sportiskolai Testnevelés és sport kerettanterv heti három órára készült. A további két órát – igazodva a Nemzeti alaptantervben a mindennapos testnevelésről szóló rendelkezésekhez – kiváltja a sportiskolába járó tanulók tanórán kívüli sporttevékenysége.

A kerettantervek által előírt tartalmak a tantárgyak számára rendelkezésre álló időkeret kilencven százalékát fedik le. Egy heti öt (évi 180) órás időkerettel rendelkező tantárgy kerettantere tehát heti fél (évi 18) óra szabad időkeretet biztosít a tantárgy óraszámán belül a pedagógusnak, melyet a helyi igényeknek megfelelően a kerettanterven kívüli tantárgyi tartalommal tölthet meg.

TESTNEVELÉS ÉS SPORT

A közoktatás kimeneti szakaszához közeledve a tudatos, rendszeres képzésben megjelenik a testkultúrához tartozó, az általános műveltséget fejlesztő szabály-, élettani, anatómiai, illetve sporttörténeti oktatás, megteremtve a szükséges alapot és lehetőséget a közép- és emelt szintű érettségi vizsga sikeres teljesítéséhez. A testnevelés és sport tartalma – már a kritikus gondolkodásra alapozva – a 9–12. évfolyamon tovább mélyíti és bővíti a sportolás, aktív pihenés alkalmazásához szükséges ismereteket és mozgásos tevékenységeket, kompetenciákat. Megteremti az élethosszig tartó mozgásos tevékenységekhez szükséges felelős döntések elegendő és rugalmasan bővíthető információs készletét.

A kerettantervet a dinamikus komplex rendszerek önszervező tulajdonságának és pedagógiai következményeinek figyelembevételével dolgoztuk ki. Vagyis a kerettanterv mozgásos tartalmakhoz köthető prioritása a tanulók folyamatos alkalmazkodásra készítése a sikeres végrehajtás és eredményesség érdekében. Ennek értelmében a kerettantervben megjelenő alapelv nem a feladatok sokszori végrehajtása a modell-technika kialakításának érdekében, hanem a végrehajtások során felfedezett apró, a mozgássorok változatosságából következő fluktuációkhoz történő alkalmazkodás. Röviden összefoglalva a tanuló alkalmazkodó képességét és nem a mozgásreprodukáló képességét fejlesztjük a kerettantervben megjelenő mozgásos és kognitív tartalmak sikeres akkomodációjának érdekében.

A kerettanterv tananyagának és struktúrájának kialakításánál összefoglalóan a következő szempontokat vettük figyelembe a különböző testgyakorlási formáknál, hogy azok járuljanak hozzá az általános értékrendeken túl a közös és egyéni érdekekhez, valamint erősítsék a tantárgy alapvető motivációs tényezőit: ötletszerzés, élményszerzés, jókedv, dramatika, kaland, testformálás, fogyókúra, kikapcsolódás, feszültség-levezetés, örömszerzés, baráti kör, önmegvalósítás, teljesítménykontroll, sportolási igény stb.

Éppen ezért került előtérbe az általános mozgáskészség és fizikai teljesítőképesség fejlesztése mellett a játékos mozgásfeldolgozás, amely nagymértékben erősíti a tanulók egészséges személyiségfejlődését a mozgás örömein keresztül. A tanterv egy modern szemléletet tükröz, amelyben kiemelt szerep jut az emberi testmozgás esztétikájának, életmód-vonzatainak és a képességfejlesztésnek. A tradicionális sportoktatással párhuzamban jelentős szerepet kap benne a játékpédagógia. A tanterv megvalósításában közreműködő pedagógusnak folyamatosan figyelemmel kell kísérnie tanulóinak testi, fizikai és pszichikus fejlődését, s az iskolai életre kiható életvitelét. Munkájában az eddiginél nagyobb szerepet kell biztosítania a demokratikus szellemű, nyitott téma- és eszközválasztásnak, a nagyobb kínálatnak a testgyakorlási formák területén, és a párbeszédre alapuló interaktív oktatási módszereknek. Ugyancsak kiemelt figyelemmel kell kezelnie a testgyakorlásban rejlő értékeket, amelyek hozzájárulnak a civilizációs ártalmak ellensúlyozásához, a tanulók optimalizált biológiai fejlődéséhez és a korszerű életre való felkészüléshez.

A nyelvi előkészítő osztályok esetén a Testnevelés és sport kerettantervet a nyelvi előkészítő évfolyam kezdetétől folyamatosan kell alkalmazni. Ez esetben a 9–10. évfolyam a nyelvi előkészítőnek és a 9. évfolyamnak felel meg, a 11–12. évfolyamra tervezett tartalmakat pedig a 10–12. évfolyamon (három évre szétosztva) kell megvalósítani. Utóbbi esetben természetesen az órakeret is bővül, amely a táblázatokban az eredeti óraszám alatt, zárójelben olvasható.

9–10. évfolyam

Tematikai egység	1. Torna, RG, aerobik feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés: fittség, játék és versenyzés	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	<p>A tanuló részleges önállósággal gyakorol, önállóan mutat be 3–4 elemből álló gyakorlatot talajon, alapvető elemeket az egyes tanult szereken. Aerobikban zenére össze tud hangolni kargyakorlatokat lépésgyakorlatokkal, alaplépésekkel, haladással is. Biztonsággal lengeti és hajtja át a kötelet. Koncentrált figyelemmel, balesetmentességre törekedve gyakorol, a szabályokról érthetően fogalmazva beszél. A szakkifejezéseket megérti és azokat alkalmazza a beszélgetések során. A gyengébbeknek, a segítségre szorulóknak feltétel nélkül segítséget ad. A sportág élvonaláról alapismeretekkel rendelkezik.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A tornagyakorlatok során az érzékelés, az ütem- és ritmusérzék, a helyzet- és mozgásérzékelés, a tér- és egyensúlyérzék fejlewsztése. Pontosságra, figyelemre nevelés, bátorság, akaraterő erősítése.</p> <p><i>Énkép, önismeret:</i> Saját képességek megismerése, önfejlesztés, önkontroll, önfegyelem, döntésképesség fejlesztése.</p> <p><i>Esztétikai-művészeti tudatosság és kifejezőkészség:</i> Mozgáskultúra fejlesztése, a mozgás örömeinek kialakítása, mozgás és zene összekapcsolása, esztétikus megjelenés.</p> <p><i>Szociális kompetencia:</i> Társas aktivitás, együttműködés, odafigyelés a társakra, segítségnyújtás.</p> <p><i>Anyanyelvi kommunikáció:</i> Verbális utasítások, közlések megértésének fejlesztése.</p> <p><i>Hatékony, önálló tanulás:</i> A testedzés szükségleteinek és lehetőségeinek felismerése, az idő, a távolság és a sebesség becslése, a tapasztalatok felhasználása a feladatok végrehajtásakor.</p> <p><i>Testi és lelki egészség:</i> Egészségtudatosság, edzettség, baleset-megelőzés.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: GIMNASZTIKA <i>Rendgyakorlatok gyakorlása:</i> A testnevelési foglalkozás megszervezésének és levezetésének eszköze. Biztosítja a gyakorlás rendjét, szervezettségét és eredményességét.</p> <p>1. Állások.</p> <p>a. Vigyázzállás (a tanuló zárt sarokkal, 40 fokos szöggel és egyenes testtartással áll).</p> <p>b. Alapállás (a vigyázzálláshoz képest az ujjak lazán hajlítottak).</p> <p>c. Pihenjállás.</p> <p>2. Testfordulatok: 180, 90, 45 fokos fordulatok.</p>		<p><i>Fizika:</i> egyenes vonalú mozgás, periodikus mozgás, gravitáció, tömegvonzás, hatás-ellenhatás törvénye.</p>

<p>3. Menet és futás: a tanulók a rendgyakorlatok végzése során menetben (lépésben) és futásban haladnak.</p> <p>4. Alakzatok és alakzatváltoztatások.</p> <p><i>Gimnasztika és prevenció:</i> Az előző évfolyamok gimnasztikai és célgimnasztikai gyakorlatainak magasabb szintű ismétlése, szükség szerinti javítása.</p> <p><i>Szabadgyakorlatok:</i> A kiinduló helyzeten kívül legfeljebb 4–6 alapformát tartalmazó, 2–4–8–16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok, egyidejű fejlesztő hatásokkal, kiemelten a mély hát- és hasizmok, a függesztő öv, a lábboltozat izomzatának optimális és precíz működése által.</p> <p><i>Kéziszer-gyakorlatok:</i> A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok a mozgásütem változtatásával, a kiinduló helyzet és kartartás változtatásával, a különböző szerek – súlyzó, bordásfal, pad, medicinlabda – alkalmazásával.</p> <p>Kötélmászás mászó kulcsolással, teljes magasságon, függeszkedési kísérlettel (leányok) és függeszkedéssel (fiúk).</p> <p>A lábboltozat süllyedését ellensúlyozó és boltozaterősítő gyakorlatok.</p> <p>Az egyoldalú terhelést megelőző és káros hatásait javító gyakorlatok.</p> <p><i>Légző- és relaxációs gyakorlatok:</i> Ismerje a tanuló a saját testalkatára vonatkozó optimális testtömegértéket.</p> <p>A köredzés kialakításának mennyiségi és intenzitásbeli vonatkozásainak megértése. Terhelésnél a pulzusértékek vizsgálata.</p> <p><i>Társas gyakorlatok:</i> Gimnasztikai gyakorlatok alkalmazása az izommunka jellege szerint (nyújtó, erősítő, ernyesztő-lazító) arányosan, minden testrész mozgásaira kiterjedően.</p> <p><i>Természetes mozgások gyakorlása:</i> Járások, futások, ugrások, összekapcsolva a tornajellegű feladatokkal.</p> <p>Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az 1–8. osztályban elért egyéni szint szerinti fejlődést követő rendszeres kontrollal.</p>	
<p><i>Fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok végzése:</i> Szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan. Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével. Aerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az elrugaszkodás (dobbantás) gyorsaságának fejlesztése. Az egyensúlyozás továbbfejlesztésére a statikus helyzetek időtartamának és bonyolultságának növelése. Az esztétikus mozgások előadásmódját segítésére kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások gyakorlása.</p> <p><i>Testnevelési játékok lebonyolítása tornafeladattal:</i> Az általános iskolában tanultak kombinatív és kreatív alkalmazása. A tematikához tartozó mozgásformák élményszerű és</p>	

<p>cselekvésbiztos felhasználása játékokban, versengésekben, akadálypályákon.</p> <p>TORNA – SPORTTORNA: Célirányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel. Talajon és a helyi tanterv szerint választott legalább 1 szeren, a korábbi követelményeken nehézségben túlmutató mozgásanyag tanulása, gyakorlása egységesen és differenciáltan.</p> <p>SZERTORNA FIÚK SZÁMÁRA: A helyi tantervben meghatározott szeren vagy szereken történik: egységesen az alapformában, differenciáltan a variációkban és az elemek mennyiségében és nehézségi fokában, egyénre szabott segítségadással társak és/vagy tanár közreműködésével, önálló tervezéssel és gyakorlással.</p>	
<p><i>Talaj:</i> Talajtornához a következő mozgáscsoportok motoros tulajdonságainak fejlesztésére, automatizált készségek elsajátítására és azok összecsiszolására van szükség:</p> <ul style="list-style-type: none"> – összekötő elemek (gimnasztikus elemek); – egyensúlyi elemek; – hajlékonysági elemek (tulajdonképpen a különböző ízületek mozgáshatárainak maximális vagy ahhoz közeli kiterjedését foglalják magukban); – erőelemek; – akrobatikus ugrások; – akrobatikus ugrások sorozatban. <p>Az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan. Az egyéni optimum, az önálló bővítés lehetőségének megjelenítése az elemkapcsolatokban, gyakorlatokban. A gyakorlatbemutató rítusa minőségi paraméterek hozzáadásával történik az ellenőrzések során.</p> <p><i>Korlát:</i> Terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállítás, felugrás beterpesztéssel, támasz ülőtartásba, vetődési leugrás, kanyarlati leugrás.</p> <p>A korlátgyakorlat alapvető elemcsoportjai</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Gyakorlatkezdések. b. Statikus elemek. c. Erőelemek (emelések, ereszkedések). d. Dinamikus elemek (támaszok, függések). e. Dinamikus, lendületi elemek: <ul style="list-style-type: none"> – lendület előre, lendület hátra (alaplendület, támaszba, kézállásba, fordulattal); – fordulatok (támlázó, fél-, egész fordulattal); – átfordulások előre, hátra (támaszba, felkartámaszba). 	<p><i>Fizika:</i> az egyszerű gépek működési törvényszerűségei, forgatónyomaték, reakcióerő, egyensúly, tömegközéppont.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> egyensúlyérzékelés, limbikus rendszer, izomérzékelés, elsősegély.</p>

f. Leugrások.

Nyújtó:

Az oktatás során ezt a sokoldalú igényt, amit a nyújtógyakorlatok tanítása támaszt a tanítványokkal szemben, az oktató nem hagyhatja figyelmen kívül. Az eredményes nyújtótornához szükséges motoros képességek fejlesztése a sokoldalú természetes és szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatokkal kezdődnek ugyan, de már ekkor hozzá kell látni a szerhez szükséges speciális tulajdonságok kialakításához, felépítéséhez. A speciális képességek időben történő elmélyítése ugyanis elősegíti, illetve feltételezi a nyújtó mozgásanyagának problémamentes oktatását.

A nyújtógyakorlat alapvető elemcsoportjai:

- a. Gyakorlatkezdések.
- b. Függésben: kelepfelhúzóadás, lendületek, lendületvétel, fellendülések, átlendülések, szökkenések, szaltók függésbe.
- c. Támaszban: ellendülések, fellendülések, kelepforgások, szökkenések.
- d. Kis ívű, nagy ívű forgások előre, hátra.
- e. Fordulatok: piruettek, variációk (180 fokos variációk, vetődés, singfogásos kör).

f. Leugrások.

Gyűrű:

Kéz- és lábfüggések, függések, lefüggések, mellső függőmérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolóadás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.

A gyűrűgyakorlat alapvető elemcsoportjai:

- a. Testhelyzetek (statikus elemek):
 - függésben,
 - támaszban.
- b. Mozgásos erőelemek.
- c. Mozgásos lendületi elemek (dinamikus elemek):
 - lendületek előre, hátra;
 - fellendülések lendülettel előre és hátra;
 - lelendülések;
- d. Forgások támaszból és függésből.
- e. Leugrások.

Ugrás:

Általános és sokoldalú, a lábizomzat fejlesztésére irányuló gyakorlatokat kell végezteni. Futótechnikák alkalmazása megfelelő gyorsasággal. (Vágtatechnika alkalmazása). Le-, fel- és átugrások az ötrészes szekrényen (hosszában). Az ugródeszka hatékony használatához szükséges képességek megszerzése, szökdelésekkel, le-fel ugrásokkal a zsámolyról. Ugrálókötél használata.

Támaszugrásokra rávezető gyakorlatok.

Előkészítő és rávezető gyakorlatok:

- Talajon ugrások lábról a kézre (pl. nyusziugrás, „sánta róka”).
- Mélybeugrás különböző magasságú szerekről (bordásfal, szekrény).
- Talajon felugrás karlendítéssel mellső rézsútos magastartásba,

érkezés hajlított állásba, karleengedéssel oldalsó magastartásba.

- Az előző feladat guggolótámaszból indítva.
- Talajról felguggolás szekrény felső részre vagy zsámolyra, és homorított leugrás.

Lólengés:

Mivel a szer erős, speciális vállövet, fogást és koordinált szorítóerőt igényel, ezért a képzés elején számos természetes gyakorlat felhasználásával tudjuk megteremteni az általános kondicionális alapot (például: mászások, ugrások talajon fekvőtámasz helyzetében, járások négykézláb), amit más kiegészítő szerek bevonásával még eredményesebbé lehet tenni (például: alacsony korlát, szekrény, zsámoly). Speciális képességet igényelnek azok a mozgások, ahol a lendületi elemek közben erővel kell pótolni a láb lendítését olyan tempóban, hogy az hatásában lendületesnek tűnjön. Alaplendületek és felugrások gyakorlása.

SZERTORNA LÁNYOK SZÁMÁRA:

Gerenda:

A gerendán elvégezhető sokféle gyakorlatot a következő lényegesebb szempontok mentén érdemes összeállítani:

- az alátámasztási felület csökkentése;
- a súlypont és alátámasztási pont közötti távolság növelése;
- a testhelyzet változtatása szokatlan, nehezített mozgások (például: járás, szökkenés, szökdelés, fordulat) és helyzetek (például: állás, guggolóállás egy vagy két lábon) közben;
- az előző feladatok egyidejű variálása.

Állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hasonfekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. Szökdelések, lábcserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpez csukaugrás.

Felemáskorlát:

A számos általános erőfejlesztő gyakorlat mellett a támasz- és függőhelyzetek változása különleges helyzetet jelent a szükséges motoros képességek megteremtésében. A támasz vagy függés közben a tanítvány testsúlyának többszörösét is meg kell tartania. Ez különösen nagy fogásszilárdságot igényel ezekben a helyzetekben.

A felemáskorlát-gyakorlat alapvető elemcsoportjai:

- a. Gyakorlatkezdések (felugrások).
- b. Átlendítések támaszból.
- c. Lendületek.
- d. Fellendülések függésből.
- e. Billenés szerkezetű fellendülések.
- f. Fellendülések átfordulással hátra.
- g. Forgások szerkezeti csoportjába tartozó gyakorlatelemek.
- h. Leugrások.

A motoros képességek közül elsősorban az erő szerepét szükséges kiemelni. A felemáskorlát elsősorban erő-állóképességet, gyorsasági erőt igényel, de nagy szerepe van egyes mozgásoknál az ízületi mozgékonyiságnak is. A koordinációs képességek közül elsősorban a

<p>gyorsasági koordináció, kinesztézia és az egyensúlyozó képesség minősége és összhangja határozza meg a korlátgyakorlatok eredményességét. A számos általános erőfejlesztő gyakorlat mellett támaszok, harántülés, térdfüggés, fekvőfüggés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvőfüggésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelepfellendülés támaszba, fordulat fekvőfüggésben, térdfellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvőfüggésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyílugrás.</p> <p><i>Ugrás:</i> Gyakorlás és kontroll a tanuló előzetes tudása és testalkata figyelembevételével! Az általános iskolában tanultak továbbfejlesztése, az első és második ív növelése. Felguggolások – homorított ugrások, vetődések, kanyarlatok, bukfencek, guggoló átugrások, terpeszátugrások, lebegőtámasz.</p> <p><i>Talaj:</i> A női talajtorna mindig is elképzelhetetlen volt gimnasztikai elemek nélkül. A talaj a lányok tornájának legnépszerűbb szere. Ezen a színen kerül kifejezésre leginkább a nőiesség, a szép mozgás, a zene, a lélek és a test harmóniája. Sokat kell gyakorolni a művészi és a gimnasztikai elemek helyes arányát és összhangját. Szintén kihívás az elemek egyéniséget sugárzó kiválasztása és a gyakorlatok megkomponálása. Ezen megállapítás érvényes a tornát csak iskolai szinten művelőkre is.</p> <p>A talajgyakorlatok alapvető elemcsoportjai:</p> <ol style="list-style-type: none"> Gimnasztikus elemek. Egyensúlyi elemek. Hajlékonysági elemek. Erőelemek. Preakrobatikus elemek (pl. gurulások, lábkörzések stb.). Akrobatikus elemek (pl. sorozatugrások). <p>A talajgyakorlat alapvető gimnasztikus, táncos elemcsoportjai (az alábbi csoportosítás a gerendagyakorlatokra is érvényes):</p> <ol style="list-style-type: none"> Egyensúlyi elemek (pl. lebegőállások, mérlegállások). Testsúlyáthelyezések (pl. helyben, haladással). Lépések, járáások (pl. táncos alapjárás, hintajárás, érintőjárás, keringőjárás). Futások (pl. keringőfutás). Szökkenések (pl. szökkenő hármaslépés). Szökdelések (pl. szökdelés helyben térd- vagy saroklendítéssel). Ugrások (pl. két lábról ugrás két lábra, egy lábról ugrás egy lábra, fordulattal végzett ugrások). Fordulatok (pl. egy/két lábon 180/360 fokos fordulattal). 	
<p>RITMIKUS GIMNASZTIKA (LÁNYOK SZÁMÁRA) Az esztétikus, szép és nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások. Célirányos előkészítő és rávezető gyakorlatok, mozgásszabályozó, mozgásalkalmazó, átállító és mozgástanuló jelleggel (testtartás, tágasság, forgásbiztonság stb.). A ritmusérzék fejlesztése, lehetőség önálló zeneválasztásra a szélsőségektől való elhatárolódás mellett.</p>	<p><i>Ének-zene:</i> ritmus és tempó.</p> <p><i>Dráma és tánc:</i> tánc, balett.</p>

<p><i>Szabadgyakorlatok:</i> Tartásos és mozgásos elemek ismétlése, és új, összetett formák gyakorlása: Lábujjállások, terpeszállások, hajlított és guggolóállások, lépő- és kilépő állások, támadó- és védőállások, lebegő- és mérlegállások, nyújtott és hajlított ülések, lebegő ülések, térdelések, térdelőmérlegek, fekvések, kéz és lábtámaszok, ujj- és kartartások és mozgások (lebegtetések, ejtések, fordítások, hullámok), statikus és dinamikus törzsmozgások és lábmozgások.</p> <p><i>Fő mozgások gyakorlása:</i> Testsúlyáthelyezések, járások, futások, szökdelések, ugrások (öt alapforma megkülönböztetése), egyensúlyhelyzetek, forgások, hullámok. Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz.</p> <p><i>Labdagyakorlatok végzése:</i> Fogások, gurítások talajon és testen, labdavezetések változatos vonalon a levegőben, átadások, leütések, dobások, elkapások, labdatartások (kézzel, lábbal, térddel, nyakkal stb.), változatos szabadgyakorlati formák felhasználásával. Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz tanári irányítással (1 perc).</p> <p>AEROBIK (LÁNYOK ÉS FIÚK RÉSZÉRE) Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, a sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok. Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással. Rövid elemkapcsolatok ismétlése magas cselekvésbiztonsággal (20–30 mp folyamatosan). Egyéni és páros koreográfiák gyakorlása, differenciált bővítése önállóságra törekedve, a szükséges minimálisan követelt felhasználásával. Aerobik bemutatók az osztályon belül.</p> <p>TÁNCOS MOZGÁSFORMÁK <i>Történelmi táncok gyakorlása:</i> Előkészítéskor kiemelt tartalom, a tánc során a páros viszony jellemző fogása, testtartása, valamint a női és a férfi szerep jellegzetességei.</p>	
<p><i>Sporttáncok gyakorlása:</i> Csoportos táncformák – helyi tanterv szerint szabad választásban, pl. a Magyar Majorette Szövetség gyakorlatanyaga és egyszerűsített szabályai alapján; alacsony feldobások, twirling 1–2. szint, alacsony feldobások, botok cseréje.</p> <p><i>Néptánc:</i> A magyar néptánc egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai (alkalmazható a Tánc és dráma kerettantervben kidolgozottak szerint).</p>	<p><i>Vizuális kultúra:</i> reneszánsz, barokk.</p> <p><i>Földrajz:</i> Magyarország tájegységei.</p> <p><i>Etika:</i> társas viselkedés, önismeret,</p>

<p>Dunántúli ugrós és csárdás – dudálás, cifra és variációi, lengetők, bokázók, csárdás lépések, ridák, lezárók. Kalocsai mars – fareőr lépés, fércelés, lenthangsúlyos rida, keresztlengető, ugrós motívumok páros és négyes forgással.</p> <p>EGYÉB TORNA JELLEGŰ MOZGÁSFORMÁK: Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, eszközös táncok stb. Törekedjen a tanuló a lebegőtámasszal történő ugrás végrehajtására. A lányoknál alakuljon ki a nőies tartás. Ismerjék meg a gyűrűgyakorlat technikai végrehajtását. Legyenek képesek egymásnak segítséget nyújtani.</p> <p>MOTOROSKÉSZSÉG-FEJLESZTÉS RG LÁNYOKNAK: <i>Előkészítő mozgások:</i> Az RG-re jellemző tartásos és mozgásos gyakorlatelemek elsajátíttatása. Kar- és törzsívek, kar- és törzshullámok. <i>Fő mozgások:</i> Testsúlyáthelyezések különböző irányokba, különböző kar- és törzsmozgásokkal ötvözve. <i>Járások végzése:</i> Alapforma, guggoló-, lábujjon-, sarkon-, érintő-, hintajárások különböző kar-, láb- és törzsmozgásokkal kombinálva. <i>Ritmizált lépések:</i> Keringő-, rida-, zárt és nyitott hármás lépés, váltólépés, különböző kar- és törzsmozgásokkal kombinálva. <i>Futások:</i> térdemelés, sarokemelés kar-, törzsmozgással, fordulatokkal kombinálva. <i>Szökdelések:</i> sarokemeléssel, térdemeléssel, öztartással, kar- illetve törzsmozgásokkal kombinálva, fordulatokkal. <i>Ugrások:</i> sorozatugrások, olló, hajlított olló, öz, hajlított öz, terpesz, bicska, összeugrások. <i>Forgások:</i> lépőforgás, fordulatok, forgások egy lábon. <i>Kötélgyakorlatok:</i> lendítések, lengetések, körzések, nyolcas körzések, áthajtások, dobások-elkapások, pörgetések különböző irányokba.</p> <p>AEROBIK LÁNYOKNAK, FIÚKNAK: Alapállás gyakorlása, 2–4 ütemű alaplépések gyakorlása: járás, sarokérintés, támadólépés, lábujjérintés, kitörés, térdlendítés, keresztlépés. Futás, térdlendítés szökkenéssel, saroklendítés szökkenéssel, oldallendítés szökkenéssel, lábszárlendítés szökkenéssel, terpesz-zár, sasszé, harántszökdelés. Zenére történő mozgás végzése aerobiklépésekkel: egyszerű alaplépések magas ismétlésszámmal, karmunkával, haladással. Alaplépések összekapcsolása.</p> <p>MOTOROSKÉPESSÉG-FEJLESZTÉS: RG LÁNYOKNAK: Az ízületi mozgékonyosság, egyensúlyozó képességek fejlesztése. Az</p>	<p>énkép, jellem, önreflexió, kooperatív munka.</p>
--	---

<p>improvizációs képesség, esztétikai érzék fejlesztése. Nyújtó, erősítő hatású, állóképességet, ritmusérzéklet, izületi mozgékonyt fejlesztő célgimnasztikai gyakorlatok.</p> <p>AEROBIK LÁNYOKNAK, FIÚKNAK: Ritmusképesség-fejlesztés: közismert zene kitapsolása minden ütemre, minden 1. és 5. ütemre stb. Helyben járás közben tapsolás, duplázva stb. A képességfejlesztés hozzájárul a fittség szervi megalapozásához. Az esztétikus, szép és (lányoknak) nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő gyakorlatok. A hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok gyakorlása, a tanultak továbbfejlesztése. A szakkifejezések ismerete és önálló használata. A segítségadáshoz szükséges nyelvi kifejezőmód használata.</p>	
<p>ISMERETEK: A torna szaknyelvének ismerete az életkori sajátosságoknak megfelelően. A szerek biztonságos használatához szükséges ismeretek, a segítségnyújtáshoz szükséges ismeretek. Az erőfejlesztő gyakorlatok végrehajtásához szükséges ismeretek. A torna jellegű feladatmegoldásokban alkalmazott játékok céljának tudatosítása. Házi tornaversenyek rendezésének, a verseny lebonyolításának szabályai. Egyszerűsített pontozás szabályai. A tornához tartozó sportágak szaknyelvének ismerete, az ismeretek folyamatos bővítése. A sportág sajátosságaiból adódó speciális bemelegítés alapismerete, nyújtó, lazító gyakorlatok fontosságának felismerése a sportág által megkívánt lazaság függvényében. Az erősítő és nyújtó gyakorlatok alkalmazásánál támaszkodni kell a tanulók anatómiai ismereteire. A mozgáshibák kijavításának fontossága, az önkontroll elősegítése. A célzatos erőfejlesztő gyakorlatok helyes kiválasztása. Az életkor szenzitív szakaszai és értelmezésük alapismeretei. A sportági versenyek rendezésével kapcsolatos ismeretek elsajátítása, alkalmazása a gyakorlatban az iskolai versenyek rendezésénél. Az egymásnak nyújtott segítségadás verbális és gyakorlati ismeretei, fontosságának felismerése. A segítségadáshoz szükséges nyelvezet alkalmazása, a hibajavítás megértése. A nemek megfelelő mozgásdinamikájának, esztétikájának megismerése.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A balesetmentes gyakorlás szabályainak betartása. Az egymásnak adott segítségnyújtás módjainak ismerete. Figyelem felhívása a nem megfelelő gyakorlatvégrehajtás következményeire. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a</p>	

	magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.
Kulcsfogalmak	Tornászos testtartás, repülő guruló átfordulás, kézenátfordulás, zsugorkanyarlati ugrás, huszárugrás, alaplendület, lefüggés, tornaverseny, pontozás. RG, hintajárás, keringőlépés, hintalépés, ridalépés, olló, őzugrás, bicskaugrás, aerobik, aerob munkavégzés, fitnessz.

Tematikai egység	2. Atlétikai feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 34 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában megismert atlétikus mozgások és a végrehajtásukhoz szükséges koordinációs és kondicionális képességek birtoklása és a mozgások jártasság szintű végrehajtása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az atlétikai mozgások és feladatok jelentőségének megértetése a hétköznapi életben. Az atlétikai mozgások szerepének és jelentőségének megértetése az egészséges életvezetést elősegítő helyzetekben.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Szökdelő iskola:</i> Haladó szökdelés egy-, páros- és váltott lábon. (Pl. haladó szökdelés bal, illetve jobb lábon térdfelrántással.) Sorozatugrások helyből egy és váltott lábon. (Pl. helyből tízes ugrás váltott lábon, duplázó szökdelések.) Sorozatugrás, néhány lépés rásétálásból. (Pl. 4 m rásétálásból ötös ugrás váltott lábon.) Fel és leugrások 3–4 részes ugrószekrényre. (Pl. páros lábról felugrás az ugrószekrényre, majd vissza, folyamatosan.) Zsámolyokon, illetve azok felett történő sorozatugrások (páros és egy lábon). Átugrások 1–2 részes ugrószekrény felett. (Pl. néhány lépés nekifutásból elugrás az ugrólábról, a szekrény átugrása, érkezés a lendítő lábra, kifutással. A gyakorlatot bal, illetve jobb lábról is végre kell hajtani.). Lépcsőzés. (Pl. szökdelés egy lábon egyesével, 3x felfelé, 1x vissza.) <i>Magasugrás:</i> A felugrás és a lendítés összekapcsolása. (Pl. haladó indiánszökdelés hangsúlyozott karlendítéssel. Sorozatfelugrás háromlépésenként, érkezés az ugrólábra.) Magasugrás átlépő technikával néhány lépésből. (Ugrások gumiszalagon, magasugrólécen át bal, illetve jobb lábról is.) Magasugró versenyek meghosszabbított nekifutásból (6–8 lépés) bal, illetve jobb lábról. <i>Távolugrás:</i> Törekvés a jó ritmusú elugrásra. (Pl. néhány méteres magas-térdemeléssel nekifutás és elugrás.) A nekifutás technikájának alakítása. (Pl. futás közben figyelni a helyes törzstartásra, az emelt fejre.) Távolugrás elugró-zónából, rövidebb nekifutásból. Az átlépő technika mellett elkezdődik a flop-technikával való ismerkedés is. (Főleg a 15 évesek.) A nekifutás íven történő végrehajtása. A lendítés és felugrás összekapcsolása. (Például íven futásból</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Fizika:</i> mechanikai törvényszerűségek.</p> <p><i>Biológia:</i> az emberi szervezet működése, energianyeresi folyamatok.</p>

<p>magasugrás átlépő technikával. Vagy: köríven haladva, könnyű futásból háromlépésenként felugrás, érkezés az ugrólábra.) Flop-technika légmunkájának kialakítása. (Pl. helyből, háttal a magasugrómatracnak, páros lábról hátra felfelé felugrás a matracra, gumiszalag és magasugrólécen át is.) Magasugróversenyek átlépő technikával, flop-technikával is.</p> <p>A teljes távolugró nekifutás fokozatos kialakítása. Távolugrás rövid nekifutásból, lépő technikával, gerendáról elugorva, bal, illetve jobb lábról is. A lépő távolugró technika gyakoroltatása emelt elugró helyről. Az utolsó lendítő lábas lépés helyes kivitelezése (súlypont függőleges vetületében történő, telitalpas talajfogásra oktatás). A kar és a láblendítés összekapcsolása elugráskor. (Pl. néhány lépéses nekifutásból elugrás, figyelve a gyors, megállított térd- és karlendítésre.) Távolugróversenyek rövid nekifutásból, bal, illetve jobb lábról, valamint hosszabb nekifutásból.</p> <p><i>Futások:</i></p> <p>Taposófutás, taposófutás haladással előre, hátra, térdemeléses futás, térdemeléses futás előre, hátra, sarokemeléses futás előre, hátra, dzsoggolás, egyik láb térdemelés, míg a másik sarokemelést végez, térdemeléses futás csak bal karral, jobb karral, térdemeléses futás jobb vagy bal kézben nehezékkal, sarokemeléses futás jobb vagy bal lábon nehezékkal. A karmunka ritmusának és tempójának változtatásával (azonos kar és láb, karmunka csak jobb vagy bal karral, karmunka minden második, harmadik lépésre, lassú, közepes, gyors tempóban, előre és hátrafelé).</p> <p>Ismerjék a tanulók a súlylökés versenyszabályait. Ismerjék és tudják a hármasugrás technikáját. Fiúk: 12 méter, lányok: 9 méter.</p> <p>Legyenek tisztában a pályaelhagyások következményeivel. Váljanak képessé ritmusos szökdelésre. Törekedjenek jó eredmény elérésére.</p> <p>Legyenek képesek a 800 méteres távok egymás utáni teljesítésére, fiúk 2:50 perc, lányok 3:05 perc alatt. Pihenőidő: 10 perc. Ismerjék meg és sajátítsák el a gátfutás technikáját. Tudatosuljon a lendítő láb szerepe és feladata a futómunkában. Legyenek képesek lendületszerzéssel szabályos becsúszás végrehajtására.</p>	
<p><i>ISMERETEK:</i></p> <p>A futó-, ugró- és dobó versenyszámok szabályai.</p> <p>A váltófutások szabályai. A váltózóna jelentősége.</p>	
<p><i>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS:</i></p> <p>Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültség szabályozás, öröm.</p> <p>A légmunkához elengedhetetlen proprioceptív érzékelés kialakítása.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Propriocepció, lendítőláb, gátfutás, szabályos becsúszás, versenyszabályok.</p>

Tematikai egység	3. Sportjátékok Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 120 óra
Előzetes tudás	Az általános iskolában megismert sportjátékok technikai elemeinek végrehajtásában való, durva koordinációs szintű jártasság, az alapvető taktikai megoldások ismerete, a korosztálynak megfelelő kondicionális képességek, szabályismeret.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az általános bemelegítés fontosságának tudatosítása és végrehajtásának elsajátítása a labdajáték foglalkozásokra. Sportjáték-specifikus képességfejlesztés. A labdajátékok technikai elemeinek oktatása, tökéletesítése, alkalmazás új szituációkban. A felsorolt 4 sportjátékból két szabadon választott sportjátékban készségszintű ismeretek elsajátítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: <i>Általános technikai, taktikai tartalmak:</i> A sportágnak megfelelő alaphelyzet. Megindulás és megállás. Futás irány- és iramváltoztatással. Felugrások egy és páros lábról. Szabályismeret. – Szabálytalan technikák (lépéshiba, labdavezetési hiba). – Az ellenféllel szembeni szabálytalanságok. – Büntetések.</p> <p><i>Kézilabda:</i> Labdavezetés. Egy- és kétkezes dobásformák. Kapura lövés kitámasztással. Kapura lövés be- és felugrással. Pozíciók szerinti lövésformák (kanyarított lövés, ívelés, bedőléses, bevetődéses, vállmagasság alatti lövésformák, kanyarított lövés). Lövő- és átadócsel, áttemelés, lefordulás. Elzárás - leválás. Cselezés a dobókéz felé és azzal ellentétes irányba. 7m-es dobás. Labdaszerzés (elütés, halászás). Kapus védési technikái. Védekezés ütközéssel, sáncolás. Emberfogásos és területvédekezés zárt és nyitottabb formákban, vegyes védekezési formák. Kézilabda játék.</p> <p><i>Kosárlabda:</i> Megindulás, megállás, sarkazás. Labdavezetés. Kosárra dobások álló helyből és mozgás közben. Fektetett dobás, tempódobás, hárompontos dobás, büntetődobás. Átadási, dobó- és indulócsel. Labdaszerzés (elütés, halászás), lepattanó szerzés. Emberfogásos és területvédekezés. Kosárlabda játék.</p> <p><i>Labdarúgás:</i> Labdaátvitel, labdavezetés. Rúgások társhoz és kapura belsővel, belső csüddel, teljes csüddel és külső csüddel. Büntetőrúgás. Szerelések: labda elhúzás belső csüddel, átlépős csel, hátrahúzó csel, kiforduló csel, rálépős és láblendítő csel, lövő csel. Kapus technikák. Kispályás labdarúgás, 4:1-es, 5:1-es, 1:3:1-es, 2:1:2-es felállítás, rombusz alakzat.</p> <p><i>Röplabda:</i> Kosár- és alkarérintés. Alsó és felső egyenes nyitás. Nyitásfogadás. Feladás. Sáncolás. Leütés.</p>		<p><i>Matematika:</i> logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p> <p><i>Természetismeret:</i> mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.</p>

Az alapvető labda nélküli technikai elemek egyre nagyobb sebességgel történő, jól koordinált végrehajtása különféle kiinduló helyzetekből és lépéskombinációkból. A labdás és labda nélküli technikák minél nagyobb sebességgel történő összekapcsolása. A kondicionális és koordinációs képességek fejlesztése a sportjátékok mozgásanyagának felhasználásával. Tesztgyakorlatok alkalmazása időre és limitált hibázási lehetőséggel. Posztok szerinti képzés. Játékok, versengések, sor- és váltóversenyek.

KÉZILABDA:

Technika

Labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott kézzel, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Különböző irányból és távolságból érkező labdák elkapása helyben és mozgás közben, majd pontos továbbítása levegőben és pattintott átadással is. Kapura lövések labdavezetésből és társtól kapott labdával, kitámasztással, valamint felugrással. Kapura lövések egyszerű lépéskombinációkból. Bedőlések, bevetődések, kigurulások gyakorlása először labda nélkül, később labdával. Kapura lövések a szélső pozícióból. A beálló játékos feladatainak, játéka technikai elemeinek elsajátítása. Induló és testcselek alkalmazása félaktív és aktív védővel szemben. Szabályos ütközés a támadó játékosal. A be-, ki-, szabad- és 7m-es dobások helyes végrehajtása. A kapus alapállása, helyezkedése, védekező kézzel és lábbal, a szemaforteknika megismerése, gyorsindítás.

Taktika

Támadó és védő egymáshoz viszonyított helyzete, helyezkedése. Zárás-leválás szituációk gyakorlása. Emberfogásos, egysoros (6:0) és nyitott (5:1) területvédelem, vegyes védekezői rendszerek. Rendezetlen védelem elleni támadás, lerohanás. Gyors visszarendeződés a védekezésbe. Labdás és labda nélküli helycserék, keresztmozgások. Páros és hármas kapcsolatok.

KOSÁRLABDA:

Technika

Mély és magas labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott kézzel, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Rövid és hosszú indulás, megállások, egy, illetve kettő leütés után. Labdavezetésből és társtól kapott labdával megállás és sarkazás. Különböző irányból és távolságból érkező labdák elkapása helyben és mozgás közben, majd pontos továbbítása levegőben és pattintott átadással is. Fektetett dobás labdavezetésből, kapott labdával mindkét oldalról. Tempódobás gyakorlása párokban, majd labdavezetésből a palánkra. Páros lefutásból tempódobás, a dobás után a társ feladata palánkról lepattanó labda megszerzése. Hárompontos dobások. Induló és testcselek alkalmazása félaktív és aktív védővel szemben. Büntetődobás végrehajtása.

Taktika

Emberfogásos védekezés. Védők helyezkedése a palánk és a támadó közé. Gyors ellentámadás. Páros és hármas lefutások. A második,

harmadik hullám szerepe, jelentősége.

LABDARÚGÁS:

Technika

Labdavezetés ügyesebb, ügyetlenebb és váltott lábbal, iram- és irányváltoztatásokkal, törekedve a labda védőtől távoli oldalon tartására. Különböző irányból és magasságban érkező labda átvétele lábbal, combbal, mellel. Dekázás. Lágú és kemény passzok különböző távolságokra. Játékos passzolási és koordinációs feladatok csoportokban, több játékos együttműködésével, különböző (négyzet, rombusz stb.) alakzatokban. Átadások laposan és ívelten, különböző irányból érkező labda fejelése előre, oldalra. Fejelési gyakorlatok párokban. Megelőző szerelés, a labdaátvétel megakadályozása. Egyszerű cselek passzív és aktív védővel szemben. Szabadulás emberfogásból elfutással és testcsellel. Közeli és távoli kapura lövések helyből, labdavezetésből, valamint cselezés után. Alapvető kapustechnikák megismerése. Alaphelyzet, legördülés, vetődés, a labda elfogása, kirugása, kigurítása.

Taktika

Párharcok különféle taktikai feladatokkal. A kispályás labdarúgás felállási formáinak megismerése. Rögzített helyzetek alkalmazása a játék során. Területnyitás és -szűkítés alkalmazása a támadásban és a védekezésben.

RÖPLABDA:

Technika

A kosár- és alkarérintés helyes technikájának elsajátítása gumi-, majd röplabdával, egyéni és páros gyakorlatokkal. A társ által ívelve, pontosan dobott labda fej fölé játszása, elkapása, a későbbiekben annak pontos visszajátszására való törekvéssel. A labda folyamatos levegőben tartása kosár- és alkarérintésekkel. Alkar- és kosárérintések párokban, fokozatosan nehezedő feltételek mellett. A pontatlanul érkező labdához való gyors igazodás. Alsó egyenes nyitás, alacsony és normál hálomagasságnál, meghatározott célterületekre. Felső egyenes nyitás, alacsony és normál hálomagasságnál, meghatározott célterületekre. Felső egyenes nyitás – nyitásfogadás: egyéni és páros gyakorlatok. Leütés felugrással tartott és pontosan dobott labdából. Egyéni és páros sáncolás. Feladásleütés: tartott, a hálóval párhuzamosan dobott és pontosan feladott labdából. Egyéni és páros sáncolás.

Taktika

Nyitásfogadás csillagalakzatban. Forgákszabály megismerése. Helyezkedés nyitásfogadásnál. Feladás, leütés, ejtés alkalmazása a játékban. A feladó játékos szerepe a játékban. A folyamatos játékra való törekvés.

ISMERETEK:

Technikai és taktikai elemek, szabályok.

A sportjátékok technikai elemei és a taktikai tartalmak szabályok szerinti működtetése a stratégiai célokhoz igazítottan.

<i>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS:</i> Kreativitás, koncentráció. Kreatív, konstruktív részvétel a labdajátékokban. A siker és a kudarc egyéni és csoportos megélése, kezelése. A fájdalomtűrő képesség, a küzdőképesség fejlesztése. A sportolói magatartásformák kialakítása.	
Kulcsfogalmak	Stratégia, taktika, taktikai gondolkodás, játékrendszer, támadási és védekezési rendszer.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	Kreatív, konstruktív részvétel a labdajátékokban. A siker és a kudarc egyéni és csoportos megélése, kezelése. A fájdalomtűrő képesség, a küzdőképesség fejlesztése. A sportolói magatartásformák kialakítása. A sportjátékok technikai elemeinek, taktikai tartalmak szabályok szerinti működtetése a stratégiai célokhoz igazítottan. Figyelem felhívása a nem megfelelő gyakorlat-végrehajtás következményeire. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.
---	--

11–12. évfolyam

Tematikai egység	1. Torna, RG, aerobik feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés: fittség, játék és versenyzés	Órakeret 37 óra (57 óra)
Előzetes tudás	A tanuló tanárai és társai javító kritikáit elfogadva, differenciáltan összeállított gyakorlatait átlagos mozgásbiztonsággal, szükség esetén segítő biztosítással hajtja végre. Az esztétikumot, fegyelmet, feszes testtartást képes a gyakorlatai során érvényesíteni. Képes a mozgáselemek mozgásbiztonságának és a gyakorlás mennyiségének, minőségének oksági viszonyait megérteni és az adott gyakorlatra is alkalmazni. Gyengeségeit képességfejlesztéssel, gyakorlással próbálja ellensúlyozni. Gyakorlási és versenyszituációban kis tanári segítséggel, aktívan tevékenykedik.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<i>Énkép, önismeret:</i> Saját képességek megismerése, önfejlesztés, önkontroll, önfegyelem, döntésképesség fejlesztése. <i>Esztétikai, művészeti tudatosság és kifejezőkészség:</i> Mozgáskultúra fejlesztése, a mozgás örömeinek kialakítása, mozgás és zene összekapcsolása, esztétikus megjelenés. A koordináció, a cselekvésbiztonság, a zenéhez illeszkedő mozgásritmus továbbfejlesztése a tornajellegű és táncos sorozatok során a már	

	<p>ismert és új elem- és motívumkapcsolatokkal is. Az esztétikus mozgás iránti igény erősítése.</p> <p><i>Szociális kompetencia:</i> Társas aktivitás, együttműködés, odafigyelés a társakra, segítségnyújtás. A közös tervezés, kivitelezés során az asszertív kommunikáció fejlesztése. Az önállóság növelése a mozgásrendszer működtetésének más területén is: bemelegítésben, képességfejlesztésben, gyakorlásban, versenyzésben, versenyrendezésben.</p> <p><i>Anyanyelvi kommunikáció:</i> Verbális utasítások, közlések megértésének fejlesztése.</p> <p><i>Hatékony, önálló tanulás:</i> A testmozgás szükségleteinek és lehetőségeinek felismerése, az idő, a távolság és a sebesség becslése, a tapasztalatok felhasználása a feladatok végrehajtásakor.</p> <p><i>Testi és lelki egészség:</i> Egészségtudatosság, edzettség, balesetmegelőzés.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: GIMNASZTIKA: <i>Rendgyakorlatok gyakorlása:</i> A korábbi évfolyamokon gyakoroltak értelemszerű használata. Állások, fordulatok állóhelyben, alakzatok, mozgások zárt rendben, alakzatváltozások variációi változatos arcvonalváltozással, fejlődéssel, szakadozással zenére.</p> <p><i>Szabadgyakorlati alapformájú gyakorlatok végzése:</i> A gimnasztikai gyakorlatok végrehajtása izommunka jellege szerint (nyújtó, erősítő, ernyesztő-lazító), minden testrész mozgásaira kiterjedően – önállóan a gyakorlatok kiválasztásában, gyakorlatsorok összeállításában. Az agonista és antagonisták izmok arányos, harmonikus fejlesztése. Az aktív és passzív izomnyújtás – a hatás elkülönítése.</p> <p>A gyakorlatok variálása szempontjai szerinti változatok: mozgásütem változtatása, kiinduló helyzet és kartartás változtatása, kézi szerek – theraband, gyógylabda, homokzsák stb. – alkalmazása.</p> <p>8–16 ütemű gimnasztikai gyakorlatok, egyidejű mozgáskapcsolatok, aszimmetrikus sorozatok. A különböző erőadagolás változatos gyakorlatai. Természetes mozgások gyakorlása: járások, futások, ugrások összekapcsolva a torna jellegű feladatokkal. Páros, mikrocsoportos támaszok, emelések, egyensúlyi helyzetek kreatív felhasználása gyakorlatokban. Mászások, függeszkedések differenciált követelménnyel, az egyéni fejlődést követő rendszeres kontrollal. Fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok végzése szabadgyakorlati alapformájú és természetes gyakorlatok differenciáltan, egyénre szabottan.</p>	<p><i>Fizika:</i> egyensúly, mozgások, gravitáció, szabadesés, szögelfordulás.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> az izomműködés élettana.</p>

<p>Az ízületi lazaság megtartása, fokozása gimnasztikai és stretching gyakorlatokkal. Erőgyakorlatok az egyén számára optimális ellenállás leküzdésével. Anaerob állóképesség-fejlesztő eljárások a gimnasztika eszközeivel. Az egyensúly gyakorlatai: dinamikus gyakorlatok állásban, térdelésben, guggolásban, ülésben, fekvésben forgómozgásokkal, sorozatban. Az esztétikus mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások.</p>	
<p><i>Akrobatikus gyakorlatok – talajtorna:</i> Tartásos gyakorlategyek gyakorlása: tarkóállás, fejállás, kézállás, mérlegek kéztámasszal, mérlegállások, spárgák, hidak, mozgásos gyakorlategyek gyakorlása: bukfencek különböző irányokba, tarkóbillenés, fejenátfordulás, kézenátfordulás oldalt, vetődések, átguggolások, átterpesztések, lábörzések, dőlések, felállások egységesen az alapformában és differenciáltan a variációkban, az elemek mennyiségének és nehézségi fokának továbbfejlesztése differenciáltan.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – műszabadgyakorlat:</i> Gyakorlás során az egyéni optimum, önálló bővítés megjelenítése az elemkapcsolatokban, sorozatokban. Az esztétikus és harmonikus előadásmód (feszítések, fejtartás, válltartás, spicc) mint minőségi elvárás jelenik meg a hibajavítás, ismétlések során.</p> <p><i>Akrobatikus gyakorlatok – társas talajtorna:</i> Páros és mikrosoportos gyakorlatok önálló összeállítása cselekvésbiztos szinten elsajátított talajtorna elemek kreatív felhasználásával, a szükséges beépített segítségadást tartalmazva.</p> <p>SZERTORNA FIÚK SZÁMÁRA: A helyi tantervben meghatározott szeren vagy szereken történik: egységesen az alapformában, differenciáltan a variációkban és az elemek mennyiségében és nehézségi fokában, egyénre szabott segítségadással társak és/vagy tanár közreműködésével, önálló tervezéssel és gyakorlással.</p> <p><i>Talaj:</i> A mozgások irányát tekintve is sokfélék a gyakorlatok a talajtornában, hiszen előre, hátra, oldalt egyaránt végezhető gyakorlatok, de a test hosszúsági tengelye körül különböző mértékű elmozdulások is történhetnek, támasszal és szabadon egyaránt.</p> <p>Talajtornához a következő mozgáscsoportok motoros tulajdonságainak fejlesztésére, automatizált készségek elsajátítására és azok összecsiszolására van szükség:</p> <ul style="list-style-type: none"> – összekötő elemek (gimnasztikus elemek); – egyensúlyi elemek; – hajlékonysági elemek (tulajdonképpen a különböző ízületek mozgáshatárainak maximális vagy ahhoz közeli kiterjedését foglalják magukban); – erőelemek; 	

<ul style="list-style-type: none"> - akrobatikus ugrások; - akrobatikus ugrások sorozatban. 	
<p><i>Korlát:</i> Terpeszülés, harántülés, nyújtott támasz, hajlított támasz, oldaltámaszok, lebegőtámasz, lebegő-felkartámasz, felkarfüggés, alaplendületek támaszban és felkarfüggésben, beterpesztések, terpeszpedzés, támlázás, szökkenés, fellendülés előre terpeszülésbe, felkarállás, felugrás beterpesztéssel támasz ülőtartásba, vetődési leugrás, kanyarlati leugrás.</p> <p><i>Nyújtó:</i> Kelepfelhúzóadás támaszba, alaplendület, lendület előre 180 fokos fordulattal, ellendülés, alálendülés, keleforgások, térdfellendülés, billenés, támaszból homorított leugrás hátra, alugrás, nyílugrás.</p> <p>Előkészítő és rávezető gyakorlatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Függeszkedés, mászás, és függeszkedésben szökkenés két kötélén. - Bordásfalon vándorfüggeszkedés hajlított függésben, fölfelé-lefelé. - Függésben karhajlítás, hajlított karú függésbe. - Függésben karhajlítás és láblendítés előre. - Függésből kelepfelhúzóadás támaszba. - Függésben a kis lendület hátulsó holtpontján karhajlítás. - Fogásigazítás gyakorlása. - Függésben, kétirányú, közel nyújtott testű, ingamozgásszerű lendület. - Mozgásos elem, lendületi elem, lendület, alaplendület. <p>Változatok, kapcsolatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alaplendület fordulattal. - Kelepfellendülés. - Fellendülés hátra támaszba. - Eresztett szaltó. <p><i>Gyűrű:</i> Kéz- és lábfüggések, függések, lefüggések, mellső függőmérleg, hajlított támasz, nyújtott támasz, alaplendület, lendületvétel, húzóadás-tolódás támaszba, vállátfordulás előre, homorított leugrás, leterpesztés hátra.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kétirányú, közel nyújtott testű ingamozgásszerű lendület függésben, ahol a dinamikus erő kifejtés révén a gyűrűkarika is, mint forgástengely előre-hátra mozog. - Mozgásos elem, lendületi elem, lendület, alaplendület. <p>Változatok, kapcsolatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lendület előre-hátra támaszba. - Vállátfordulás előre-hátra. - Lendület előre lebegőfüggésbe. - Hátralendülethől „homorított” leugrás - Leterpesztés hátra. <p>Előkészítő és rávezető gyakorlatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Csípőhajlítás-nyújtás tarkóállásban. - Talajon tarkóállásból billenés magasított szőnyegre. 	<p><i>Művészetek:</i> az esztétika fogalma.</p>

- Fejbillenés.
- Billenés nyújtón.
- Felkarbillenés korláton.

Ugrás:

A megfelelő technikai végrehajtáshoz közeledve egyre többet kell ugrani a szabályok által meghatározott érkezési helyre, hogy időben kialakuljon azon motoros és pszichés tulajdonságok együttese, amely az eredményes bemutatáshoz szükséges.

Felguggolás a szerre, leugrás függőleges repüléssel.

Előkészítő és rávezető gyakorlatok:

- Talajon ugrások lábról a kézre (pl. nyusziugrás, „sánta róka”).
- Mélybeugrás különböző magasságú szerekről (bordásfal, szekrény).
- Talajon felugrás karlendítéssel mellső rézsútos magastartásba, érkezés hajlított állásba, karleengedéssel oldalsó magastartásba.
- Az előző feladat guggolótámaszból indítva.
- Talajról felguggolás szekrény felsőrészre vagy zsámolyra, és homorított leugrás.

Változatok, kapcsolatok (hosszába vagy keresztbe állított ugrószekrényen).

- Felguggolás lebegőtámaszon keresztül.
- Felugrás különböző feladatokkal (pl. lábterpesztések, fordulatok, forgások).

Lólengés:

A lógyakorlatok oktatása során a helyes mennyiségű munka biztosítása, valamint a sok hiábavaló kísérlet kiküszöbölése érdekében szükséges, hogy mindig az adott követelményeknek megfelelő kiegészítő szert használjunk, melynek megválasztása tervszerű, tudatos munkát igényel.

A lógyakorlatok alapvető elemcsoportjai:

- a. Felugrások.
- b. Ingalendületek terpesztett lábbal.
- c. Körmozgások terpesztett lábbal.
- d. Körmozgások páros lábbal.
- e. Egyéb (pl. támla).
- f. Leugrások.

SZERTORNA LÁNYOK SZÁMÁRA:

Gerendán:

Állások, térdelések, ülések, fekvések, térdelőtámaszok, mérlegek, guggolótámaszok, fekvőtámaszok, támaszban átlendítés, belendítés, hasonfekvésből emelés fekvőtámaszba, térdelőtámaszba, fordulatok állásban, guggolásban. szökdelések, lábcserék, felugrás egy láb át- és belendítéssel, homorított leugrás, terpesz csukaugrás.

A gerendagyakorlatok alapvető elemcsoportjai:

(A gimnasztikus elemek és a táncos mozgásformák

csoportosítását a talajgyakorlatoknál mutatjuk be.)

- a. Gyakorlatkezdések (felugrások).
- b. Testhelyzetek (statikus egyensúlyi helyzetek):
 - állások, guggolások, térdelések, ülések, fekvések, fekvőtámaszok;
 - mérlegek;
 - spárgák;
 - tarkóállások, fejállások, kézállások.
- c. Preakrobatikus elemek (gurulások, fellendülések).
- d. Akrobatikus elemek:
 - ugrások;
 - fordulatok, forgások;
 - gurulások, átfordulások, szabadátfordulások.
- e. Leugrások.

Mellső oldalállásból lábbelendítés oldalülésbe (68. képsorozat).

Elnevezés, csoportosítás:

- Mellső oldalállásból felugrás, egylábás belendítéssel oldalra, haránt oldalülő támaszba.
- Mozgásos elem, lendületi elem, lendítés, belendítés, egy lábbal végzett belendítés, egyenoldalú belendítés.

Felemáskorláton:

Támaszok, harántülés, térdfüggés, fekvőfüggés, függőtámasz, függésből lendítés, átguggolás, átterpesztés fekvőfüggésbe, pedzés, lendület előre-hátra függésben, támaszban lendület lebegőtámaszba, kelepfellendülés támaszba, fordulat fekvőfüggésben, térdfellendülés, guggoló függőállásból fellendülés támaszba, támaszból átfordulás előre fekvőfüggésbe, felugrás támaszba, felugrás függésbe, leugrás támaszból, alugrás, nyilugrás.

- Függésben lábemelések előre-hátra.
- Lábemelések fej fölé bordásfalon, kötélén és nyújtón.
- Csípőhajlítás és nyújtás talajon, illetve bordásfalnál.
- Fogásigazítás gyakorlása.
- Karhúzással, térd- és csípőnyújtással párosuló hátra-felfelé irányuló fellendülés támaszba.
- Mozgásos elem, lendületi elem, fellendülés.
- Mászás bordásfalon, kötélén.
- Guggoló függőállás bordásfalon, fogás fejmagasságban, térdnyújtással törzsdöntés előre, majd csípőnyújtással és karhúzással emelkedés függőállásba.
- A felemáskorlát alsó korlátja előtt függőállás és 2–3 szökdelés után felugrás támaszba.
- Az előző feladat, de a felugrást követően csípőhajlítással és nyújtással ellendülés lebegőtámaszba.
- Támaszban lábbelendítés vagy átlendítés a karfa felett.
- Ellendülés támaszba, kelepforgás hátra.

Bemelegítés a torna gyakorlásához, egyénileg összeállított mozgássor, együttes bemelegítés az önálló mozgássorral.

Ugrás:

Gyakorlás és kontroll a tanuló előzetes tudása és testalkata

figyelembevételével! Az általános iskolában tanultak továbbfejlesztése, az első és második ív növelése.

Gurulóátfordulás előre, hosszába állított szeren:

- Felugrást követő gurulóátfordulás előre a szeren.
- Mozgásos elem, lendületi elem, ugrás, felugrás, gurulóátfordulás előre.

Előkészítő és rávezető gyakorlatok:

- Talajon bukfenc előre.
- Talajon fekvőtámaszból, majd több részes, hosszába állított szekrényen kézzel támaszkodva bukfenc előre.
- Gurulóátfordulás szekrényen, érkezéssel a talajra.
- Magas fekvőtámasz (láb az ugródeszkán, támasz oldalt, a szekrény közelebbi végén. Szökdeléssel az ugródeszkán gurulóátfordulás előre a szekrényen.

Terpeszátugrás:

- Lendületszerzésből páros lábú elugrás, két repülési ív között a szeren végrehajtott lebegőtámaszos átugrás, a támasz után pillanatnyi lábterpesztéssel.
- Mozgásos elem, lendületi elem, ugrás, átugrás, lebegőtámaszos átugrás, terpeszátugrás.

Előkészítő és rávezető gyakorlatok:

- Talajon fekvőtámaszban csípőrugózással elugrás és lábterpesztés a karon kívülre.
- Kismacskaugrás.
- Terpeszátugrás keresztbe állított zsámolyon.
- Guggolótámasz, magastartás, ugrás előre a deszkára lebegőtámaszba, váll-lökés lábterpesztéssel, érkezés az ugródeszka elé hajlított terpeszállásba, karemeléssel oldalsó középtartásba.
- Nyusziugrás, terpeszállás törzsdöntésbe, karlendítéssel magastartásba.
- Fekvőtámasz hosszába állított szekrényen, csípőrugózásból váll-lökés, majd átterpesztés után leérkezés hajlított állásba, karemeléssel oldalsó középtartásba.

Talaj:

Gyakorlás során az egyes elemek és elemkapcsolatok mellett a képességeknek megfelelő akrobatikus sorozatok, gimnasztikai sorozatok, vegyes sorozatok, valamint a tornaszabály szerint előírt gyakorlatok elsajátítása.

Az akrobatikus sorozat esetében az elemek folyamatos, lépés nélküli következése, a gimnasztikai elemek esetében az elemek között egy lépésbetoldással, ha az elem technikája ezt kívánja.

A legtöbb akrobatikus elem elsajátítása változatos rávezető eljárásokkal:

- A szakszerű segítségadás a leghatékonyabb módja a rávezető gyakorlatoknak.
- A kényszerítő helyzet (például: bordásfal, magasabb felület építése szőnyegből, zsámolyból, ugrószekrényből, szőnyegre rajzolt jelek) megkönnyíti, szinte rákényszeríti a tanítványt a technikailag helyes végrehajtásra.

<p>– A technikai tökéletesítés érdekében a nehezített körülmények közötti gyakorlást alkalmazása is szükséges (például: fejen átfordulás alacsonyabb helyről magasabb helyre).</p> <p>RITMIKUS GIMNASZTIKA (LÁNYOK SZÁMÁRA) Az esztétikus, szép és nőies mozgásokat, alakformálást, minőségi interpretálást segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő eljárások megismerése, gyakorlása. A testtartás, tágasság, forgásbiztonság kiemelt továbbfejlesztése. A ritmusérzék továbbfejlesztése, lehetőség az önálló zeneválasztásra, a szélsőségektől való elhatárolódás mellett. Önálló bővítési lehetőség, önálló gyakorlatrészek hozzáadása a minimumhoz, páros és csoportos interpretációk támogatása. <i>Szabadgyakorlatok:</i> A 9–10. osztályban begyakorolt, előkészítő tartásos és mozgásos elemek és fő mozgások alapformáinak ismétlése és új, összetett formák gyakorlása. <i>Kötélgyakorlatok gyakorlása:</i> Egyszerű és keresztezett áthajtások, ugrások és fordulatok áthajtások közben, kötélforgatások, test körül és köré, kötélmozgatások egy kézzel, kötéldobások és elkapások, kötélkörzések függőleges és vízszintes síkban. <i>Karikagyakorlatok gyakorlása:</i> Ugrások és fordulatok karikamozgatás közben, karikaforgatások és átadások egyik kézből a másikba test körül és köré, karikadobások és elkapások, karika áthajtások, karikapörgetések talajon és levegőben, karikakörzések függőleges és vízszintes síkban. Minimumkövetelmény: 10–12 elemből álló elemkapcsolat begyakorlása zenével – a zene ritmusának, dinamikájának megfelelően, ideje 35–45 mp.</p>	
<p>AEROBIK A sportági jelleg – dinamikus, statikus erő, egyensúlyozás, lazaság, ruganyosság és ritmusérzék – megvalósításához szükséges előkészítő és rávezető gyakorlatok. Az aerobik kritériumainak való megfelelés fejlesztése a gyakorlás által: testtartás, mozdulatok precíz végrehajtása, szinkron a zenével és egymással. Aerobikbemutatók az osztályon belül és iskolai szinten egyszerűsített szabályokkal: művészi hatás – esztétikum kidolgozása, kivitel – testtartás, mozdulatok biztonságos végrehajtása, nehézség – dinamikus elemek és statikus erőelemek megfelelő mennyisége és a megvalósítás minősége, gyakorlat felépítése – erőelemek, ugrások és egyensúlyi elemek arányának, sorrendjének értékelési szempontrendszerében jártasság szerzése. Minimumkövetelmény: részvétel egy csoportos aerobik gyakorlatban az egyszerűsített szabályoknak megfelelően.</p> <p>TÁNCOS MOZGÁSFORMÁK</p>	<p><i>Ének-zene:</i> tempó, ritmus.</p> <p><i>Művészetek:</i> romantika, modernitás.</p>

Sporttáncok gyakorlása:

A Magyar Divat- és Sporttánc Szövetség rendszeréhez tartozó, illetve ehhez a rendszerhez kapcsolódó rokon táncok (sztepp, show, akrobatikus, electric boogie, salsa, diszkó, hip-hop, break, mambo, bugg, blues, modern, swing stb.) mozgásrendszerének iskolai alkalmazása a helyi lehetőségek szerint, a helyi tantervben rögzítetten.

Előkészítő tréning és motívumok gyakorlása, motívumkapcsolatok.

A páros viszony jellemző testtartása, a női és a férfi szerep jellegzetessége a tánc során.

Csoportos táncformák, pl. a Magyar Majorette Szövetség gyakorlatanyaga és egyszerűsített szabályai alapján.

Történelmi táncok gyakorlása:

Palotás és keringő – 5–6 motívumból álló rövid koreográfia.

Néptánc gyakorlása:

A magyar néptáncok egyszerűbb motívumai és azok kapcsolatai a Tánc és dráma kerettantervben kidolgozottak szerint.

Szatmári verbunk és csárdás alapmotívumok. Ugrós táncok.

Egyéb torna jellegű és táncos mozgásformák:

A torna jellegű kondicionális és koordinációs képességek és készségek alkalmazása más – a helyi lehetőségek szerint a helyi tantervben rögzített – mozgásrendszerekben.

Gúlatorna, falmászás, gumiasztal, néptánc, eszközös táncok, utcai táncok stb.

MOZGÁSMŰVELTSÉG:

Törekvés a lebegőtámasszal történő ugrás végrehajtására. A nőies tartás kialakítása. A gyűrűgyakorlat technikai végrehajtása. Képesség a segítségnyújtásra.

MOTOROSKÉSZSÉG-FEJLESZTÉS:

RG LÁNYOKNAK:

Előkészítő mozgások: az RG-re jellemző tartásos és mozgásos gyakorlatelemek elsajátíttatása. Kar- és törzsívek, kar- és törzshullámok.

Fő mozgások: testsúlyáthelyezések különböző irányokba, különböző kar- és törzsmozgásokkal ötvözve.

Járások végzése: alapforma, guggoló-, lábujjon-, sarkon-, érintő-, hintajárás. Járások különböző kar-, láb- és törzsmozgásokkal kombinálva.

Ritmizált lépések: keringő-, rida-, zárt és nyitott hármás lépés, váltólépés, különböző kar- és törzsmozgásokkal kombinálva.

Futások: térdemelés, sarokemelés kar, törzsmozgással, fordulatokkal kombinálva.

Szökdelések: sarokemeléssel, térdemeléssel, őztartással, kar-, illetve törzsmozgásokkal kombinálva, fordulatokkal.

Ugrások: sorozatugrások, olló, hajlított olló, öz, hajlított öz, terpesz, bicska, összeugrások.

<p><i>Forgások:</i> lépőforgás, fordulatok, forgások egy lábon. <i>Kötélgyakorlatok:</i> lendítések, lengetések, körzések, nyolcas körzések, áthajtások, dobások-elkapások, pörgetések különböző irányokba.</p> <p>AEROBIK LÁNYOKNAK, FIÚKNAK: Alapállás gyakorlása, 2–4 ütemű alaplépések gyakorlása: járás, sarokérintés, támadólépés, lábujjérintés, kitörés, térdlendítés, keresztlépés. Futás, térdlendítés szökkenéssel, saroklendítés szökkenéssel, oldallendítés szökkenéssel, lábszárlendítés szökkenéssel, terpesz-zár, sasszé, harántszökdelés. Zenére történő mozgás végzése aerobiklépésekkel: egyszerű alaplépések magas ismétlésszámmal, karmunkával, haladással. Alaplépések összekapcsolása.</p> <p>MOTOROSKÉPESSÉG-FEJLESZTÉS: RG: Az ízületi mozgékonyosság, egyensúlyozó képességek fejlesztése. Az improvizációs képesség, esztétikai érzék fejlesztése. Nyújtó, erősítő hatású, állóképességet, ritmusérzékenységet, ízületi mozgékonyosságot fejlesztő célgyimnasztikai gyakorlatok.</p> <p>AEROBIK: Ritmusképesség-fejlesztés: közismert zene kitapsolása minden ütemre, minden 1. és 5. ütemre stb. Helyben járás közben tapsolás, duplázva stb. Az esztétikus, szép és (lányoknál) nőies mozgások előadásmódját segítő kondicionális és koordinációs képességfejlesztő gyakorlatok. A hibajavítás beépítése a mindennapi gyakorlási szokásokba. Versenyszituációkon keresztül a szabályok gyakorlása, a tanultak továbbfejlesztése. A szakkifejezések ismerete és önálló használata. A segítségadáshoz szükséges nyelvi kifejezőmód használata.</p>	
<p>ISMERETEK: A torna szaknyelvének ismerete az életkori sajátosságoknak megfelelően. A szerek biztonságos használatához szükséges ismeretek, a segítségnyújtáshoz szükséges ismeretek. Az erőfejlesztő gyakorlatok végrehajtásához szükséges ismeretek. A torna jellegű feladatmegoldásokban alkalmazott játékok céljának tudatosítása. Házi tornaversenyek rendezésének, a verseny lebonyolításának szabályai. Egyszerűsített pontozás szabályai. A tornához tartozó sportágak szaknyelvének ismerete, az ismeretek folyamatos bővítése. A sportág sajátosságaiból adódó speciális bemelegítés alapismerete, nyújtó, lazító gyakorlatok fontosságának felismerése a sportág által megkívánt lazaság függvényében. Az erősítő és nyújtó gyakorlatok alkalmazásánál támaszkodni kell a tanulók anatómiai ismereteire. A mozgáshibák kijavításának fontossága, az önkontroll elősegítése. A célzatos erőfejlesztő gyakorlatok helyes kiválasztása. Az életkor szenzitív szakaszai és értelmezésük alapismeretei. A sportági versenyek rendezésével</p>	

<p>kapcsolatos ismeretek elsajátítása, alkalmazása a gyakorlatban az iskolai versenyek rendezésénél. Az egymásnak nyújtott segítségadás verbális és gyakorlati ismeretei, fontosságának felismerése. A segítségadáshoz szükséges nyelvezet alkalmazása, a hibajavítás megértése. A nemek megfelelő mozgásdinamikájának, esztétikájának megismerése. Az aerob munkavégzés lényege, az állóképességben betöltött szerepe. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.</p>	
<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: A balesetmentes gyakorlás szabályainak betartása. Az egymásnak nyújtott segítségadás fontosságának felismerése. Figyelem felhívása a nem megfelelő gyakorlat-végrehajtás következményeire. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Tornászós testtartás, repülő guruló átfordulás, kézenátfordulás, zsuporkanyarlati ugrás, huszárugrás, alaplendület, lefüggés, tornaverseny, pontozás. RG, hintajárás, keringőlépés, hintalépés, ridalépés, olló, özugrás, bicskaugrás, aerobik, aerob munkavégzés, fitnesz.</p>

Tematikai egység	2. Atlétikai feladatmegoldások Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 31 óra (48)
Előzetes tudás	A 9–10 évfolyamon elsajátított atlétikai mozgások helyes technikai kivitelezése (pontos, dinamikus, koordinált).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az atlétika mozgások napi rendszerességgel történő végrehajtása. Az egészséges életvezetésben alkalmazott kondicionális és koordinációs képességek tudatos fejlesztése, szinten tartása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>MOZGÁSMŰVELTSÉG: Járás: Az emberi természetes járás mintájának megfelelően. A talp különböző felületein: sarkon, lábujjhegyen stb. –a mozgásban résztvevő boka-, térd-, csípőízületek részleges vagy teljes blokkolásával. A karmunka részleges vagy teljes blokkolásával könyök-, vállízületben. Szökdelés: Bokasúly az egyik lábon. Bokasúly az ugró lábon és a lendítő kar egyikén. A mozgásban résztvevő boka-, térd-, csípőízületek részleges vagy teljes blokkolásával. A karmunka részleges vagy teljes blokkolásával könyök-, vállízületben.</p>		<p>Matematika: logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. Vizuális kultúra: tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció.</p>

Magasugrás:

A nekifutás alakítása (pl. íven futások, a léccel történő elfutások gyakorlása). A felugrás dinamikájának alakítása. A felugrás – lendítés összhang kialakítása. (Pl. Sorozatfelugrások gátak felett. „Akasztófázás”- magasan elhelyezett teniszlabda elütése 3,5,7 lépéses nekifutásból. Magasugrás átlépő technikával, egyenes irányú nekifutással. Magasugrás íven történő nekifutással, átlépő technikával. Néhány lépésből gyors flop-szerű felugrás a magasugróléccel előtt.) A légmunka javítása. (Helyből, háttal, páros lábról felugrás a magasugrómatracra gumiszalag, magasugróléccel át.) Versenygyakorlatok. (Lépéspáronként növelt nekifutásból, íven átlépő technikával. Rövid és teljes nekifutásból, flop-technikával magasugróversenyek.)

Távolugrás:

A teljes nekifutás kialakítása. (A nekifutás technikájának formálása: magas csípőhelyzet, egyenes törzs, szélesebb karmozgás. A nekifutás hosszának fokozatos növelése.) A nekifutás ritmusának javítása. Elugrással egybekötött nekifutás gyakorlás. A nekifutás utolsó 3–5 lépésének további javítása. A lépő távolugró technika fejlesztése. Rövid nekifutásból elugrás, törekvés az elugró láb hátul hagyására, a „sodródási szakasz” megtartásával.)

Felugrás:

A karmunka ritmus- és tempójának változtatásával (azonos kar és láb, karmunka csak jobb vagy balkarral, karmunka minden második, harmadik lépésre. Lassú közepes, gyors tempóban, előre és hátrafelé.)

Futások:

Taposófutás, taposófutás haladással előre, hátra, térdemeléssel futás, térdemeléssel futás előre, hátra, sarokemeléssel futás előre, hátra, dzsoggolás, egyik láb térdemelés, míg a másik sarokemelést végez, térdemeléssel futás csak bal karral, jobb karral, térdemeléssel futás jobb vagy bal kézben nehezéssel, sarokemeléssel futás jobb vagy bal lábon nehezéssel. Ktartó futások 3500 méteren, ritmusváltásokkal. Gyors futások 25 méteres távon, rajtgyakorlatokkal különböző kiinduló helyzetekből.

400 méter teljesítése sorozatban, fiúk 62,00 másodperc, lányok 72,00 másodperc alatt, 8 perc pihenővel.

Dobások:

Egy- és kétkézű dobások 2,5 kilogrammos medicinlabdával. Dobások két kézzel 2 kilogrammos labdával távolságra. Dobások egy kézzel 1 kilogrammos labdával, távolságra törekvéssel. Dobások hason- és hanyattfekvésből 3 kilogrammos, 4 kilogrammos medicinlabdával. Gerelyhajítás 5–7 lépés lendületszerzésből, beszőkkeléssel. Súlylökés háttal felállásból, becsúszással. Versenyek. Legyenek képesek a lendületszerzés sebességét átvinni az ugrások nagyságára. Ismerjék meg a gerelyhajítás alapjait. Ívhelyzet kialakítása, dobóterpesz kialakítása. Ismerjék futás közben a ritmusváltások jelentőségét. Törekedjenek a győzelemre versenyek között. Rendelkezzenek a sorozatszőkdelések végrehajtásához elengedhetetlen láberővel. Tudatosan alkalmazzák a

Természetismeret:

mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.

ritmusváltásokat az állóképességi futó munkájukban. Legyenek képesek a dobások helyes technikai végrehajtására.	
ISMERETEK: Az atlétikai mozgások végrehajtását befolyásoló biomechanikai törvényszerűségek. Annak felismerése, hogy a feladatok során mely biomechanikai törvények befolyásolták a helyes kivitelezést.	
SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Testtudat, önértékelés, önbecsülés, gondolkodás, motiváció, érzelem- és feszültség szabályozás, öröm. Az atlétikai feladatok és mozgások napi jellegű előfordulása a hétköznapi életvitel során egészségmegőrzés jelleggel.	
Kulcsfogalmak	Lassú, közepes, gyors tempó, sodródás, egészségmegőrzés, biomechanikai törvény.

Tematikai egység	3. Sportjátékok Motoros készség- és képességfejlesztés, játék, versenyzés	Órakeret 113 óra (177)
Előzetes tudás	A középiskola 9–10. osztályában megismert sportjátékok technikai elemei, taktikai megoldásai, szabályaik ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A sportjáték-specifikus képességek erősítése. képesség kialakítása önszervező, önálló játék lebonyolítására. A játék vezetésének megismerése és gyakorlása. A sportoláson keresztül megszerzett személyiségvonások jelentőségének tudatosítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
MOZGÁSMŰVELTSÉG: A korosztály mozgásműveltségi tartalma teljesen megegyezik a középiskola 9–10. évfolyamán megismertekkel. A sportjátékok korábban megismert teljes mozgásanyagának komplex javítása. A játékkészség képességháttérének intenzív együttes javítása, olyan speciális képességfejlesztő gyakorlatok alkalmazásával, melyek folyamatosan biztosítják az alkalmazott taktikai tartalmú technikai elemek minél magasabb színvonalú végrehajtását. Különös figyelem fordítása a törzs izomzatának folyamatos fejlesztésére, a gyorsasági erőfejlesztésre, a láb gyorserejének, ugróképességének növelésére, az alap-állóképesség fokozására. A koordinációs képességek, az ügyesség körkörös bővülő képzésével, a technika tökéletesítésével, valamint az erődinamikai feltételrendszer folyamatos fejlesztésével lehetővé kell tenni a korosztályra jellemző általános játékiram fejlesztését.		Matematika: logika, valószínűség-számítás, térbeli alakzatok, tájékozódás. Vizuális kultúra: tárgy- és környezetkultúra, vizuális kommunikáció. Természetismeret: mechanikai törvényszerűségek, az emberi szervezet működése, energianyerési folyamatok.
ISMERETEK: Taktika, stratégia, szabályok, síp- és karjelzések. A sportjátékok magas szintű üzéséhez szükséges motoros képességek. Önálló alapszintű játékvezetés.		

<p>SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS: Siker, kudarc, kitartás, önfegyelem, önkritika, tolerancia. A sportjátékok fizikai, szellemi és érzelmi hatásainak önálló megfogalmazása. A képzési tartalmak lényeglátó felfogása. A siker és a kudarc egyéni és csoportos megélése, kezelése. A hiányosságok felismerése, a hibák önkritikus szemlélete, és a pozitív megoldásra való törekvés kialakítása. A sportolói magatartásformák kialakítása.</p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Edzettség, kondicionális képesség, koordinációs képesség, aerob, anaerob, versenyzés, versenysport, szabadidősport, streetball, strandkézilabda, strandröplabda, rekreáció, egészség, stressz, dopping.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a három évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A sportjátékok fizikai, szellemi és érzelmi hatásainak önálló megfogalmazása. A képzési tartalmak lényeglátó felfogása. A siker és a kudarc egyéni és csoportos megélése, kezelése. A hiányosságok felismerése, a hibák önkritikus szemlélete és a pozitív megoldásra való törekvés. A sportolói magatartásformák betartása. Ismerje fel a tanuló, hogy az feladatok során mely biomechanikai törvények befolyásolják a helyes kivitelezést. Az atlétikai feladatok és mozgások napi jelleggel történő végzése a hétköznapi életvitel során egészségmegőrzés jelleggel. Az aerob munkavégzés lényegének, az állóképességben betöltött szerepének ismerete. Alapismeretek az aerob munkavégzés egészségmegőrzésben betöltött szerepéről. A károsodásokat okozó gyakorlatok ismerete. A társak gyenge oldalának segítése, az erősségek elismerése. Értékfelismerés, önértékelés. Aktív részvétel a sportrendezvények szervezésében. Tájékozottság a tanult versenysportágak versenyrendszeréről, a magyar élsportolók eredményeinek ismerete, figyelemmel kísérése.</p>
--	--

TANULÁSMÓDSZERTAN

9. évfolyam/Nyelvi előkészítő

A 21. század emberétől általános elvárás az élete végéig tartó tanulás. Olyan készségek, képességek kialakítása, fejlesztése a cél, amelyek alkalmassá teszik az embert az új és újabb ismeretek befogadására, a régi tudás korszerűvé tételére. Eredményesen, hatékonyan tanulni nem könnyű. A tanulásmódszertan tantárgy lehetőséget kínál annak megtanítására, hogy hogyan lehet eligazodni a tengernyi információhalmazban, hogyan lehet elválasztani a fontosat a kevésbé fontostól, a jót a rossztól, a hitelest a hiteltelentől, a lényegeset a lényegtelentől. Ehhez nagy segítséget nyújthat olyan tanulási technikák, módszerek megismerése és alkalmazása, amelyek egyaránt alkalmasak a formális és az informális ismeretszerzés megvalósításához. A tanulás tanulása különösen fontos sportoló fiatalok számára, mivel a sportfoglaltságuk miatt jóval kevesebb szabadidővel rendelkeznek nem sportoló társaiknál. Így lényegesen kevesebb idejük marad a tanulásra, tehát feltétlenül fontos számukra a hatékony és eredményes tanulás a tudás megszerzéséért. A tanulásmódszertan tanulásának célja az is, hogy a tanulók ismerjék meg tanulási szokásaikat, képességeiket, és azok ismeretében alakítsák ki új tanulási szokásaikat, melyekkel képességeik is fejlődhetnek. Tanulják meg, gyakorolják és fejlesszék tovább tanulási technikájukat, legyenek képesek különböző tanulásszervezési formákban társaikkal együttműködni.

A tantárgy tanulása a 9. évfolyamon ajánlott akkor is, ha az nyelvi előkészítő évfolyam.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási szokások Hatékony tanulási szokásrendszer kialakítása	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Tanulásra, tanulási motivációra, tanulási szokásokra, tanulási módszerekre vonatkozó ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Helyes tanulási szokások kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Énkép, önismeret. – A tanulás motivációs tényezői. – Tanulási stílusok. – A tanulás ergonómiai feltételei. – Az önálló tanulás tervezése. – A relaxáció. <p>Reális énkép és önismeret kialakítása. A tanulás motivációs tényezőinek, a tanulási stílusoknak a megismerése. Új, hatékony tanulási szokásrendszer megvalósítása.</p>		
Kulcsfogalmak	Énkép, önismeret, motiváció, ergonómia, környezeti nevelés, relaxáció, tanulási terv, teljesítménymotiváltság.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási technikák Hatékony tanulási módszerek, stílusok, szokások alkalmazása	Órakeret 11 óra
Előzetes tudás	Ismert és alkalmazott tanulási módszerek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Hatékony egyéni tanulási technika elsajátítása és alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Rendszerezés. – Vázlatkészítés. – A bevésés technikája. – Skipping. – Összehasonlító elemzés. – A kérdezés technikája. – Problémamegoldó gondolkodás. – Projekt módszer. – A különböző tanulási technikák beépítése és alkalmazása a tanulási folyamatban. 		
Kulcsfogalmak	Definíció, alapelv, rendszerezési technika, prezentálás, megoldási terv, alternatíva.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Tanulási formák Önismeret, együttműködés fejlesztése	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Alkalmazott tanulási módszerek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanulási folyamat eredményességének optimalizálása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Egyéni tanulás. – Páros tanulás. – Kooperatív tanulás. – Brainstorming. – Az egyéni és társas tanulási folyamat megvalósítása. 		
Kulcsfogalmak	Tanulási program, helyzetelemzés, tanulási formák, önismeret, önértékelés.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Beszédművelés	Órakeret 4 óra
Előzetes tudás	Helyesejtési és beszédtechnikai ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Helyes légzéstechnika és verbális artikuláció kialakítása. A tudás szabályos nyelvi kifejezőeszközökkel történő közvetítése.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<ul style="list-style-type: none"> – Légzéstechnikai és artikulációs gyakorlatok. – Helyesejtési gyakorlatok. – Szókincsfejlesztési gyakorlatok. – Olvasási gyakorlatok. – Helyes légzéstechnika és artikuláció alkalmazása. 		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> olvasás, szövegalkotás, beszédtechnika.</p>
Kulcsfogalmak	Légzéstechnika, artikuláció, belégzés, visszatartás, alaplevegő, blattoló és meditatív olvasás.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanuló tanulmányi munkáját önállóan tervezi és végzi. Ismeri a tanulás motivációs tényezőit. Képes új tanulási stratégia kialakítására és alkalmazására. Képes a megtanult kommunikációs szabályok szerinti reprodukálására. Alkalmazni tudja a rendszerezési technikákat. Tud vázlatot készíteni, vázlatjelölések alkalmazásával. Kialakult rendezett írásképe. Alkalmazni tudja az adatkeresési, adatrendszerezési eljárásokat. Képes összehasonlító elemzések leírására. A tanulási folyamatban együttműködő.</p>
--	---

SPORTELMÉLETI ISMERETEK

A sportiskolai nevelés-oktatás, azaz a sportolói pályafutásra való felkészítés szerves része, hogy a tanulók elsajátítsák a szükséges elméleti alapismereteket is az alábbi célok elérése érdekében:

- a Testnevelés és sport műveltségi terület elhelyezése a társadalom szegmensei között;
- az egyes mozgásos cselekvések élettani és pszichológiai hatásainak tudatosítása;
- a sportoló megtanítása önmaga megismerésére; e tudás birtokában képessé tenni az eredménycentrikus versenyzésre és edzéstevékenységre;
- a sportoló megtanítása a sportpályán és az életben is a helyes interperszonális kapcsolatok kialakítására;
- felismertetni a tanulókkal, hogy sportteljesítményük hatékonyabbá válik a megszerzett elméleti tudás felhasználásával;
- belső igénnyé tenni az egészséges életvitelt és a fair-play szellemiségét;
- a sporttörténet és az olimpiai játékok történetének tanításán, tanulásán keresztül a sportolói és nemzeti identitástudat fejlesztése.

A sportelméleti ismeretek egy tantárgycsoportot alkotnak, amelynek tantárgyai egy-egy tematikai egységként jelennek meg. A tantárgyak oktatásának sorrendje felcserélhető az iskola helyi tantervében. Azokban az osztályokban, amelyekben nyelvi előkészítő évfolyam is van, a sportelméleti tárgyak oktatása ez után az évfolyam után kezdődik.

9–10. évfolyam

SPORTTÖRTÉNET

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sporttörténet	Órakeret 32 óra
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A sport és az emberiség egyidejűségének hangsúlyozása. A sportnak mint a mindenkori nevelés egyik legfontosabb elemének megismertetése. A sport vizsgálata társadalom- és politikatörténeti szempontból. A modern sport fejlődésének áttekintése. A mindenkori magyar sport kiemelkedő szerepének hangsúlyozása a világ sportjában. A fair-play szellemiség kialakítása a legnagyobb "sportemberek" életpályájának bemutatásával. A legkiemelkedőbb sportolói teljesítmények megismerése révén követhető példaképek választásának elősegítése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>I. ALAPFOGALMAK</p> <p>1. A sport rendszerezése:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sport, testnevelés, rekreáció, rehabilitáció, – versenysport, tömegsport. <p>2. A sporttal kapcsolatos fogalmak:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sportoló, 		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; vizuális kultúra</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> – atléta, „sportember”; – amatőr, profi; – néző, közönség, szurkoló, – sportpálya, sportpolitika, sportdiplomácia. <p><i>Ötlebtörze.</i></p>	
<p>II. A SPORT EREDETE</p> <p>1. Elméletek a sport eredetéről:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Energiafölösleg-elmélet. Játékelmélet. – Spirituális, szakrális előzmények. <p>2. Az első sportemlékek:</p> <ul style="list-style-type: none"> – I.e. 3. évezred, egyiptomi emlékek. – I.e. 2. évezred, krétai bikaugrás. 	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; vizuális kultúra</i></p>
<p>III. AZ ÓKOR TESTKULTÚRÁJA:</p> <p>1. Pánhellén játékok:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Iszthmoszi játékok. – Püthiai játékok. – Nemeai játékok. – Olümpiai játékok. <p>2. Az olümpiai játékok története:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A játékok háttere, vallási alapjai. – A versenyek színhelye. – Sportágak, versenyszámok. – A játékok a Római Birodalom idejében. – Az ókori olümpiai játékok kultusza. <p><i>Gyűjtőmunka.</i></p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; vizuális kultúra</i></p>
<p>IV. A KÖZÉPKOR TESTKULTÚRÁJA:</p> <p>1. A középkori egyház „sportfelfogása”:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A testkultúra „háttérbe szorulása”. – A középkori iskolák. Higiéniai szokások. <p>2. Sport a középkorban:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Lovagi tornák. – Népi játékok. – Az olimpiai eszme átörökítése. 	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; vizuális kultúra</i></p>
<p>V. A MODERN SPORT KIALAKULÁSA:</p> <p>1. A felvilágosodás korának testkulturális reformjai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A higiéniai szokások változása. – Az egészség értékévé válása. – A testmozgások egészségügyi hatásainak hangsúlyozása. <p>2. Állami szerepvállalás:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Iskolák állami kézbe kerülése. – Nemzeti hadseregek szerepe. – Állami egészségügy. <p>3. A sportágak kialakulása:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az első sportvállalkozások, rekordok. – Egyletek, egyesületek alakulása. – Nemzeti és nemzetközi szövetségek létrejötte. 	<p><i>Sportági ismeretek</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> – Az első hivatalos nemzetközi versenyek. <p>4. A modern sport útjai az első világháború után:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az európai sportélet alakulása. – Az európai diktatúrák sportképe. <p>5. A magyar testnevelés és sport a két világháború között:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az első sporttörvények. – Klebelsberg Kunó és az OTT. – Sporttámogatás és revizionizmus. 	
<p>VI. AZ ÚJKORI OLIMPIAI JÁTÉKOK TÖRTÉNETE</p> <p>1. Az olimpiai eszme újjáélesztése:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Olümpiai ásatások és az első olimpiai törekvések. – A NOB megalakulása és az első újkori olimpiai játékok. – Magyarok az első újkori olimpiai játékokon, a MOB megalakulása. – Az olimpiai eszme életképessége: olimpiai játékok a második világháború kitöréséig. – Magyar sikerek és sikersportágak a második világháború előtt. <p><i>Tablókészítés. Videózás.</i></p> <p>2. Az olimpiai játékok sikertörténete:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az olimpiai eszme túléli a második világháborút. – A hidegháború egyik színtere a sport. A játékok odaítélésének és rendezésének felelőssége. – Az olimpiai játékok árnyoldalai: politika és terror. – Amatőr – profi-kérdés. – Az olimpiai játékok világeseményé válása. Olimpia – média – üzlet – országimázs. Aktuális problémák. <p><i>Tablókészítés. Videózás.</i></p> <p>3. Az újkori olimpiai játékok magyar nézőpontból:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A legsikeresebb olimpiai szereplésünk. – Olimpiai szereplés a forradalom idején. Továbbra is az élmezőnyben. – Régi és új sikersportágaink. – Aktuális kérdések. <p><i>Tablókészítés. Videózás. Gyűjtőmunka.</i></p>	<p><i>Informatika</i></p>
<p>VII. AZ OLIMPIAI JÁTÉKOK LEGNAGYOBB ALAKJAI</p> <p>A legkiemelkedőbb olimpiai teljesítmények. A legnagyobb magyar sportolók:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az első győztesek. – Érdekességek az olimpiai játékokon. – Kimagasló sportteljesítmények. – Kimagasló sportemberi teljesítmények. <p><i>Videózás. Kiselőadás. Meghívott vendégekkel beszélgetés.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Sport, történelem, pánhellén játékok, pentathlon, lovagi torna, egészség, higiénia, testkultúra, sportág, újkori olimpia.</p>

SPORTÁGI ISMERETEK

A *Sportági ismeretek* tantárgy oktatásának kettős célja van. Egyrészt, hogy egy adott sportágat űző diák más sportágak történetével, szabályaival, leghíresebb személyiségeivel is tisztában legyen. Másrészt olyan általános ismereteket közöl, melyek birtoklása nélkül a modern sportéletben aktív szereplőként jelen lévő szakember nem vallhatná magát jól felkészült, széles látókörű szakembernek.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportági ismeretek	Órakeret 32 óra
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A sportágak csoportosítási lehetőségeinek megismertetése. A sportágak szaknyelvének, szakirodalmának megismertetése. A kiemelt sportágak szakágainak, versenyszámainak, versenyszabályainak megismertetése. A sportágak kialakulása történetének, a múlt és jelen legendás sportolójának, a kiemelkedő eredményeknek a megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>I. FORRÁSISMERET</p> <p>1. Fogalmak: A sportágak csoportosításának szempontjai. – Sport-szaknyelv.</p> <p>2. Sport szakirodalom: Önéletrajzok, életrajzok. Feldolgozások. – Tudósítások. <i>Ajánlott irodalom. Forráselemzés.</i></p> <p>3. Sportsajtó: – Írott, – audio, – vizuális, – elektronikus sajtó. <i>Archív felvétel hallgatása, megtekintése.</i></p>		<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i>
<p>II. ATLÉTIKA</p> <p>1. Sportág története: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, rekordok. Legnagyobb magyar sikerek. <i>Videózás.</i></p> <p>2. Sportági ismeretek: Sportág felosztása. Versenyszabályok. – Szakirodalom. <i>Versenylátogatás.</i></p>		<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i>
<p>III. ÚSZÁS</p> <p>1. Sportág története: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, rekordok.</p>		<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i>

<p>– Legnagyobb magyar sikerek.</p> <p><i>Videózás</i></p> <p>2. Sportági ismeretek: Sportág felosztása. Versenyszabályok. Szakirodalom.</p> <p><i>Versenylátogatás.</i></p>	
<p>IV. TORNA</p> <p>1. Sportág története: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók. – Legnagyobb magyar sikerek.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>2. Sportági ismeretek: Sportág felosztása. Versenyszabályok. Szakirodalom.</p> <p><i>Versenylátogatás.</i></p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i></p>
<p>V. LABDAJÁTÉKOK</p> <p>1. Labdarúgás: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Játékszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>2. Vízilabda: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Játékszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>3. Kézilabda: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Játékszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>4. Kosárlabda: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Játékszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>5. Tenisz: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Játékszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i></p>

<p>VI. TRADICIONÁLIS MAGYAR SPORTÁGAK</p> <p>1. Vívás: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>2. Kajak-kenu: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>3 Öttusa: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>4. Sportlövészet: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>5. Ökölvívás: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p> <p>6. Birkózás: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. – Versenyszabályok.</p> <p>7. Cselgáncs: A sportág kialakulásának története. Leghíresebb sportolók, csapatok. – Legnagyobb magyar sikerek. Versenyszabályok.</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i></p>
<p>VII. EGYÉB OLIMPIAI SPORTÁGAK</p> <p>A soron következő nyári olimpiai játékok programjában szereplő – korábban nem tárgyalt – sportágak. Az egyes sportágak története. Kiemelkedő teljesítmények, érdekességek. Versenyszabályok.</p> <p><i>Videózás.</i></p>	

<p>VIII. TÉLI SPORTÁGAK</p> <p>A soron következő téli olimpiai játékok programjában szereplő sportágak.</p> <p>1. Havon űzött sportok: Sportági felosztás. Az egyes sportágak története. Kiemelkedő teljesítmények, érdekességek. Versenyszabályok. – Magyar sikerek. <i>Videózás.</i></p> <p>2. Jégen űzött sportok: Sportági felosztás. Az egyes sportágak története. Kiemelkedő teljesítmények, érdekességek. Versenyszabályok. Magyar sikerek. <i>Videózás.</i></p>	
<p>IX. NEM OLIMPIAI SPORTÁGAK</p> <p>1. Floorball: Játékszabályok. A sportág hazai helyzete. <i>Videózás.</i></p> <p>2. Ultimate Frisbee: Játékszabályok. A sportág hazai helyzete. <i>Videózás.</i></p> <p>3. Rögbi Játékszabályok. A sportág hazai helyzete. <i>Videózás.</i></p> <p>4. Amerikai football: Játékszabályok. A sportág hazai helyzete. <i>Videózás.</i></p> <p>5. Egyéb szabadidősportok: Sportági felosztás. A sportág hazai helyzete. Versenyszabályok. <i>Videózás.</i></p> <p>6. Extrém sportok: Sportági felosztás. A sportág hazai helyzete. Versenyszabályok. <i>Videózás.</i></p> <p>7. Technikai sportok: Sportági felosztás. A sportág hazai helyzete. Versenyszabályok. <i>Videózás.</i></p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i></p>

Kulcsfogalmak	Sport-szaknyelv, sportági felosztás, versenyszabályok.
----------------------	--

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Sporttörténet:</i> A tanulók legyenek tisztában azzal, hogy az egyes történelmi korokban a sport milyen célt szolgált, milyen igényt elégített ki; hogyan alakultak ki, és változtak az egyes sportágak; kik, hogyan befolyásolták, irányították ezeket a folyamatokat. Ismerjék meg a történelemtudomány részeként, hogy milyen szerepet játszott, játszik a sport az emberiség életében, milyen hatással volt és van a sport az egyes társadalmakra, gazdaságra, sőt akár a politikára.</p> <p><i>Sportági ismeretek:</i> A tanulók ismerjék meg a sportágak csoportosítását, csoportosítási szempontjait, a szakirodalmat, szaksajtót. Ismerjék meg a szakirodalomban használatos módszereket. A sportági ismeretekben belül ismerjék meg az olimpiai sportágakat, amelyekben a magyar sportolók szereztek már aranyérmet az újkori olimpiai játékokon.</p>
--	--

11–12. évfolyam

TESTNEVELÉS-ELMÉLET

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Testnevelés-elmélet	Órakeret 16 óra
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A sporttal és a testneveléssel kapcsolatos fogalmak tisztázása. A mozgásszabályozás és mozgástanulás megkülönböztetése. Naprakészség kialakítása a mozgástanulás és mozgásszabályozási modellek elméleti és gyakorlati anyagaiban. A testi nevelés, az iskolai testnevelés és a sport társadalmi funkcióinak tudatosítása. A különböző testmozgások társadalmi, szociális és pedagógiai feltételeinek és következményeinek értelmezése. A történelmi események jelentőségének megbecsülése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>I. ALAPFOGALMAK 1. Testkultúrával kapcsolatos fogalmak: – Érték. Egészség. Kultúra. Sport. – Szomatikus nevelés. Testnevelés.</p>		<p><i>Edzéselmélet; sportegészségtan; sportpszichológia</i></p>
<p>II. RENDSZEREZÉS 1. A testnevelés rendszere: – Intézményes keretek között folyó testnevelés. – Rekreációs testnevelés és sport. – Preventív célzatú testnevelés. – Gyógytestnevelés. 2. Az intézményes keretek között folyó testnevelés: – Általános felkészítés: oktatási intézmények. – Speciális felkészítés: egyesületek, sportiskolák, fegyveres</p>		

<p>testületek, speciális felkészítő intézmények.</p> <p>3. Diákok csoportjai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Normál, könnyített, – gyógytestnevelésre utalt, (mozgásos cselekvések alól) felmentett. 	
<p>III. A TESTNEVELÉS ÉS SPORT CÉLJA ÉS TARTALMA</p> <p>1. Célok:</p> <p>A társadalom által támasztott igények. Életkornak megfelelő testi és lelki igények.</p> <p>2. A testnevelés művelődés-tartalma:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A mozgásos tevékenységek biológiai és pszichikai hatásainak ismerete. A környezet változásainak értékelése. Az egyéni életmód, tevékenység összhangja. – Higiéniai eljárások, szokások ismerete, és a szükséglet kialakítása az egészséges életmódra. – Alapvető viselkedési- és mozgáskészségek elsajátítása. Játék- és sportkultúrában való jártasság kialakítása. 	
<p>IV. SPORT ÉS EGÉSZSÉGVÉDELEM</p> <p>1. A sport aktív és inaktív hatásai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A magyar társadalom sportfelfogása. – A passzív sport fogalma. – A magyar tömeg-, illetve szabadidősport állapota, lehetőségei. <p><i>Példák keresése. Vita.</i></p> <p>2. Az egészségvédelem funkciói, feladatai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A mozgást háttérbe szorító életmód ellensúlyozása. – A munkaártalmak korrigálása. – Az egészséges életre vonatkozó szabályok megismerése. – Az egészség jelentőségének tudatosítása. <p>3. Az egészségvédelem folyamatai, területei:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ismeretszerzés. – Egyéni tapasztalatszerzés. – Személyi, táplálkozási, öltözködési, környezeti, nemi higiénia. – Helyes napirendre nevelés. – Testi tevékenységre, sportra nevelés. – Helyes testtartásra nevelés. 	<p><i>Sportegészségtan; biológia-egészségtan</i></p>
<p>V. A TESTNEVELÉS SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉSE</p> <p>1. A társadalom által támasztott igények:</p> <p>Önállóság, tolerancia, önfegyelem, rugalmasság, nyitottság, leleményesség, kreativitás, valós önértékelés, döntési képesség.</p> <p><i>Ötletroham. Vita.</i></p> <p>2. Befolyásoló tényezők:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az edző. – A testnevelő tanár. – Sporttársak. 	

<p>– „Önfejlesztés”.</p> <p><i>Egyéni példák keresése. Vita.</i></p> <p>3. Az iskolai ifjúság testnevelése: Szent-Györgyi Albert, Nobel-díjas tudós előadása. Elhangzott: az Országos Testnevelési Kongresszuson. 1930. november 22-én Szegeden.</p> <p><i>Forráselemzés. Vita.</i></p>	
<p>VI. A TESTNEVELÉS MŰVELŐDÉSI ANYAGA</p> <p>1. A testnevelés hármas felosztása: Mozgásos cselekvések. Elméleti ismeretek. Járulékos tényezők (infrastruktúra, eszközök, etc.).</p> <p>2. Mozgásos cselekvések csoportosításai: Mechanikai szempont szerint. Mozgásszerkezeti szempont szerint: térbeli, időbeli, dinamikai jegyek. Tanítás-tanulás szempont szerint: generikus, ordinatív, inventív-kreatív mozgások (nyílt-, zárt készség).</p> <p><i>Sportági példák keresése.</i></p>	<p><i>Testnevelés és sport; edzéselmélet</i></p>
<p>VII. MOZGÁSKÉSZSÉG ÉS SPORTTECHNIKA</p> <p>1. Fogalmak tisztázása:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Mozgáskészség. – Technika. – Sporttechnika. – Technikai modell. – Egyéni modell. <p>2. A mozgáskészség csoportjai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Poulton-féle csoportosítás. – Farfell-féle csoportosítás. – Testhossz tengelyéhez viszonyítva. <p>3. Motoros képességek:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Általános alapelvek. – Kondicionális képességek. – Koordinációs képességek. <p><i>Példák keresése.</i></p> <p>4. Terhelés:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Szervezetre gyakorolt hatás. – Környezeti tényezők. – Mutatók. <p><i>Ötletroham.</i></p> <p>5. Képességfejlesztés:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Általános elvek. – Egyéni tapasztalatok. <p><i>Vita.</i></p>	<p><i>Testnevelés és sport; edzéselmélet</i></p>
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Mozgásszabályozás, ideg-izom kapcsolat, mozgástanulás, variábilis gyakorlás.</p>

SPORTEGÉSZSÉGTAN

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportegészségtan	Órakeret 16 óra
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A sportoló és környezte kölcsönhatásainak felismertetése. A felkészülést, sérülés esetén a gyógyulást elősegítő alapvető egészségügyi ismeretek elsajátíttatása, felkészítés az alkalmazásra az edzőmunka és a versenyek során. A sérülések, valamint a káros teljesítményfokozók negatív hatásainak megismertetése. A modern táplálkozástudomány ismeretanyagának elsajátíttatása, felkészítés a tudatos alkalmazásra a táplálkozás, folyadékpótlás során.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>I. ALAPFOGALMAK:</p> <p>1. Egészségtan: WHO alapokmány: „Az egészség nem a betegség hiánya ...” <i>Ajánlott irodalom. Forráselemzés.</i></p> <p>2. Sportegészségtan: A sport környezetének egészségügyi kérdései. A sportolás hatása az ember szervezetére (adaptációs folyamatok), egészségére. Dalmady Zoltán: A sportok egészségügye (1913). <i>Példák keresése a sport hatásaira. Tanulói gyűjtőmunka. Forráselemzés.</i></p>		<i>Biológia-egészségtan</i>
<p>II. EDZÉS, VERSENYZÉS:</p> <p>1. Az edzésfolyamat egészségügyi követelményei: Életkori és nemi sajátosságok, edzésintenzitás, sokoldalúság, adaptáció, környezeti tényezők, terhelés-pihenés aránya (Arndt-Schulz-féle szabály).</p> <p>2. Versenyzés: A versenyzést meghatározó tényezők: technikai tudás, fizikai érettség, szellemi-érzelmi alkalmasság. Rajtállapot, rajtapátia. A bemelegítés jelentősége. <i>Saját sportolói tapasztalatok gyűjtése.</i></p>		
<p>III. TÁPLÁLKOZÁS:</p> <p>1. Sport és táplálkozás: – A sporttáplálkozás mint alkalmazott tudomány. – Kalória, kalóriaszükséglet, alapanyagcsere, direkt és indirekt kalorimetria.</p> <p>2. Mennyit együnk? A különböző sportágak kalóriaszükséglete.</p> <p>3. Mit együnk? – Mennyiségi és minőségi követelmények a táplálkozásban. – Fehérjék, szénhidrátok, zsírok, ásványi anyagok, vitaminok, sók.</p> <p>4. Étrend-összeállítási szabályok: – Fehérjedús táplálkozás, – Szénhidrát-dús táplálkozás.</p>		<i>Biológia-egészségtan; kémia</i>

<p>Táplálékhasznosítás:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Emésztés, felszívódás, – átalakítás a májban, – hasznosítás; – versenyek előtti és utáni táplálkozás. <p><i>Dietetikai szakcikkek gyűjtése, értelmezése.</i></p>	
<p>V. DOPPING:</p> <p>A fair-playnek ellentmondó és egészségileg is romboló hatású jelenségek megismerése a lehető legtöbb szakmai szempontból.</p> <p>1. Fogalma: „testidegen anyag egészséges emberbe juttatása”.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Anabolikus szteroidok, – amfetaminok, – efedrin, – kábítószeres; – dohányzás, alkohol; vérdopping, géndopping. 	<p><i>Kémia; biológia- egészségtan</i></p>
<p>VI. SPORTSÉRÜLÉSEK, BETEGSÉGEK, FERTŐZÉSEK:</p> <p>Sportsérülések ellátása egészségügyi intézményekben.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Rehabilitáció. – Lázas beteg állapot kontraindikciója a sporttevékenységre. – Fertőző betegségek egészségtana. 	
<p>VII. MAGYAR SPORTEGÉSZSÉGÜGY:</p> <p>Szervezeti felépítés.</p> <ul style="list-style-type: none"> – A sportorvosi szakszolgálatok. – A szűrővizsgálatok jelentősége. – A versenyengedélyek feltételei. <p><i>Konzultáció.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Edzés, versenyzés, táplálkozás, dopping, sportsérülések, betegségek, fertőzések, sporttáplálkozás, kalorimetria, fehérjék, szénhidrátok, zsírok, ásványi anyagok, vitaminok, sók, rehabilitáció, szűrővizsgálatok.</p>

EDZÉSELMÉLET

Az edzésméletek magába foglalja az ismereteket (edzéselveket, edzés módszereket, edzéseszközöket, új tudományos felismeréseket, gyakorlati tapasztalatok általánosítását stb.), amelyek a sportteljesítmény fokozására, az elért teljesítményszint fenntartására vonatkoznak. Az edzésméletek a sporttudomány egyik elmélete, amelynek tárgyát a sportedzés folyamatának, az egyéni csúcsteljesítmény elérésének, valamint a versenyzésnek a kérdései alkotják. Szoros kapcsolatban más tudományágakkal vizsgálja a sportbeli felkészülés teljes folyamatát, leírja a teljesítményfejlesztésnek, a személyiség alakításának fő követelményeit. Ezek alapján irányelveket, ajánlásokat tartalmaz a feladatok optimális megoldására. Az edzésméletek nem az egyes érintett tudományos eredmények – sportélettan, sportlélektan, sportpedagógia, biomechanika stb. kutatási eredményei megállapításainak – összegzése, egymás mellé helyezése. Ennél általánosabbat, többet, lényegesebbet jelent. Olyan elmélet ez, amelyben szoros, funkcionális kapcsolatban vannak a különböző tudományterületeinek sajátos eredményei a gyakorlattal. Az edzésméletek feladata főként összegző, integratív jellegű, de feltesz olyan jellegű kérdéseket is, amelyek a társadalomtudományok kutatásait ösztönzik, segítik azok kedvező irányú továbbfejlődését.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Edzéselmélet	Órakeret 16 óra
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az edzéselmélet tudománya területének, céljainak megismertetése. A kondicionális és a koordinációs képességek fogalmának, megjelenési formáinak és fejlesztési lehetőségeinek megismertetése. A versenyhelyzet és a rajtállapot optimalizálásának belső motivációvá tétele. A bemelegítés fontosságának tudatosítása, képesség kialakítása bemelegítő gyakorlatok önálló végzésére. Képesség kialakítása a tanult ismeret tudatos alkalmazására sportolás közben. Annak tudatosítása és értékelése, hogy egy edzésprogram összeállítása és egy sportoló sérülésmentes felkészítése felelősségteljes feladat.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
I. BEVEZETÉS: 1. Az edzéselmélet története: <ul style="list-style-type: none"> – A versenysport kialakulása. – Az edzéselmélet tudományának története. 2. Alapfogalmak: <ul style="list-style-type: none"> – Edzésrendszer, edzés módszer. – Edzéseszközök: <ul style="list-style-type: none"> – pozitív eszközök; – negatív, káros eszközök. 		<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek; sporttörténet</i>
II. TELJESÍTMÉNY ÉS AZ EDZÉS ÖSSZETEVŐI 1. A teljesítmény összetevői. Teljesítőképesség fogalma, részei, képezhetősége. Teljesítőkészség fogalma, részei, nevelhetősége. 2. Edzettség összetevői: <ul style="list-style-type: none"> – motorikus, – pszichés, – fiziológiai, – alkati összetevők. 3. Edzéselvek: <ul style="list-style-type: none"> – motorikus, – pszichés, – fiziológiai, – alkati összetevők. <i>„Arndt-Schulz-féle szabály” értelmezése.</i>		<i>Biológia-egészségtan; testnevelés-elmélet, sportegészségtan, testnevelés és sport</i>
III. TERHELÉS, ELFÁRADÁS 1. Terhelés: <ul style="list-style-type: none"> – Külső terhelés fogalma és paraméterei. – Belső terhelés fogalma és jellemzői. – Terhelés mértéke: optimális, alul-, túlterhelés, túledzés. – Mozgásinger adaptáció. <i>Egyéni példák keresése.</i> 2. Elfáradás:		<i>Biológia-egészségtan; testnevelés-elmélet, sportegészségtan, testnevelés és sport</i>

<ul style="list-style-type: none"> - szakaszai, területei. 	
<p>IV. KONDICIONÁLIS KÉPESSÉGEK</p> <p>1. Fogalmak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erő, állóképesség, gyorsaság, ízületi mozgékonyaság. - Izom, izom működése. <p>2. Állóképesség:</p> <p>Osztályozás energiafelhasználás szerint:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aerob, - anaerob alaktacid, - anaerob laktacid állóképesség. <p>Állóképesség fajtái:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hosszútávú-, - erő-, - középtávú-, - gyorsasági-, - rövidtávú-, - pszichés állóképesség. <p>Állóképesség fejlesztésének módszerei:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aerob hatású módszerek, - anaerob hatású módszerek. - Limitáló tényezők. <p><i>Táblázatba rendezés.</i></p> <p>3. Gyorsaság:</p> <p>Megnyilvánulási formái:</p> <ul style="list-style-type: none"> - reakció-, - mozdulat-, - mozgásgyorsaság. <p>Gyorsaság fejlesztésének módszerei.</p> <p><i>Sportági példák gyűjtése.</i></p> <p>4. Erő:</p> <p>Erő osztályozása az ellenállás nagysága szerint.</p> <p>Erőfejlesztés:</p> <ul style="list-style-type: none"> - általános jellemzők, - módszerek, - életkori jellemzők, - szabályok. <p><i>Sportági példák felsorolása.</i></p> <p>5. A kondicionális képességek komplexitása:</p> <p>Erő, állóképesség, gyorsaság összefüggései.</p> <p><i>„Képességek piramisának” értelmezése. Fritsch (1977).</i></p> <p>6. Ízületi mozgékonyaság:</p> <p>Az ízületi mozgékonyaság fajtái:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktív- passzív, - statikus-dinamikus, 	<p><i>Biológia-egészségtan; testnevelés-elmélet; sportegészségtan; testnevelés és sport; fizika</i></p>

<ul style="list-style-type: none"> – speciális hajlékonyság. <p>Az ízületi mozgékonyaság fejlesztésének módszerei:</p> <ul style="list-style-type: none"> – nyújtó hatású gimnasztika, statikus nyújtás. 	
<p>V. KOORDINÁCIÓS KÉPESSÉGEK</p> <p>1. Mozgáskoordináció:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Fogalommagyarázat. Jellemzők. – Koordinációs képességek fajtái. Célmeghatározás. <p>2. Mozgástanulás:</p> <p>Fázisai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – kognitív, – asszociációs, – automatizációs fázis. <p><i>Hibajavítás.</i></p> <p>3. Mozgásszabályozás:</p> <p>A fogalom tisztázása.</p> <p><i>Egyéni példák keresése.</i></p> <p>4. Mozgásátalakítás:</p> <p>A fogalom tisztázása.</p> <p>5. Mozgáskészség:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Mozgáskészség jellemzői. – Zárt jellegű mozgások. – Nyílt jellegű mozgások. <p>6. Fogalmak</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ügyesség, technika, stílus. – Stratégia. – Taktika. 	<p><i>Testnevelés és sport; testnevelés-elmélet</i></p>
<p>VI. VERSENYZÉS</p> <p>1. Edzés és versenyzés összefüggései:</p> <p>Szemponatok:</p> <ul style="list-style-type: none"> – idő, – kockázat, – teljesítmény, – külső környezet. <p><i>Összehasonlítás. Táblázatba rendezés.</i></p> <p>2. Versenyhelyzet:</p> <p>Versenyhelyzet elemzésének szempontjai.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Versenyzési motívumok. – Versenyzési konfliktusok. <p>3. Rajtállapot:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Rajt készség. – Rajt láz. – Rajt apátia. <p><i>Egyéni példák keresése.</i></p>	<p><i>Sportpszichológia</i></p>
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Felkészítés, éves tervezés, mikrociklus, makrociklus, alapozás, formaidőzítés.</p>

SPORT ÉS SZERVEZETEI

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sport és szervezetei	Órakeret 16 óra
Előzetes tudás	A sporttal és a versenyzéssel kapcsolatos alapvető ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A magyar sport szervezeti felépítésének áttekintése. A legfontosabb sportszervezetek és sportvezetők megismertetése. A hazai és a nemzetközi sportdiplomácia működési mechanizmusának alapszintű értelmezése. Sportkontroll-ismeretek elsajátítása. Alapvető sportszervezési ismeretek közvetítése. Képesség kialakítása egy sportverseny, illetve sportrendezvény menetrendjének önálló megtervezésére az alapvető versenyszervezési szabályok ismeretében. Az alapvető menedzseri személyiségi jegyek kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
I. SPORT A TÁRSADALOMBAN A sport helye a magyar társadalomban: <ul style="list-style-type: none"> – Célok. – Folyamatok. – Szervezet. – Eredmény és értékelés. A sportélet területei és jellemzői: <ul style="list-style-type: none"> – Iskolai testnevelés – személyiségformálás. – Szabadidő sport – életmód-alkítás. – Versenysport – teljesítményfokozás. 		<i>Testnevelés-elmélet</i>
II. MAGYAR SPORTTÖRVÉNYEK Áttekintő jogtörténet: Az 1913. évi „Lex Gerenday” és az 1921. évi „A testnevelés-ről...” szülő törvények. A „szocialista testkultúra” szervezeti háttere. A 2004/1. törvény a sportról: <ul style="list-style-type: none"> – A dokumentum szerkezeti felépítése. – A sporttörvény tartalma. – A 2011. évi sporttörvényt érintő lényeges változások. Nemzeti sportszövetségek, alapítványok Vezető testületek hierarchiája, struktúrája, pénzügyi háttere.		
III. A MAGYAR SPORT HIERARCHIKUS FELÉPÍTÉSE 1. Sportegyesületek. 1989. évi II. Törvény a sportegyesületek felépítéséről. 2. Sportági szakszövetségek. 1996. évi LXIV törvény a sportági szakszövetségekről. 3. Tendenciák. Aktuális sportstratégiák.		
IV. A MAGYAR SPORT AKTUÁLIS HELYZETE 1. Infrastruktúra:		

<p>Létesítmények száma és állapota az Európai Unió átlagaihoz viszonyítva.</p> <p>2. Anyagi háttér:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A sportra szánt állami támogatás. – A sportra jutó pénzek elosztása. – Szponzorációból befolyó pénzek. <p>3. Szakemberképzés:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Testnevelő tanár képzés. – Sportoktató és edző képzés. – A „Bolognai” oktatási rendszer. 	
<p>V. UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉS</p> <p>1. Az utánpótlás-nevelés szervezeti felépítése:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Iskolarendszer. – Diáksport. – Sportegyesületi szakosztályok. – Korosztályos versenyrendszerek. – Korosztályos válogatottak. <p>2. Diáksport:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Diáksport bizottságok. – Diáksport tanácsok. – Magyar Diáksport Szövetség. 	
<p>VI. SPORTSZERVEZÉS</p> <p>1. Alapelvek:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Célkitűzés, tervezés, lebonyolítás sorrendisége. – Elemzés fontossága. – Felelősség kérdése. <p>2. Események szervezése:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Szempontok. – Szervezés szakaszai. – Költségvetés. <p>3. Versenyrendezés:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Előkészítés. – Lebonyolítás. – Utómunkálatok. <p>4. Sportesemények dokumentumai:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Versenynaptár. – Szervezési terv. – Forgatókönyv. – Versenykiírás. – Jegyzőkönyv. – Gazdasági elszámolás. – Egyéb dokumentumok. 	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat</i></p>
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Sport, sporttörvény, sportegyesület, sportági szakszövetség, diáksport, sportszervezés, versenyrendezés, sportesemények dokumentumai.</p>

SPORTPSZICHOLÓGIA

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sportpszichológia	Órakeret 32 óra
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Olyan alapismeretek elsajátítása, amelyek alkalmassá teszik a sportolót tehetsége minél teljesebb kibontakoztatására. Eligazodás a legfontosabb pszichológiai, sportpszichológiai alapfogalmak rendszerében. A sportteljesítményeket befolyásoló legfontosabb pszichológiai tényezők, törvényszerűségek megismertetése. Annak tudatosítása, hogy a sportban a fizikai képességek mellett a mentális képességeknek is meghatározó szerepük van. Segítségnyújtás ahhoz, hogy a sportteljesítmény optimális fokozása a személyiség harmonikus fejlődése, fejlesztése mellett legyen elérhető. Felkészítés az ismeretek hatékony alkalmazására a sportolói gyakorlatban. Konfliktuskezelés fejlesztése. Technikák elsajátíttatása a rajtláz és a rajtapátia kezelésére. Saját lelki erősségek és gyengeségek felismerése és módszerek alkalmazása a változtatásra. Nyitottság kialakítása további pszichológiai ismeretek megszerzésére.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>I. BEVEZETÉS A PSZICHOLÓGIÁBA – SPORTPSZICHOLÓGIÁBA</p> <ul style="list-style-type: none"> – A pszichológiai ismeretek szerepe és jelentősége a sportoktatók tevékenységében. – A pszichológia feladata, tárgya, főbb nézőpontjai, módszerei. A sportpszichológia tárgya, főbb módszerei. <p><i>Tapasztalatok, megfigyelések összegyűjtése.</i></p>		
<p>II. A MEGISMERÉS: A megismerés folyamatának pszichikus funkciói, szerepük a sporttevékenységben:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Érzékelés, észlelés és a sport. Emlékezet, képzelet, gondolkodás, és szerepük a sportban. – Tanulás és alapformái, mozgástanulás. Intelligencia, kreativitás, sport-eredményesség. <p><i>Az emlékezet torzításai. (Bartlet-kísérlet.)</i></p>		<p><i>Edzéselmélet; biológia-egészségtan; testnevelés-elmélet</i></p>
<p>III. A TEVÉKENYSÉG: Sporttevékenység pszichikus energiái:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Figyelem, koncentráció. – Érzelmek, érzelmi intelligencia. – Motiváció, teljesítmény-motiváció. – Fenti funkciók jelentősége a sporttevékenységben. <p><i>Koncentrációs gyakorlatok. Figyelemvizsgálat. Igényszintjáték.</i></p>		<p><i>Testnevelés és sport; edzéselmélet</i></p>

<p>IV. KÖRNYEZET: Személyiség – tevékenység, valamint kölcsönhatásuk a sportban:</p> <ul style="list-style-type: none"> – A személyiség fogalma. Személyiségelméletek. A személyiség mérése. A sportolói és az edzői személyiség. A sporttevékenység személyiségfejlesztő hatásai. – A környezet és a személyiség kölcsönhatása. – Belső környezet, pszichológiai egyensúly, – testi-lelki-szellemi harmónia. – A környezet alakítása, a környezethez való alkalmazkodás. <p><i>Sportolói személyiségteszt kitöltése.</i></p>	
<p>V. TÁRSAS JELENSÉGEK A SPORTBAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Társas serkentés és gátlás, együttműködés és versengés. – Csoportdinamika, csapatépítés, légkör, kohézió. – Az edző, mint vezető. – A nézők, szurkolók szerepe. – Hazai pálya előnye vagy hátránya. – Agresszió a sportban. <p><i>Társas serkentés és gátlás (kísérlet). Csapat Értékelő Eljárás (sportcsoporthoz vizsgálata).</i></p>	<p><i>Edzéselmélet</i></p>
<p>VI. AZ EDZÉS ÉS VERSENYZÉS PSZICHOLÓGIÁJA:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sportági sajátosságok, sportági profilok, a teljesítmény fizikai és mentális követelményei. – Stressz, szorongás, arousal. – Kiegészítés, túledzés, sportártalmak, sérülések, a rehabilitáció pszichés segítése. – Addiktív viselkedés (drog, dopping) és prevenció. – Optimális versenyállapot. Versenyszorongás, önbizalom, önszabályozó technikák. <p><i>Versenyszorongás-skála. Sportolói megküzdés-kérdőív kitöltése. Relaxációs gyakorlat.</i></p>	<p><i>Sportegészségtan; edzéselmélet</i></p>
<p>Kulcsfogalmak</p>	<p>Stressz, szorongás, kiegészítés, agresszió, érzelem, motiváció, sportpszichológia, drog, dopping, prevenció, arousal.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Testnevelés-elmélet:</i> A társadalom által támasztott igények kialakulása a tanulóknál. Az életkornak megfelelő testi és lelki igények kialakulása. A mozgásos tevékenységek biológiai és pszichikai hatásainak ismerete. A környezet változásainak értékelése. Az egyéni életmód, tevékenység összhangjának kialakulása. Higiéniai eljárások megismerése, szokások ismerete, és a szükséglet kialakulása az egészséges életmódra.</p> <p><i>Sportegészségtan:</i> Az alapvető egészségügyi ismeretek elsajátítása a felkészüléshez, sérülés esetén a gyógyuláshoz. A lehetséges sérülések, valamint a káros teljesítményfokozók negatív hatásainak ismerete. A modern táplálkozástudomány ismeretanyagának elsajátítása, tudatos alkalmazása.</p> <p><i>Edzéselmélet:</i></p>
--	---

	<p>A tanulók legyenek tisztában az edzésmélet tudományának területével, céljaival. A tanulók ismerjék a kondicionális és a koordinációs képességek fogalmát, megjelenési formáit és fejlesztési lehetőségeit. A versenyhelyzet és a rajtállapot optimalizálásának szükségessége váljon belső motivációvá. A tanulóknak tudatosodjon a bemelegítés fontossága, önállóan is legyenek képesek bemelegítő gyakorlatokat végezni. Legyenek képesek az edzésmélet tantárgyból tanult ismereteiket sportolás közben tudatosan alkalmazni, és rendszerbe helyezni a saját maguk által végzett munkában (edzésen.) Tudják, hogy milyen szempontok alapján kell és szükséges megtervezni egy hatékony, éves edzésmunkát.</p> <p><i>Sport és szervezetei:</i></p> <p>Ismerjék meg a magyar sport intézményeinek bonyolult rendszerét. Legyenek képesek tanári segítséggel iskolai sportrendezvények megszervezésére és lebonyolítására. Legyenek képesek versenykiírás elkészítésére, ismerjék egyesületük alapszabályainak legfontosabb összetevőit.</p> <p><i>Sportpszichológia:</i></p> <p>Eligazodás a legfontosabb pszichológiai, sportpszichológiai alapfogalmak rendszerében.</p> <p>A sportteljesítményeket befolyásoló legfontosabb pszichológiai tényezők, törvényszerűségek ismerete.</p> <p>A tanuló tudatában van, hogy a sportban a fizikai képességek mellett a mentális képességeknek is meghatározó szerepük van.</p> <p>Képesség az ismeretek hatékony alkalmazására a sportolói gyakorlatban.</p> <p>Képesség a konfliktusok kezelésére. Technikák ismerete a rajtláz és a rajtapátia kezelésére.</p> <p>Saját lelki erősségek és gyengeségek felismerése és módszerek alkalmazása a változtatásra.</p> <p>Nyitottság további pszichológiai ismeretek megszerzésére.</p>
--	--

SPORTETIKA

12. évfolyam

A *sportetika* mint szaktantárgy a közoktatás 11. évfolyamának – a Nemzeti alaptantervben elfogadott – etika tantárgyára épül. A fiatal sportemberek, a felnőtt kor küszöbén, a rendszeres és érdemben elismert sportolói gyakorlatban fokozott mértékben szembesülnek az erkölcsi kihívásokkal. Az újonnan bevezetésre kerülő sportetika-órai tevékenységek hozzásegítik őket a sporttevékenység lehetőségeinek értelmezéséhez, és utat mutatnak az erkölcsi buktatók kezeléséhez szükséges, sportemberhez méltó viselkedés megértéséhez. Ebben a folyamatban fontos szerepet játszik az önismeret és a társas kultúra erkölcsi normáival való ismerkedés. Az egészséges versenyszellem és az eredményesség megalapozása érdekében a céltudatos, magukra és a munkájukat segítő szakemberek véleményére odafigyelő, hiteles, sportemberhez méltó magatartás alakul ki bennük. A sportoló ifjak becsülettel küzdenek, és szem előtt tartják a fair play eszmeiségét, megértik, hogy a sport nem ismer egyesületek vagy országok közötti határokat. A sportolók egyéniségük megalapozásán keresztül válnak nemzeti és nemzetközi értékeket létre hozó, és azt támogató sportkulturális közeg részeivé. Az edzéseken és a versenyekre való készülés során a különféle versenyszintű megmérettetések által a kíváncsiság találkozik a küzdeni vágyással, a monotonitástűrés az unalomérzettel, a siker az örömezzel kielégítő erejével, az eredménytelenség a kudarcélménnyel, mely folyamatok jellemükben erősítik és formálják a fiatal sportolókat. Az erkölcsi nevelésnek, a stabil oktatási és nevelési háttérnek komoly segítő ereje van ebben az esetben az önmagukat kereső és kielégülésre vágyó fiatalok számára. A fair play szellemében készülő sportemberek és a sportszakmai háttér egymást segítő lekiismeretes munkája fejleszti ki a társadalom egészében a hiteles erkölcsiségen alapuló meggyőződést, hogy a sportolói életmód érték. A felnőtté válás küszöbén a sportolói pályafutás iránt elköteleződött személyek tudatában vannak annak, hogy életvitelük példakép mind a felnövekvő nemzedékek, mind minden sportszerető ember számára. A sportetikai nevelés interaktivitása révén tudatosul a fiatal sportolóknak, hogy amikor sportmezbe bújnak, elfogadják az íratlan szabályt: becsületesen, tudásuk legjavát nyújtva küzdenek önbecsülésükön keresztül a társadalom tiszteletéért. Ezáltal minden sportoló jóvá lesz, példaképként jobba tesz! A sportélet etikája és a sportemberek erkölcsisége üzenet a külvilág számára: kitartó munkával, becsületes helytállással és tiszta módszerekkel válik moralitásában értékke az Ember.

A sportetika tantárgy sajátos fejlesztési céljai és követelményei, amelyek valamennyi témakör feldolgozása során egységesen érvényesülnek, a következők:

- A sportetika által megerősíteni és világossá tenni a társadalmi szabályok, elvárások mindennapi életben történő alkalmazását, a sportélettel való párhuzamba állítását.
- A sportolói tevékenység iránti elvárások, írott és íratlan szabályok ismertetése, alkalmazása; kiemelt figyelemmel a sport ember- és közösségformáló szerepének erejére és fontosságára.
- A sporttársadalom egyesületi, országos és nemzeti szintű, egységes, etikus viselkedési normáinak megismerése, értelmezése, bemutatása, elfogadása.
- A sportetika által megerősíteni és világossá tenni a társadalmi szabályok, elvárások betartásának módját, azoknak a mindennapi életben történő alkalmazását.
- A társadalom hátrányos helyzetű, kisebbségben élő etnikumainak sport által történő kiemelkedési lehetőségére való rámutatás; a felzárkóztatás módja, gyakorlati példákon keresztül történő bemutatása az elvárt viselkedési normákon keresztül.

- A fogyatékkal élő sportolók beilleszkedésének, másságuk elfogadásának, versenyre történő felkészítésének erkölcsi segítése az etikai normák által.
- A sportetika méltó helyen való kezelése, annak társadalmi és sportszakmai elfogadása az élsport, a versenysport, az edzőképzés és a közoktatás területein egyaránt.
- Elméleti, valamint gyakorlati segítség nyújtása a sportágak, az egyesületek erkölcsi-etikai nevelő munkájához; sportági etikai kódexek megértése és elfogadása.

Tematikai egység	A sportetika alapjai	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Erkölcsei érvelésmódok ismeretszintű értelmezése. Európai kultúra történelmi és társadalomismereti értelmezése. Irodalmi példákban való tájékozottság. A felelősségvállalás, illetve az ezzel kapcsolatos mulasztások és a törvénytisztelet kontra lelkiismeret összeütközése irodalmi példákon keresztül. Sportkulturális értékek és egyesületi normák értelmezése.	
Ismeretek, fejlesztési feladatok		Kapcsolódási pontok
<p>ETIKA A SPORTBAN Az etika mint tudomány, és a sportetika mint szakirány értelmezése. Értékek és értékrendek. Sportértékek. Értéktrendek. Etikai fogalomrendszer és a sportetika: ethosz, éthosz, morál, társadalmi normák, sporterkölcs, sportszellem. <i>Ismeret, megértés, értékelés. Az etika elméleti szintje, és szakirányú megjelenése a sportban.</i></p> <p>A SPORTEMBER MINT TÁRSAS ÉLŐLÉNY A sportember antropológiája. Az erkölcsi cselekedet. A múlt-jelen-jövő sportembere: döntéseiért felelős erkölcsi létező. A jólét és a jó élet fogalmának megkülönböztetése és negatív tendenciái. Felelősség – érték szemlélet, értékítélet, mentalitás. A boldogságértelmezés egyetemleges és sportetikai párhuzama. A jó élet viszonylagossága. A lelkiismeret szava. <i>Önmegértés, önismeret, önvalósítás, önkorlátozás; önértékelés és moralitás.</i></p> <p>A SPORTOLÓI IDENTITÁS ÉS A JELLEM FEJLŐDÉSE A sportember identitástudatát befolyásoló tényezők: sportszocializáció, sportkultúra, sportinnováció. A sportösszefogás eszméje. Sportjáték, szabadidősport, versenysport. <i>Felismerés, megértés, értékkonfliktusok, önfejlesztés. A kétely megfogalmazódása, a kérdezni tudás alapja.</i></p> <p>ERÉNYEK ÉS ELLENPÓLUSOK A SPORTBAN Sarkalatos erények és kivételéseik. Jó és rossz, helyes és helytelen kultúránkenti megközelítései. Sport és az erkölcsi nevelés, erkölcsi</p>		<p><i>Filozófia:</i> Az elérhető boldogság. A szabad akarat és a rossz kérdései. Az értékteremtő ember és a hatalom. Szabadság, választási lehetőségek.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> Pályaválasztás, pályakezds. Munkaerő-piaci elvárások itthon és külföldön.</p> <p><i>Etika:</i> az erkölcsi gondolkodás alapjai. Mit kell akarnom? Az erkölcsi döntés. A felelősség kérdése. Az erények és a jó élet céljai.</p>

<p>tartás összefüggései. Tudatosság és ösztönösség. Jóakarát és rosszindulat. Önállóság és példakövetés. <i>Lelkiismeret/téves lelkiismeret okozta értékvesztések; erény és jellem. Erkölcsi érzék, tanult viselkedés.</i></p> <p>SPORTÁGI- ÉS SPORTKÖZÖSSÉGI ETIKA NORMÁK Sportágak történetisége és nemzeti jellege, sportági szokások-, hagyományok-, egyetemes normák. Különbfele sportágak erkölcsi jellegei. Sportágankénti érdeklődési körből eredő erények, negativitások, jellegzetességek. Sportági közösségek jellemformáló ereje: egyéni sport, ember- / állat közti társas sport, csapatsport, technikai sport stb. Sportetikai normák sportágankénti értelmezésének azonosságai és eltérései. <i>Ismeret, megértés, értelmezés. Elmélet és a szakirány a sportban.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Erkölcsei érték, értékítélet, gyakorlat, erkölcs, etika, sportetika, öntudat, morál, sporterkölcs, sportszellem, lelkiismeret, téves lelkiismeret, sportág, sportközösség, szabadság, kötelesség, norma, megértés; felelősség, szándék, következmény, erény, boldogság, jellem, önigazolás, jóakarát, rosszindulat.</p>

<p>Tematikai egység</p>	<p>Egyén és sport</p>	<p>Órakeret 9 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Az erkölcsi gondolkodás alapjainak értelmezése és alkalmazása, a szabad akarat gyakorlása a civil és a sportéletben. Nemzetiségi konfliktusok, vallásüldözés a magyar történelemben. A kisebbség történetével, helyzetével kapcsolatos alapismeretek. Hátrányos élethelyzetek, a szegénység alapvető társadalmi összetevőinek ismerete.</p>	
<p>Ismeretek, fejlesztési feladatok</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>AZ EGYÉNI SPORTÁGVÁLASZTÁS ERKÖLCSI VONATKOZÁSAI Különbfele sportágak erkölcsi kihívásai és az egyénre szabott választás felelőssége. A versenyzői tudatosságra nevelés előzménye: az identitásnak megfelelő sportágválasztás. A leendő sportolóban rejlő lehetőségek – fizikai, lelki és szellemi – együttes kihatásai a sportjövőre nézve: siker vagy kudarc. Jellemvonások és karakterjegyek, szocializáció, lelki beállítódás, fizikai adottságok, érdeklődési kör. A gyakori sportágváltoztatás és a kitartó elköteleződés előnyei, hátrányai. Céltudatosság, elkallódás. Nemi és jellembeli sportágválasztási karakterjellegek. <i>Erények és hívságok, tudatos választás, (szülőnek való) megfelelésvágy, mentális beállítódás, nemi identitás, fejlődő egyéniség.</i></p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> A jóléti társadalom. A magyar társadalom a rendszerváltozás után. Esélyegyenlőség, kisebbségek társadalmi helyzete és integrációjának folyamata. <i>Földrajz:</i> Magyarország és a</p>

SPORTKAPCSOLATOK, ÉLETKORI SAJÁTOSSÁGOK

Sportélet: oviolimpiától a szeniorversenyig. Sportkarrier életkori sajátosságai. Különböző korosztályok, jellemek, sportemberek erkölcsi beállítódásai. A sportkapcsolatok erkölcsi vonzatai. Érdekazonosságok, érdekellentétek. Sportolói közösség korosztályonkénti értékei és érdemei. Sporttárs, példakép, ellenfél, ellenség.

Korosztályok tekintélye, megbecsülés, empátia, elfogadás, elutasítás, példaérték, példakép. Interaktív párbeszéd.

AZ UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉS ERKÖLCSI ALAPJAI

Sportolói identitástudat kialakulása, felelősség, érték és minőség. Biológiai, lelki és szellemi változások együtthatása a sportolói erkölcs fejlődésére. Szakember és tanítvány kapcsolata, a közös munka értéktartó üzenete. Képzési szintek erkölcsnevelési feladatai: sportiskolák, utánpótlás-egyesületek, akadémiák.

Tisztelet, tisztesség, tekintélytisztélet; okosság, eszeség, bölcsesség; akarat, kitartás, példakövetés; felelősségtudat, felelősség egymásért.

AZ UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉS SZINTJEI

Az ifjúsági amatőr és profi sportélet erkölcsi kihívásai: azonosságok és eltérések. Elitképzés az akadémiákon: pozitív hatások, erkölcsi buktatók. Az országos, a nemzetközi szintre kerülés lehetőségei; a kiemeltség erkölcsi előnyei és terhei. Az intenzív terhelés és a teljesítménykényszer erkölcsi előnyei és a jellemfejlődésre gyakorolt negatív hatásai. Sportbarátságok, presztízsharcok. Elszigeteltség, monotonitástűrés és reflektorfény ambivalenciájának kezelése. A sport iránti elkötelezettség és alázat.

Jellemszilárdság, moralitás, példaképként erkölcsi felelősség, a kiválasztottság-érzet, a szabadság határai, a szabadosság értelmezése.

EGÉSZSÉG A SPORTBAN

Az egészséges sportélet szabályai. Az egészséges életmód megőrzésének alapfeltételei a sportpályafutás eredményessége érdekében. Az erkölcsi normák tisztelete és betartása az egészségmegőrzés érdekében: sportspecifikus táplálkozás, tisztaság, rendezett életvitel, megfelelő sporteszköz és -felszerelés használat. Táplálékkiegészítők, fehérjék, túlzott vitaminbevitel félreértelmezett eredményei, káros hatásai. Az edzőmunka és a pihenés, kikapcsolódás arányainak tartása.

Okosság, előrelátás, mértékletesség, döntésszabadság.

“EGÉSZ”-SÉG A SPORTÉLETBEN

A testi-lelki-szellemi egység megtartása: „Ép testben ép lélek”. Az

Kárpát-medence földrajza; a magyarság által lakott, országhatáron túli területek.

Mozgóképkultúra és médiaismeret: A média társadalmi szerepe. Médiareprezentáció, valóságosság, hitelesség. Médiaetika, médiaszabályozás.

Társadalmi, állampolgári ismeretek: kulturális és etnikai kisebbségek hazánkban.

Esélyegyenlőtlenség és hátrányos társadalmi helyzet.

Szolidaritás és társadalmi felelősségvállalás.

Etika: a kapcsolatok etikája.

Társadalmi szolidaritás.

Törvény és lelkiismeret.

Szavak és tettek ereje, következmények.

Többség és kisebbség.

önmagáért felelős sportolói magatartás megértése, a sportpályafutás minősége. A szabad akarat és az önmegvalósítás aránya, a túlzások kerülése. Ideális kapcsolattartásra törekvő magatartás tanúsítása a szakemberekkel és a sporttársakkal szemben. Boldogságérzet kiteljesedése: a sportoló és a sport egységében.

A sportoló önmagával szemben megkövetelt és betartott etikus magatartásának értéke a sportközösségi normák tükrében.

AZ “EGÉSZ”-SÉG HIÁNYA

A sportsérülések ok-okozati összefüggései. Az erkölcsi normák értékszintű alkalmazása a tudatos prevenció előfeltétele:

jellemerősség, fejlett morális érzék saját magával szemben. A sérülések megelőzése. A mentális egészség megbomlása és a sporttevékenység negatív végkifejlete. A kisebb sérülések és a maradandó károsodások erkölcsi hatásai. A megfontoltság hiánya és a véletlenszerűség jelenléte a sportéletben.

Okosság, előrelátás, tervezett figyelem, felelős döntés.

KORLÁTOZOTT “EGÉSZ”-SÉG ÉS A PARASPORT

A mozgásban korlátozott sportolói élet alapjai, kialakulásának előzményei. A születésből eredő mozgáskorlátozottsággal, az enyhe értelmi fogyatékkal történő együttélés és az erkölcsi tartás. A betegségben vagy balesetben szerzett maradandó testi károsodás feldolgozása és a sportélet értéke. Különböző mértékű fogyatékkal élő ember “egész”-ségre törekvése és kiteljesedése a sportban. A parasportolók és az ép sportolók viszonya, életvitelük erkölcsi üzenete egymás számára. A motiváció ereje a parasportban.

Az elfogadás igénye a szánalommal szemben. Kitartás és önbizalom, a jóságba vetett hit által élhető teljes sportolói élet minősége.

ESÉLYEGYENLŐSÉG

A becsületes sportoló értéke és a fair play kölcsönhatásai, példaértéke. A versenysportban megnyilvánuló sporttársi, baráti viszony. A nemzeti identitástudat jelentősége és a különféle etnikumokhoz tartozó sportolók közötti teljesítmény egyenrangú kezelése. A pozitív és negatív előítéletek értékermélete sportolók és sportteljesítmények között. Az erények segítő ereje és a rosszul értelmezett értékítéletek károsító hatásai. A fiatal korosztály sportolói rangja a felnőttek szemében. Olimpiai Charta üzenete. Az ép és a mozgásukban korlátozott sportolók egymást segítő, sportbarátságon nyugvó céltudatos készülése, versenyzése.

Összetartás, elfogadás, empátia, kölcsönös tisztelet, sportszeretet, moralitás.

Kulcsfogalmak/ fogalmak

Család, felelősség a társainkért, hűség, sportszeretet, sportbarátság, erkölcsi érték, erény, boldogság, jellem; előrelátás, megfontoltság, törvény, törvénytisztelet, emberiség, nemzet, esélyegyenlőség, empátia, mentális

	egészség, fogyatékoság, parasport, fair play, pozitív és negatív előítélet, identitás.
--	--

Tematikai egység	Egyén és közösség	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Kapcsolatok etikája és a társadalmi szolidaritás a civil és a sportéletben. Írott és íratlan szabályok erkölcsi szerepe a társadalom életében. Irodalmi példák törvényisztelet és lelkiismeret összeütközésére. A haza szolgálatának és védelmének történelmi példái. A nemzetállamok kialakulásának sajátosságai Közép-Kelet-Európában. A kisebbség történetével, helyzetével kapcsolatos alapismeretek. Hátrányos élethelyzetek, a szegénység alapvető társadalmi összetevőinek ismerete.	
Ismeretek, fejlesztési feladatok		Kapcsolódási pontok
<p>AZ EGYÜTTMŰKÖDÉSEK ERKÖLCSI ALAPJAI <i>A sportember</i> célorientált sportolói élethez való alkalmazkodása, példaképek tisztelete. A kitűzött és teljesített sportcélok megbecsülése. Kihívások elfogadása, eredményesség alázattal kezelése, kudarc méltóságteljes viselése. Sportolói erények megtartása, magánérdek és közjó reális értelmezése. <i>A jó és erényes sportolói magatartás elfogadása és példaértékű megtartása, a rossz elutasítása.</i></p> <p><i>Edzők-, egyesületi vezetők-, sportszakemberek, szövetségi kapitány</i> szerepe és jelentősége az állandó fejlődés, a kölcsönös elégedettség és eredményesség tükrében. A sporttársadalmi közeg hatásai a sportolóra. A sportteljesítmény egysége, a szakmai közeg becsülete. A kölcsönös tisztelet felelőssége. Pozitív és negatív diszkrimináció. Edzői elhivatottság érzet erkölcsi vonzata. <i>Eltérő habitusok és különféle egyéniségek közös cél iránti összefogása.</i></p> <p>A <i>bírói</i> döntések erkölcsi üzenete. A becsületes és korrekt sportolói magatartás és a bíraskodás. Minőség és érték: bíró nélkül nincs sportverseny. Önérzet és mértékletesség; a színészkedés ára; a szavak és tettek kívánatos ereje vagy nem kívánt következménye; a tévedések pozitív és negatív hatásai; a provokáció ára. Ami az egyik félnek jó, az a másiknak rossz; a tolerancia (m)értéke. A sportszakember és a bíró erkölcsi viszonya. Kétes helyzetek és minősítés. <i>Önbizalom, hitelesség, igazságosság, emberi érték, becsület és tisztelet, tisztesség, bölcsesség.</i></p> <p><i>Szülők, hozzátartozók</i> és a sportolói háttér. Támogató szándék</p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> A jóléti társadalom. A magyar társadalom a rendszerváltozás után.</p> <p><i>Földrajz:</i> Magyarország, a Kárpát-medence, Európa és egyéb földrészek földrajza; a magyarság által lakott, országhatáron túli területek.</p> <p><i>Mozgókép-kultúra és médiaismeret:</i> A média társadalmi szerepe. Médiareprezentáció, valószerűség, hitelesség. Médiaetika, média-szabályozás.</p> <p><i>Társadalmi, állampolgári ismeretek:</i> Kulturális és etnikai kisebbségek hazánkban.</p>

<p>előnyei és hátrányai. A családi háttér hiányának erkölcsi következményei. A szülői szeretet jelenléte, megnyilvánulási lehetőségei. A család mentális ereje és morális hatásai. Hozzá tartozók álmái és elvárásai. Anyagi lehetőségek, értéktévesztések. Korrumpálás megnyilvánulásai, káros háttér hatásai.</p> <p><i>Szeretet, gondoskodás, biztonságérzet, ítélkezés, amorális viselkedés.</i></p> <p><i>Szurkolók és az idealizált sportélet. Az elvart és beteljesült sportolói magatartás erkölcsi megítélése. Azonosulás előnyei és veszélyei a szeretett-, tisztelt sportegyéniességgel. Saját kudarcok, egyéni vágyak kivetítése a sporttevékenységre-, sportemberre. Az anyagi és erkölcsi befektetés elvart ellenértéke. Szurkoló és sportoló kölcsönös erkölcsi elvárásai. Sportolói teljesítmény minősége és minősítése: pozitív és negatív előítéletek kölcsönhatásai. Segítő szándék és a félreértérthetőség. Bíró és szurkoló erkölcsi kapcsolata. Ultrák etikai megítélése, jelenlétük következményei.</i></p> <p><i>Tisztelet, példakép, felelősségtudat, önbizalom, önuralom és annak hiánya, nemzeti identitástudat.</i></p> <p><i>A szponzorok szerepe a sportéletben. A sportoló és a szponzor kölcsönös elvárásai. Szerződésbe foglalt kitételek és a teljesítés minősége. Az elvárások ára. A szponzor és a minőség, juttatások és garancia. A szponzor és az egyesületi élet.</i></p> <p><i>Tisztesség, becsület, okosság, erények és hívságok, felelősségtudat, hitelesség, kölcsönös bizalom, erkölcsi érték.</i></p> <p><i>A játékosmegfigyelők és menedzserek szerepe a sportéletben. Miért jó egy menedzser a sportoló életében, s mikor káros a jelenléte. A menedzseri etika és az anyagi érdek. A képzettségek, a nyelvtudás, a külföldi kapcsolatok és a menedzseri befolyás felelőssége.</i></p> <p><i>Biztonságérzet, szorgalom, célorientáltság, moralitás, mértékletesség.</i></p> <p><i>A média szerepe és jelentősége a sportéletben. A nyilatkozatok minősége, mennyisége, a közölt információk értéke. Klubtitkok és személyes intimitások kezelése a nyilvánosság előtt. Pozitív és negatív diszkrimináció a sajtó világában. A sztárság és a botrányok múlandósága vagy maradandó károkozása. Helyreigazítások kérése.</i></p> <p><i>Szavahihetőség, értékálló üzenet, felelősségtudat, tisztesség, eszesség, bölcsesség, önérték, önbizalom, szóbeli megállapodás értéke.</i></p> <p>AMATŐR ÉS PROFI SPORTOLÓI SZERZŐDÉSEK</p> <p>A sportszerződések feladata. Az időtartam és megkötöttség szabályozása. A sportolói szabadság és önállóság a tettek és választások idején: az aláírás ára. Az amatőr és profi sportolói</p>	<p>Esélyegyenlőtlenség és hátrányos társadalmi helyzet.</p> <p>Szolidaritás és társadalmi felelősségvállalás.</p> <p><i>Etika: A kapcsolatok etikája.</i></p> <p>Társadalmi szolidaritás.</p> <p>Törvény és lelkiismeret.</p> <p>Szavak és tettek.</p> <p>Többség és kisebbség.</p> <p>Hazaszeretet.</p> <p>Szavak és tettek hatása és üzenete.</p>
--	---

szerződés egyezései és különbségei. Az egyesület kontra sportoló érdekei, az eltérő érdek feszültségeinek oldása, elmérgesedése. Az aláírt szerződés felbontásának lehetőségei, következményei. A lelkiismeret és felelősség, figyelmesség és mértékletesség, az engedelmség és elutasítás kezelése egy hosszú távú együttműködés fényében. Szerződésbontás és átigazolás: örömök és bosszúságok forrása. Szerződések idegen országba, ígéretnek betartatásának előzményei, utóhatásai. Az anyagi források ereje.
Erkölcsei védelem, lehetőség, akaratszabadság, megkötöttség, amorális magatartás.

AZ EGYESÜLETI ÉLET ERKÖLCSI ÚTMUTATÁSAI

Az egyesületi élet szokásjoga, írásba foglalt erkölcsi útmutató: etikai kódex értéke. Az etikai kódex tartalma, feladata és gyakorlati alkalmazása. A tradíciók ereje és hatása az etikai kódexre. Klubszimbólumok jelenősége a sportoló életében. A mottó értelme és értéke. A klubélet és a sportolói lojalitás. A klub iránti tisztelet megnyilvánulási formái. A hűtlenség.
Sportolói értékrend alakítása és megerősítése, a jó és helyes döntés segítő ereje.

IDEGEN ORSZÁG SDPORTOLÓI A

SPORTEGYESÜLETEKBEN, SPORTSZÖVETSÉGEKBEN

Az idegen országban sportolás felelőssége, negativitásai. A fokozott teljesítménykényszer erkölcsi hatásai, a beilleszkedési zavarok hátrányai, a nyelvtudás előnye és hiányának nehézségei, az újdonságérzet és a honvágy elfogadása, elutasítása. Az örömmérzet és a depresszió erkölcsi szintje. A hazai és a nemzetközi sportolók jelenléti arányainak hatása a csapatmorálra és a sporteredményekre. A kiélezett versenyszellem és a rivalizálás etikai megközelítései, a moralitás próbatétele. A próbajáték fokozott mértékű figyelemigénye, a megfelelni vágyás izgalmanak kezelése; az erények segítő ereje. Nacionalista és rasszista megnyilvánulások hatásai.
A kompromisszumkészség, a pozitív önmegerősítés és önigazolás, a kudarcélmény feldolgozása.

A SPORTÁGI KÖZÖSSÉGEK ÉS A SPORTTÁRSADALMI EGYÜTTÉLÉS NORMÁI

Általános érvényű sportszabályok a hazai sportolói társadalom minden tagja számára. Egyes sportágak kivételezett helyzete, a kiemelt megbecsültség lehetőségei és hátrányai. A látványsportok előnyei, megkülönböztetettségei. A sportetikai szabályok alakulása kisebb-nagyobb egyesületek, szakágak között. Az etikai szabályok ellen való véték kezelése, kizárások, fegyelmezési szintek. A vesztegetés, korrupció, „bundázás” megelőzési lehetőségei, büntetési

<p>metódusai. A pozitív és negatív diszkrimináció erkölcsi buktatói. <i>Elfogadás, elutasítás, összefogás, empátia, igazságosság, kompromisszumkészség.</i></p> <p>NEMZETKÖZI SZINT ÉS A VILÁGVERSENYEK RANGJA Sportember erkölcsi felkészültsége és az országos-, európai-, világversenyek. Nemzeti öntudat, állampolgári becsület. Egyesület képviselése, nemzeti színek tisztelete, verseny rangjának elismerése. A nemzeti jelképek és a magyar Himnusz szövegének ismerete. A nemzeti válogatottság kiérdemlése és jelentősége. Nemzeti identitástudat becsülete, tisztességes felkészülés. Büszkeség és kiválasztottság érzet nemzetközi versenyeken. Erkölcsi tisztaság és a mentális felkészültség előnyei. A győzelem öröme vagy a vereség bánatának kezelése, hitelesség és erkölcsi tartás. Fair play jelentősége. Az etnikulturális sportcsoportok, nemzeti és vallási kisebbségek közti konfliktusok, sportközösségi erkölcsi problémái. A kirekesztő, elnyomó nemzetstratégiák erkölcsi megítélése. <i>Hazaszeretet, társadalmi önazonosság (identitás) rögzülései és torzulásai, lojalitás.</i></p> <p>A NEMZETKÖZI VERSENYEK ELŐZMÉNYEI Kiválasztás és megfelelés. Fizikai-, lelki-, szellemileg felkészülés minősége és erkölcsi ereje a nemzetközi vagy világversenyekre. Az edzőtáborok megváltozott körülményeinek erkölcsisége. A megfelelő időzítés és a jellem megerősítése, a fokozott mértékű sportági igénybevétel. Az erények szerepe és a hívságok elkerülése felkészülési időben. A társakhoz való viszony optimalizálása, a presztizsküzdelem szinten tartása, a moralitás értéke. Példaképpént készülni, küzdeni, élni. Erkölcsi buktatók a felkészülés versengésében. A sikeres és kevésbé sikeres időszakok sport iránti alázata, elfogadása. <i>Lelkierő, lelkiismeret, presztizs, értékálló emberség, diszkrimináció, kitartás, hit.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Család, felelősség a társainkért, hűség, szeretet, szerelem; erkölcsi érték, erény, fair play, boldogság, jellem, presztizs; törvény, törvénytisztelet, emberiség, nemzeti identitástudat, nemzet, lojalitás; pozitív és negatív diszkrimináció, nacionalizmus, sovinizmus, együttélés, idegengyűlölet, kisebbség; igazságosság, szolidaritás, önkéntesség.</p>

Tematikai egység	Korunk kihívásai	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	A műszaki-tudományos haladás vívmányai, hatásai. Természet- és társadalomföldrajzi ismeretek. Pszichés funkciók a magasabb rendű állatoknál, biodiverzitás, ökológiai rendszerek. Kulturális hagyomány,	

	jövőkép, az utódokról való gondoskodás szerepe és változásai a civilizáció történetében.
Ismeretek, fejlesztési feladatok	Kapcsolódási pontok
<p>A TUDOMÁNY ÉS A TECHNIKAI HALADÁS ETIKAI KÉRDÉSEI Az emberi cselekvés megváltozott természete. Technikai vívmányok a sportban és az etika. A tudósok felelőssége. A sportélet és a világháló; hitelesség, félrevezetés; önérzet és intimitás; titkok és lehetőségek. A szerzői jog védelme. A számítástechnikai eszközök haszna és hátránya. Mobil telefon használatának közösségi szabályai a sportéletben. A sportruházat különféle fejlesztéseinek erkölcsisége. A videó bíró előnyei és hátrányai. Sportágak szabályváltozásai (pl. les) és a fejlődés ára. A fenntarthatóság, lokalizáció és önrendelkezés: az emberi lépték helyreállítása. <i>Az innováció jelentősége, titok, szellemi termék, az írott és íratlan szabályok kölcsönhatásai, érték, érdem, érdek.</i></p> <p>KÍSÉRTÉSEK A SPORTÉLETBEN <i>A közösség és a korrupció.</i> Tisztességes és inkorrekt érdekérvényesítés. Megengedett és jogtalan előnyszerzés, a megvesztegetés, a megvesztegethetőség értéke és értékelése. Sportolói önérdek és a közérdek. A korrupció jelensége és veszélyei, a hatalommal való visszaélés a sportéletben. A felelőtlen, hűtlen kezelés elleni fellépés lehetőségei, a sportoló egyén és a sportközösség felelőssége. <i>Megbízhatóság, naivitás, hitszegés, álnokság, értékállóság, lelkiismeret, megtévedt lélek.</i></p> <p><i>Szexualitás</i> és a sportolói erkölcs. A szexuális érés eltéréseinek kihatásai. A sikerek és kudarcok kezelése. A kapcsolatteremtés lehetőségei, párkapcsolat sportolók között. Az intimitás és a sportérdék. Szexuális kapcsolatok, szabadosságok; edzőtáborok, nemzetközi versenyek szexuális lehetőségei és kihívásai; példakép és erkölcsi tartás, tanulságok. Nemi betegségek. Szakítás és baráti viszony. A boldogságérzet hatása a sportra, lelki sérülések depresszív hatása a teljesítményre. Nem kívánt terhesség hatása a sporttevékenységre: fiúként/lányként. Sportoló és sportszakember nemi vonzalmának erkölcsisége. Homoszexualitás, prostitúció, pedofília, pornográfia és a szexuális bántalmazás lehetséges megjelenési formái a sportéletben. Erkölcsi felelősség és a segítségnyújtás értéke. <i>Hiszékenységgel, figyelmetlenség, bátorság és botorság, unalomérzet, kihívás, önmegettartóztatás, büszkeség, hitelesség, megalázottság.</i></p> <p><i>A könnyebb út</i> lehetősége és a sportkarrier. A sporttevékenység</p>	<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> A tudományos-technikai forradalom. Az emberiség az ezredfordulón: a globális világ és problémái. A globális világgazdaság fejlődésének új kihívásai és ezek hatása hazánk fejlődésére.</p> <p><i>Földrajz:</i> globális kihívások, migráció, mobilitás.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> környezet és fenntarthatóság.</p> <p><i>Filozófia:</i> Az ökológiai válság etikai vonatkozása. Bioetikai állásfoglalások napjainkban.</p> <p><i>Etika:</i> A tudományos-technikai haladás etikai kérdései. A felelősség új dimenziói a globalizáció korában. Felelősség utódainkért. A közösség és a korrupció problémája.</p>

monotonitása, lemondások szembeállítása a jóllét lehetőségeivel. Könnyebb életvitel, könnyed életminőség. Dohányzás, italozás, éjjeli kimaradozás és a sportteljesítmény kölcsönhatásai, erkölcsromboló ereje. A sportért való lemondás és a szórakozási lehetőségek szembeállítása, laikusok, ismerősök csábítása és a kísértés ereje. Az étkezési szokások megkötése, az elcsábulás hatásai a súlyfeleslegre és a sportéletre.

Mértékletesség, önellfogadás, önmegtagadás, megfelelni vágyás, alázatosság, fegyelem és fegyelmezetlenség, felelőtlenség.

Anyagi jólét, gazdasági kísértések. A morális tartás és az anyagi előnyök pozitív és negatív hatásai. A pénz értéke és ára a sportéletben. A becsület és tisztesség önmegtartóztató ereje.

Nélkülözés vagy jólét? Hiteles életmód üzenete a sportoló és a társadalom számára, és a hiteltelenné válás gyalázata: a sportolóra, családjára, egyesületére, sportágára, nemzetére nézve. A sportoló önmagával szembeni etikus magatartásának felelőssége: sikeresség – anyagiasság, elismertség – könnyelműség.

Jólét és jóllét, gazdagság, szegénység, érdek, érdekérvényesítés, elégedettség, mértékletesség és mértéktelen igény.

Teljesítményfokozó szerek, dopping. A sportteljesítmény fokozása érdekében kémiai, genetikai és egyéb dopping hatású készítmények használatának erkölcsi hatása. A lelkiismeret és a téves lelkiismeret megértése, az előrelátás hiánya. Az erényes élet elvetése a rövid távú előnyökkel szemben. Hazugság és önámítás erkölcsromboló hatása. A dopping árnyékában szerzett sporteredmény kétes értéke. A dicsőség ára: maradandó egészségkárosodás. A dopping és a nemi identitás megváltozása. A pozitív teszt megaláztatása.

Önmérséklet, önismeret, elégedettségérzet, elégedetlenség, túlzott vágyak, remélt vagy félreértett erények, téves lelkiismeret.

A SPORTOLÓI VILÁGKÉP, VILÁGNÉZET

A sportoló önálló véleményének, saját világképének kialakítása. A sportoló elhivatottsága, önbizalma, az élsport világképformáló ereje. A sportéletben megjelenő különféle értékrendű világnézetek szerepe és jelentősége az erkölcsi megítélésben. Szabadságértelmezések és a sportolói világkép kölcsönhatásai. Az olimpiai eszme tudatosítása; értéke, erkölcsi üzenete.

Célorientáció, szabadság és szabad akarat, eszmények, ideák, önértékelés, egyetemes értékrend.

JÖVŐKÉP

A célkitűzések és sportálmok erkölcsi üzenete. A remény és az önmegvalósítás teljesítményfokozó hatása. A sportember egyetemes értékrendje: példaértékű üzenet. Boldogulás, boldogság, család, a

jövő sportszakmai munkájának megalapozása. Jó és rossz a sportban – összegzés és konzekvencia. <i>Kiteljesedés.</i>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Teljesítményfokozó szer, táplálékkiegészítő, dopping, kísértés, közjó, korrupció, bunda, korrupciómegelőzés; világkép, világnézet, élet, halál, egészség; szeretet, bajtársiasság, szerelem, szabadosság, homoszexualitás, prostitúció, pedofília, pornográfia, szexuális bántalmazás; olimpiai eszme, szabadság, emberközpontúság; boldogság, boldogulás, életcél, célkitűzés.

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	<p>A tanulók ismerik az erkölcsi értékrend legfontosabb elemeit, s e tudás birtokában képesek a mindennapi életben és a sportolói pályafutásuk során felmerülő erkölcsi problémák felismerésére és kezelésére. A sportéletben értékszínten kezelik önmagukat és a célkitűzéseiket. Értékítéleteiket ésszerű érvekkel tudják alátámasztani, képesek a felelős mérlegelésen alapuló döntésre. Rendelkeznek az etikai és közéleti vitákban való részvételhez, saját álláspontjuk megvédéséhez, illetve a továbbfejlesztéshez szükséges készségekkel és képességekkel. Képesek elfogadni, megérteni és tisztelni a magukétól eltérő nézeteket, sportteljesítményeket.</p> <p>Ismerik azokat az értékelveket, magatartás-szabályokat és beállítódásokat, amelyeknek a közmegegyezés kitüntetett erkölcsi jelentőséget tulajdonít. A sportolói magatartást az erkölcsi tisztaság alapjaként fogadják el, a fair play szellemében versenyeznek, példaképként viselkednek és élnek. A versenyszellem alappillére az erényes élet. A nemzeti identitástudat egészséges kialakulására törekszenek, túlzásoktól mentesek. Sportolói pályafutásuk célorientált, embertársaikkal szemben morálisan kiegyensúlyozottak és a társadalmi normákhoz alkalmazkodnak. A kísértéseket a mértékletesség jegyében értelmezik és helyükön kezelik. Tisztelik, becsülik és hitelesen képviselik önmagukat, egyesületüket, nemzetüket, anyaországukat.</p>
--	---

7. melléklet

7.5. Kerettanterv a köznevelési típusú sportiskola neveléséhez- oktatásához

Tartalom:

- kerettanterv a négyévfolyamos képzéshez 2. oldal
- kerettanterv a hatévfolyamos képzéshez 37. oldal

MATEMATIKA

9–12. évfolyam, speciális tagozat

Az iskolai matematikatanítás célja, hogy hiteles képet nyújtson a matematikáról mint tudásrendszeréről és mint sajátos emberi megismerési, gondolkodási, szellemi tevékenységről. A matematika tanulása érzelmi és motivációs vonatkozásokban is formálja, gazdagítja a személyiséget, fejleszti az önálló, rendszerezett gondolkodást, és alkalmazásra képes tudást hoz létre. A matematikai gondolkodás fejlesztése segíti a gondolkodás általános kultúrájának kiteljesedését.

A matematikatanítás feladata a matematika különböző arculatainak bemutatása. A matematika: kulturális örökség; gondolkodásmód; alkotó tevékenység; a gondolkodás örömeinek forrása; a mintákban, struktúrákban tapasztalható rend és esztétikum megjelenítője; önálló tudomány; más tudományok segítője; a mindennapi élet része és a szakmák eszköze.

A tanulók matematikai gondolkodásának fejlesztése során alapvető cél, hogy mindinkább ki tudják választani és alkalmazni tudják a természeti és társadalmi jelenségekhez illeszkedő modelleket, gondolkodásmódokat (analógiás, heurisztikus, becslésen alapuló, matematikai logikai, axiomatikus, valószínűségi, konstruktív, kreatív stb.), módszereket (aritmetikai, algebrai, geometriai, függvénytan, statisztikai stb.) és leírásokat. A matematikai nevelés sokoldalúan fejleszti a tanulók modellalkotó tevékenységét. Ugyanakkor fontos a modellek érvényességi körének és gyakorlati alkalmazhatóságának eldöntését segítő képességek fejlesztése. Egyaránt lényeges a reprodukív és a problémamegoldó, valamint az alkotó gondolkodásmód megismerése, elsajátítása, miközben nem szorulhat háttérbe az alapvető tevékenységek (pl. mérés, alapszerkesztések), műveletek (pl. aritmetikai, algebrai műveletek, transzformációk) automatizált végzése sem. A tanulás elvezethet a matematika szerepének megértésére a természet- és társadalomtudományokban, a humán kultúra számos ágában. Segít kialakítani a megfogalmazott összefüggések, hipotézisek bizonyításának igényét. Megmutathatja a matematika hasznosságát, belső szépségét, az emberi kultúrában betöltött szerepét. Fejleszti a tanulók térbeli tájékozódását, esztétikai érzékét.

A tanulási folyamat során fokozatosan megismertetjük a tanulókkal a matematika belső struktúráját (fogalmak, axiómák, tételek, bizonyítások elsajátítása). Mindezzel fejlesztjük a tanulók absztrakciós és szintetizáló képességét. Az új fogalmak alkotása, az összefüggések felfedezése és az ismeretek feladatokban való alkalmazása fejleszti a kombinatív készséget, a kreativitást, az önálló gondolatok megfogalmazását, a felmerült problémák megfelelő önbizalommal történő megközelítését, megoldását. A diszkussziós képesség fejlesztése, a többféle megoldás keresése, megtalálása és megbeszélése a többféle nézőpont érvényesítését, a komplex problémakezelés képességét is fejleszti. A folyamat végén a tanulók eljutnak az önálló, rendszerezett, logikus gondolkodás bizonyos szintjére.

A műveltségi terület a különböző témakörök szerves egymásra épülésével kívánja feltárni a matematika és a matematikai gondolkodás világát. A fogalmak, összefüggések érlelése és a matematikai gondolkodásmód kialakítása egyre emelkedő szintű spirális felépítést indokol – az életkori, egyéni fejlődési és érdeklődési sajátosságoknak, a bonyolódó ismereteknek, a fejlődő absztrakciós képességnek megfelelően. Ez a felépítés egyaránt lehetővé teszi a lassabban haladókkal való foglalkozást és a tehetség kibontakoztatását.

A matematikai értékek megismerésével és a matematikai tudás birtokában a tanulók hatékonyan tudják használni a megszerzett kompetenciákat az élet különböző területein. A matematika a maga hagyományos és modern eszközeivel segítséget ad a természettudományok, az informatika, a technikai, a humán műveltségterületek, illetve a választott szakma ismeretanyagának tanulmányozásához, a mindennapi problémák értelmezéséhez, leírásához és kezeléséhez. Ezért a tanulóknak rendelkezniük kell azzal a

képességgel és készséggel, hogy alkalmazni tudják matematikai tudásukat, és felismerjék, hogy a megismert fogalmakat és tételeket változatos területeken használhatjuk. Az adatok, táblázatok, grafikonok értelmezésének megismerése nagyban segítheti a mindennapokban, és különösen a média közleményeiben való reális tájékozódást. Mindehhez elengedhetetlen egyszerű matematikai szövegek értelmezése, elemzése. A tanulóktól megkívánjuk a szaknyelv életkornak megfelelő, pontos használatát, a jelölésrendszer helyes alkalmazását írásban és szóban egyaránt.

A tanulók rendszeresen oldjanak meg önállóan feladatokat, aktívan vegyenek részt a tanítási, tanulási folyamatban. A feladatmegoldáson keresztül a tanulók képessé válhatnak a pontos, kitartó, fegyelmezett munkára. Kialakul bennük az önellenőrzés igénye, a sajátjukétól eltérő szemlélet tisztelete. Mindezek érdekében is a tanítás folyamában törekedni kell a tanulók pozitív motiváltságának biztosítására, önállóságuk fejlesztésére. A matematikatanítás, -tanulás folyamatában egyre nagyobb szerepet kaphat az önálló ismeretszerzés képesség fejlesztése az ajánlott, illetve az önállóan megkeresett, nyomtatott és internetes szakirodalom által. A matematika a lehetőségekhez igazodva támogatni tudja az elektronikus eszközök (zsebszámológép, számítógép, grafikus kalkulátor), internet, oktatóprogramok stb. célszerű felhasználását, ezzel hozzájárul a digitális kompetencia fejlődéséhez.

A tananyag egyes részleteinek csoportmunkában történő feldolgozása, a feladatmegoldások megbeszélése az együttműködési képesség, a kommunikációs képesség fejlesztésének, a reális önértékelés kialakulásának fontos területei. Ugyancsak nagy gondot kell fordítani a kommunikáció fejlesztésére (szövegértésre, mások szóban és írásban közölt gondolatainak meghallgatására, megértésére, saját gondolatok közlésére), az érveken alapuló vitakészség fejlesztésére. A matematikai szöveg értő olvasása, tankönyvek, lexikonok használata, szövegekből a lényeg kiemelése, a helyes jegyzeteléshez szoktatás a felsőfokú tanulást is segíti.

Változatos példákkal, feladatokkal mutathatunk rá arra, hogy milyen előnyöket jelenthet a mindennapi életben, ha valaki jártas a problémamegoldásban. A matematikatanítás alapvető feladata a pénzügyi-gazdasági kompetenciák kialakítása. Életkortól függő szinten rendszeresen foglalkozunk olyan feladatokkal, amelyekben valamilyen probléma legjobb megoldását keressük. Szánjunk kiemelt szerepet azoknak az optimumproblémáknak, amelyek gazdasági kérdésekkel foglalkoznak, amikor költség, kiadás minimumát; elérhető eredmény, bevétel maximumát keressük. Fokozatosan vezessük be matematika feladatainkban a pénzügyi fogalmakat: bevétel, kiadás, haszon, kölcsön, kamat, értékcsökkenés, -növekedés, törlesztés, futamidő stb. Ezek a feladatok erősítik a tanulóknál azt a tudatot, hogy matematikából valóban hasznos ismereteket tanulnak, illetve, hogy a matematika alkalmazása a mindennapi élet szerves része. Az életkor előrehaladtával egyre több példát mutassunk arra, milyen területeken tud segíteni a matematika. Hívjuk fel a figyelmet arra, hogy milyen matematikai ismereteket alkalmaznak az alapvetően matematikaigényes, illetve a matematikát csak kisebb részben használó szakmák (pl. informatikus, mérnök, közgazdász, pénzügyi szakember, biztosítási szakember, valamint pl. vegyész, grafikus, szociológus), ezzel is segítve a tanulók pályaválasztását.

A matematikához való pozitív hozzáállást nagyban segíthetik a matematikai tartalmú játékok és a matematikához kapcsolódó érdekes problémák és feladványok.

A matematika a kultúrtörténetnek is része. Segítheti a matematikához való pozitív hozzáállást, ha bemutatjuk a tananyag egyes elemeinek a művészetekben való alkalmazását. A motivációs bázis kialakításában komoly segítség lehet a matematikatörténet egy-egy mozzanatának megismertetése, a máig meg nem oldott, egyszerűnek tűnő matematikai sejtések megfogalmazása, nagy matematikusok életének, munkásságának megismerése.

Minden életkori szakaszban fontos a differenciálás. Ez nemcsak az egyéni igények figyelembevételét jelenti. Sokszor az alkalmazhatóság vezérli a tananyag és a tárgyalásmód

megválasztását, más esetekben a tudományos igényesség szintje szerinti differenciálás szükséges. Egy adott osztály matematikatanítása során a célok, feladatok teljesíthetősége igényli, hogy a tananyag megválasztásában a tanulói érdeklődés és a pályaorientáció is szerepet kapjon. A matematikát alkalmazó pályák felé vonzódó tanulók gondolkodtató, kreativitást igénylő versenyfeladatokkal motiválhatók, a humán területen továbbtanulni szándékozók számára érdekesebb a matematika kultúrtörténeti szerepének kidomborítása, másoknak a középiskolai matematika gyakorlati alkalmazhatósága fontos. A fokozott szaktanári figyelem, az iskolai könyvtár és az elektronikus eszközök használatának lehetősége segíthetik az esélyegyenlőség megvalósulását.

Ez a kerettanterv a négy évfolyamos speciális matematikatanítás számára készült. Ennek nagy szerepe van a tudósutánpótlás biztosításában, de nagy a hatása gazdasági élet szakember-utánpótlására is.

Elsődleges célunk, hogy megőrizzük a matematika tagozatos osztályok haladó hagyományait, ugyanakkor azt is várjuk, hogy az e tanterv alapján tanuló diákok a felsőoktatásban jól hasznosítható ismeretekkel hagyják el a középiskolát. A rendelkezésre álló nagyobb órakeretet hatékonyabb, de időigényes módszerek (pl. önálló felfedeztetés, differenciált feladatok) alkalmazására is fel kívánjuk használni, hasonlóképpen gondot fordítunk a felmerülő problémák részletesebb elemzésére. A tapasztalatok azt mutatták, hogy a fenti célú mérsékelt tananyag-növekedés az elért szemléletfejlődéssel és a megnövekedett gyakorlási idővel jelentős teljesítményjavulást eredményez.

Emelt szintű matematika kerettanterv szerint már ötödik (esetleg hetedik) osztálytól tanulhatnak az általános iskolások. Azonban e kerettanterv készítésekor nem tételeztük fel az általános iskolás emelt szintű tananyag ismeretét, célszerűnek látjuk az egyes témák tárgyalásának kezdetén az emelt szintű általános iskolai legfontosabb kiegészítő ismeretek áttekintését.

9–10. évfolyam

A matematika kerettantervnek ez a fejezete a négyosztályos gimnáziumok azon tanulóinak szól, akik matematikából speciális tantervű képzést választottak. Ezért a tananyag összeállításánál feltételezhetjük, hogy kiemelkedő matematikai képességű, érdeklődőbb tanulóknak szól. A normál osztályokéhoz képest kiegészítő elemek kerülnek a tananyagba. Ezek egy része motivációs erejű, vannak olyanok, amelyek az emelt szintű érettségi vizsgára való felkészülést segíthetik, vannak olyanok is, amelyek a felsőoktatásban lesznek majd hasznosíthatók. Olyan tananyagelemeket is szerepeltetünk ezeken az évfolyamokon, amelyek biztosabbá teszik a tanulók ismereteit, kitekintést nyújtanak egy-egy témakör szélesebb körű alkalmazásaira, segíthetik a versenyeken való eredményesebb szereplésüket. Nem feltétlenül törekszünk a tananyag erőszakos növelésére, a korosztálynak megfelelő, mélyebb tárgyalást tartjuk elsődlegesnek.

A középiskola első két évfolyamán sok, korábban már szereplő ismeret, összefüggés, fogalom újra előkerül úgy, hogy a fogalmak definiálásán, a tételek igazolásán, rendszerezésén, kapcsolataik feltárásán és alkalmazási lehetőségeik megismerésén lesz a hangsúly. A kerettantervben szereplő tételek nagy többségét is bizonyítani kell. Ezért a tanulóknak meg kell ismerkedniük a tudományos feldolgozás alapvető módszereivel. (Mindenkori által elfogadott alapelvek/axiómák, már bizonyított állítások, új sejtések, állítások megfogalmazása és azok igazolása, a fentiek összegzése, a nyitva maradt kérdések felsorolása, a következmények elemzése.)

A fenti célok az általános iskolai matematikatanítás céljaihoz képest jelentős többletet jelentenek. Fontos, hogy változatos módszertani megoldásokkal tegyük könnyebbé az

átmenetet. Hasznosak lehetnek ebből a szempontból a matematikai alapú játékok is. A gyerekek szívesen játszanak maradékos osztáson, oszthatósági szabályokon alapuló számjátékokat és szimmetriákon alapuló geometriai, rajzos játékokat. Nyerni akarnak, ezért természetes módon elemezni kezdik a szabályokat, lehetőségeket. Olyan következtetésekre jutnak, olyan elemzéseket végeznek, amelyeket hagyományos feladatokkal nem tudnánk elérni. A geometria egyes területeinek (szimmetriák, aranymetszés) a művészetekben való alkalmazásait bemutatva világossá tehetjük a tanulók előtt, hogy a matematika a kultúra elválaszthatatlan része. A témakör egyes elemeihez kapcsolódva mutassuk be néhány matematikus életútját! Az ezekre a témákra fordított idő bőven megtérül az ennek következtében növekvő érdeklődés, javuló motiváció miatt.

Változatos példákkal, feladatokkal mutathatunk rá arra, hogy milyen előnyöket jelenthet a mindennapi életben, ha valaki jól tud problémákat megoldani. Gazdasági, sport témájú feladatokkal, számos geometriai és algebrai szélsőérték-feladattal lehet gyakorlati kérdésekre optimális megoldásokat keresni.

A középiskolás kor már alkalmassá teszi a tanulókat az önálló ismeretszerzésre. Legyen követelmény, hogy egyes adatoknak, fogalmaknak, ismereteknek könyvtárban, interneten nézzenek utána. Ez a kutatómunka hozzájárulhat a tanulók digitális kompetenciájának fejlesztéséhez, ugyanezt szolgálhatja a geometriai és egyéb matematikai programok használata is.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Gondolkodási módszerek, halmazok, matematikai logika, kombinatorika, gráfok Halmazok, ponthalmazok	Órakeret 62 óra
Előzetes tudás	Csoportosítás különböző szempontok alapján. Halmazműveletek véges halmazokon. Halmazábra. Számhalmazok, ponthalmazok. Matematikai állítások elemzése, igaz és hamis állítások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A halmaz fogalmának ismerete, alkalmazása problémamegoldásra, matematikai modellek alkotására. Több szempont alkalmazása – megosztott figyelem fejlesztése. Feladatmegoldási rutin mélyítése. Definíciók, jelölések használata – az emlékezet fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Halmazok. Halmazokkal kapcsolatos ismeretek: üres halmaz, részhalmaz, halmazok egyenlősége. Halmazműveletek: unióképzés, metszetképzés, különbségképzés, szimmetrikus differencia, komplementer halmaz. Descartes-féle szorzat. A fogalmak ismételése, alkalmazása több halmazra. Pontos definíciók, jelölések használata. „Reláció” és műveleti tulajdonságok bizonyítása. Halmazok felbontása diszjunkt halmazok uniójára. A halmazműveletek tulajdonságai. Halmazok számossága. Számosság és halmazműveletek. Logikai szita formula. n elemű halmaz részhalmazainak a száma. Véges és végtelen halmazok. (Csak „szemléletes” szinten,</p>		<p><i>Informatika:</i> könyvtárszerkezet a számítógépen; adatbázis-kezelés, adatállományok, adatok szűrése különböző szempontok szerint.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> mondatok, szavak, hangok rendszerezése.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> rendszerteran.</p>

<p>később részletese tárgyaljuk.) Matematikatörténet: Georg Cantor.</p>	
<p>Konstrukciók. Lehetetlenségi bizonyítások. Adott tulajdonságú objektumok konstruálása. Adott tulajdonságú halmazok konstruálása. Ábrák színezése, lefedése adott feltételek szerint. Annak indoklása, hogy valamely konstrukció nem hozható létre. (Invariáns mennyiség keresése.)</p>	
<p>Logika. Logikai műveletek (negáció, konjunkció, diszjunkció, implikáció, ekvivalencia) és tulajdonságaik Összevetés a halmazműveletek tulajdonságaival. Rendszerező ismétlés feladatokon keresztül. A köznapi szóhasználat és a matematikai szóhasználat összevetése. Logikai és halmazelméleti műveletek kapcsolata. Következtetések. Normálformák. A logikai áramkörök elméletének elemei. Matematikatörténet: Pólya György, George Boole.</p>	
<p>Kombinatorika. Permutáció – ismétlés nélkül és ismétléssel. Variáció – ismétlés nélkül és ismétléssel. Kombináció – ismétlés nélkül és ismétléssel Jelek használata: $n!$, $\binom{n}{k}$. Binomiális együtthatók, egyszerű tulajdonságaik. Pascal-háromszög és tulajdonságai. Binomiális tétel. Matematikatörténet: Blaise Pascal, Erdős Pál. Néhány kombinatorikus geometriai feladat. n pont maximum hány egyenest határoz meg? n egyenesnek maximum hány metszéspontja lehet? n egyenes maximum hány részre osztja a síkot? Gráfok. Néhány probléma ábrázolása gráfokkal. Gráfelméleti alapfogalmak. Vonalak, körök, utak (séta, vonal, út, kör). Euler-vonal. Euler-körvonal. Hamilton-kör. Hamilton-út.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Véges és végtelen halmaz, unió, metszet, különbség, komplementer halmaz. Permutáció, variáció, kombináció, logikai művelet, gráf.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet, algebra Valós számok	Órakeret 32 óra
Előzetes tudás	Természetes számok, egész számok, racionális számok halmaza. Műveletek elvégzése a racionális számok halmazán fejben, írásban, számológéppel. Műveletek sorrendje, zárójelek használata. Hatványozás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Számkörbővítés elveinek megértése, a valós számok halmazának ismerete. Gondolkodás: ismeretek rendszerezésének fejlesztése. Indirekt bizonyítási módszer alkalmazása. Absztrakciós készség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Számhalmazok:</p> <ul style="list-style-type: none"> – természetes számok, – egész számok, – racionális számok, – irracionális számok, – valós számok. <p>Mely műveletek nem vezetnek ki az egyes számhalmazokból? A racionális számok halmazán végzett műveletek biztonságos elvégzése – ismétlés, gyakorlás. Műveleti tulajdonságok alkalmazása: kommutativitás, asszociativitás, disztributivitás. Számok tizedes tört alakja. Véges, végtelen szakaszos, végtelen nem szakaszos tizedes törtek. Irracionális szám kétoldali közelítése racionális számokkal. Hatványozás és azonosságai egész kitevőre. Számok normálalakja. Számolás normálalakban felírt számokkal. Normálalak a számológépen. A valós számok és a számegyenes kapcsolata. A racionális számok halmaza nem elegendő a számegyenes pontjainak jelölésére.</p>		<p><i>Fizika, kémia, biológia-egészségtan:</i> a tér, az idő, az anyagmennyiség nagy és kis méreteinek megadása normálalakokkal.</p>
<p>Négyzetgyök fogalma. A négyzetgyökvonás azonosságai. Kivitel a gyökjel alól, bevétel a gyökjel alá. Nevező gyöktelenítése. \sqrt{n} irracionális, ha n nem négyzetszám. Indirekt bizonyítás.</p>		
<p>Az n-edik gyök fogalma. A gyökvonás azonosságai. Páros és páratlan gyökkitevő. Bevétel a gyökjel alá. Kivitel a gyökjel alól. A szerkeszthetőség néhány kérdése. Permanenciaelv. A racionális kitevőjű hatványok.</p>		<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> zajszennyezés.</p> <p><i>Kémia:</i> pH-számítás.</p>

<p>Számolás racionális kitevőjű hatványokkal, gyökös kifejezésekkel.</p> <p>A hatványfogalom kiterjesztése irracionális kitevőre.</p> <p>Hatványozás kiterjesztése valós kitevőre.</p> <p>A logaritmus fogalma.</p> <p>Logaritmus értékének meghatározása a definíció alapján és számológéppel.</p> <p>A logaritmus azonosságai.</p> <p>Szorzat, hányados, hatvány logaritmus, áttérés más alapú logaritmusra.</p> <p>Az értelmezési tartomány változásának vizsgálata az azonosságok kétirányú alkalmazásánál.</p> <p>A logaritmus azonosságainak alkalmazása kifejezések számértékének meghatározására, kifejezések átalakítására.</p> <p>Logaritmustáblázat.</p> <p>Matematikatörténet: Napier, Kepler. A logaritmus fogalmának kialakulása.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Valós szám, normálalak, négyzetgyök, n -edik gyök, logaritmus.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet, algebra Algebrai kifejezések használata	Órakeret 31 óra
Előzetes tudás	Összefüggések leírása algebrai kifejezésekkel, $(a \pm b)^2$, $a^2 - b^2$, helyettesítési érték, zárójelfelbontás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Algebrai kifejezések biztonságos használata, célszerű átalakítási módok megtalálása, elvégzése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Algebrai kifejezések.</p> <p>Polinomok, törtkifejezések.</p> <p>Racionális és nem racionális kifejezések.</p>		<i>Fizika; kémia:</i> mennyiségek kiszámítása képlet alapján, képletek átrendezése.
<p>Nevezetes azonosságok:</p> <p>$(a \pm b)^2$, $(a + b + c)^2$, $a^2 - b^2$, $a^3 - b^3$, $a^3 + b^3$.</p> <p>$a^n - b^n$, $a^{2k+1} + b^{2k+1}$</p> <p>Geometria: azonosságok „rajzos” igazolása.</p>		
<p>Azonos átalakítások.</p> <p>Polinomok összeadása, kivonása.</p> <p>Polinomok szorzása, hatványozása.</p> <p>Szorzattá alakítás különböző módszerei.</p> <p>Polinomok maradékos osztása.</p> <p>Algebrai törtekkel végzett műveletek.</p> <p>Algebrai törtek egyszerűsítése, összeadása, kivonása,</p>		

<p>szorzása, osztása. Kifejezések legnagyobb közös osztója, legkisebb közös többszöröse. Matematikatörténet: algebra – Al-Hvarizmi.</p>	
<p>Számtani, mértani, négyzetes és harmonikus közép, hatványközép, és a köztük lévő egyenlőtlenség. Algebrai bizonyítás két és több tagra. Szélsőérték-feladatok közepek segítségével. Kapcsolat: másodfokú függvények vizsgálata.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	Algebrai kifejezés, polinom, algebrai tört, azonosság, közép.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet, algebra Oszthatóság	Órakeret 42 óra
Előzetes tudás	Osztó, többszörös, prímszám, prímtényező felbontás, legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A korábbi években szerzett ismeretek elmélyítése, bővítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Osztó, többszörös, oszthatóság, oszthatósági szabályok. Az oszthatósági szabályok. Analogiák nem tízes alapú számrendszerek oszthatósági szabályaiban. NIM-játék. Algebrai azonosságok alkalmazása oszthatósági feladatokban. Teljes indukció alkalmazása oszthatósági feladatokban.</p>		
<p>Prímszám, összetett szám, prímtényező felbontás. A számelmélet alaptétele. Osztójáték. Végtelen sok prímszám van. Néhány további tétel és sejtés a prímszámok elhelyezkedéséről. Legkisebb közös többszörös, legnagyobb közös osztó. Euklideszi algoritmus. Osztók számának, összegének, szorzatának meghatározása a prímtényező felbontásból. Euler-féle φ függvény. Kis Fermat-tétel. Wilson-tétel. Néhány speciális prím (Mersenne-prímek, Fermat-prímek). Tökéletes számok.</p>		<i>Informatika:</i> nagy prímek szerepe a titkosításban.
<p>Kongruenciák és tulajdonságai. Maradékosztályok. Diofantoszi egyenletek.</p>		

<p>Lineáris diofantoszi egyenlet. Az $ax + by + cxy = d$ típusú diofantoszi egyenlet. Szöveges feladatok megoldása diofantoszi egyenlettel. Pitagoraszi számhármassok. Matematikatörténet: Diophantos, Eukleidész, Eratoszthenész, Euler, Fermat.</p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Osztó, többszörös, prím, prímtényező felbontás, a számelmélet alaptétele, legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös, számelméleti függvény, kongruencia, maradékosztály.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet, algebra Egyenlet, egyenlőtlenség, egyenletrendszer	Órakeret 90 óra
Előzetes tudás	Egyismeretlenes, elsőfokú egyenletek, egyenlőtlenségek megoldása. Alaphalmaz vizsgálata, ellenőrzés. Azonosság. Szöveges feladatok – matematikai modell alkotása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Gyakorlati problémák matematikai modelljének felállítása, a modell hatókörének vizsgálata, a kapott eredmény összevetése a valósággal; az ellenőrzés fontossága. A problémához illő számítási mód kiválasztása, eredmény kerekítése a problémának megfelelően. Számológép használata. Az önellenőrzés képességének fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Egyenletek. Alaphalmaz, megoldáshalmaz, igazsághalmaz. Egyenletek megoldása grafikus módszerrel, alaphalmaz és értékkészlet vizsgálatával, algebrai módszerekkel. Egyenletek ekvivalenciája. Elsőfokú egyenletek.</p>		<i>Fizika; kémia:</i> képletek értelmezése, egyenletek rendezése.
<p>Elsőfokú egyenlettel megoldható szöveges feladatok. A korábban tanult módszerek elmélyítése. További módszerek szöveges feladatok megoldására. Példák egyenlet nélküli megoldási módszerekre.</p>		<i>Fizika:</i> kinematika, dinamika. <i>Kémia:</i> oldatok összetétele.
<p>Törtes egyenletek, egyenlőtlenségek. Értelmezési tartomány vizsgálata, hamis gyök. Mikor lesz egy tört értéke nulla, pozitív, negatív?</p>		
<p>Elsőfokú paraméteres egyenletek és egyenlőtlenségek.</p>		
<p>Abszolút értéket tartalmazó egyenletek. (Több abszolút értéket tartalmazók is.) Abszolút értéket tartalmazó egyenlőtlenségek. Algebrai és grafikus megoldás.</p>		<i>Fizika:</i> a mérés hibája.
<p>Elsőfokú egyenletrendszerek. Egyenletrendszerek grafikus megoldása. Behelyettesítő módszer.</p>		<i>Informatika:</i> számítógépes program használata.

<p>Egyenlő együtthatók módszere. Új ismeretlen bevezetése. Gauss-elimináció. Elsőfokú paraméteres egyenletrendszerek. Egyenletrendszerrel megoldható szóveges feladatok. A kapott eredmény értelmezése, valóságtartalmának vizsgálata.</p>	
<p>Elsőfokú egyenlőtlenségek. Egyenlőtlenségek grafikus megoldása. Egyismeretlenes egyenlőtlenségrendszer.</p>	
<p>Másodfokú függvények vizsgálata. Teljes négyzetté alakítás használata. Másodfokú egyenletek. Grafikus megoldás. Teljes négyzetté kiegészítés. Egyenletmegoldás szorzattá alakítással. A másodfokú egyenlet megoldóképlete. A megoldóképlet készségi szintű alkalmazása. Számológép használata. A másodfokú egyenlet diszkriminánsa. Diszkusszió. Önellenzés. Gyöktényezős alak, Viète-formulák. Másodfokúra visszavezethető egyenletek. Új ismeretlen bevezetése. Racionális gyökök keresése. Viète-formulák. Néhány további módszer az egyenlet speciális tulajdonságainak felhasználásával. Szélsőérték-feladatok Másodfokú függvény vizsgálatával. Kapcsolat: számtani és mértani közép közötti egyenlőtlenség felhasználásával történő megoldás. Optimális megoldásokra törekvés.</p>	<p><i>Fizika:</i> fizikai tartalmú minimum- és maximumproblémák. <i>Filozófia:</i> egy adott rendszeren belül megoldhatatlan problémák létezése.</p>
<p>Másodfokú egyenlettel megoldható szóveges feladatok. Modellalkotás, megoldási módszerek.</p>	<p><i>Fizika:</i> egyenletesen gyorsuló mozgás leírása. <i>Informatika:</i> számítógépes program használata.</p>
<p>Másodfokú egyenlőtlenségek. A megoldás megadása másodfokú függvény vizsgálatával. Többféle megoldási módszer összevetése.</p>	
<p>Másodfokú egyenletrendszer. Másodfokú egyenletrendszerrel megoldható szóveges feladatok. Emlékezés korábban megismert módszerekre, alkalmazás az adott környezetben.</p>	<p><i>Fizika:</i> ütközések.</p>

Gyökös egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek. Ekvivalens és nem ekvivalens egyenlet-megoldási lépések. Hamis gyök, gyökvesztés. Önellenőrzés képességének fejlesztése.		
Paraméteres másodfokú és másodfokúra visszavezethető egyenletek. Esetsztékválasztások, divergens gondolkodás fejlesztése. Paraméteres másodfokú egyenlőtlenségek.		
Magasabb fokú egyenletek. Egész együtthatós polinom egész és racionális gyökei. Bezout tétele. Gyökök és együtthatók közti összefüggés. Horner-elrendezés. Matematikatörténet: magasabb fokú egyenletek megoldhatósága. Cardano, Galois, Abel.		
Exponenciális egyenletek, egyenletrendszerek, egyenlőtlenségek. Megoldás a definíció és az azonosságok alkalmazásával. Exponenciális egyenletre vezető valós problémák megoldása.		<i>Földrajz:</i> globális problémák (pl. demográfiai mutatók, a Föld eltartó képessége és az élelmezési válság, betegségek, világjárványok, túltermelés és túlfogyasztás).
Logaritmikus egyenletek egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek Megoldás a definíció és az azonosságok alkalmazásával. Értelmezési tartomány vizsgálatának fokozott szükségessége logaritmusos egyenleteknél.		<i>Kémia:</i> pH-számítás
Paraméteres exponenciális és logaritmusos egyenletek.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elsőfokú egyenlet, egyenlőtlenség, értelmezési tartomány, azonosság. Ekvivalens átalakítás, hamis gyök. Másodfokú egyenlet, egyenlőtlenség, megoldóképlet, diszkrimináns. Egyenletrendszer. Négyzetgyökös egyenlet. Paraméteres egyenlet. Magasabb fokú egyenletek. Exponenciális és logaritmikus egyenlet, egyenlőtlenség, egyenletrendszer.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria Alapfogalmak, ponthalmazok, egybevágósági transzformációk	Órakeret 53 óra
Előzetes tudás	Tételek kölcsönös helyzete, távolsága. Háromszögek, négyszögek, sokszögek tulajdonságai. Speciális háromszögek, négyszögek elnevezése, felismerése, tulajdonságaik. Háromszögek szerkesztése alapadatokból. A Pitagorasz-tétel ismerete. Geometriai transzformációk, a szimmetria felismerése környezetünkben, alkalmazásuk egyszerű feladatokban.	

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A geometriai szemlélet, látásmód fejlesztése. A definíciók és tételek pontos ismerete. Bizonyítások gyakorlása. A szükséges és az elégséges feltétel felismerése. Összetett számítási probléma lebontása, számítási terv készítése (megfelelő részlet kiválasztása, a részletszámítások logikus sorrendbe illesztése). A geometriai transzformációk átfogó ismerete, alkalmazása problémamegoldásban. Szimmetria szerepének felismerése a matematikában, a művészetekben. Tájékozódás valóságos viszonyokról térkép és egyéb vázlatok alapján. Valós probléma geometriai modelljének megalkotása, számítások a modell alapján, az eredmények összevetése a valósággal. Számítógép használata geometriai feladatokban.</p>
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	
<p>Geometriai alapfogalmak, axiómák. Tételek; kölcsönös helyzete, távolsága, szöge síkban és térben. Skatulyaelvvel megoldható geometriai feladatok. Háromszögek szögei, oldalai közti összefüggések. Négyszögek. Sokszögek szögösszege, átlók száma.</p>	<p><i>Fizika:</i> szögsebesség, szöggyorsulás. <i>Vizuális kultúra:</i> térbeli viszonyok.</p>
<p>Nevezetes ponthalmazok rendszerezése.</p> <ul style="list-style-type: none"> – adott térelemtől adott távolságra lévő pontok halmaza – síkban és térben; – két térelemtől egyenlő távolságra lévő pontok halmaza – síkban és térben. – Parabola, ellipszis, hiperbola. <p>Egyenlőtlenességgel meghatározott ponthalmazok. Ponthalmazok a koordinátasíkon. Koordinátákkal megadott feltételek. Matematikatörténet: Descartes. Két vagy három feltételnek megfelelő ponthalmazok szerkesztése. Háromszög beírt, körülírt, hozzáírt körei. Háromszög további nevezetes vonalai. Középvonalak.(Négyszögek középvonalai is.) Varignon-tétel. Magasságok – magasságpont. Súlyvonalak – súlypont. Geometriai szerkesztőprogram használata, bemutatása grafikus programmal.</p>	<p><i>Fizika:</i> parabolatükör. <i>Informatika:</i> geometriai szerkesztőprogram használata. <i>Fizika:</i> égitestek pályája; izotermikus állapotváltozás.</p>
<p>Pitagorasz tétele és a tétel megfordítása. Számítási feladatok síkban és térben. Pitagorasz tételének alkalmazása bizonyítási feladatokban. Mikor hegyesszögű, illetve tompaszögű a háromszög? Két pont távolsága koordináta-rendszerben. A paralelogramma oldalainak négyzetösszege egyenlő az átlók négyzetösszegével. Négyszög átlói merőlegességének feltétele. Matematikatörténet: Pitagorasz.</p>	<p><i>Fizika:</i> vektor felbontása merőleges összetevőkre.</p>
<p>Thalész tétele és a tétel megfordítása. Szerkesztési és bizonyítási feladatok. Körérintő szerkesztése.</p>	

Matematikatörténet: Thalész.		
<p>Geometriai transzformáció fogalma. Egybevágósági transzformációk rendszerező ismétlése. Tengelyes tükrözés, középpontos tükrözés, forgatás, eltolás, identitás.</p> <p>A geometriai transzformációk tulajdonságai:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fixpont, fix egyenes, fix sík, - szögtartás, távolságtartás, irányítástartás. <p>Szimmetrikus ponthalmazok, szimmetrián alapuló játékok. Geometriai transzformációk szorzata.</p>		<i>Informatika:</i> geometriai szerkesztőprogram használata.
<p>Geometriai szélsőérték-feladatok. Háromszögbe írt minimális területű háromszög. Izgonális pont.</p>		<i>Földrajz:</i> minimális utak meghatározása.
<p>Az egybevágóság fogalma. Ponthalmazok egybevágósága. A háromszögek egybevágóságának alapesetei.</p>		
<p>Műveletek vektorokkal: Összeadás, kivonás, számmal való szorzás. Vektorfelbontás tétele. Osztópont helyvektora, háromszög súlypontjának helyvektora. Feuerbach-kör. Vektorok térben. Vektor koordinátái. Analogia a számhalmazokon végzett műveletekkel.</p>		<i>Fizika:</i> vektormennyiségek: erő, sebesség, gyorsulás, térerősség.
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tételelem, sokszög, Pitagorasz-tétel, Thalész-tétel, egybevágósági transzformáció. Vektor.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria Hasonlóság és kapcsolódó tételek	Órakeret 56 óra
Előzetes tudás	Egybevágósági transzformációk. A háromszögek egybevágóságának alapesetei. Számítási és mértani közép. A számítási és a mértani közép közötti egyenlőtlenség.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A geometriai szemlélet, látásmód fejlesztése. A definíciók és tételek pontos ismerete. Bizonyítások gyakorlása. Tájékozódás valóságos viszonyokról térkép és egyéb vázlatok alapján. Valós probléma geometriai modelljének megalkotása, számítások a modell alapján, az eredmények összevetése a valósággal. Számítógép használata geometriai feladatokban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A párhuzamos szelők tétele és megfordítása, következmények. Szögfelező tétel. A párhuzamos szelőszakaszok tétele. Szakasz arányos osztása. Negyedik arányos szerkesztése.</p>		

<p>A középpontos hasonlóság fogalma és tulajdonságai. A hasonlósági transzformáció fogalma és tulajdonságai. Szerkesztési, számítási, bizonyítási feladatok. Euler-egyenes.</p>	<p><i>Földrajz:</i> térképek. <i>Vizuális kultúra:</i> építészeti tervrajzok. <i>Fizika:</i> optikai eszközök nagyítása.</p>
<p>Hasonló ponthalmazok. A háromszögek hasonlóságának alapesetei. A sokszögek hasonlósága. Heron-képlet A hasonló síkidomok területének aránya. A hasonló testek felszínének és térfogatának aránya. Annak tudatosítása, hogy kicsinyítésnél, nagyításnál a lineáris méretek, a felszín és térfogat nem egyformán változik.</p>	<p><i>Fizika:</i> hasonló háromszögek alkalmazása – lejtőmozgás, geometriai optika. <i>Biológia-egészségtan:</i> példák arra, amikor az a hasznos, hogy adott térfogathoz nagy felszín, illetve, amikor adott térfogathoz kis felszín tartozzon.</p>
<p>Arányossági tételek háromszögekben. Magasságtétel, befogótétel. A számtani és a mértani közép közötti egyenlőtlenség geometriai bizonyítása. Mértani közép szerkesztése. Egyszerű szélsőérték-feladatok. Ceva és Menelaosz tétele.</p>	<p><i>Vizuális kultúra:</i> festészet, építészet. <i>Ének-zene:</i> az aranymetszés megjelenése zenei művekben.</p>
<p>Két kör közös érintői. Középponti szög, a hozzá tartozó körív és körcikk. Szögek mérése. Kerületi és középponti szögek tétele. Kerületi szögek tétele. Látószögekörív. Húrnégyszög tétele és megfordítása. Feuerbach-kör. Érintőnégyzetek tétele és megfordítása. A talpponti háromszög tulajdonságai. Ptolemaiosz-tétel. Érintő és szelőszakaszok tétele. Szelőszakaszok tétele. Aranymetszés. Pontnak körre vonatkozó hatványa.</p>	
<p>További nem távolságtartó transzformációk. Merőleges affinitás. Kapcsolat a függvénytranszformációkkal. Inverzio és tulajdonságai.</p>	
<p>Matematikatörténet: Euler. Ptolemaiosz, Feuerbach, Héron.</p>	

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Hasonlósági transzformáció, hasonló ponthalmaz, számtani és mértani közép.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Függvények Algebrai függvények	Órakeret 37 óra
Előzetes tudás	Halmazok. Hozzárendelés fogalma. Grafikonok készítése, olvasása. Pontok ábrázolása koordináta-rendszerben. Lineáris függvények, fordított arányosság függvénye.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanult függvények felidézése. Függvénytranszformációk algebrai és geometriai megjelenítése. Összefüggések, folyamatok megjelenítése matematikai formában (függvénymodell), vizsgálat a grafikon alapján. A vizsgálat szempontjainak kialakítása. Számítógép bevonása a függvények ábrázolásába, vizsgálatába. Logikus, pontos gondolkodás, fogalmazás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Függvény fogalma. Rendszerező ismétlés. Értelmezési tartomány, értékkészlet. A függvény megadási módjai, ábrázolása, jellemzése: zérushely, monotonitás, szélsőérték.</p> <p>Új fogalmak: periodicitás, paritás, korlátosság. (Pontos definíciók. Néhány esetben a tagadás megfogalmazása is: pl. egy függvény nem páros, ha...) Kapcsolat: logika elemei – bármely, van olyan, negáció. Hétköznapi állítások tagadása. Pontos fogalmazás.</p>		<p><i>Informatika:</i> függvényábrázolás, grafikonkészítés számítógépes program segítségével.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> hétköznapi és szaknyelvi szóhasználat.</p>
Fordított arányosság, elsőfokú törtfüggvény.		<i>Fizika; kémia:</i> fordítottan arányos mennyiségek.
Lineáris függvények. Rendszerező ismétlés. Lineáris kapcsolatok felfedezése a hétköznapokban.		<i>Fizika; kémia:</i> egyenesen arányos mennyiségek.
<p>Másodfokú függvények. Teljes négyzetté kiegészítés.</p> <p>Hatványfüggvények. Negatív egész kitevőjű hatványfüggvények. Abszolútérték-függvény. (Több abszolút értéket tartalmazók is.) Egészrész-, törtrész-, előjelfüggvény, Dirichlet-féle függvény. Gyökfüggvények. Függvények inverze. Összetett függvények.</p>		
Exponenciális függvények.		
Logaritmikus függvények.		<i>Fizika:</i> régészeti leletek –

		kormeghatározás.
Függvénytranszformációk. A tanult függvények többlépéses transzformációi. $f(ax + b)$ ábrázolása A transzformációk rendszerezése, transzformációs sorrend. $ f(x) $ és $f(x)$ ábrázolása. Adott tulajdonságú függvények konstruálása.		
A sorozat fogalma, megadása, ábrázolása. Korábbi ismeretek rendszerező ismétlése. Sorozat megadása rekurzióval – Fibonacci-sorozat – aranymetszés. Rekurzív sorozat n -edik elemének megadása. Matematikatörténet: Fibonacci.		<i>Informatika:</i> algoritmusok.
Számtani sorozat. A számtani sorozat n -edik tagja. A számtani sorozat első n tagjának összege. Mértani sorozat. A mértani sorozat n -edik tagja. A mértani sorozat első n tagjának összege. Számítási feladatok számtani és a mértani sorozatokra. Szöveges feladatok gyakorlati alkalmazásokkal. A számtani sorozat mint lineáris és a mértani sorozat mint exponenciális függvény összehasonlítása. Gyakorlati alkalmazások – kamatos kamat számítása. Törlesztési feladatok. Pénzügyi alapfogalmak – kamatos kamat, törlesztőrészlet, hitel, THM, gyűjtőjárdék. Véges sorok összegzése. Számtani és mértani sorozatból előállított szorzatok összegzése. Teleszkópos összegek.	<i>Fizika; kémia;</i> <i>biológia-egészségtan;</i> <i>földrajz; történelem,</i> <i>társadalmi és</i> <i>állampolgári</i> <i>ismeretek: lineáris és</i> <i>exponenciális</i> <i>folyamatok.</i> <i>Technika, életvitel és</i> <i>gyakorlat: hitel –</i> <i>adósság – eladósodás.</i>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Függvény, értelmezési tartomány, értékészlet, zérushely, monotonitás, szélsőérték, paritás. Függvénygrafikon, függvénytranszformáció. Sorozat, számtani sorozat, mértani sorozat, kamatos kamat, rekurzív sorozat.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Függvények. Hegyesszőgek szögfüggvényei, szögfüggvények általánosítás	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Hasonlóság alkalmazása számolási feladatokban. Pitagorasz-tétel.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Síkbeli és térbeli ábra készítése a valós geometriai problémáról. Számítási feladatok, a megoldáshoz alkalmas szögfüggvény megtalálása. Számológép, számítógép használata.	

Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Távolságok, magasságok meghatározása arányokkal. A valóság kicsinyített ábrájáról szögeket és szakaszokat határozunk meg méréssel és számolással.</p> <p>A hegyesszögek szögfüggvényeinek definíciója. Szögfüggvény értékének meghatározása számológéppel. Számítási feladatok szögfüggvények használatával síkban és térben.</p>		<p><i>Fizika:</i> lejtőn mozgó testre ható erők kiszámítása.</p>
<p>Pótszögek szögfüggvényei. Összefüggések egy hegyesszög szögfüggvényei között. Egyszerű trigonometrikus összefüggések bizonyítása.</p> <p>Nevezetes szögek szögfüggvényei: 30°; 60°; 45°. (Megtanulandók.) 18°, 36°, 54°, 72°. (Kiszámolás az „aranyháromszögből”.)</p>		
<p>A szögfüggvények általános értelmezése. Forgásszög, egységvektor, vektorkoordináták. A szögfüggvények előjele a különböző síknegyedekben.</p> <p>Szögfüggvények közötti összefüggések. Egyszerű trigonometrikus összefüggések bizonyítása.</p> <p>A trigonometrikus függvények. A szögfüggvények értelmezési tartománya, értékkészlete, zérushelyek, szélsőérték, periódus, monotonitás. A trigonometrikus függvények transzformáltjai, függvényvizsgálat. Egyszerű trigonometrikus egyenletek.</p>		<p><i>Fizika:</i> harmonikus rezgőmozgás, hullámmozgás leírása.</p> <p><i>Informatika:</i> grafikonok elkészítése számítógépes programmal.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szögfüggvény.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Statisztika, valószínűség	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás	Kombinatorikai ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A valószínűség és a relatív gyakoriság fogalmának mélyítése, kapcsolatuk belátása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Véletlen jelenségek megfigyelése. Kocka- és pénzérmedobások – csoportmunka.</p>		<p><i>Informatika:</i> véletlen jelenségek számítógépes szimulációja.</p>
<p>Esemény, biztos esemény, lehetetlen esemény, komplementer esemény. Műveletek eseményekkel. Egyszerűbb események valószínűsége. Klasszikus valószínűségi modell.</p>		

A valószínűség meghatározása kombinatorikus eszközökkel.	
Geometriai valószínűség. Feltételes valószínűség, függetlenség. Teljes valószínűség tétele, Bayes tétele.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Esemény, valószínűség.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<p><i>Gondolkodási és megismerési módszerek</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Halmazműveletek alkalmazása számhalmazokra, ponthalmazokra. – Logikai műveletek és tulajdonságaik ismerete. – Definíció, tétel felismerése, az állítás és megfordításának felismerése; bizonyítás gondolatmenetének követése. – Bizonyítási módszerek ismerete, a logikai szita és skatulyaelv alkalmazása feladatmegoldás során. – Konstruktív feladatok megoldása, lehetetlenség bizonyítása. – Gráfok használata gondolatmenet szemléltetésére. <p><i>Számelmélet, algebra</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Racionális és irracionális számok, a valós számok halmazának szemléletes fogalma, véges és végtelen tizedes törtek, számegyenes alkalmazása. – Számok normálalakja, normálalakkal végzett műveletek alkalmazása. – Oszthatóság, a számelmélet alaptétele, alkalmazása. – Legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös ismerete, alkalmazása. – Prímekre vonatkozó tételek, sejtések ismerete. – Algebrai kifejezésekkel végzett műveletek, azonosságok alkalmazása. – A gyökvonás fogalmának ismerete, a gyökvonás azonosságainak alkalmazása, gyökös egyenletek megoldása. – Első- és másodfokú, és másodfokúra visszavezethető egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek, szöveges feladatok megoldása. – Másodfokú függvényekre vezető szélsőérték-problémák megoldása. – Nevezetes közepek alkalmazása szélsőérték-problémák megoldásában. – A számológép használata. <p><i>Geometria</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Tételek ismerete, távolság és szög fogalma, mérése. – Nevezetes ponthalmazok rendszerezése, alkalmazása. – A kör és részeinek ismerete. – Körrel kapcsolatos tételek alkalmazása (kerületi és középponti szögek tétele, húrnégyszögek és érintőnéyszögek tételei). – Egybevágósági és hasonlósági transzformációk ismerete, alkalmazása szerkesztési és bizonyítási feladatokban, a művészetekben való alkalmazás ismerete. – Egybevágó ponthalmazok, hasonló ponthalmazok tulajdonságainak ismerete, alkalmazása.
---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Vektor fogalmának, vektorműveleteknek az ismerete. Vektorfelbontás, vektorkoordináták meghatározása adott bázisrendszerben. – Háromszögek, négyszögek, sokszögek szögei, nevezetes vonalainak, köreinek ismerete. Az ismeretek alkalmazása számítási, szerkesztési és bizonyítási feladatokban. – A Pitagorasz-tétel és a Thalész-tétel alkalmazása. – Hegyesszögek szögfüggvényeinek értelmezése, számolás szögfüggvényekkel. Szögfüggvények közötti összefüggések ismerete, alkalmazása. – Ceva-, Menelaosz-, Ptolemaiosz-, Euler-tétel ismerete, alkalmazása. <p>Trigonometria</p> <ul style="list-style-type: none"> – A hegyesszögek szögfüggvényei. – A szögfüggvények általánosítása. <p><i>Függvények, sorozatok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A függvény fogalmának mélyülése. Új függvényjellemzők ismerete: korlátosság, periodicitás. – Függvény ábrázolása, jellemzése. – Függvénytranszformációk elvégzése. – Számítási és mértani sorozat. – Mindennapjainkhoz, más tantárgyakhoz kapcsolódó folyamatok elemzése a megfelelő függvény grafikonja alapján. <p><i>Valószínűség, statisztika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Véletlen esemény, biztos esemény, lehetetlen esemény, véletlen kísérlet, esély/valószínűség fogalmak ismerete, használata. A műveletek elvégzése az eseménytérben. – A valószínűség klasszikus modelljének alkalmazása. – A geometriai valószínűség alkalmazása.
--	---

11–12. évfolyam

Ez a szakasz az eddigi matematikatanulás szintézisét adja, és egyben kiteljesíti a kapcsolatokat a többi tantárggyal, valamint a mindennapi élet matematikaigényes elemeivel. A matematikatanulásban kialakult rendszeresség, problémamegoldó képesség az élet legkülönbözőbb területein segíthet. Ezt célszerű tudatosítani a tanulóknál.

Ez a kerettantervi elem a matematika főiskolai-egyetemi tanulására való felkészítést célozza meg. A problémamegoldó képességen túl fontos az önálló rendszerezés, lényegkiemelés, történeti áttekintés készségének kialakítása, az alkalmazási lehetőségek megtalálása, a kapcsolatok keresése különböző témakörök között.

Ebben az időszakban áttekintését adjuk a korábbi évek ismereteinek, eljárásainak, problémamegoldó módszereinek, miközben sok, gyakorlati és elméleti területen széles körben használható tudást is közvetítünk, amelyek összetettebb problémák megoldását is lehetővé teszik. Az érettségi előtt már elvárható a tanulóktól többféle készség és ismeret együttes alkalmazása. Minden témában hangsúlyosan kell kitérnünk a gyakorlati alkalmazásokra, az ismeretek más tantárgyakban való felhasználhatóságára.

A sorozatok, kamatos kamat témakör kiválóan alkalmas a pénzügyi, gazdasági problémákban való jártasság kialakításra. A korábbiaknál is nagyobb hangsúlyt kell fektetni a

különböző gyakorlati problémák optimumát kereső feladatokra. Ezért az ilyen problémák elemi megoldását külön fejezetként iktatjuk be.

Az analízis témakörben a szemléletesség segíti a problémák átlátását, az egzaktság pedig a felsőfokú képzésre való készülést.

A rendszerező összefoglalás, túl azon, hogy az eddigi matematikatanulás szintézisét adja, mintaként szolgálhat a későbbiekben is bármely területen végzett összegző munkához.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Gondolkodási módszerek, halmazok, matematikai logika, kombinatorika, gráfok	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Halmaz fogalma, halmaz számossága. Kölsönösen egyértelmű hozzárendelés. Bizonyítási módszerek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Korábban megismert fogalmak ismétlése, elmélyítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Számhalmazok. Számhalmazok bővítésének szükségessége a természetes számoktól a komplex számokig. Algebrai számok, transzcendens számok.</p> <p>Halmazok számossága. Halmazok ekvivalenciája. Számosság. Végtelen és véges halmazok. Megszámlálható és nem megszámlálható halmazok. Kontinuumsejtés.</p> <p>Matematikatörténet: Cantor, Hilbert, Gödel.</p>		<p><i>Filozófia:</i> Gondolati rendszerek felépítése. Bizonyíthatóság.</p>
<p>A matematika felépítése. Fogalmak, alapfogalmak, axiómák, tételek, sejtések. Műveletek a matematikában. Műveleti tulajdonságok. Relációk a matematikában és a mindennapi életben. Relációtulajdonságok. Bizonyítási módszerek áttekintése. Direkt, indirekt bizonyítás, skatulyaelv, teljes indukció. Tételek megfordítása.</p>		<p><i>Filozófia:</i> Gondolati rendszerek felépítése. Állítások igazolásának szükségessége.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Művelet, reláció. Halmazok számossága, megszámlálható és nem megszámlálható halmaz. Bizonyítási módszer. A matematika axiomatikus felépítése.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Trigonometria	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Vektorokkal végzett műveletek. Hegyesszögek szögfüggvényei, a szögfüggvények általános értelmezése, szögmérés fokban és radiánban, szögfüggvények közötti egyszerű összefüggések, trigonometrikus	

	függvények.
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A geometriai látásmód fejlesztése. A művelet fogalmának bővítése egy újszerű művelettel, a skaláris szorzással. Algebrai és geometriai módszerek közös alkalmazása számítási, bizonyítási feladatokban. A tanultak felfedezése más tudományterületeken is. A függvényszemlélet alkalmazása az egyenletmegoldás során, végtelen sok megoldás keresése.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
A vektorok koordinátaival végzett műveletek és tulajdonságaik. A vektor 90° -os elforgatottjának koordinátái.	
Két vektor skaláris szorzata. A skaláris szorzat tulajdonságai. A skaláris szorzás alkalmazása számítási és bizonyítási feladatokban. Merőleges vektorok skaláris szorzata. Szükséges és elégséges feltétel. Két vektor skaláris szorzatának kifejezése a vektorkoordináták segítségével. A skaláris szorzat és a Cauchy-egyenlőtlenség kapcsolata.	<i>Fizika:</i> munka, elektromosság.
A háromszög területének kifejezése két oldal és a közbezárt szög segítségével. A háromszög egy oldalának kifejezése a köré írt kör sugara és szemközti szög segítségével. Szinusztétel. Koszinusztétel. A tételek pontos kimondása, bizonyítása. Kapcsolat a Pitagorasz-tétellel. Általános háromszög adatainak meghatározása. Egyértelműség vizsgálata. Szög, távolság, terület meghatározása. Bizonyítási feladatok.	<i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> ponthalmazok adatainak meghatározása. <i>Földrajz:</i> távolságok, szögek kiszámítása – terepmérési feladatok. GPS-helymeghatározás.
Szögfüggvények közötti összefüggések. Addíciós tételek: – két szög összegének és különbségének szögfüggvényei, – egy szög kétszeresének szögfüggvényei, – félszögek szögfüggvényei, – két szög összegének és különbségének szorzattá alakítása. A trigonometrikus azonosságok használata, több lehetőség közül a legalkalmasabb összefüggés megtalálása. Trigonometrikus kifejezések értékének meghatározása. Háromszögekre vonatkozó feladatok addíciós tételekkel. Tangenstétel.	
Trigonometrikus egyenletek. (Ekvivalens átalakítások.) Trigonometrikus egyenlőtlenségek. Trigonometrikus egyenletrendszerek. Paraméteres trigonometrikus feladatok. Időtől függő periodikus jelenségek vizsgálata.	<i>Fizika:</i> rezgőmozgás, adott kitéréshez, sebességhez, gyorsuláshoz tartozó időpillanatok

Trigonometrikus kifejezések szélsőértékének keresése.	meghatározása.
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Skaláris szorzat, szinusztétel, koszinusztétel, addíciós tétel, trigonometrikus azonosság, egyenlet.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria. Kúpszeletek	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Nevezetes ponthalmazok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A sík- és térgeometriai szemlélet, látásmód fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Parabolát, ellipszist, hiperbolát jellemző paraméterek. Kúpszeletek érintői. Kúpszeletek származtatása (Dandelin-gömbök). Mértani helyek.		<i>Fizika:</i> csillagászat.
Kulcsfogalmak	Parabola, ellipszis, hiperbola, fókuszpont, vezéregyenes.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Koordinátagéometria	Órakeret 54 óra
Előzetes tudás	Koordináta-rendszer, vektorok, vektorműveletek megadása koordinátákkal. Ponthalmazok koordináta-rendszerben. Függvények ábrázolása. Elsőfokú, másodfokú egyenletek, egyenletrendszerek megoldása. A parabola pontjainak tulajdonsága: fókuszpont, vezéregyenes.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Elemi geometriai ismeretek megközelítése új eszközzel. Geometriai problémák megoldása algebrai eszközökkel. Számítógép használata.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A Descartes-féle koordináta-rendszer. A helyvektor és a szabadvektor. Rendszerező ismétlés.		<i>Informatika:</i> számítógépes program használata.
Vektor abszolút értékének kiszámítása. Két pont távolságának kiszámítása. A Pitagorasz-tétel alkalmazása. Két vektor hajlásszöge. Skaláris szorzat használata.		
Szakasz osztópontjának koordinátái. A háromszög súlypontjának koordinátái. Elemi geometriai ismereteket alkalmazása, vektorok használata, koordináták számolása.		<i>Fizika:</i> ponthalmazok tömegközéppontja.

<p>Az egyenes helyzetét jellemző adatok: irányvektor, normálvektor, irányszög, iránytangens. A különböző jellemzők közötti kapcsolat értéke, használata. Az egyenes egyenletei.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Adott pontra illeszkedő, adott normálvektorú egyenes, illetve sík egyenlete. – Adott pontra illeszkedő, adott irányvektorú egyenes egyenlete síkban, egyenletrendszere térben. – Iránytényező egyenlet. <p>Geometriai feladatok megoldása algebrai eszközökkel. Kétismeretlenes lineáris egyenlet és az egyenes egyenletének kapcsolata. A feladathoz alkalmas egyenlettípus kiválasztása. Két egyenes párhuzamosságának és merőlegességének a feltétele. Két egyenes metszéspontja. Két egyenes hajlásszöge. Skaláris szorzat használata.</p>	<p><i>Fizika:</i> mérések értékelése.</p> <p><i>Informatika:</i> számítógépes program használata.</p>
<p>A kör egyenlete. Kétismeretlenes másodfokú egyenlet és a kör egyenletének kapcsolata. Kör és egyenes kölcsönös helyzete. A kör érintőjének egyenlete. Két kör közös pontjainak meghatározása. Másodfokú, kétismeretlenes egyenletrendszer megoldása. A diszkrimináns vizsgálata, diszkusszió. Szerkeszthetőségi kérdések. Két kör közös érintőinek egyenlete.</p>	<p><i>Informatika:</i> számítógépes program használata.</p>
<p>A parabola tengelyponti egyenlete. A parabola és a másodfokú függvény. A parabola és az egyenes kölcsönös helyzete. A diszkrimináns vizsgálata, diszkusszió.</p>	<p><i>Fizika:</i> geometriai optika, fényszóró, visszapiillantó tükör.</p>
<p>Ellipszis és hiperbola egyenlete.</p>	<p><i>Fizika:</i> égitestek pályája.</p>
<p>Összetett feladatok megoldása paraméter segítségével vagy a szerkesztés menetének követésével. Mértani helyek keresése. Apollóniosz-kör. Merőleges affinitással kapott mértani helyek. Ponthalmazok a koordinátasíkon. Egyenlőtlenséggel megadott egyszerű feltételek. Lineáris programozási feladat.</p>	<p><i>Informatika:</i> több feltétel együttes vizsgálata.</p>
<p>Térbeli koordináta geometria. Vektorok vektoriális szorzata. Egyenes egyenletrendszere. Sík egyenlete. Egyenes és sík metszéspontja.</p>	

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Vektor, irányvektor, normálvektor, iránytényező. Egyenes, kör, parabola, ellipszis és hiperbola egyenlete.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Sorozatok	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás	Számítási sorozat, mértani sorozat fogalma, egyszerű alapösszefüggések.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A hétköznapi életben, matematikai problémában a sorozattal leírható mennyiségek észrevétele. Sorozatok megadási módszereinek alkalmazása. Összefüggések, képletek hatékony alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Sorozatok korlátossága, monotonitása, konvergenciája. A határérték szemléletes és pontos definíciói. Műveletek konvergens sorozatokkal. Konvergens és divergens sorozatok. Nevezetes sorozatok határértéke. Konvergens sorozatok tulajdonságai, konvergenciakritériumok. Torlódási pont. Konvergens sorozatnak egy határértéke van. Minden konvergens sorozat korlátos. Monoton és korlátos sorozat konvergens. Az e szám. Konvergens sorozatokra vonatkozó egyenlőtlenségek. Rendőrlv.</p>		
<p>Végtelen sorok. Végtelenen sor konvergenciája, összege. Végtelen mértani sor. Szakaszos végtelen tizedes tört átváltása. További példák konvergens sorokra. Teleszkópos összegek. Négyzetszámok reciprokainak összege. Példák nem konvergens sorokra. Harmonikus sor. Feltételesen konvergens sorok. Cantor-axióma. A kör kerülete.</p>		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Korlátosság, monotonitás, konvergencia, divergencia. Sor, sor összege, végtelen mértani sor.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nevezetes egyenlőtlenségek, szélsőérték-feladatok elemi megoldása	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Nevezetes azonosságok ismerete. Középek és sorrendjük ismerete két és több változóra.	
A tematikai egység	Gyakorlati problémák matematikai modelljének felállítása. A modell	

nevelési-fejlesztési céljai	hatókörének vizsgálata, a kapott eredmény összevetése a valósággal. A szélsőérték-problémához illő megoldási mód kiválasztása. Gyakorlat optimális megoldások keresésében.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Azonos egyenlőtlenségek. Rendezési tétel. Bernoulli-egyenlőtlenség. Cauchy-egyenlőtlenség. Jensen-egyenlőtlenség. (Bizonyítás nélkül, szemléletes képpel.)		<i>Környezetvédelem:</i> legrövidebb utak és egyéb optimális módszerek keresése.
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Szélsőértékhely, szélsőérték.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Folytonosság, differenciálszámítás	Órakeret 54 óra
Előzetes tudás	Függvények megadása, értelmezési tartomány, értékészlet. Függvények jellemzése: zérushely, korlátosság, szélsőérték, monotonitás, paritás, periodicitás. Sorozatok határértéke.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Megismerkedés a függvények vizsgálatának új módszerével. A függvény folytonossága és határértéke fogalmának megalapozása. A differenciálszámítás módszereinek használata a függvények lokális és globális tulajdonságainak vizsgálatára. A matematikán kívüli területeken – fizika, közgazdaságtan – is alkalmazások keresése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A valós számok halmazán értelmezett függvények jellemzése. Korábbi ismeretek rendszerező ismétlése.		<i>Informatika:</i> számítógépes szoftver alkalmazása függvények grafikonjának megrajzolására.
A függvények folytonossága. Példák folytonos és nem folytonos függvényekre. A folytonosság definíciói. Intervallumon folytonos függvények. Korlátos és zárt intervallumon folytonos függvények tulajdonságai.		<i>Fizika:</i> példák folytonos és diszkrét mennyiségekre.
Függvény határértéke. A függvények határértékének szemléletes fogalma, pontos definíciói. Jelölések. Függvények véges helyen vett véges; véges helyen vett végtelen; végtelenben vett véges; végtelenben vett végtelen határértéke. A sorozatok és a függvények határértékének kapcsolata. A $\frac{\sin x}{x}$ függvény vizsgálata, az $x = 0$ helyen vett határértéke.		<i>Informatika:</i> a határérték számítógépes becslése. <i>Fizika:</i> felhasználás $\sin x$, illetve $\operatorname{tg} x$ közelítésére kis szög esetében.

<p>Bevezető feladatok a differenciálhányados fogalmának előkészítésére.</p> <p>A függvénygörbe érintőjének irántangense. A pillanatnyi sebesség meghatározása.</p>	<p><i>Fizika:</i> Az út-idő függvény és a pillanatnyi sebesség kapcsolata. A fluxus és az indukált feszültség kapcsolata.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> populáció növekedésének átlagos sebessége.</p>
<p>A differenciálhatóság fogalma. A különbségi hányados függvény, a differenciálhányados (derivált), a deriváltfüggvény. Példák nem differenciálható függvényekre is.</p> <p>Grafikon érintőjének egyenlete Kapcsolat a differenciálható és a folytonos függvények között.</p> <p>Alapfüggvények deriváltja: Konstans függvény, x^n, trigonometrikus függvények deriváltja.</p> <p>Műveletek differenciálható függvényekkel. Függvény konstansszorosának deriváltja, összeg-, szorzat-, hányados-, összetett függvény deriváltja. Inverz függvény deriváltja.</p> <p>Exponenciális és logaritmusfüggvény deriváltja. Magasabb rendű deriváltak. Matematikatörténet: Fermat, Leibniz, Newton, Cauchy, Weierstrass.</p>	<p><i>Fizika:</i> harmonikus rezgőmozgás kitérése, sebessége, gyorsulása – ezek kapcsolata.</p>
<p>A függvény tulajdonságai és a derivált kapcsolata.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Lokális növekedés, fogyás – intervallumon monoton függvény. – Szélsőérték – lokális szélsőérték, abszolút szélsőérték. <p>A szükséges és az elégséges feltételek pontos megfogalmazása, alkalmazása. Középértéktételek. Rolle- és Lagrange-tétel. L'Hospital-szabály.</p>	<p><i>Fizika:</i> fizikai tartalmú függvények (pl. út-idő, sebesség-idő) deriváltjainak jelentése.</p>
<p>Konvexitás vizsgálata deriválással. A konvexitás definíciója. Inflexiós pont. A második derivált és a konvexitás kapcsolata.</p>	
<p>Függvényvizsgálat differenciálszámítással. Összevetés az elemi módszerekkel.</p>	
<p>Gyakorlati jellegű szélsőérték-feladatok megoldása. A differenciálszámítás és az elemi módszerek összevetése.</p>	<p><i>Fizika:</i> Fermat-elv, Snellius–Descartes-törvény. Fizikai jellegű szélsőérték-problémák.</p>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Függvényfolytonosság, -határérték. Különbségi hányados függvény, derivált, deriváltfüggvény, magasabb rendű derivált. Monotonitás, lokális szélsőérték, abszolút szélsőérték. Konvex, konkáv függvény.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Integrálszámítás	Órakeret 44 óra
Előzetes tudás	Folytonos függvények fogalma. Sorozatok, véges sorok. Differenciálási szabályok ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az integrálszámítás módszereivel találkozáskor a közelítő módszerek ismeretének bővítése. A függvény alatti terület alkalmazásai a matematika és a fizika több területén.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Bevezető feladatok az integrál fogalmához. Függvény grafikonja alatti terület. A megtett út és a sebesség-idő grafikon alatti terület. A munka kiszámítása az erő-út grafikon alatti terület alapján.		
Alsó és felső közelítő összegek. Az intervallum felosztása, a felosztás finomítása. Közelítés véges összegekkel. A határozott integrál fogalma, jelölése. A szemléletes megközelítésre alapozva eljutás a pontos definícióig. Példa nem integrálható függvényre is. Negatív függvény határozott integrálja. A határozott integrál és a terület-előjeles terület. Az integrál közelítő kiszámítása. Számítógépes szoftver használata a határozott integrál szemléltetésére. Matematikatörténet: Bernhard Riemann.		<i>Informatika:</i> számítógépes szoftver használata.
Az integrálhatóság szükséges és elegendő feltétele. Korlátos és monoton függvények integrálhatósága. A határozott integrál tulajdonságai.		<i>Fizika:</i> A munka és a mozgási energia. Elektromos feszültség két pont között, a potenciál. Tehetetlenségi nyomaték. Ponttömegközéppontja. A hidrosztatikai nyomás és az edény oldalfalára ható erő. Effektív áramerősség.
Az integrál mint a felső határ függvénye. Integrálfüggvény. Folytonos függvény integrálfüggvényének deriváltja. Kapcsolat a differenciálszámítás és az integrálszámítás		

<p>között.</p> <p>A primitív függvény fogalma.</p> <p>A primitív függvények halmaza – a határozatlan integrál:</p> <ul style="list-style-type: none"> – hatványfüggvény, polinomfüggvény, – trigonometrikus függvények, – exponenciális függvény, logaritmusfüggvény. <p>A Newton-Leibniz-tétel.</p> <p>Integrálási módszerek:</p> <ul style="list-style-type: none"> Integrálás helyettesítéssel. Parciális integrálás. <p>Matematikatörténet: Newton, Leibniz, Euler.</p>	
<p>Az integrálszámítás alkalmazása matematikai és fizikai problémákra.</p> <p>Két függvénygörbe közötti terület meghatározása.</p> <p>Forgástest térfogatának meghatározása.</p> <p>Henger, kúp, csonka kúp, gömb, gömbszelet térfogata.</p> <p>Az integrálás közelítő módszerei.</p>	<p><i>Fizika:</i> Potenciál, munkavégzés elektromos, illetve gravitációs erőterben. Váltakozó áram munkája, effektív áram és feszültség. Newton munkássága.</p>
<p>Néhány egyszerűbb improprius integrál.</p> <p>Néhány hatványsor.</p> <p>Hatványsorok szerepe a matematikában, fizikában, informatikában.</p> <p>Hogyan számolnak az egyszerű számológépek 12 jegy pontossággal?</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Alsó és felső közelítő összeg, határozott integrál. Primitív függvény, határozatlan integrál. Newton-Leibniz-tétel. Forgástest térfogata.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Térgeometria	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	Területszámítás, kerületszámítás, síkidomok tulajdonságai, nevezetes pontthalmazok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Áttekintő kép kialakítása a térgeometriáról, a felszín- és térfogatszámítás módszereiről.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Testek származtatása.</p> <p>Szabályos testek.</p> <p>Tételek szögének és távolságának meghatározása különböző testek esetén.</p>		<p><i>Vizuális kultúra:</i> axonometria.</p> <p><i>Kémia:</i> kristályok.</p> <p><i>Művészetek:</i> szimmetriák</p>
<p>A területszámítás alapelvei.</p> <p>Néhány egyszerűbb pontthalmaz területének levezetése az</p>		<p><i>Informatika:</i> tantárgyi szimulációs</p>

<p>alapelvekből. A területszámítás módszereinek áttekintése. Területszámítási módszerek alkalmazása a matematika más témaköreiben.</p>	<p>programok használata (geometriai szerkesztőprogram)</p>
<p>A térfogatszámítás alapelvei. Néhány egyszerűbb test térfogatának levezetése az alapelvekből. Téglatest, hasáb, henger, gúla, kúp. A térfogatszámítás néhány új eleme. Cavalieri-elv. Csonka gúla térfogata. Érintőpoliéderek térfogata. Ponthalmazok felszíne, hálója. Csonka kúp felszíne. Gömb térfogata, felszíne.</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> a mindennapjainkban előforduló térbeli alakzatok modellje, absztrakciója.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> építészet.</p>
<p>Tetraéderekre vonatkozó tételek. Ortogonalis tetraéder. Tetraéder és paralelepipedon. Euler-féle poliédertétel. Testekbe, illetve testek köre írható gömb.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Felszín, térfogat, hengyszerű test, kúpszerű test, forgástest, csonka gúla, csonka kúp.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Statisztika, valószínűség	Órakeret 24 óra
Előzetes tudás	Adatok elemzése, táblázatok, grafikonok használata. Terjedelem, átlag, medián, módusz, szórás. Klasszikus valószínűségi modell.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A valószínűség fogalmának bővítése, mélyítése. A kombinatorikai ismeretek alkalmazása valószínűség meghatározására. Ismeretek rendszerezése. Tapasztalatszerzés újabb kísérletekkel, a kísérletek kiértékelése, következtetések. Diagram készítése, olvasása. Táblázat értelmezése, készítése. Számítógép használata az adatok rendezésében, értékelésében, ábrázolásában.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Statisztikai adatok gyűjtése, elemzése és ábrázolása. Adatok rendezése, elemzése, táblázatba rendezése, ábrázolása grafikonokon, osztályokba sorolása. Statisztikai mintavétel. Mintavétel visszatevéssel, visszatevés nélkül. Közvélemény-kutatás. Statisztikai évkönyv. Minőség-ellenőrzés. Adathalmazok jellemzői: terjedelem, átlag, medián, módusz, szóródásmértékek.</p>		<p><i>Informatika:</i> táblázatkezelő, adatbázis-kezelő program használata.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> választások.</p> <p><i>Földrajz:</i> időjárás, éghajlati és gazdasági statisztikák.</p>

	<i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek: történelmi, társadalmi témák vizuális ábrázolása (táblázat, diagram).</i>
Valószínűségi változók, nevezetes eloszlások. Várható érték. Szórás. Csebisev-egyenlőtlenség. Markov-egyenlőtlenség. Nagy számok törvénye. Matematikatörténet: Pólya György, Rényi Alfréd.	<i>Informatika: véletlen jelenségek számítógépes szimulációja.</i>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Módusz, medián, átlag, szóródás, valószínűségi változó, eloszlás.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algebra. Lineáris algebra	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Vektor, reláció, művelet, műveleti tulajdonságok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A vektor fogalmának bővítése, mátrix ismerete, mátrixműveletek megismerése, alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Determináns. Sarrus-szabály. Kifejtési tétel. Determinánsra vonatkozó tételek. Sor- és oszlopvektorok, mátrixok. Vektorok és mátrixok összeadása, számmal való szorzása. Lineáris kombináció, lineáris függőség, függetlenség. Lineáris vektortér, a vektortér bázisa. Lineáris egyenletrendszerek. A lineáris programozás elemei. Mátrixok inverze.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Vektor, mátrix, lineáris egyenletrendszer, determináns.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algebra. Komplex számok	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Valós számok, és valós számok körében végzett műveletek. Trigonometriai ismeretek.	

A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Számhalmazok bővítésének elvei.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Számhalmazok. Számhalmazok bővítésének szükségessége a természetes számoktól a komplex számokig. Algebrai számok, transzcendens számok. Komplex számok, komplex számsík. Műveletek komplex számokkal. Geometriai feladatok megoldása komplex számok alkalmazásával.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Komplex számok, komplex számsík.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Szabadon választható témakör	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	A témakörhöz szükséges tudás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A témakörnek megfelelően.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A témakörnek megfelelően.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	A témakör kulcsfogalmai.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Rendszerező összefoglalás	Órakeret 86 óra
Előzetes tudás	A 4 év matematika-tananyaga.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismeretek rendszerezése, alkalmazása az egyes témakörökben. Felkészítés az emelt szintű érettségire: az önálló rendszerzés, lényegkiemelés, történeti áttekintés készségének kialakítása, alkalmazási lehetőségek megtalálása. Kapcsolatok keresése különböző témakörök között. Elemzőkészség, kreativitás fejlesztése. Felkészítés a felsőfokú oktatásra.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Gondolkodási módszerek Halmazok, matematikai logika Halmazok, megadási módjaik, részhalmaz, kiegészítő halmaz. Halmazok közötti műveletek. Végtelen halmazok elmélete; számosságok. Állítások, logikai értékük.		<i>Filozófia:</i> gondolati rendszerek felépítése, fejlődése.

<p>Negáció, konjunkció, diszjunkció, implikáció, ekvivalencia. Univerzális és egzisztenciális kvantor. Kombinatorika, gráfok, algoritmusok Permutáció, variáció, kombináció. Binomiális tétel. Pascal-háromszög. Elemi gráfelméleti ismeretek. Euler-féle poliédertétel. A bizonyítások fejlődése és a bizonyítási módszerek változása. Nevezetes sejtések.</p>	
<p>Algebra és számelmélet Műveletek kifejezésekkel Algebrai kifejezések átalakításai, nevezetes szorzatok. A hatványozás azonosságai. Matematikai fogalmak fejlődése, permanenciaelv. Gyökös kifejezések átalakításai. Exponenciális és logaritmikus kifejezések átalakításai. Számelmélet Oszthatósági szabályok. Számolás maradékokkal. Prímszámok. Oszthatósági feladatok megoldása. Egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek Lineáris és lineárisra visszavezethető egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek. Másodfokú és másodfokúra visszavezethető egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek. Gyökös egyenletek, egyenlőtlenségek. Exponenciális és logaritmikus egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek. Trigonometrikus egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek. Polinomok algebraja. Paraméteres egyenletek, egyenlőtlenségek Komplex számok Lineáris algebra</p>	<p><i>Fizika; kémia:</i> számítási feladatok megoldása.</p>
<p>Geometria Geometriai alapfogalmak Tételek köcsönös helyzete, távolsága, szöge. Geometriai ponthalmazok, bizonyítások Nevezetes ponthalmazok. Síkdomok, testek, tulajdonságaik. Elemi sík- és térgeometriai tételek. Geometriai transzformációk Egybevágósági és hasonlósági transzformációk, tulajdonságaik. Szerepük a bizonyításokban és a szerkesztésekben. Vektorok, trigonometria, koordináta geometria Vektor fogalma, műveletek a vektorok körében. Matematikai fogalmak fejlődésének követése. Vektorfelbontás, vektorok koordinátái. Hegységsszög szögfüggvényei. Szinusz- és koszinusztétel.</p>	<p><i>Művészetek:</i> szimmetriák, aranymetszés.</p> <p><i>Informatika:</i> számítógépes geometriai programok használata.</p>

<p>A háromszög hiányzó adatainak kiszámolása. Trigonometrikus azonosságok. Az egyenes egyenletei, egyenletrendszer (síkban és térben). A kör egyenletei. A kúpszeletek definíciója, egyenleteik. Geometriai mértékek A hosszúság és a szög mértékei. Kiszámolási módjaik. A kétoldali közelítés módszere. A terület fogalma és kiszámítási módjai. A felszín és térfogat fogalma és kiszámítási módjai. Az integrálszámítás felhasználása pontthalmazok mértékének kiszámításához.</p>	
<p>Függvények, sorozatok, az analízis elemei Függvények A függvény fogalma. Függvények rendszerezése a definiáló kifejezés szerint: konstans, lineáris, egészrész, törtrész, másodfokú, abszolút érték, exponenciális, logaritmus, trigonometrikus függvények. Függvények rendszerezése tulajdonságaik szerint. Függvénytranszformációk. Valós folyamatok elemzése függvénytan modellek szerint. Sorozatok, sorok A sorozat fogalma. Számítási, mértani sorozat. Rekurzióval megadott egyéb sorozatok. Sorozatok monotonitása, konvergenciája. A végtelen mértani sor. Analízis Függvények korlátossága és monotonitása. Függvény határértéke, folytonossága. Differenciálhányados, derivált függvény. Differenciálási szabályok. L'Hospital-szabály. Függvényvizsgálat differenciálás segítségével. Szélsőérték-meghatározási módok. A tanult függvények primitív függvényei. Integrálási módszerek. A határozott integrál. Newton–Leibniz-tétel. A határozott integrál alkalmazásai. Improprius integrál.</p>	<p><i>Informatika:</i> számítógépes programok használata függvények ábrázolására, vizsgálatára.</p> <p><i>Fizika:</i> Az analízis alkalmazásai a fizikában. A matematika és a fizika kölcsönhatása az analízis módszereinek kialakulásában.</p>
<p>Valószínűség-számítás, statisztika Statisztikai alapfogalmak: módus, medián, átlag, szórás. Eseményalgebra és műveleti tulajdonságai. Teljes eseményrendszer. A matematika különböző területeinek összekapcsolása. Grafikonok, táblázatok, diagramok készítése és olvasása. Valószínűségi kísérletek, gyakoriság, relatív gyakoriság. A valószínűség kiszámítási módjai.</p>	<p><i>Informatika:</i> táblázatkezelő, adatbázis-kezelő program használata.</p> <p><i>Fizika:</i> fizikai jelenségek valószínűség-számítási</p>

<p>Feltételes valószínűség. Mintavételi feladatok klasszikus modell alapján. Szerepük a mindennapi életben. A véletlen szabályszerűségei, a nagy számok törvénye. A közvélemény-kutatás elemei.</p>	<p>modellje.</p>
<p>Motivációs témakörök Néhány matematikatörténeti szemelvény. A matematikatörténet néhány érdekes problémájának áttekintése. (Pl. Rényi Alfréd: Dialógusok a matematikáról.) Matematikusokkal kapcsolatos történetek. Matematika alapú játékok. Logikai feladványok, konstrukciós feladatok. A matematika néhány filozófiai kérdése. A matematika fejlődésének külső és belső hajtóerői. Néhány megoldatlan és megoldhatatlan probléma.</p>	<p><i>Informatika:</i> könyvtárhasználat, internethasználat.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Gondolkodási és megismerési módszerek</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Halmazok számosságával kapcsolatos ismeretek áttekintése. – A kombinatorikai problémák rendszerezése. – Bizonyítási módszerek áttekintése. – A gráfok eszköz jellegű használata probléma megoldásában. <p><i>Számelmélet, algebra</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A kiterjesztett gyök-, és hatványfogalom ismerete. – A logaritmus fogalmának ismerete. – A gyök, a hatvány és a logaritmus azonosságainak alkalmazása konkrét esetekben, probléma megoldása céljából. – Exponenciális és logaritmikus egyenletek megoldása, ellenőrzése. – Trigonometrikus egyenletek megoldása, az azonosságok alkalmazása, az összes gyök megtalálása. – Egyenletek ekvivalenciájának áttekintése. – A számológép biztos használata. <p><i>Geometria</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Vektorok a koordináta-rendszerben, helyvektor, vektorkoordináták. – Két vektor skaláris szorzata, vektoriális szorzata. – Jártasság a háromszögek segítségével megoldható problémák önálló kezelésében, szinusztétel, koszinusztétel alkalmazása. – A geometriai és algebrai ismeretek közötti kapcsolódás elemeinek ismerete: távolság, szög számítása a koordináta-rendszerben, kör, egyenes, parabola egyenlete, geometriai feladatok algebrai megoldása. – Térbeli viszonyok, testek felismerése, geometriai modell készítése. – Távolság, szög, kerület, terület, felszín és térfogat kiszámítása. <p><i>Függvények, az analízis elemei</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Exponenciális, logaritmus- és a trigonometrikus függvények értelmezése, ábrázolása, jellemzése. – Függvénytranszformációk.
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> - Exponenciális folyamatok matematikai modellje. - A számtani és a mértani sorozat. Rekurzív sorozatok. - Pénzügyi alapfogalmak ismerete, pénzügyi számítások megértése, reprodukálása, kamatos kamatszámítás elvégzése. - Sorozatok vizsgálata monotonitás, korlátosság, határérték szempontjából. Véges és végtelen sorok összegzése. - A függvények vizsgálata, jellemzése elemi eszközökkel és differenciálszámítás használatával. - Az integrálszámítás használata, gyakorlati alkalmazása. <p><i>Valószínűség, statisztika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Statisztikai mutatók használata adathalmaz elemzésében. - A valószínűség matematikai fogalma, klasszikus kiszámítási módja. - Mintavétel és valószínűség kapcsolata, alkalmazása.
--	---

MATEMATIKA

7-12. évfolyam, speciális tagozat

Az 50 éve eredményesen (az első 30 évben négy évfolyamos, az utóbbi 20 évben már hat évfolyamos formában is) működő speciális matematika tagozatok tantervének átalakítása két okból indokolt. Az egyik: a matematikatudomány és a természettudományok fejlődése során felmerülő új problémák beemelése a közoktatásba. A másik: az új (elsősorban informatikai) eszközök alkalmazásának beépítése a tanítás-tanulás folyamatába.

A speciális matematika tagozatos tanterve több cél együttes megvalósulásának szem előtt tartásával készült.

Egyrészt a matematika történeti fejlődésének, ezzel együtt nyitottságának bemutatása abból a célból, hogy a diákok egy-egy probléma megoldása során bátran alkalmazzák a tanult eszközöket, képesek legyenek új összefüggések felismerésére, nyitottak az új, általuk ismeretlen eszközök és módszerek befogadására. Középiskolai tanulmányaik befejeztével motiváltak legyenek a tanultak széleskörű alkalmazására, a megoldatlan problémák megoldásának kutatására. Másrészt cél a matematika „különálló” részterületei (pl. algebra, számelmélet, geometria, analízis) közötti belső összefüggések felismertetése, azok egységben kezelése, valamint a természettudományok matematikai alapjainak tudatosítása, elsajátíttatása.

A speciális matematika tagozaton – a fő célok megvalósítása érdekében – elengedhetetlen a definíciók pontos ismerete, a tételek bizonyítása, az ehhez szükséges módszerek elsajátíttatása.

A tanterv összeállításának legnehezebb eleme annak eldöntése, hogy mely ismeretek átadása „hagyható ki” anélkül, hogy az egységben láttatás ne sérüljön, a tanulók későbbi tanulmányai és munkája során végzendő alkotómunka megalapozása teljes mértékben megtörténjen.

A speciális matematika tagozaton tanító tanároknak éppúgy, mint a közoktatás bármely más területén dolgozóknak, mindenek előtt az *életkori sajátosságok* szem előtt tartása a módszertani alapelvük. A középiskolai tanulmányok hat éve alatt minden évben annyit és csak annyit szabad megtanítani, amennyit a diák teljes mértékben meg tud érteni, be tud építeni a gondolkodásába. A matematikatanítás célja az *alkotó gondolkodásra* nevelés. El kell érni, hogy a diákok meg tudják fogalmazni kérdéseiket, a felvetődött problémákra adott válaszaikat, képesek legyenek gondolataikból és a tanult ismeretekből tiszta, pontos logikai láncot alkotva bizonyítani, cáfolni, új problémákat felvetni. A rendelkezésre álló időkeret meghatározó hányadát a gyakorlás, az alkalmazás kell, hogy kitöltse.

A speciális matematika tagozat egyik megkülönböztető erénye más matematikatanítási formákkal szemben a tanórákra tervezett, *közösségben, azaz osztály/csoportkeretben történő* tehetséggondozás. A diákokat képessé kell tenni arra, hogy társaiktól tanuljanak, társaikkal együttműködve sokszorozzák meg tudásukat, a tanórák minden perce értékes, építő, gazdagító munkával teljen valamennyi diák számára; a differenciált feladatkitűzés és a frontális munka optimális arányainak megválasztásával.

A türelem, az együttműködés, „a szakmai vita”, ezzel a tévedés jogának biztosítása, az elmélyült önálló tevékenység és a közös munka optimális arányának megtalálása a legfontosabb módszertani elemek.

A speciális matematika tagozaton a hagyományos eszközök (tankönyvek, példatárak) továbbra is meghatározó jelentőséggel bírnak. Az informatikai eszközök elsősorban *segédeszközök*, amelyek a szemléltetést segítik és kibővítik az ismeretek alkalmazásának körét. Az eszközök használatának magas szintű ismerete szükséges. Öncélú alkalmazásuk a tanítás folyamatában a speciális matematika tagozaton kontraproduktív lehet. (Elvonhatja a figyelmet a problémafelismeréstől, félrevezetheti a diákot a gondolkodási folyamat hosszát és

lépéseit illetően.) Másrészt viszont a modern matematika tanításának nélkülözhetetlen eszközei, amelyek nélkül az alkalmazásképes tudás és a későbbi alkotómunka elképzelhetetlen. A tanár feladata a helyes arányok megtalálása.

7-8. évfolyam

Az új iskolatípus lehetőséget nyújt arra, hogy pozitív motivációval hozzásegítsünk minden tanulót a matematikai gondolkodás örömeinek megismeréséhez. Tizenhárom éves kortól a tanulók mindinkább általánosító elképzelésekben, elvont konstrukciókban gondolkoznak. Elméleteket gyártanak, összefüggéseket keresnek, próbálják értelmezni a világot. Az iskolai tanítás csak akkor lehet eredményes, ha alkalmazkodik ezekhez a változásokhoz, illetve igyekszik azokat felhasználva fejleszteni a tanulókat. A matematika kiválóan alkalmas arra, hogy a rendszerező képességet és hajlamot fejlessze. Ebben a két évfolyamban mindinkább szükséges matematikai szövegeket értelmezni és alkotni. Segítsük, hogy a tanulók a problémamegoldásaik részeként többféle forrásból legyenek képesek ismereteket szerezni.

Ebben a korban a tanításban már meg kell jelennie az elvonatkoztatás és az absztrakciós készség felhasználásának, fejlesztésének. A matematika tanításában itt jelenik meg a konkrét számok betűkkel való helyettesítése, a tapasztalatok általános megfogalmazása. Ezekben az évfolyamokban már komoly hangsúlyt kell helyeznünk arra, hogy a megsejtett összefüggések bizonyításának igénye is kialakuljon. A definíciókat és a tételeket mind inkább meg kell tudni különböztetni, azokat helyesen kimondani, problémamegoldásban mind többször alkalmazni. A mindennapi élet és a matematika (korosztálynak megfelelő) állításainak igaz vagy hamis voltát el kell tudni dönteni. A feladatok megoldása során fokozatosan kialakul az adatok, feltételek adott feladat megoldásához való szükségessége és elégségessége eldöntésének képessége. A tanítás része, hogy a feladatmegoldás előtt mind gyakrabban tervek, vázlatok készüljenek, majd ezek közül válasszuk ki a legjobbat. Esetenként járunk be több utat a megoldás során, és ennek alapján gondoljuk végig, hogy létezik-e legjobb út, vagy ennek eldöntése csak bizonyos szempontok rögzítése esetén lehetséges. A feladatmegoldások során lehetőséget kell teremteni arra, hogy esetenként a terveket és a munka szervezését a feladatmegoldás közben a tapasztalatoknak megfelelően módosítani lehessen. Egyes feladatok esetén szükséges általánosabb eljárási módokat, algoritmusokat keresni.

A matematika egyes területei más-más módon adnak lehetőséget ebben az életkorban az egyes kompetenciák fejlesztésére. A különböző matematikatanítási módszerek minden tananyagrészen segíthetik a megfelelő önismeret, a helyes énkép kialakítását.

A tananyaghoz kapcsolódó matematikatörténeti érdekességek hozzásegítenek az egyetemes kultúra, a magyar tudománytörténet megismeréséhez. A gyakorlati élethez kapcsolódó szöveges feladatok segítik a gazdasági nevelést, a környezettudatos életvitelt, az egészséges életmód kialakítását. A definíciók megtanulása fejleszti a memóriát, a szaknyelv precíz használatára ösztönöz. A geometriai ismeretek elsajátítása közben a tanulók térszemlélete fejlődik, megtanulják az esztétikus, pontos munkavégzést. A halmazszemlélet alakítása és fejlesztése a rendszerező-képességet erősíti. Az egyes tematikus egységekre javasolt óraszámokat a táblázatok tartalmazzák. Ezenkívül számonkérésre 10 órát és ismétlésre, rendszerezésre 20 órát terveztünk.

A kiegészítő anyagot *szögletes zárójelbe* tettük.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Halmazok	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Adott tulajdonságú elemek halmazba rendezése. Halmazba tartozó elemek közös tulajdonságainak felismerése, megnevezése. Annak eldöntése, hogy egy elem beletartozik-e egy adott halmazba.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Ismeretek tudatos memorizálása, felidézése. A megtanulást segítő eszközök és módszerek megismerése, értelmes, interaktív használatának fejlesztése. A rendszerezést segítő eszközök és algoritmusok megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A halmazalgebra elemi fogalmai és műveletei konkrét számhalmazokon és ponthalmazokon, valamint egyszerű geometriai alakzatokon.</p> <p>Halmaz, elem, részhalmaz; halmazok uniója, metszete, különbsége (konkrét esetekben); szögfelező; szakaszfelező merőleges (síkban és térben); körvonal, körlap, gömbfelület, gömbtest.</p> <p>Halmazok szemléltetése Venn-diagrammon; geometriai alakzatok (pl. négyszögek) osztályozása tulajdonságaik alapján; egész számok osztályozása oszthatósági tulajdonságaik alapján.</p> <p>Egyszerű távolságkorlátozással megadott ponthalmazok megkeresése a síkon és a térben.</p> <p>Műveletek halmazokkal.</p> <p>Részhalmaz: unió, metszet, különbség, szimmetrikus differencia, komplementer halmaz. Ellipszis, parabola, hiperbola mint síkbeli ponthalmazok.</p> <p>A szitaformula a legegyszerűbb esetekben (2 és 3 halmazra).</p> <p>A halmazműveletek használata feladatok megoldásánál. Síkon és térben egyszerűbb távolságkorlátozással megadott ponthalmazok jellemzése (koordináta-rendszerben is).</p> <p>Pl. $x < y$, $x < z$ típusú halmazok jellemzése a térben.</p>		<p><i>Informatika:</i> könyvtárszerkezet a számítógépen.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szövegértés, szövegértelmezés; lényegkiemelés fejlesztése.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Halmaz, elem, részhalmaz; unió, metszet.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Logika	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	A változás értelmezése egyszerű matematikai tartalmú szövegben. Több, kevesebb, ugyanannyi fogalma. Állítások igazságtartalmának eldöntése. Igaz és hamis állítások megfogalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Szóbeli és írásbeli kifejezőkészség fejlesztése, a matematikai szaknyelv pontos használata. Saját gondolatok megértetésére való törekvés (szóbeli érvelés, szemléletes indoklás).	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Állítások összekapcsolásának értelmezése egyszerű esetekben;		<i>Magyar nyelv és</i>

<p>egyszerűbb következtetések ellenőrzése. \wedge, \vee, \neg használata rövidítésként. Állítások tagadása, kijelentések közötti „és”, „vagy” kapcsolatok felismerése; egyszerű következtetések helyességének vizsgálata. Összetett állítások elemzése, értelmezése; következtetések; bizonyítások. A „minden” és a „van olyan” kvantorok használata rövidítésként. Összetett állítások tagadása. Ekvivalens állítások szerkezetének elemzése; állítások tagadásának megfogalmazása, értelmezése; a De Morgan-szabályok konkrét esetekben. Olyan példák bemutatása, amikor egy állítás cáfolatához elég egy ellenpélda, olyanoké, amikor az állítás bizonyításához minden esetet végig kell vizsgálni. Példákon keresztül tisztázni a minimum és az alsó becslés közti különbséget. Indirekt bizonyítások konkrét példákon.</p>	<p><i>irodalom:</i> a lényeges és lényegtelen megkülönböztetése. <i>Fizika; kémia; biológia-egészségtan; földrajz; technika, életvitel és gyakorlat:</i> szövegelemzés, értelmezés, lefordítás a matematika nyelvére.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Állítások, \wedge, \vee, \neg, „minden”, „van olyan”, állítás bizonyítása, példa, ellenpélda.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet	Órakeret 42 óra
Előzetes tudás	<p>Racionális számkör. Számok írása, olvasása, összehasonlítása, ábrázolása számegyenesen. Műveletek racionális számokkal. Osztható, osztó, hányados. Többszörös fogalma. Alapműveletek racionális számokkal írásban.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az együttműködéshez szükséges képességek fejlesztése páros és kis csoportos tevékenykedtetés, feladatmegoldás során – a munka tervezése, szervezése, megosztása. Az ellenőrzés, önellenőrzés iránti igény, az eredményért való felelősségvállalás erősítése. A matematikai ismeretek és a mindennapi élet történései közötti kapcsolat tudatosítása.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Számelméleti ismeretek összefoglalása. Az oszthatóság elemi tulajdonságai az egész számok körében; prímszámok és egyszerű tulajdonságaik; legnagyobb közös osztó és legkisebb közös többszörös; az egész kitevőjű hatványozás. Természetes számok; egész számok; oszthatóság; prímszámok és összetett számok; l.n.k.o. és l.k.k.t.; négyzet és köbszámok; az egész kitevőjű hatványozás. A normálalak. Oszthatósági szabályok (2-vel, 5-tel, 3-mal, 9-cel, 11-gyel); a számelmélet alaptételének kimondása (bizonyítás nélkül); a hatványozás azonosságai konkrét esetekben. Prímszámok keresése eratoszthenészi szítával; pozitív egész számok</p>		<p><i>Fizika; kémia; biológia-egészségtan; földrajz:</i> számításos feladatok. <i>Kémia:</i> az anyagmennyiség mértékegysége (a mól).</p>

<p>prímtényező felbontása és alkalmazása l.n.k.o. és l.k.k.t. meghatározására. Műveletek egész kitevőjű hatványokkal. Egész számok hányadosának átalakítása periodikus tizedes törtté. Tízes számrendszerben felírt szám átalakítása más alapú számrendszerbe és viszont.</p> <p>Oszthatósági feladatok megoldása a tanult eszközökkel; a hatványazonosságok felhasználása egyszerűbb feladatokban; biztos számolási készség törtekkel; zsebszámológép használata 3 vagy többjegyű számok prímtényező felbontásához, illetve annak eldöntéséhez, hogy az adott szám prím-e.</p> <p>Oszthatósági vizsgálatok; egyszerű számelméleti függvények; a számelméleti fogalmak és módszerek előkészítése feladatokkal. Az osztók száma (a $d(n)$ függvény), a Σ és π jelek használata. Relatív prím számok.</p> <p>$a n$ és $b n$-ből $ab n$ csak relatív prímeke következik, általában $[a,b] n$; valamint: $\sqrt{2}, \sqrt{n}$ irracionális [több bizonyítás]. A prímekek száma végtelen. p/q mikor véges, mikor végtelen tizedes tört. Az euklideszi algoritmus alkalmazása két szám l.n.k.o.-jának megkeresésére konkrét esetekben. Műveletek (osztási) maradékokkal.</p> <p>$d(n) = k$ alakú egyenletek megoldása. $ax + by = c$ megoldása konkrét esetekben; konkrét esetekben n alapú számrendszerben $n, n - 1, n + 1$ osztóival való oszthatósági szabályok.</p> <p>Történeti érdekességek a számelmélettel kapcsolatban.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Oszthatóság; prímszám, összetett szám, maradék, euklideszi algoritmus, l.n.k.o. és l.k.k.t, oszthatósági szabály.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Algebra</p>	<p>Órakeret 48 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Racionális számkör. Számok írása, olvasása, összehasonlítása, ábrázolása számegyenesen. Műveletek racionális számokkal. Ellentett, abszolút érték, reciprok. Mérés, mértékegységek használata, átváltás egyszerű esetekben. A mindennapi életben felmerülő egyszerű arányossági feladatok megoldása következtetéssel, egyenes arányosság. Alapműveletek racionális számokkal írásban. A zárójelek, a műveleti sorrend biztos alkalmazása. Helyes és értelmes kerekítés, az eredmények becslése, a becslés használata ellenőrzésre is. Szöveges feladatok megoldása. A százalékszámítás alapjai.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A matematikai ismeretek és a mindennapi élet történései közötti kapcsolat tudatosítása. Szavakban megfogalmazott helyzet, történet matematizálása; matematikai modellek választása, keresése, készítése, értelmezése adott szituációkhoz. Konkrét matematikai modellek értelmezése a modellnek megfelelő szöveges feladat alkotásával. A szabványos mértékegységekhez tartozó mennyiségek és</p>	

	<p>többszöröseik, törtrészeik képzeletben való felidézése.</p> <p>Az együttműködéshez szükséges képességek fejlesztése páros és kis csoportos tevékenykedtetés, feladatmegoldás során – a munka tervezése, szervezése, megosztása.</p> <p>Az ellenőrzés, önellenőrzés iránti igény, az eredményért való felelősségvállalás erősítése.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>Az algebrai ismeretek ismétlése; a betűk célszerű használatának, az algebrai kifejezésekkel való számolás gyakorlása egyszerű azonosságok, egyenletek és egyenlőtlenségek megoldásában. Egyenes és fordított arányosság; százalékláb, százaléktérkép. Mérlegelv.</p> <p>Zárójelfelbontás, disztributivitás, $(ab)^2$, $(a + b)(a - b)$, $(a \pm b)^2$ átalakítása. Út-idő-sebesség összefüggések.</p> <p>Számolás algebrai egész kifejezésekkel: zárójelfelbontás, disztributivitás, összevonás; egyenletek, egyenlőtlenségek megoldása mérlegelvel.</p> <p>Szöveggel megadott egyszerűbb feladatok lefordítása az algebra nyelvére, egyenletek felállítása.</p> <p>Arányossággal és százalékszámítással, algebrai átalakításokkal megoldható szöveges feladatok.</p> <p>Egyszerűbb keverési feladatok, mozgásos feladatok.</p> <p>Egyszerű nevezetes algebrai azonosságok.</p> <p>A biztos algebrai készség megalapozása. A számfogalom bővítése. Teljes négyzet. Teljes köb. Nevezetes azonosságok, szorzattá alakítás és ennek szerepe egyenletek megoldásában.</p> <p>A négyzetgyök fogalma, irracionális számok, két szám számtani, mértani, harmonikus és négyzetes közepe.</p> <p>$a^2 - b^2$, $a^3 - b^3$, $a^4 - b^4$, $a^3 + b^3$ szorzattá alakítása; teljes négyzet és teljes köb.</p> <p>A hatványozás azonosságai egész kitevőre; a négyzetgyökvonás azonosságai. A megismert közepek közti egyenlőtlenségek.</p> <p>Algebrai törtekkel való számolás begyakorlása; teljes négyzet és köb felismerése; a megismert azonosságok alkalmazása oszthatósági feladatokban, az egyenlőtlenségek alkalmazása szélsőérték feladatokban, lineáris kétismeretlenes egyenletrendszerek megoldása.</p> <p>9-cel, 11-gyel való oszthatósági szabály bizonyítása; $x + 1/x \geq 2$, ha $x > 0$; szöveges szélsőérték-feladatok megoldása a tanult egyenlőtlenségekkel; az x^2, $1/x$ ($x > 0$), \sqrt{x} függvények gyenge konvexitásának bizonyítása.</p>	<p><i>Fizika:</i> összefüggések megfogalmazása, leírása a matematika nyelvén.</p> <p><i>Fizika; kémia; biológia-egészségtan; földrajz:</i> számítási feladatok.</p> <p><i>Kémia:</i> az anyagmennyiség mértékegysége (a mól).</p> <p><i>Földrajz:</i> termelési statisztikai adatok.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Egyenes és fordított arányosság; százalékláb, százaléktérkép. Mérlegelv. Algebrai átalakítás, négyzetgyök, nevezetes algebrai azonosság, teljes négyzet. Egyenlet, egyenlőtlenség.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria	Órakeret 58 óra
Előzetes tudás	<p>Pont, vonal, egyenes, félegyenes, szakasz, sík, szögtartomány. Háromszögek, csoportosításuk. Négyszögek, speciális négyszögek (trapéz, paralelogramma, deltoid). Kör és részei. Adott feltételeknek megfelelő ponthalmazok. Háromszög, négyszög belső és külső szögeinek összegére vonatkozó ismeretek. Téglatest tulajdonságai. Tengelyesen szimmetrikus alakzatok. Egyszerű alakzatok tengelyes tükröképének megszerkesztése. Két pont, pont és egyenes távolsága, két egyenes távolsága. Szakaszfelezés, szögfelezés, szögmásolás. Merőleges és párhuzamos egyenesek szerkesztése. Nevezetes szögek szerkesztése. Szerkesztési eszközök használata. Koordináta-rendszer megismerése, pont ábrázolása, adott pont koordinátáinak a leolvasása. A téglalap és a deltoid kerületének és területének kiszámítása. A téglatest felszínének és térfogatának a kiszámítása.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Rendszerező készség fejlesztése. A mindennapi élethez kapcsolódó egyszerű geometriai számítások elvégzésének fejlesztése. A gyakorlatban előforduló geometriai ismereteket igénylő problémák megoldására való képesség fejlesztése. Statikus helyzetek, képek, tárgyak megfigyelése. Geometriai transzformációkban megfigyelt megmaradó és változó tulajdonságok tudatosítása. Képzeletben történő mozgató: átdarabolás elképzelése, testháló összehajtásának, szétvágásának elképzelése. A pontos munkavégzés igényének fejlesztése. A problémamegoldás lépéseinek megismertetése (szerkesztésnél: vázlatrajz, adatfelvétel, a szerkesztés menete, szerkesztés, diszkusszió). Az együttműködéshez szükséges képességek fejlesztése páros és kis csoportos tevékenykedtetés, feladatmegoldás során – a munka tervezése, szervezése, megosztása; kezdeményező-készség, együttműködési készség, tolerancia.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok	
<p>A geometria tanult fogalmainak átisméltése, első ismerkedés az egybevágósági transzformációkkal és a középpontos hasonlósággal. A háromszög és a sokszög szögei. Pont, egyenes, sík, tér, párhuzamosság, merőlegesség; a szög, háromszög és sokszög külső és belső szögei; háromszögek egybevágósága; a kör, középpontja, sugara, átmérője, húrja, érintője, szelője; a háromszög köré írt kör, a háromszögbe írt kör. Téglalap, háromszög, paralelogramma területe. Tengelyes és középpontos tükrözés, forgatás, eltolás; konkrét alakzatok középpontos kicsinyítése, nagyítása. A szakaszfelező merőleges (egyenes, ill. sík) mint ponthalmaz (mértani hely); egyszerű tengelyesen szimmetrikus alakzatok</p>	<p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> a hétköznapi problémák területtel kapcsolatos számításai (lefedések, szabászat, földmérés); műszaki rajz készítése.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> Pantheon, Colosseum. Művészeti alkotások megfigyelése a tanult transzformációk</p>	

<p>(egyenlőszárú háromszög, szabályos sokszögek szimmetriatengelyei, kör és gömb szimmetriatengelyei, ill. síkjai); a szögfelezők mint ponthalmazok (mértani helyek). A háromszög oldalfelező merőlegesei egy pontban metszik egymást, a belső szögfelezők egy pontban metszik egymást. Háromszög és konvex sokszög szögeinek összege, külső szögeinek összege. Téglalap, háromszög, paralelogramma területe. Pitagorasz tétele (területekkel); konvex érintőnéyszögek szemközti oldalainak összege egyenlő. Thalész tétele.</p> <p>A körző és vonalzó biztos használata. Konkrét alakzatok tükrözése (egyenesre, pontra), eltolása, elforgatása, középpontos kicsinyítése, nagyítása; ezzel kapcsolatos egyszerű feladatok. Kerület, terület, felszín, térfogat kiszámítása (sokszögek kerülete, háromszög, négyszög területe, kocka, téglalap, egyenes hasáb felszíne, térfogata). Egyszerű szerkesztési és bizonyítási feladatok a tanult transzformációk alkalmazására, pl. egyszerű geometriai szélsőérték feladatok (pl. legrövidebb út keresése); egybevágósági feladatok; háromszög- és négyszögszerkesztési feladatok; mértani helyes szerkesztési feladatok; Pitagorasz tétellel kiszámolható feladatok. Az egybevágósági transzformációk és alkalmazásaik; az elemi síkgeometria továbbépítése. Párhuzamos szelők tétele egész arányra [és racionális arányra]; középpontos hasonlóság egész arányra. Háromszög és tetraéder nevezetes pontjai.</p> <p>A háromszöghöz írt érintő körök; háromszög és négyszög középvonala, a háromszög magasságpontja, súlypontja. Tetraéder súlypontja, köréírt és beírt gömbje [hozáírt gömbjei]. Paralelepipedon. Csúsztatva tükrözés. Térelemek szöge. Euler-egyenes.</p>	<p>segítségével. Festmények, művészeti alkotások egybevágó geometriai alakzatai.</p> <p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> szabatos fogalmazás.</p> <p><i>Vizuális kultúra; biológia-egészségtan:</i> középpontosan szimmetrikus alakzatok megfigyelése, vizsgálata a természetben és a műalkotásokban.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> Pitagorasz és kora.</p>
<p>Háromszögben nagyobb szöggel szemben nagyobb oldal, nagyobb oldallal szemben nagyobb szög van. A háromszög két külső szögfelezője és egy belső szögfelezője egy pontban metszi egymást. A háromszög középvonalára, súlypontjára és magasságpontjára vonatkozó tétel; az Euler-egyenes egyszerű tulajdonságai. A tetraédernek van súlypontja, köréírt, be- és hozzáírt gömbje; példa olyan tetraéderre, amelynek nincs magasságpontja. Háromszög hasonlóságainak alapesetei (bizonyítás nélkül!).</p> <p>Egybevágósági transzformációk és a megismert fogalmak, tételek alkalmazása egyszerű szerkesztési feladatokban; síkbeli és térbeli számítási feladatokban. Szerkesztések diszkussziója (hány megoldás van, van-e mindig megoldás).</p> <p>Két kör közös érintői, adott kört és egyenest érintő kör szerkesztése; korlátozott eszközökkel való szerkesztés (pl. „rozsdás körző” vagy tócsa miatt elérhetetlen pont van, vagy a lépésszám van korlátozva). Példák arra, hogy a szerkesztési eljárás – „rosszul megadott” adatok mellett - nem a kívánt eredményre vezet, pl. beírt kör sugara, β, b. További szögszámolós feladatok és más, pl. a Pitagorasz-tételt használó számolós feladatok.</p>	<p><i>Vizuális kultúra; biológia-egészségtan:</i> középpontosan szimmetrikus alakzatok megfigyelése, vizsgálata a természetben és a műalkotásokban.</p> <p><i>Vizuális kultúra:</i> festmények, művészeti alkotások egybevágó geometriai alakzatai.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> Pitagorasz és kora.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Geometriai transzformáció, tengelyes tükrözés, középpontos tükrözés,</p>

<p>eltolás. Vektor. Egybevágóság. Középpontos szimmetria, paralelogramma, rombusz. Egyállású szög, váltószög, csúcsszög. Belső és külső. Hasáb, henger, gúla, kúp, gömb. Alaplap, alapél, oldallap, oldalél. Pont, egyenes szakasz, sík, tér, test, alakzat. Sokszög, kör. Érintő, szelő, húr, sugár, átmérő. Háromszög, középvonal, súlyvonal, súlypont, magasság, magasságpont, szögfelező. A háromszög nevezetes körei. Szerkesztés. Egybevágóság, hasonlóság, alakzatok egybevágósága.</p>
--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Analitikus geometria	Órakeret 24 óra
Előzetes tudás	<p>Koordináta-rendszer megismerése, pont ábrázolása, adott pont koordinátáinak a leolvasása. Pont, egyenes, metszés. Műveletek racionális számokkal. Ellentett, abszolút érték, reciprok.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>Az együttműködéshez szükséges képességek fejlesztése páros és kis csoportos tevékenykedtetés, feladatmegoldás során – a munka tervezése, szervezése, megosztása; kezdeményezőkézség, együttműködési készség, tolerancia. A pontos munkavégzés igényének fejlesztése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Első ismerkedés a derékszögű koordináta-rendszerrel; egyenesek ábrázolása. Derékszögű koordináta-rendszer, origó, abszcissza, ordináta. Helyvektor, vektor (szemléletesen). Kapcsolat az egyenes és a lineáris kétismeretlenes egyenlet között. Felezőpont koordinátái. Kicsinyítés és nagyítás az origóból, más pontokból (konkrét alakzatok, konkrét példák). koordinátaival adott pontok ábrázolása; helyvektor, egyenes ábrázolása. Egyszerű ponthalmazok meghatározása. Pl. $x + y \leq 1$; $x > y$; $1 < x - y < 2$ típusú feltételekkel megadott halmazok ábrázolása. Vektorokkal végzett alapműveletek és alkalmazásaik. Vektorok összeadása, kivonása, számmal való szorzása, legfeljebb négy pontból álló pontrendszer súlypontja. A súlypontba mutató vektor koordinátái. Vektor felbontása adott irányú összetevőkre. Vektorok összeadására és kivonására vonatkozó alapazonosságok. Síkvektor egyértelmű felbonthatósága két nem párhuzamos irányú vektor összegére; térvektorok egyértelmű felbonthatósága három, nem egy síkban lévő vektorral párhuzamos vektor összegére.</p>		<p><i>Földrajz:</i> tájékozódás a térképen, a Földön; szélességi körök és hosszúsági fokok. <i>Biológia-egészségtan:</i> mikroszkóp. <i>Vizuális kultúra:</i> valós tárgyak arányosan kicsinyített vagy nagyított rajza. <i>Fizika:</i> az erő fogalma, felbontása, erők összege, különbsége.</p>

Számolás vektorokkal; a vektorműveletek és a koordináták kapcsolata, vektor 90°-kal való elforgatottjának koordinátái; vektorok alkalmazása egyszerű bizonyítási és számítási feladatokban. Vektorok és vektorműveletek a fizikában.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Derékszögű koordináta-rendszer, origó, abszcissza, ordináta. Egyenes ábrázolása. Vektor.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Függvények	Órakeret 48 óra
Előzetes tudás	Helymeghatározás gyakorlati szituációkban, konkrét esetekben. Számegyenes, számintervallumok ábrázolása, leolvasása ábráról. Pont koordinátáinak ismerete Descartes-féle koordináta-rendszerben. Sorozatok folytatása adott szabály szerint, szabályfelismerés.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Függvény-transzformációk algebrai és geometriai megjelenítése. Összefüggések, folyamatok megjelenítése matematikai formában (függvénymodell), vizsgálat a grafikon alapján. A vizsgálat szempontjainak kialakítása. Számítógép bevonása a függvények ábrázolásába, vizsgálatába.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A függvényfogalom megalapozása egyszerű példák alapján; egyszerűbb függvények ábrázolása és alkalmazása egyenletek és egyenlőtlenségek megoldására. Hozzárendelés; értelmezési tartomány; képhalmaz; értékészlet; a lineáris függvény, az abszolútérték-függvény, az $f(x) \rightarrow \frac{1}{x} + b, x \neq 0$ függvény.</p> <p>Adott függvények ábrázolása a derékszögű koordináta-rendszerben; egyszerűbb egyenletek, egyenlőtlenségek grafikus megoldása, a megoldások ábrázolása a számegyenesen. Egyenlőtlenségek; szöveges feladatok grafikus megoldása.</p> <p>További konkrét függvények vizsgálata, a függvénytranszformáció előkészítése és alkalmazása szélsőérték feladatok, egyenletek, egyenlőtlenségek grafikus megoldására. Az analízis egyszerű alapfogalmainak előkészítése konkrét feladatokon és szemléltetése példákkal.</p> <p>$x \rightarrow (x + b)^2 + c, x \rightarrow [x], x \rightarrow \{x\}, x \rightarrow \operatorname{sgn} x, x \rightarrow (ax + b)/(cx + d)$ függvények értelmezése, vizsgálata, beleértve a lineáris törtfüggvény átalakítását is. A valós szám szemléletes fogalma. Függvényvizsgálat konkrét példákon.</p> <p>A megismert függvények (például $x \rightarrow x , x \rightarrow [x], x \rightarrow \{x\}, x \rightarrow \operatorname{sgn}(x)$) szakadási helyei; hol van csúcsa egy abszolútérték-függvény grafikonjának, illetve két, három ilyen függvény</p>		<p><i>Fizika; biológia-egészségtan; kémia; földrajz:</i> függvényekkel leírható folyamatok.</p> <p><i>Informatika:</i> Tantárgyi szimulációs programok használata. Számítógépes program az ábrázoláshoz.</p> <p><i>Fizika:</i> A sebesség és az út-idő grafikon kapcsolata; az ellenállás és a feszültség-áramerősség grafikon kapcsolata. A gyorsuló mozgás út-idő grafikonja. Adott távolság esetén a sebesség és az idő, adott tömeg esetén a sűrűség és a térfogat.</p> <p><i>Technika, életvitel és</i></p>

<p>összegéből kapott függvény grafikonjának; konkrét függvény paritása, korlátossága, szélsőértéke, periodikussága, konvexitása. A valós számok szemléletes fogalma.</p> <p>A megismert függvények egyszerű, konkrét esetekben történő transzformációival egyenletek, egyenlőtlenségek grafikus megoldása. Szélsőérték-feladatok megoldása az $x \rightarrow (x + b)^2 + c$ alakú függvény vizsgálatával.</p> <p>A függvényfogalom elmélyítése a természettudományos tantárgyakból vett példákon; $[x] x = a, (x + b)^2 = a$ típusú egyenletek megoldása.</p> <p>Egyszerű kémiai, fizikai, földrajzi példák függvényekre, ezek szemléltetése. A fizikából és kémiából vett konkrét függvények vizsgálata, szöveges feladatok megoldása.</p>	<p><i>gyakorlat:</i> valós folyamatok a mindennapi életben.</p> <p><i>Biológia-egészségtan;</i> <i>fizika; kémia:</i> mérési eredmények kiértékelése grafikonok alapján.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Függvény. Értelmezési tartomány, szélsőérték, zérushely, növekedés, fogyás, értékkészlet. Lineáris függvény, lineáris kapcsolat, meredekség. Abszolútérték-függvény, másodfokú függvény. Függvény grafikonja. Paritás, korlátosság.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Kombinatorika	Órakeret 24 óra
Előzetes tudás	Elemek sorba rendezése, adott szempont szerinti kiválasztása, gráf használata egyszerű leszámolási feladatokban. Összeszámlálás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kombinatorikai problémák felfedezése a hétköznapi életben, modellek alkalmazása. A rendszerező képesség, a figyelem fejlesztése. Gráfok segédeszközként való használata a gondolkodásban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A „hozott” kombinatorikai ismeretek rendszerezése: összeszámlálás, skatulyaelv, szöveges feladatok.</p> <p>Permutáció, $n!$ ($n > 0, n$ egész). A skatulyaelv. Leszámolás fagráfokkal.</p> <p>Sokszög átlóinak a száma; n egyenes hány részre osztja a síkot (konkrét n-ekre), $\binom{n}{k}$; permutációk száma. Véges halmaz részhalmazainak száma. A Pascal-háromszög legegyszerűbb tulajdonságai. [Pascal-háromszög sorösszege.] A Fibonacci-sorozat legegyszerűbb tulajdonságai.</p> <p>Leszámolási feladatok megoldása pl. fagráf segítségével; tudatos leszámolási módszerek kialakítása.</p> <p>Bonyolultabb skatulyaelves feladatok; leszámolási feladatok;</p>		<p><i>Biológia-egészségtan:</i> genetika.</p>

<p>egyszerű feladatok, ahol pl. a sakktábla színezése segít; az állapotfüggvényt előkészítő egyszerű feladatok: invarianciával (pl. négyes maradék megmaradásával) bizonyítható feladatok; vegyes feladatok (pl. sakktáblán).</p> <p>A kombinatorikus gondolkodás fejlesztése. A teljes indukció előkészítése. Ismétléses permutáció, kombináció. $\binom{n}{k}$ kapcsolata a Pascal-háromszöggel.</p> <p>Pascal-háromszög tulajdonságai (folytatás); véges halmaz részhalmazainak, páros és páratlan elemszámú részhalmazainak száma (újabb bizonyítások). A logikai szita 2, 3 halmazra. Egyszerű minimum- és maximumkereső feladatok. $\binom{n}{k}$ kiszámítása.</p> <p>Kombináció. Fibonacci-sorozat tulajdonságainak kombinatorikus bizonyítása. „Könyvtárfeladat”: páronként nemdiszjunkt intervallumoknak van közös pontja.</p> <p>Egyszerű kombinatorikai játékok. $\binom{n}{k}$ felhasználása feladatokban.</p> <p>Egyszerű feladatok teljes indukcióra. További feladatok a skatulyaelvre. Bonyolultabb leszámolási, színezési feladatok. Olyan (pl. kombinatorikus geometriai) feladatok, amelyeknek megoldásánál hivatkozni kell arra, hogy végtelen sok lehetőség közül egy véges halmaz csak véges sok lehetőséget zár ki; vagy azt kell kihasználni, hogy valami egyesével változik (mindkettőre példa: mindig húzható olyan egyenes, amelynek két oldalán $n-n$ darab van adott $2n$ pont közül). $\varphi(n)$ kiszámolása a szitaformulával konkrét $n = pq$, $n = pqr$, $n = p^2$, $n = p^2q$ alakú számokra [és általában]. Az állapotfüggvényt előkészítő további feladatok.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Leszámlálás, teljes indukció, permutáció, skatulyaelv, Pascal-háromszög, halmaz és részhalmaz, $\binom{n}{k}$ kiszámítása, logikai szita, kombinatorikai játék, színezés.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Gráfelmélet	Órakeret 20 óra
Előzetes tudás	Sorba rendezési és kiválasztási feladatok, gráf használata feladatmegoldásban.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Kombinatorikai és gráfelméleti módszerek alkalmazása a matematika különböző területein, felfedezésük a hétköznapi problémákban. Gráfok segédeszközként való használata a gondolkodásban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A gráfelmélet egyszerű alapfogalmai és a gráfok felhasználása feladatmegoldásokban.	Több tantárgy: fogalmi rendszerezéséhez	

<p>Gráf, csúcs, él, pont fokszáma, fa konkrét feladatokban. Euler-kör és -út konkrét feladatokban. Fokszámok összege páros; Euler-kör és -út létezésének feltétele (feladatokon keresztül).</p> <p>Permutációk ábrázolása gráffal; osztók fája; részhalmazok ábrázolása bináris fákkal; leszámolási feladatok megoldása fákkal. Ismeretségre, rokonságra vonatkozó (tehát gráffal szemléltethető) egyszerű feladatok. Egyszerű Ramsey-típusú feladatok konkrét, kis számokra (pl. ha egy 6 tagú társaság bármely 3 tagja közül van 2, aki ismeri egymást, akkor van a társaságban hármass ismeretség).</p> <p>Euler-kör és -út. Az alapfogalmak bővítése, új fogalmak előkészítése. Euler-vonal (kör és út). Út, kör, összefüggő gráf, fa és faváz fogalma konkrét feladatokon keresztül. Irányított gráf és [turnament (körmérkőzés)] fogalma konkrét feladatokon keresztül. A komplementer gráf. Páros gráf és páros körüljárású gráf.</p> <p>Ramsey-típusú tételek egyszerű esetekben (folytatás: pl. ha egy 9 tagú társaság bármely 3 tagja közül van 2, aki ismeri egymást, akkor van négyes ismeretség). (Példák, ahol a mohó algoritmus működik.) Euler-kör és -út létezésének szükséges és elégséges feltétele. Ha minden pont foka $\leq k$, akkor van k pontú út és kör. Páros körüljárású gráf színezhető két színnel. [Turnamentben van pszeudogyőztes (példa „tekintsük a legnagyobbat” típusú bizonyításra).]</p> <p>Adott gráfokban megfelelő tulajdonságú utat, kört, sétát (pl. Euler-utat, kört) keresni, [favázat keresni]; adott gráfról eldönteni, hogy összefüggő-e.</p>	<p>használhatók pl. a fagráfok.</p> <p><i>Kémia:</i> szénhidrogénekben hidrogének számának paritása.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Fagráf, körgráf, egyszerű gráf, összefüggő gráf, teljes gráf. Fokszám. Euler-kör és út. Irányított gráf, turnament. Páros gráf. Ramsey-típusú tétel.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algoritmusok	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Egyszerűbb matematikai játékok kapcsán stratégia, nyerő helyzet, lépésszám fogalmának ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Algoritmusok a matematika különböző területein, felfedezésük a hétköznapi problémákban, játékokban. Algoritmusok segédeszközként való használata a gondolkodásban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Ismerkedés az algoritmusokkal, elsősorban konkrét matematikai játékokon és keresési feladatokon keresztül. „Biztosan nyerünk”, „adott lépésszám mellett biztosan találunk”; „nyerő helyzet”, „vesztő helyzet” fogalmának kialakítása konkrét játékok példáján keresztül; a „legrosszabb eset” jelentése (konkrét		<i>Informatika:</i> programozási nyelvek.

<p>példákon). Mit jelent a „kérdés” a keresési feladatokban (a kért halmazt nem kell pl. szemléletesen jellemezni). Játékok szimmetriája konkrét, egyszerű példákon. (Egyszerű invarianciaelvel feladatok.)</p> <p>n elemű halmazból adott szám kiválasztása minimális kérdéssel.</p> <p>Egyszerű, szimmetrián alapuló játékok elemzése; mérések számának minimalizálásával kapcsolatos feladatok. A lehetséges „kérdések” tisztázása.</p> <p>Pl. 1-től 40 grammig minden egész grammot mérni akarunk egy kétkarú mérlegen. Milyen súlyokat válasszunk, hogy a lehető legkevesebb számú súlyra legyen szükség.</p> <p>További játékalgoritmusok, kiválasztási és rendezési algoritmusok.</p> <p>Kétszemélyes determinisztikus játékok stratégiája, „nyerő” és „vesztő” helyek konkrét játékoknál. A „mohó algoritmus” fogalma konkrét példákon (mikor jogos, mikor nem). Állapotfüggvény előkészítése konkrét példákon.</p> <p>n elemű rendezett halmaz legnagyobb, legkisebb elemének kiválasztása $n - 1$ összehasonlítással. n elemű halmaz rendezése összefűzéssel, beszúrással. Konkrét egyszerű példák, amikor a „mohó algoritmus” nem működik.</p> <p>Hanoi tornyai; palacsintaforogtatás (rendezni úgy, hogy mindig egy adott szeletet forgathatunk); 3, 4, [5] elem rendezése minimális összehasonlítással. Kétszemélyes játékok (nyerő, vesztő helyzeteinek) elemzése.</p> <p>Számítástechnikából ismert algoritmusok matematikai „vizsgálata”.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Algoritmus. Nyerő stratégia. Kétszemélyes determinisztikus játék.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Valószínűség-számítás, statisztika</p>	<p>Órakeret 20 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Valószínűségi kísérletek elvégzése, elemzése. Táblázatok, diagramok olvasása. Százalékszámítás.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A világ megismerése iránti igény erősítése. Valószínűségi, statisztikai szemlélet fejlesztése. Gyakorlottság növelése adatok rendszerezésében, kezelésében. Tapasztalatszerzés újabb kísérletekkel, kiértékelés, következtetések. Diagram készítése, olvasása. Együttműködés képességének fejlesztése.</p> <p>Táblázat értelmezése, számítógépes táblázatkezelő használata az adatok rendezésében, értékelésében. Az esély és a relatív gyakoriság fogalmának kialakítása.</p>	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>Első ismerkedés a valószínűség fogalmával; egyszerű kísérletek, játékok elemzése kapcsán. Statisztikai adatok lejegyzése, grafikonok olvasása.</p> <p>A valószínűség szemléletes fogalma.</p> <p>Kísérletek eredményének megfigyelése, az adatok lejegyzése és értékelése; egyszerű, például kockadobással kapcsolatos játékok elemzése. A kísérleti adatok szemléltetése grafikonon.</p> <p>A kombinatorikus módszerekkel megoldható konkrét valószínűség-számítási feladatok egyszerű esetei. Átlag, medián, módusz.</p> <p>Események; lehetetlen, biztos esemény; komplementer esemény. Műveletek események között (szemléletesen). Gyakoriság, relatív gyakoriság. n szám mediánja, átlaga. A valószínűség intuitív fogalmának megvilágítása „meglepő” végeredményű, egyszerű feladatokkal (pl. három korong).</p> <p>n szám mediánjának meghatározása.</p> <p>$P(A + B) = P(A) + P(B) - P(AB)$ konkrét feladatokban. Valószínűségi feladatok megoldása komplementer esemény valószínűségének kiszámolásával (pl. mennyi a valószínűsége, hogy egy autórendszámban szerepel 1-es). „Meglepő” eredményű feladatok (pl. minek nagyobb a valószínűsége, hogy 7-et vagy hogy 6-ot dobunk két kockával; három korong stb.). Kockadobással, pénzdobással kapcsolatos egyszerű események valószínűségének meghatározása összeszámlálással, fagráf segítségével.</p> <p>Egyszerű statisztikai adatok elemzése, következtetések megfogalmazása (pl. betűstatisztika).</p>	<p><i>Informatika:</i> az adatok ábrázolására alkalmas program; statisztikai adatelemzés.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> genetika.</p> <p><i>Földrajz:</i> statisztikai adatok jellemzése (átlagos népsűrűség, országok különböző szempont szerinti rangsorai); statisztikai évkönyv.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> választások.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Adatsokaság, diagram, módusz, medián, átlag. Gyakoriság, relatív gyakoriság, esély. Valószínűségi feladat, komplementer esemény. Kockadobás, pénzfeldobás.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Halmazok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Halmazok szemléltetése Venn-diagramon. – Műveletek halmazokkal. – Ponthalmazok ismerete. – Szitaformula a legegyszerűbb esetekben. <p><i>Logika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Állítások összekapcsolásának értelmezése.
--	---

- „Minden” és „van olyan” kvantorok használata.
- Ekvivalens állítások szerkezetének elemzése.
- Indirekt bizonyítások konkrét példák.
- ellenpélda, az összes eset vizsgálata.

Számelmélet

- Oszthatóság; prímszámok és összetett számok ismerete.
- Oszthatósági szabályok használata.
- Pozitív egész számok prímtenyezős felbontása és alkalmazása.
- Oszthatósági vizsgálatok végzése.
- Egyszerű számelméleti függvények ismerete.
- Az euklideszi algoritmus alkalmazása.
- Műveletek (osztási) maradékokkal.

Algebra

- Számolás algebrai egész kifejezésekkel.
- Szöveges feladatok megoldása.
- Nevezetes algebrai azonosságok használata.
- Algebrai törtekkel való számolás begyakorlása.
- Lineáris egyenletrendszerek megoldása.

Geometria

- Háromszög nevezetes vonalainak ismerete.
- Thalész-tétel ismerete.
- Síkidomok területének számolása.
- Egybevágósági transzformációk és alkalmazásaik.
- A háromszög nevezetes köreinek ismerete.
- Körök érintői, közös érintők ismerete.

Analitikus geometria

- derékszögű koordináta-rendszer, origó, abszcissza, ordináta ismerete.
- helyvektor, vektor (szemléletesen).
- vektorokkal végzett alapműveletek és alkalmazásaik.
- vektorok alkalmazása egyszerű bizonyítási és számítási feladatokban.
- vektorok és vektorműveletek a fizikában.

Függvények

- Függvények jellemzése: Értelmezési tartomány, szélsőérték, zérushely, növekedés, fogyás, értékkészlet.
- Lineáris függvények, lineáris kapcsolatok, meredekség ismerete.
- Abszolútérték-függvények, másodfokú függvények ismerete.
- Függvény grafikonjának ábrázolása.
- Paritás, korlátosság meghatározása.

Kombinatorika

- Leszámlálások végzése.

	<ul style="list-style-type: none"> – Teljes indukció alkalmazása különböző bizonyítások kapcsán. – Permutáció, -skatulyaelv ismerete. – Pascal-háromszög ismerete, halmazok és részhalmazaik megadása, számuk meghatározása. – Logikai szita ismerete és alkalmazása. – Egyszerű kombinatorikai játékok ismerete. – Színezések alkalmazása. <p><i>Gráfok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Fagráf, körgráf, egyszerű gráf, összefüggő gráf, teljes gráf fogalmának ismerete. – Fokszám meghatározása. – Euler-kör és út fogalma, keresése. – Irányított gráf, tournament fogalma konkrét feledatokon keresztül. – Páros gráfok ismerete. – Ramsey-típusú tételek kimondása, alkalmazása egyszerű esetekben. <p><i>Algoritmusok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Algoritmusok ismerete. – Nyerő stratégia fogalma, megadása konkrét játékok kapcsán. – Kétszemélyes determinisztikus játékok kipróbálása, megismerése. – Informatikából ismert algoritmusok matematika elemzése. <p><i>Valószínűség-számítás, statisztika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Statisztikai mutatók használata adathalmaz elemzésében. – A valószínűség matematikai fogalma, klasszikus kiszámítási módjának alkalmazása. – Mintavétel és valószínűség kapcsolata, alkalmazása. – Adatsokaság ábrázolása diagramon, módusz, medián, átlag kiszámítása. – Gyakoriság, relatív gyakoriság, esély fogalmának ismerete. – Valószínűségi feladatok megoldása, komplementer esemény fogalmának ismerete. – Kockadobás, pénzfeldobás - feladatmegoldás.
--	---

9-10. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Halmazok	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Csoportosítás különböző szempontok alapján. Halmazműveletek véges halmazokon. Halmazábra. Részhalmaz. Számhalmazok, ponthalmazok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A halmaz fogalmának mélyítése, alkalmazása problémamegoldásra. Ismerkedés a végtelen halmazokkal, a halmazműveletek tulajdonságaival, a halmazalgebrával. Több szempont alkalmazásával a megosztott figyelem fejlesztése. Definíciók, jelölések használata során	

	az emlékezet fejlesztése.
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
Korábbi ismeretek felhasználása, a tanult jelölések alkalmazása, felfrissítése. Halmaz megadási módjai, egy elem csak egyszer szerepel egy halmazban. Halmazok azonossága, üres halmaz, n elemű halmaz részhalmazainak a száma.	<i>Informatika:</i> adatbázis-kezelés, adatállományok, adatok szűrése különböző szempontok szerint.
Halmazok számossága. Véges és végtelen halmazok, megszámlálható, nem megszámlálható halmazok. „Tetszőlegesen sok” és „végtelen sok” közti különbség. A megszámlálhatóan végtelen. Minden végtelen halmaznak van megszámlálhatóan végtelen részhalmaza. A valós számok halmaza nem megszámlálható. Az n -edfokú egész-, racionális együtthatós polinomok stb. halmaza megszámlálható. A tetszőlegesen nagy és végtelen közti különbségtétel elsajátítása. Példák adott tulajdonságú tetszőlegesen nagy részhalmazra, amikor van és amikor nincs ugyanilyen tulajdonságú végtelen részhalmaz. (Pl. van tetszőlegesen nagy „hézag” a prímek közt, de végtelen nagy hézag nem lehet. Másrészt: nemcsak tetszőlegesen sok, hanem végtelen sok prím van. Van tetszőlegesen nagy egész, de nincs végtelen nagy stb.) <i>Matematikatörténet:</i> Georg Cantor. Russel-paradoxon.	<i>Magyar nyelv és irodalom:</i> mondatok, szavak, hangok rendszerezése. <i>Filozófia:</i> végtelen.
Halmazműveletek: unióképzés, metszetképzés, különbségképzés, szimmetrikus differencia, komplementer halmaz. Tulajdonságaik: kommutativitás, asszociativitás, disztributivitás. Halmazműveletek alkalmazása több halmazra. Megszámlálható sok megszámlálható halmaz uniója is megszámlálható.	<i>Biológia-egészségtan:</i> rendszertan.
Sík, tér rádspontjai megszámlálhatóan végtelen halmazt alkotnak. A sík, a tér rádspontjainak explicit megszámlálása. Nevezetes ponthalmazok: – adott térelemtől adott távolságra lévő pontok halmaza – síkban és térben; – két térelemtől egyenlő távol lévő pontok halmaza – síkban és térben. Vegyes feladatok ponthalmazok és halmazműveletek alkalmazására szerkesztéssel is. Ponthalmazok a koordinátasíkon. <i>Matematikatörténet:</i> René Descartes.	<i>Informatika:</i> geometriai szerkesztőprogram, pl. Geogebra, Cabri.
Halmazok ekvivalenciája. A természetes számokkal, ill. a valós számokkal ekvivalens halmazok. A valós számok halmaza nem megszámlálható. A valós számok halmazának és irracionális számok halmazának ekvivalenciája. A megszámlálható és a kontinuumszámosság. Egyenes, szakasz (nyílt és zárt), körvonal pontjainak halmaza, körlemez és négyzet, háromszög és négyzet stb., gömbfelület és sík	

<p>stb. poliéder és gömb stb. pontjainak halmaza között egy-egyértelmű leképezés van. Valós számok és végtelen hosszú 0-1 sorozatok ekvivalenciája. Sík és egyenes ekvivalenciája [a bizonyítás fakultatív] és ennek következményei: n-dimenziós tér, n-edfokú polinomok, komplex számok stb. és valós számok ekvivalenciája. További lehetőségek: Az algebrai számok halmaza megszámlálható. A transzcendens valós számoké kontinuum. A Cantor-halmaz számossága és „szerkezetének” vizsgálata.</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Véges és végtelen halmaz, unió, metszet, különbség, szimmetrikus differencia, komplementerhalmaz, ekvivalencia, alef-null és kontinuumszámosság.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Logika	Órakeret 15 óra
Előzetes tudás	Állítások megfogalmazása a hétköznapi életből. Matematikai állítások vizsgálata. Igaz és hamis állítások. Állítás tagadása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A köznapi életben használt logikai következtetések és a matematikai logikában használt kifejezések összevetése. Matematikai állítások helyes megfogalmazása, érvelés, bizonyítási készség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az állítás fogalmának pontosabb elemzése, állítás és megfordítása. Az állítás fogalmának kialakítása változatos példákon, a fogalom pontos kialakítása (pl. nem személyfüggő, a „mondat” és az „állítás” különbsége). Egyszerűbb matematikai állítások logikai elemzése. A logikai műveletek különböző alkalmazásai. Direkt, indirekt bizonyítás. Szükséges, elégséges, szükséges és elégséges feltétel. Relációk, ekvivalencia relációk, rendezési relációk.</p>		<p><i>Filozófia:</i> tézis, antitézis, szintézis.</p>
<p>Kétváltozós logikai műveletek és tulajdonságaik: igazságtáblázataik (az összes művelet értelmezése, kifejezhetőségek vizsgálata); a műveleti azonosságok. A kétváltozós logikai műveletek azonosságainak igazolása (kommutativitás, asszociativitás, disztributivitás, De Morgan-azonosságok stb.). A műveleti azonosságok alkalmazása a műveletek egymással való kifejezésére. A halmazműveletek és a logikai műveletek összefüggése. A számítógépek és a logika kapcsolata. [Logikai áramkörök; például összeadó egység tervezése (kettes számrendszerben) „és” kapukból, „vagy” kapukból és inverterekből. Áramkörök egyszerűsítése az ismert azonosságok felhasználásával.]</p>		<p><i>Magyar nyelv és irodalom:</i> retorikai alapismeretek.</p>
<p>Boole-algebra. Normálformák és alkalmazásaik. Az igazságfüggvények; konjunktív és diszjunktív normálformák; [teljes függvényrendszerek]. Bármely igazságfüggvény kifejezhető akár konjunktív, akár diszjunktív normálformával. [A teljes függvényrendszerek szükséges és elégséges feltétele (alapgondolat), a kijelentés-kalkulus, a</p>		

<p>halmazalgebra és a négyzetmentes szám osztóinak algebrája izomorf.] [A két- és háromváltozós igazságfüggvények szemléltetése a koordináta-rendszerben. Kétváltozós relációk szemléltetése irányított gráfokkal.] <i>Matematikatörténet: Neumann János.</i></p>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Logikai művelet, Boole-algebra.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet	Órakeret 45 óra
Előzetes tudás	Osztó, többszörös, prímszám, prímtényező felbontás, legnagyobb közös osztó, legkisebb közös többszörös.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Prímek, euklideszi algoritmus, kongruenciák és maradékosztályok, a kapcsolódó tételek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Periodikus tizedestörtek átalakítása két egész szám hányadosává. A teljes indukció gyakorlása oszthatósági feladatokban.</p> <p>Prímek eloszlása, prímekekkel kapcsolatos tételek. pl. a szomszédos prímek között tetszőlegesen nagy hézag van, Wilson-tétel, végtelen sok $4k - 1$ és $6k - 1$ alakú prím van [Csebisev, Dirichlet]. Mersenne- és Fermat-prímek. Sejtések, pl. Goldbach-sejtés.</p> <p>Az euklideszi algoritmussal előállítható a legnagyobb közös osztó.</p> <p>Lineáris kétismeretlenes diofantikus egyenlet megoldhatóságának szükséges és elégséges feltétele.</p> <p>A kongruencia alaptulajdonságai (a kongruenciával való „számolási szabályok”), maradékosztályok, teljes és redukált maradékrendszer. Lineáris egyismeretlenes kongruenciák megoldási algoritmusai.</p> <p>Számolás maradékosztályokkal, Euler-Fermat-tétel. A maradékosztályok gyűrűje [a gyűrű fogalma]. Konkrét modulusok esetén annak eldöntése, hogy melyik maradékosztálynak van multiplikatív inverze; hogy egy adott maradékosztály gyűrűtest-e. Nem prímmodulus esetén van nullosztó.</p> <p>Egész együtthatós polinomok racionális gyökeire vonatkozó szükséges feltétel.</p>		<p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek: babiloni, egyiptomi, görög antik tudományos központok.</i></p>
<p>A rácsgéometria elemei. Paralelogramma rács; háromszögrács; rácsegyenes, rácspont, rácsháromszög, üres rácsháromszög. [Pick-tétel.] Tetszőlegesen nagy oldalú üres rácsháromszögek létezése. [Négyzetrácsban négyzeteken kívül nincs szabályos sokszög. Bármely egyeneshez tetszőlegesen közel van rácspont. A diofantikus approximáció elemei.]</p> <p>Számelméleti függvények: δ és φ függvény; [multiplikatív és additív számelméleti függvények]. A páros tökéletes számok. [A pitagoraszi számhármak előállításai.]</p> <p>Módszerek nem diofantikus egyenletek és más számelméleti</p>		

feladatok megoldására (pl. becslés; relatív prímtényezők szétválasztása; descente infine; kombinatorikus módszerek stb.). Elsősorban konkrét feladatmegoldásokban célszerű tárgyalni a különböző módszereket. <i>Matematikatörténet:</i> Eukleidész, Eratoszthenész, Euler, Fermat, Mersenne.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Prím, kongruencia, maradékosztály, gyűrű.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Aritmetika és algebra	Órakeret 60 óra
Előzetes tudás	Elsőfokú egyenletek, egyenlőtlenségek megoldása. Azonosság. Szöveges feladatok – matematikai modell alkotása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Másod- és harmadfokú, továbbá gyökös egyenletek, egyenlőtlenségek megoldása. Az egész számok gyűrűje; a racionális és a valós számtest; csoportok, félcsoportok megismerése. A rendszerező képesség fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Egyenletek algebrai, grafikus megoldása. Azonos átalakítások gyakorlása. Ekvivalens és nem ekvivalens lépések az egyenletmegoldás során, ellenőrzés, hamis gyökök, gyökvesztés. Teljes négyzetté alakítás; a másodfokú egyenlet megoldóképlete; gyökök és együtthatók közti összefüggés (Viète-formulák); gyöktényező alak. Másodfokú és másodfokúra visszavezethető egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek, egyenlőtlenségrendszerek megoldása; paraméteres és szöveges feladatok, reciprok-egyenlet. Szélsőérték-feladatok.</p> <p>Az n-edik gyök fogalma. Számolás gyökös kifejezésekkel; irracionális számok konstrukciója különböző módszerekkel.</p> <p>A komplex számok testének alaptulajdonságai, Moivre-tétel, gyökvonás komplex számokból; egységgyökök. Számolás komplex számokkal; komplex számok felhasználása geometriai feladatokban, összegek kiszámításában. A harmadfokú egyenlet megoldása. [A negyedfokú egyenlet.]</p> <p>Digitális technikák használata az egyenletmegoldás során.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Tartaglia, Cardano.</p>		<p><i>Fizika:</i> kinematika, dinamika.</p> <p><i>Kémia:</i> oldatok összetétele.</p>
<p>Polinomok a racionális, a valós számtest felett; fokszám; műveletek polinomokkal; együttható, főegyüttható, polinomok maradékos osztása, gyöktényezők, gyökszám kisebb vagy egyenlő, mint a fokszám; többszörös gyökök; gyökök és együtthatók közti összefüggés. Polinomok azonossága (a racionális, a valós, a komplex számok fölött). Oszthatóság polinomok körében; Horner-elrendezés. [Polinom és polinomfüggvény különbsége; interpoláció, elemi szimmetrikus polinomok, szimmetrikus polinomok.]</p> <p>A racionális, a valós és a komplex számtest feletti polinomok</p>		<p><i>Informatika:</i> számítógépes program használata.</p>

<p>gyűrűje. [Az interpoláció alaptétele. Polinomok azonossága tetszőleges test fölött (pl. a mod p (p prím) maradékosztálytest felett $x^p - x$ nem azonosan 0, de az azonosan 0 polinomfüggvényt állítja elő.]</p>	
<p>Csoportok és félcsoportok konkrét példák. Geometriai alakzatok transzformációcsoportja; az egybevágósági transzformációk csoportja, felírása (pl. S_3 és a szabályos háromszög, S_4 és a szabályos tetraéder transzformációcsoportjának izomorfája; a négyzet, a téglalap transzformációcsoportja része a szabályos tetraéderének). [Jobb és bal oldali egységelem, zéruselem, additív, multiplikatív inverz; additív csoport multiplikatív félcsoport, csoport; nullosztó; izomorfia (konkrét példák); másodfokú testbővítések.] [A csoport, gyűrű, test (nem axiomatikus) fogalma; műveleti táblázatok.][A_3, A_4 geometriai jelentése.]</p> <p>Testek és gyűrűk egyszerű tulajdonságai. A valós számokon belül a legszűkebb résztest a racionális számok teste; ha $n > 0$ egész nem teljes k-adik hatvány, akkor $\sqrt[k]{n}$ irracionális. [A legszűkebb, az 1-et tartalmazó számgyűrű az egészek gyűrűje. Adott elemet (pl. $\sqrt{2}$-t vagy $\sqrt{3} + \sqrt{2}$-t tartalmazó legszűkebb gyűrű és test keresése.] [Az $a + b\sqrt{2}$, $a, b \in \mathbf{Q}$ alakú számok számtestet alkotnak, az $a + b\sqrt{2} + c\sqrt{3}$, $a, b, c \in \mathbf{Q}$ alakú számok nem alkotnak gyűrűt sem; példák és ellenpéldák félcsoportokra, csoportokra és testekre; a maradékosztálygyűrűk algebrai vizsgálata.] [Test- és gyűrűtulajdonságok bizonyítása (pl. $-a = (-1)a$ a testben; egységelemes gyűrűben; rossz bizonyítások; 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9 elemű testek létezése és egyértelműsége; 6 elemű test nincs).]</p> <p><i>Matematikatörténet: algebra – Al-Hvarizmi.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Másod- és harmadfokú egyenlet, egyenlőtlenség, teljes négyzetté alakítás, megoldóképlet, diszkrimináns, diszkusszió. Egyenletrendszer. Gyökös egyenlet. Komplex szám, polinom. Csoport, gyűrű, test.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Lineáris algebra	Órakeret 15 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Vektorok, koordináta-rendszer, valós számok teste.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A lineáris vektorterek megismerése. A függetlenség és összefüggőség fogalmának kialakítása, elmélyítése. Gauss eliminációs módszer elsajátítása.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>A lineáris vektortér (a valós számtest felett); lineáris kombináció. A lineáris függőség, függetlenség; altér; vektorok által meghatározott altér. Lineáris egyenlet és egyenletrendszer mint a megfelelő altér normálvektoros egyenlete; lineáris egyenletrendszer felírása mátrixalakban; a mátrix, mátrixok konstansszorosa, mátrixok</p>		

összege, különbsége; négyzetes mátrix, a determináns és értéke. Területképlet és vegyes szorzat felírása determinánssal.	
Gauss-elimináció. Homogén lineáris egyenletrendszer, homogén lineáris rekurzió, homogén lineáris diofantikus egyenlet (és egyenletrendszer) megoldásai halmazának közös tulajdonsága. A lineáris függetlenség feltétele; egy vektor lineáris függése a többitől és lineárisan összefüggő vektorok közti kapcsolat. Lineáris tér alterének egyenlete (normálvektoros egyenletrendszerrel). Vegyes szorzat és lineáris függőség térben. Kollinearitás és az analitikus geometriai területképlet. Lineáris egyenletrendszer mint altér egyenlete. A normálvektorok lineáris függetlensége és összefüggése. Determináns sorvektorainak lineáris függetlensége és a determináns értéke közötti kapcsolat; a determináns sorainak és oszlopainak függetlensége közti kapcsolat. [Az $n \times n$ -es lineáris egyenletrendszer megoldhatóságának szükséges és elégséges feltétele; annak lineáris algebrai jelentése. Egyszerű példák lineáris programozási feladatokra. A tárgyalt fogalmak, módszerek $n = 2$ és $n = 3$ esetben alkotják a törzsanyagot, az $n > 3$ esetek tárgyalása kiegészítő anyag.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Vektortér, mátrix, determináns, függetlenség, összefüggőség.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria	Órakeret 65 óra
Előzetes tudás	Tételek, távolság, szög, illeszkedés. Háromszögek, négyszögek, sokszögek tulajdonságai. Szerkesztések. A Pitagorasz-tétel és a Thalész-tétel ismerete. Transzformációk ismerete. Középponti és kerületi szögek tétele.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A geometriai szemlélet, látásmód fejlesztése. Transzformációk áttekintése. Szögfüggvények megismerése. Számítógép használata dinamikus szerkesztőprogramokkal.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A háromszög nevezetes pontjai, vonalai. Háromszög-egyenlőtlenség. A háromszögek szögeiről, oldalairól tanult tételek bizonyítása, alkalmazása számítási, szerkesztési és bizonyítási feladatokban. A háromszög középvonala tulajdonságainak, ill. a kerületi szögek tételének bizonyítása tengelyes tükrözések összetevésével. Euler-vonal és Feuerbach-kör. [Háromszög izogonális pontja.] [A háromszög további nevezetes pontjai és vonalai: Brocard-pontok, antiparallelek, Lemoine-pont, Nagel-pont.]		<i>Informatika:</i> geometriai szerkesztő program használata.
Az egybevágósági transzformációk folytatása. Tengelyes tükrözések összetétele; irányított szakaszok és szögek. Az egybevágósági transzformáció mint távolságtartó transzformáció. Forogás és eltolás mint kéttengelyes tükrözés összetétele. Héron-képlet. Érintőnégyzetek tétele („visszafelé” is).		

Az egybevágósági transzformációk összetétele; a sík [és a tér] egybevágóságainak osztályozása; összefoglalása. A sík minden egybevágósági transzformációja előáll három tengelyes tükrözés összetételeként [a tér minden egybevágósági transzformációja előáll négy síkra való tükrözés összetételeként; három tengelyes tükrözés összetétele csúsztatva tükrözés]. Az egybevágósági transzformációk csoportja. Alakzatok transzformációcsoportja. [Szabályos háromszög, négyzet, téglalap, szabályos tetraéder transzformációcsoportja; a sík egybevágósági transzformációinak csoportja.]	
A középpontos hasonlóság általános definíciója. Párhuzamos szelők tétele racionális arányra; a középpontos hasonlóság tulajdonságai. A trapéz tulajdonságai. Szögfelező-tétel a háromszögben; magasságtétel, befogótétel derékszögű háromszögben. Menelaosz és Ceva tétele. Hasonló sokszögek területének, hasonló testek térfogatának és felszínének aránya. Alakzatok egybevágósága és hasonlósága. [Pont körre, gömbre vonatkozó hatványa, hatványvonal.] A forgatványújtás. Aforgatványújtás tulajdonságai. [Ptolemaiosz tétele húrnégyszögekre és általában.] Inverzió [sztereografikus projekció].	
Trigonometriai alapismeretek A szögfüggvények vektorokkal. Szinusztétel. Koszinusztétel. A szögfüggvények addíciós tételei. Az ismert területképletek bizonyítása a terület általános fogalma alapján. Trigonometrikus területképletek. A trigonometria biztos ismerete. [Gömbi és síkgeometria összehasonlítása.]	
Kúpszeletek elemi tárgyalása. Ellipszis, hiperbola, parabola. [Tengelyes affinitás; tulajdonságai vektorokkal.]	
[Egyenlő oldalú és ortogonális tetraéder. Bennfoglaló paralelepipedon.] Tetraéder súlypontjának tulajdonságai [egyenlő oldalú tetraéder és ortogonális tetraéder tulajdonságai].	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Transzformáció, hasonlóság, inverzió, szögfüggvény, kúpszelet.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Analitikus geometria	Órakeret 30 óra
Előzetes tudás	A derékszögű koordináta-rendszer. Vektorok „empirikusan”.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A koordinátagometria erejének megértése, képesség a koordinátagometriai fogalmak használatára feladatok megoldásában, a szögfüggvények biztos ismerete és használata geometriai feladatokban, fizikai feladatokban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
A vektor, egységvektorok; $\cos \alpha$ és $\sin \alpha$ mint az \mathbf{i} vektor α szögű elforgatottjának koordinátái; $\operatorname{tg} \alpha$, $\operatorname{ctg} \alpha$ definíciója. Vektor skalárszorosának tulajdonságai.		<i>Fizika:</i> A skalárszorzat használata a definíciókban (munka,

<p>Nevezetes szögek szögfüggvényei; összefüggés α és $90^\circ - \alpha$ szögfüggvényei között. Szakaszt $m : n$ arányban osztó pontba mutató vektor.</p> <p>Az egyenes paraméteres vektoregyenlete.</p> <p>Egyenes koordinátageometriai egyenletei: tengelymetszetes, iránytangenses, egyenlete síkban, térben.</p> <p>A kör egyenlete síkban, a gömb egyenlete térben.</p> <p>a és b akkor és csak akkor merőleges, ha a + b és a - b egyenlő hosszú; a és b csak akkor egyenlő hosszú, ha a + b merőleges a - b-re. Tetraéder középvonalainak merőlegessége, egyenlősége vektorokkal, egyenlő oldalú és ortogonális tetraéder tulajdonságai vektorokkal.</p> <p>Egyszerű számításhoz feladatok szögfüggvényekkel.</p> <p>Skalárszorzat, vektoriális szorzat, vegyes szorzat alaptulajdonságai, kiszámolása a koordináta-rendszerben, alkalmazása feladatokban, bizonyításokban.</p> <p>A merőlegesség kifejezése skalárszorzattal.</p> <p>Az egyenes irányvektoros és normálvektoros egyenlete, normálegyenlete; pont és egyenes távolsága.</p> <p>A koordinátageometria alapfeladatai egyenessel és körrel, síkkal és gömbbel kapcsolatban.</p> <p>Addíciós tételek és következményeik. Ezek igazolása.</p> <p>Szögfüggvényes azonosságok.</p> <p>Koszínusztétel.</p> <p>Az egyenes egyenletrendszer térben. A kör érintőjének egyenlete.</p> <p>A háromszög koordinátageometriai (előjeles) területképlete.</p>	<p>stb.). Egyenes, kör egyenletének használata a mozgások leírásánál.</p> <p>Szögfüggvények alkalmazása a mechanikában, a hullámmozgásoknál stb.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Vektorok pontosabb definíciója, szögfüggvények definíciói.</p> <p>Alakzat egyenlete és egyenletrendszer.</p> <p>Egyenes, kör egyenlete.</p> <p>Skalárszorzat. Vektoriális szorzat. Vegyes szorzat.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Függvények, szemléletes analízis</p>	<p>Órakeret 65 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A függvény fogalma és az egyszerűbb elemi függvények. Ábrázolásuk a koordináta-rendszerben. Függvénytranszformációs tapasztalatok konkrét függvényeken.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Hatványozás és logaritmus azonosságainak használata feladatok megoldásában.</p> <p>A függvényvizsgálat fejlesztése. A végtelen sorozatokkal kapcsolatos szemléletmód kialakítása, az ilyen gondolkodásmód fejlesztése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p>Az $x \rightarrow \sqrt[n]{x}$ függvények, azonosságaik; a valós számokon értelmezett, valós értékű függvények. [Konkrét függvények esetén a különbségi hányados előjele és a monotonitás közti kapcsolat.]</p> <p>Az $x \rightarrow f(x)$ és az $x \rightarrow a \cdot f(bx + c) + d$ függvények grafikonjai közti</p>		<p><i>Fizika:</i> elemi függvények tulajdonságainak felhasználása a rezgőmozgásban, a</p>

<p>kapcsolat konkrét példákon; a tapasztalatok összegzése. Az $x \rightarrow \sqrt[n]{x}$ definíciójában felhasználjuk, hogy az $x \rightarrow x^n$ értékészlete milyen; az $x \rightarrow \sqrt[n]{x}$ függvény monotonitása.</p> <p>Számtani és mértani sorozat; jellemzőik.</p> <p>A számtani és mértani sorozat n-edik tagjára és az első n tag összegére vonatkozó képletek. A számtani és mértani, a harmonikus és a négyzetes közép közti egyenlőtlenség általános esetben (teljes indukció; a Riesz-féle bizonyítás).</p> <p>A periodikus tizedes törtek és a végtelen mértani sorok. A Fibonacci-sorozat n-edik tagjának explicit képlete; felezési eljárással megoldható feladatok; [példák korlátos és nem korlátos mértani sorokra; a „hópehelygörbe” területe véges, kerülete nem korlátos].</p> <p>A $\sum \frac{1}{n}$ nem korlátos, a $\sum \frac{1}{n^2}$ korlátos.</p> <p>A hatványozás és a logaritmus azonosságai. A hatványozás fogalmának kiterjesztése a permanenciaelv segítségével. Az azonosságok biztos használata.</p> <p>A hatványozás és a logaritmus azonosságoknak, valamint a trigonometrikus azonosságoknak a felhasználása egyenletek, egyenlőtlenségek megoldásában. Exponenciális, logaritmikus egyenletek, egyenlőtlenségek, egyenletrendszerek, paraméteres feladatok.</p> <p>[Példák fraktálokra; a Cantor-halmaz és tulajdonságai; konkrét függvények invertálása.]</p> <p>Például a $\text{ctg } x + \text{tg } x \geq 2$ egyenlőtlenség megoldása.</p> <p>Függvények vizsgálata elemi módszerekkel, alkalmazások. A konvexitás; a függvénygörbe „alatti” és „fölötti” tartomány. Gyenge (felezőpontbeli) konvexitás.</p> <p>A trigonometrikus függvények és inverzeik további tulajdonságai; gyenge konvexitásuk, konvexitásuk. Az exponenciális és a függvények vizsgálata.</p> <p>[Függvények konvexitásának jellemzése a különbségi hányados segítségével. Elemi függvények gyenge konvexitása. A számtani és a mértani közép közti egyenlőtlenség mint az exponenciális függvény konvexitásának következménye; hatványközepek és az x^a, $a \in \mathbf{R}$ függvény konvexitása.]</p> <p>A valós számok tulajdonságai.</p> <p>Sorozatok vizsgálata monotonitás, korlátosság szempontjából; konvergencia, végtelenbe divergálás szempontjából.</p> <p>Korlátos számhalmaznak van alsó és felső határa; monoton, korlátos sorozat konvergens; a konvergens sorozatok alaptulajdonságai; összeg, szorzat, hányados határértéke. Az e definíciója; az $(1 + \frac{1}{n})^n$ sorozat.</p> <p>Példák konvergens és divergens sorozatokra; rekurzióval definiált sorozatok konvergencia vizsgálata; az n^k, a^n, $n!$, n^n sorozatok összehasonlítása; [végtelen lánc törtek].</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Cantor és Dedekind.</p>	<p>mechanikában és az elektromosságban.</p> <p><i>Informatika:</i> Függvények számítógépes ábrázolása. Rekurzió és számítógépes ciklus.</p>
--	---

Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Monotonitás, szélsőérték, helyi szélsőérték, korlátosság, paritás. Periodicitás, monoton szakaszok, értékészlet, konvexitás-konkávitás. Arkhimédészi-axióma és Cantor-axióma, Dedekind-szelet. Monoton sorozat; korlátos sorozat; konvergens sorozat; a végtelenbe divergáló sorozat. Racionális és valós kitevőjű hatvány, a permanenciaelv. Végtelen mértani sor.</p>
------------------------------------	---

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Kombinatorika	Órakeret 45 óra
Előzetes tudás	Kombinatorikai alapeladatok. Permutáció, leszámolások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A kombinatorikai gondolkodásmód kialakítása, alkalmazása a matematika különböző ágaiban. A diszkréttség kihasználásának módjai (teljes indukció, van legnagyobb, legkisebb, legszélő elem; „véges sok lépésben véget ér”). A szitaformula megértése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A kombinatorikai alapeladatok rendszerezése. Binomiális- és polinomiális-tétel bizonyítása (kombinatorikai és algebrai bizonyítás). A Pascal-háromszög tulajdonságai (kombinatorikai és algebrai bizonyítás). A szitaformula. A szitaformula alkalmazása kombinatorikai és számelméleti feladatokban, a $\varphi(n)$ függvény kiszámítása a szitaformulával. $x_1 + x_2 + \dots + x_m = n$ egész megoldásai, ha a sorrend számít. Kombinatorikus megfontolások számelméleti és algebrai feladatokban. Kombinatorikus interpretációval igazolható azonosságok. Kombinatorikus geometriai feladatok (Erdős-Sylvester-tétel, egy síkban levő n pont által meghatározott háromszögeknek legalább 25%-a, 30%-a stb. derékszögű). Permutációk különböző felírási módjaival megoldható feladatok. Permutációcsoportok (testek egybevágóságai és gráfok automorfíája segítségével is). A kétszeres leszámolás módszere, kétszeres leszámolással igazolható azonosságok. Rekurzió és kombinatorika. [A Catalan-számok.] Állapotfüggvényes feladatok a kombinatorikában. Létezés bizonyítása az átlag segítségével.</p>		<p><i>Informatika:</i> Permutációk felsorolása. Kombinatorikus gondolatok alkalmazása a számítógépes grafikában.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Pascal-háromszög. Binomiális és polinomiális tétel. Ismétléses kombináció, variáció. Permutációk szorzása. Permutációcsoport.</p>	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Gráfelmélet	Órakeret 35 óra
Előzetes tudás	Gráf fogalma, csúcs, élszám és fokszám, összefüggésük.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az absztrakt gráfelméleti alapfogalmak (fa, összefüggőség, vágás, hídél, kromatikus szám) és tételek elsajátítása, alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Gráfokkal kapcsolatos egyszerű algoritmusok. (L. az algoritmusoknál is.) [Prüfer-kód.]</p> <p>A fa definícióinak ekvivalenciája, élszámára, szerkezetére, mini-max-tulajdonságára vonatkozó tételek. Fa élszáma. Az "úttal összekötve lenni" tranzitivitása. Összefüggő komponensekre bontás. Gráf vagy komplementere összefüggő. Az összefüggőség alkalmazása.</p> <p>Fa leghosszabb útjai, átmérője, középpontja(i) stb. [Összefüggés a fokszám és a magasság között.]</p> <p>Távolsággráf. Maximális fokszám \geq kromatikus szám (mohó algoritmus).</p> <p>Turán-tétel.</p> <p>Erdős-Szekeres-tétel, egyéb egyszerűbb Ramsey-típusú tételek. [Menger-tétel 2-re.]</p> <p>A mohó algoritmus szuboptimális független él- és pontrendszerek keresésére.</p> <p>Körmérvázak párosításai. Adott gráfban pontok közti legrövidebb, leghosszabb utak megkeresése algoritmussal. [4-reguláris gráfok 2-faktorokra bontása.]</p> <p>Hídélek, vágáshalmazok keresése.</p>		<p><i>Informatika:</i> Fák „ábrázolása”, hídélek. Úttervezés, közlekedéstervezés. Körmérváz-tervezés.</p> <p><i>Kémia:</i> molekulaszervezetek gráfja. Szénhidrátok jellemzése.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Út, kör, összefüggőség, komponens, fa, erdő. Fa mint minimális összefüggő és maximális körmentes gráf. Számozatlan és számozott fa. Faváz. Irányított Euler-vonal. Páros gráf. Gráfok izomorfiája. Kromatikus szám.</p> <p>Független él- és pontrendszer.</p> <p>Hídél, vágás.</p> <p>Reguláris gráf.</p>	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algoritmusok	Órakeret 25 óra
Előzetes tudás	Konkrét kétszemélyes determinisztikus játékok stratégiája; kiválasztási és rendezési algoritmusok; mohó algoritmusok alkalmazhatósága és korlátai; állapotfüggvényes okoskodások (a fogalom még nem).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Példák, amikor a mohó algoritmus ciklusba kerül, a mohó algoritmusszerű rossz bizonyítások felismerése. Keresési algoritmusok használata; méret figyelembevétele, csökkentése. Állapotfüggvény alkalmazása lépésszámra és elérhetőségre.	

	<p>A descentinfinie, az állapotfüggvény és a teljes indukció közötti kapcsolat tudatosítása.</p> <p>A „vegyük a legnagyobbat, legszélsőt” elv alkalmazása.</p> <p>Kombinatorikus geometriai, számelméleti és kombinatorikai feladatok megoldása diszkrét állapotfüggvény csökkentésével.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>A mohó algoritmus korlátainak és erejének megértése; algoritmus mérete, tervezése; [Buborék-algoritmus, quicksort], összefésülés, beszúrás stb. lépésszám és tárigény szerinti összehasonlítása. [Az euklideszi algoritmus és a prímfelbontással történő ln.k.o. meghatározás lépésszámának összehasonlítása.] Favázkeresés; szélességi és mélységi keresés.</p> <p>Bizonyítások algoritmizálása (pl. Reisz-féle bizonyítás $A \geq G$-re, intervallumpakolás).</p> <p>A feladat méretének végesítése konkrét példákon, pl. racionális gyökkeresésnél mint a feladat megoldásának garanciája (ennek jelentősége a számelméletben, kombinatorikában és általában diszkrét matematikában).</p> <p>Optimális [és szuboptimális] algoritmusok (pl. legnagyobb és legkisebb elem, n elemű halmaz rendezése, hátizsákfeladat, független élrendszer keresése, fedési feladat).</p> <p>Állapotfüggvény megtalálása, alkalmazása lépésszám-optimum garantálására, algoritmus helyességének bizonyítására.</p> <p>„Oroszlánfogással” megoldható feladatok.</p> <p>Konkrét példák arra, hogy egy algoritmus vagy megadja egy feladat megoldását, vagy megmutatja a megoldhatatlanság okát (pl. gráf 2-szinnel színezésének szokott algoritmus, gráf fesztítő fájának keresése, Euler-út keresése).</p>	<p><i>Informatika:</i> keresési algoritmusok, mohó algoritmusok, ciklus, algoritmus végetérésének garantálása állapotfüggvénnyel, hatékony algoritmusok; szélességi és mélységi keresés az informatikában, a hozzájuk tartozó adatstruktúra.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Mohó algoritmus. Favázkeresési módszer. Feladat mérete.</p> <p>Állapotfüggvény. Optimális és szuboptimális algoritmus. Oroszlánfogás.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Valószínűség-számítás, statisztika	Órakeret 40 óra
Előzetes tudás	<p>Kombinatorikus valószínűség egyszerű esetei; unió, komplementer valószínűsége; átlag, medián, módusz; egyszerű statisztikai adatok elemzése; táblázatok, grafikonok használata, gyakoriság, relatív gyakoriság. Százalékszámítás.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A valószínűség fogalmának megértése („nem tudásunk mértéke”); relatív gyakoriság és valószínűség, statisztika és modell különbsége; a modellalkotás folyamatának, szerepének megértése; a modellezés mint matematikai tevékenység; a valószínűségi eloszlás és a várható érték fogalmának, szerepének megértése; a szimmetriameggondolások helye, alkalmazhatósága, ennek határai; ismerkedés a valószínűségi meggondolások alkalmazásával, a játékelmélet alapjaival, ezek szerepének felismerése a mindennapokban és a tudományokban.</p>	

Ismeretek/fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>A valószínűség fogalmának megértése mint „nem tudásunk mértéke” (példa: miért és hogyan változik annak valószínűsége, hogy a második kártya piros, ha az első felfordítom?). Modellezés egyszerűbb esetekben és általában. Gyakorlati példák arra, hogy mikor melyik mutatóval célszerű jellemezni a számsokaságot. Konkrét eloszlásokban annak igazolása, hogy valóban eloszlásról van szó.</p> <p>Szimmetrikus eloszlások. A binomiális és hipergeometrikus eloszlás; ezek várható értékének kiszámítása (egyszerűbb, majd általános paraméterek mellett, algebrai és valószínűségi megfontolások alapján).</p> <p>Mikor van, mikor nincs szimmetria: kombinatorikus és szimmetrián alapuló (pl. várhatóértékes) feladatok megoldása.</p> <p>A várható érték tulajdonságai; összeadódnak (bizonyítás fakultatív).</p> <p>A feltételes valószínűség fogalmának alkalmazása konkrét feladatokban.</p> <p>Játékelmélet: a 2 x 2-es játék elemzése.</p>	<p><i>Biológia-egészségtan:</i> örökléstan.</p> <p><i>Fizika:</i> statisztikai modellek.</p> <p><i>Történelem, társadalmi és állampolgári ismeretek:</i> összefoglaló és részletes statisztikai adatok értékelése; játékelmélet.</p> <p><i>Informatika:</i> táblázatkezelő, adatbázis-kezelő program használata.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Elemi esemény, klasszikus valószínűségi modell. Eseménytér. Diszkrét valószínűségi változó és eloszlás. Binomiális eloszlás, hipergeometrikus eloszlás.</p> <p>Legvalószínűbb érték.</p> <p>Statisztikai mintavétel: visszatevéssel és anélkül. Modell.</p> <p>Várható érték.</p> <p>Független esemény. Feltételes valószínűség.</p> <p>Legjobb stratégia a játékelméletben.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei akét évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Halmazok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A halmazműveletek és tulajdonságaik ismerete. – Halmazok számossága fogalmának helyes értelmezése. – Annak bizonyítása, hogy a racionális számok megszámlálható, a valós számok kontinuum számosságú halmazt alkotnak. – Végtelen halmazok ekvivalenciájának ismerete. – A részhalmazok, ponthalmazok, logikai szita fogalmainak biztosabb tudása <p><i>Logika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Kétváltozós logikai műveletek és tulajdonságaik ismerete. – Relációk, ekvivalenciarelációk, rendezési relációk ismerete. – A halmazműveletek és a logikai műveletek összefüggésének ismerete. <p><i>Számelmélet</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A legnagyobb közös osztó előállítás az euklideszi algoritmustal. – Lineáris kétismeretlenes diofantikus egyenlet megoldása. – Számolás maradékosztályokkal, kongruenciák ismerete.
---	--

- A prímeekre vonatkozó tételek ismerete.
- Az Euler–Fermat- és a Wilson-tételek bizonyítása.
- Számelméleti függvények ismerete: δ és φ függvény.
- Rácsgeometriai problémák ismerete.

Aritmetika és algebra

- Másodfokú és arra visszavezethető egyenletek biztos megoldása.
- Viéte-formulák alkalmazása, paraméteres egyenletek, szélsőérték-feladatok, egyenlőtlenségek megoldása.
- n -edik gyök fogalma, gyökös, irracionális egyenletek, egyenlőtlenségek megoldása.
- Komplex számok ismerete.
- Harmadfokú egyenlet megoldása.
- Polinomok interpolációja, a Horner-elrendezés ismerete.
- Ismerkedés a csoport, gyűrű, test fogalmával konkrét példákkal.

Lineáris algebra

- Homogén lineáris egyenletrendszer, Gauss-elimináció ismerete.
- Determináns ismerete.
- Mátrixok és műveleteik ismerete, mátrix inverzének kiszámítása.
- Lineáris vektorterekkel való ismerkedés konkrét példákon keresztül.
- Összefüggőség és függetlenség ismerete.

Geometria

- Vektorok a koordináta-rendszerben, helyvektor, vektorkoordináták ismerete, skaláris és vektoriális szorzás.
- Kúpszeletek ismerete: ellipszis, hiperbola, parabola.
- Forgásszögek szögfüggvényeinek értelmezése, számolás szögfüggvényekkel. Szögfüggvények közötti összefüggések ismerete.
- Jártasság a háromszögek segítségével megoldható problémák önálló kezelésében, szinusztétel, koszinusztétel alkalmazása.
- Az egybevágósági transzformációk, azok szorzatának biztos ismerete.
- Hasonlóság ismerete. A szögfelező-, magasság- és befogó tételek bizonyítása. A Menelaos- és Ceva-tételek ismerete. Az Apollonius- kör ismerete.
- A háromszög geometriájáról tanultak bővítése, további nevezetes pontok, Euler-vonal, Feuerbach-kör ismerete.

Analitikus geometria

- A koordináta-geometriai fogalmak használata feladatok megoldásában.
- Az egyenes különféle egyenleteinek használata.
- Körre vonatkozó feladatok megoldása.
- Térbeli koordináta-geometria alapjainak ismerete (sík, egyenes, gömb egyenlete).

- Szögfüggvények biztos ismerete és használata geometriai és fizikai feladatokban.

Függvények, szemléletes analízis

- Hatványozás és logaritmus azonosságainak ismerete, használata feladatok megoldásában.
- A függvényekkel kapcsolatos fogalmak bővítése.
- Gyökfüggvények, trigonometrikus függvények, exponenciális és logaritmikus függvények ismerete.
- Képesség elemi függvények elemi vizsgálatára.
- A végtelen sorozat fogalmának, tulajdonságainak megértése, változatos példák ismerete sorozatokra.

Kombinatorika

- A kombinatorikai alapfeladatok rendszerezése.
- Binomiális és polinomiális tétel ismerete és használata.
- A szitaformula alkalmazása.
- Kombinatorikus megfontolások alkalmazása számelméleti, algebrai és geometriai feladatokban.
- Testek egybevágóságából, a gráfok automorfijából kapott permutációcsoportok és az általános fogalom ismerete.
- A kétszeres leszámolás módszerének alkalmazása.
- A rekurzió fogalmának biztos ismerete és alkalmazása.

Gráfelmélet

- Ismerje és jól alkalmazza a gráfokkal kapcsolatos egyszerű algoritmusokat: a legrövidebb, leghosszabb utakat és a favázkereső algoritmusokat.
- A fák fogalmának pontos ismerete és értése, alkalmazása az algoritmusoknál és a valószínűségi feladatoknál is.
- A Ramsey-típusú tételek jelentőségének értése, a skatulyaelvvel való összefüggésének felismerése, az egyszerűbb ilyen tételek ismerete.

Algoritmusok

- A mohó algoritmus fogalmának, erejének és korlátainak értése, keresési algoritmusok ismerete.
- Az adescenteinfinie, az állapotfüggvény és a teljes indukció közötti kapcsolatot értése.
- A „vegyük a legnagyobbat, legszélsőt” elvének alkalmazása feladatokban.
- Az állapotfüggvény fogalmának, széles körű alkalmazhatóságának elsajátítása.

Valószínűség-számítás, statisztika

- A relatív gyakoriság és valószínűség, statisztika és modell különbségének értése.
- A modellezés mint matematikai tevékenység ismerete.
- A valószínűségi eloszlás és a várható érték fogalmának,

	<p>szerepének megértése.</p> <ul style="list-style-type: none"> – A szimmetriameggondolások helyének, alkalmazhatóságának és azok határainak ismerete. – A játékelmélet alapjainak, valamint a mindennapokban és a tudományokban játszott szerepének értése.
--	--

11-12. évfolyam

A teljes óraszám 90%-ából fennmaradó 70 órát rendszerező összefoglalásra fordítjuk.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Halmazok	Órakeret 18 óra
Előzetes tudás	A halmazalgebra elemi fogalmai és műveletei. Számhalmazok és ponthalmazok. Példák számhalmazokra és ponthalmazokra. Halmazok ekvivalenciája. Megszámlálható és nem megszámlálható halmazok. A kontinuum számosság. A „tetszőlegesen sok” és a „végtelen sok” közti különbség.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Halmazelméleti szemléletmód fejlesztése. A fontosabb, mélyebb fogalmak ismerete, a matematika fejlődése szempontjából meghatározó ismeretek átadása; olyan példák, eljárások megismerése, amelyekkel sikerrel oldhatók meg a témakörbe tartozó feladatok.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Rendezett, jólrendezett és nem jólrendezett számhalmazok. A racionális számok halmaza nem jólrendezett. A racionális számok halmaza jólrendezhető (különböző típusú sorozatba rendezések). Példák különböző jólrendezett halmazokra.</p> <p>A számosságok körében a rendezés. Hatványhalmaz, a számosságok körében a kisebb fogalma. A számosságok körében értelmezett kisebb fogalom tulajdonságai; ekvivalenciatétel [bizonyítással]; Cantor-tétel; végtelen sok végtelen számosság van.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Kontinuumhipotézis.</p> <p>A Cantor-féle átlós módszer több konkrét alkalmazása [például az összes számítógépes algoritmusok halmaza megszámlálható, de nem rekurzív]; a Cantor-axióma alkalmazásával annak igazolása, hogy pl. a $[0;1]$ intervallum valós számai nem megszámlálhatók.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Georg Cantor munkássága.</p> <p>[Lexikografikus és antilexikografikus rendezés. Nyílt és zárt halmazok számossága. példák ω, ω^2, ω^ω típusú sorozatokra, a természetes számok véges sorozatainak lexikografikus, antilexikografikus rendezése.]</p>		<p><i>Filozófia:</i> Zénón paradoxonai. A halmazelmélet fejlődésének hatása a modern filozófiára.</p>

<p>[Végtelen gráfok, végtelen fák, végtelen utak. Végtelen fák és gráfok alkalmazása konkrét feladatokban; példa olyan végtelen fára, amelyben van tetszőlegesen hosszú út, de nincs végtelen hosszú út; König-lemma: ha egy végtelen fában minden „emelet” véges, akkor van végtelen hosszú út; Ramsey-tétel végtelen gráfokra.] [A végtelen Ramsey-tétel alkalmazása, pl. tetszőleges sorozatnak van (végtelen) monoton részsorozata.]</p> <p>[Halmaz belső, külső és határpontja, nyílt és zárt halmaz, halmaz lezárása, környezet.] Különböző példák a síkon és a térben nyílt és zárt halmazokra.</p> <p>Halmazelméleti antinómiák [a halmazelmélet axiómarendszerei].</p> <p>[Topologikus tér és altér, diszkrét topológia. Példák különböző egyszerű diszkrét topologikus terekre.]</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Hatványhalmaz, a számosságok körében a kisebb fogalma. Rendezett, jólrendezett és nem jólrendezett számhalmaz.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Logika</p>	<p>Órakeret 18 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Állítások; kétváltozós logikai műveletek és tulajdonságaik; relációk, ekvivalenciarelációk, rendezési relációk. Boole-algebra. Normálformák és alkalmazásaik.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A formális logika elmeinek megismerése. A bizonyítások és konstrukciók algoritmizálása. Az axiomatikus felépítés szükségességének, fontosságának megértése, egyszerűbb axiomatizálások végigkövetése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p><i>Bizonyítások és konstrukciók algoritmizálása.</i> [Összefüggések a rekurzió, az algoritmus fogalmának különböző matematikai alakjai között. Az algoritmussal való megoldhatóság korlátai. Példák algoritmussal megoldhatatlan problémákra.]</p> <p>[Különböző példák algoritmizálható „létezés” bizonyításokra (gráfelméletben, kombinatorikában, számelméletben).]</p> <p><i>Az axiomatikus módszer elemei.</i> [A Peano-axiómarendszer; a geometria egy axiómarendszere; a halmazelmélet. Zermelo–Fraenkel axiómarendszere.] A Bolyai-geometria egy modellje az euklideszi geometriában.</p> <p>[Az axiómák szerepének illusztrálására néhány egyszerű állítás levezetése a Peano-axiómákból, ill. a geometria axiómarendszerében.] Gödel nemteljességi tétele.</p>		<p><i>Filozófia:</i> Formális logika.</p> <p><i>Fizika; technika, életvitel és gyakorlat:</i> logikai áramkörök.</p>

<i>Matematikatörténet: Bourbaki.</i>	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Konstruktív és pusztán egzisztenciabizonyítás.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Számelmélet	Órakeret 27 óra
Előzetes tudás	Oszthatóság, kongruenciák, számelméleti függvények, diofantikus egyenletek megoldása, rácsgeometria elemei.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Problémamegoldás fejlesztése, az eddigi számelméleti ismeretek rendszerbe foglalása, a matematika néhány megoldatlan problémájának megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Elem rendje modulo m osztója $\varphi(m)$-nek. [Kvadratikus maradék, nemmaradék; lánc tört.] Kvadratikus kongruenciák megoldása prímmodulus esetén. A $4k + 1$ alakú prímekre az $x^2 + 1 \equiv 0 \pmod{p}$ kongruencia megoldható, a $4k - 1$ alakúakra nem.</p> <p>[Prímszámok számtani sorozatokban; kínai maradék tétel; Csebisev tétele; az n-nél kisebb prímek szorzatának becslése; lánc törték; Pell-egyenlet.]</p> <p>[Az n-nél kisebb prímek szorzatának becslése; Csebisev tétele; $\sum \frac{1}{p}$ divergens; Minkowski-tétel; Pell-egyenletek kapcsolata a lánc törtékkel.]</p> <p>A tanult tételek felhasználása változatos feladatokban; pl. végtelen sok $4k + 1$, $6k + 1$, $8k \pm 1$, $8k \pm 3$ alakú prím van. Diofantikus egyenletek megoldása becslések segítségével.</p> <p>Bizonyítás nélkül közölt érdekes eredmények a prímszámok eloszlásával kapcsolatban; sejtések, érdekességek. A felbonthatatlan és a prímtulajdonság kapcsolata. A számelmélet alaptétele [más gyűrűkben is].</p> <p>A számelmélet alaptételének bizonyítása [elemzés; példák más gyűrűkre, ahol a bizonyítás valamelyik lépése nem megy]. [Euler-egészek.] Prím azonos a felbonthatatlannal az egészek gyűrűjében. [A titkosírás alapjául szolgáló tétel.]</p> <p>Titkosírás. Prímtesztek.</p> <p>Számelmélet a Gauss-egészek körében.] [Számolás Gauss-egészekkel, a Gauss-prímek jellemzése.] Példák a prímtulajdonság és a felbonthatatlan tulajdonság kapcsolatára.</p>		<p><i>Fizika:</i> naptárak és lánc törték.</p> <p><i>Informatika:</i> titkosítás, nagy prímek keresése.</p>

Sok ismétlődő példa, ezen keresztül valósul meg a fogalmak ismétlése is. <i>Matematikatörténet:</i> Diofantosz „Aritmetiká”-ja; Pierre Fermat munkássága; Euler és a Szentpétervári Akadémia; Gauss, a matematika fejedelme; A titkosírás története az Ókortól az RSA-ig.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elem rendje mod m és primitív gyök. [Kvadratikus maradék, nemmaradék; láncört.] Felbonthatatlan; prím; [Gauss-egész, Gauss-prím; egység].

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algebra	Órakeret 36 óra
Előzetes tudás	Alapvető algebrai struktúrák megkülönböztetése; egész, racionális és komplex számok feletti polinomok, transzformáció-csoportok.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Algebrai struktúrák megkülönböztetése, műveletek általános vizsgálata, a geometriai szerkeszthetőség kérdéseinek általános megközelítése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>A permutációcsoportok. Csoportok, részcsoporthok, gyűrűk, testek (axiómákkal). [Jobb és bal oldali egységelem, inverzelem azonosságára vonatkozó tételek], egy elem hatványai által alkotott részcsoporth, [Lagrange-tétel]; S_n [és A_n] egyszerű tulajdonságai.</p> <p>[Test karakterisztikája; a legszűkebb p karakterisztikájú test; az elméletek axiomatikus felépítésének elemei. Véges nullosztómentes gyűrű test; gyökök és együtthatók közötti összefüggések tetszőleges test fölött, nullosztómentes gyűrűben; Csebisev-polinomok.]</p> <p>[Nemszerkeszthetőségi feladatok, pl. $\sqrt[3]{2}$ nem szerkeszthető euklideszi szerkesztéssel; 20° nem szerkeszthető.]</p> <p>További, változatos példák a tanult struktúrákra; [konkrét példában izomorfia igazolása és cáfolata]. [Az interpoláció felhasználása hatványok összegzésénél, kombinatorikában; példák gyűrű felett arra, hogy egy polinom fokszáma kisebb, mint a gyökök száma; a Csebisev-polinomok alkalmazása feladatokban.]</p> <p><i>Matematikatörténeti</i> érdekességek a nevezetes szerkeszthetőségi problémákról; eredmények (kockakettőzés, szögharmadolás, a szabályos 17-szög szerkesztése stb.).</p>		<p><i>Művészetek:</i> a szimmetria.</p> <p><i>Fizika:</i> a váltóáram leírása komplex számokkal.</p> <p><i>Fizika; technika, életvitel és gyakorlat:</i> a véges testek szerepe a CD-lemezen.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Algebrai struktúra. S_n . Részcsoporth; elem rendje; csoport, részcsoporth elemszáma; [mellékosztály; test karakterisztikája; szerkeszthetőség]. Izomorfia.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Lineáris algebra	Órakeret 23 óra
Előzetes tudás	A lineáris vektortér alapfogalmai és alkalmazásai; determinánsok; Gauss-elimináció.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Mátrixok használata, lineáris egyenletrendszerek megoldási módszereinek, lineáris programozás elemeinek megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>Műveletek mátrixokkal, mátrix rangja. A lineáris programozás elemei.</i> [Lineáris vektortér és lineáris egyenletrendszer tetszőleges test felett.]</p> <p>Az inverz mátrix szerepe lineáris egyenletrendszer megoldásánál. Cramer-szabály. Mátrix rangjának meghatározása. [A lineáris programozás alapfeladatának átírása lineáris algebrai fogalmakkal; a lineáris programozás alaptétele.]</p> <p>[A lineáris egyenletrendszer megoldásakor csak azt használtuk fel, hogy az együtthatók egy testből valók; lineáris vektortér tetszőleges test felett definiálható.]</p> <p>[Az $n > 3$ esetekre a tárgyalt módszerek, tételek kiegészítő anyagot jelentenek.]</p> <p>Kombinatorikai, számelméleti példák a lineáris algebra alkalmazására. Mátrixok szorzásának gráfelméleti alkalmazásai.</p> <p><i>Mátrixok és a lineáris algebrai alapismeretek összefoglalása.</i> A tanult módszerek, algoritmusok alkalmazása összetettebb feladatokban.</p>		<p><i>Informatika:</i> tömbök használata, folyamatvezérlés.</p> <p><i>Fizika:</i> Egyenletrendszerek áramkörök számításánál. A kvantummechanika sajátérték-problémája.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Mátrixok összeadása, kivonása, szorzása; négyzetes mátrix inverze; mátrix rangja. Lineáris programozás; konvex lineáris kombináció.	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Geometria	Órakeret 36 óra
Előzetes tudás	Az egybevágósági transzformációk, kerületi szögek, a trigonometria alapvető összefüggései.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Gondolkodási módszerek fejlesztése, ismerkedés az axiomatikus gondolkodással és építkezéssel, „új, más világok” megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A sík hasonlóságainak összefoglalása. A kör területe, az ellipszis területe. A kúpszeletek folytatása.</i> [A Bolyai-geometria elemei.] [A projektív geometria elemei.]</p>		<i>Filozófia:</i> a didaktikus gondolkodás.

<p>A sík hasonlósági transzformációinak jellemzése (egy egybevágósági transzformáció és egy forgatva nyújtás). Körbe írható maximális területű n-szög, kör köré írható minimális területű sokszög stb. A kör kerülete és területe, ellipszis területe (affinitással). [Az affinitás területaránytartó.] Dandelin-gömb; kúpszeletek főkörreire, vezérköreire és egyenesekre vonatkozó tételek, kúpszeletszerkesztések; körök (és egyenesek) közös érintőkörrei. [Vagy minden pontban Euklidesz axiómája igaz, vagy minden pontban Bolyai axiómája igaz. Az elválasztó tételek (pl. téglalap létezése, bármely három nem kollineáris ponton át húzható kör, van három kollineáris pont, amely egyenlő távol van egy egyenestől). Párhuzamossági szög, tetszőlegesen kisszögű szögtartományban van - mindkét szögszárral párhuzamos - egyenes.] [A párhuzamos vetítés affinitás, minden egyenesen osztóviszonytartó. A pontból való vetítés kettősvizonytartó. A projektív geometria alaptétele. Pascal tétele és Brianchon tétele.]</p> <p>A kúpszeletekkel kapcsolatos szerkesztési és bizonyítási feladatok. Az axiomatikus bizonyítási igény kialakításának kezdete, mi (lehet) axióma és mi tétel. Különböző geometriák belső összefüggéseinek és egymáshoz való viszonyának vizsgálata. (Ami az egyikben könnyű, a másikban nehéz, ami az egyikben van, az a másikban nincs.)</p> <p>További forgatványújtással megoldható szerkesztési és bizonyítási feladatok. Kúpszeletek szerkesztése; adott köröket, ill. egyeneseket érintő körök szerkesztése. [Egyszerű szerkesztési feladatok, amelyek pl. Bolyainál nehezek.] [A Fagnano-feladat, a magasságpont létezése hegyesszögű háromszögben abszolút.] [Pascal-tétel, Brianchon-tétel alkalmazása bizonyítási és szerkesztési feladatokban. Axiomatikus bizonyítások. A háromszög nevezetes körei.]</p> <p>A korábbi területfogalmak egységesítése. Ismétlés.</p> <p><i>A korábbi 5 év geometriaanyagának módszeres felépítése:</i></p> <p>Egybevágósági transzformációk, osztályozásuk (síkban és térben), összetételük, háromszögek nevezetes pontjai, vonalai; Thalész-tétel; kerületi szögek tétele; az egybevágóság alapesetei; a derékszögű háromszögre vonatkozó tételek; nevezetes négyszögek (paralelogramma, trapéz, deltoid, húr- és érintőnégyszög tételei), sokszögek; vektorok, hasonlósági transzformációk osztályozása és összetétele; a hasonlóság alapesetei; terület, a korábbi területfogalmak egységesítése a határozott integrál segítségével; a kör geometriája, húr-, szelőtétel, Ptolemaiosz-tétel; Menelaosz- és Ceva-tétel; szerkesztések; [gömbi, hiperbolikus és projektív geometria elemei].</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> A perspektíva és a festészet újjászületése a</p>	<p><i>Fizika:</i> Kúpszeletek és égi mechanika. Az axiomatikus gondolkodás szerepe. Dirac és a projektív geometria. Konjugáltság és indefinitbilinéaris formák, az általános relativitáselmélet tere.</p> <p><i>Művészetek:</i> A perspektíva. M.S. Escher művészete.</p> <p><i>Informatika:</i> a Geogebra szoftver használata.</p>
---	--

reneszánsz korában. A híres francia geométerek; Bolyai János élete és eredményei; axiomatikus gondolkodásmód Bolyai előtt és után. [A sík geometriájától a komplex projektív geometriáig.]	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Affin transzformáció, hasonlósági transzformáció, illeszkedéstartó transzformáció. Konvex alakzat területe (beírt sokszögekkel), kerülete. Kúpszelet főköre, vezérköre és vezéregyenese. A kúp síkmetszetei. Axióma, a párhuzamossági axióma Euklidesznél és Bolyainál. Elválasztó tétel. Távolságvonal [és távolságfelület], paraciklus [és paraszféra]. Osztóviszony, kettősviszony. [A projektív sík (és a gömb), a dualitás elve. Harmonikus pontnégyes, négyszögpont.]

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Analitikus geometria	Órakeret 27 óra
Előzetes tudás	Az alapvető mértani helyekre vonatkozó tételek, trigonometriai összefüggések, a másodfokú egyenlet megoldása, paraméteres egyenletek kezelése, az alapalakzatok egyenlete koordinátageometriában.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A konkrét fizikai tértől való elvonatkoztatás, a paraméterter, az alakzatok absztrakt terének megértése, kezelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Apollóniosz-kör tétele. [Egyenes- és körsorok. A projektív geometria analitikusan.]</p> <p><i>Kúpszeletek analitikus geometriája.</i> A kúpszeletek analitikus jellemzése. [Az elforgatott alakzatok jellemzése.]</p> <p>Analitikus geometria alkalmazása mértani helyek keresésénél és bizonyítási feladatoknál. Pontra és tengelyre való tükröképek egyenlete. Szögfelező egyenlete. A kúpszeletek tulajdonságainak analitikus bizonyítása.</p> <p>Szerkesztési feladatok megoldása analitikus geometriával.</p> <p><i>Az analitikus geometriai ismeretek rendszerezése</i></p> <p>Alakzat egyenlete, az egyenes, kör, kúpszelet különböző egyenletei. A gömb, a sík és a térbeli egyenes egyenlete. Analitikus geometria alkalmazása bizonyításokban és szerkesztésekben. Terület-, térfogatképlet (vegyes szorzat); egyenes és pont távolsága, egyszerű tükrözési feladatok kiszámítása.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Apollóniusz „Kóniká”-ja; Aszümptomáktól a homogén koordinátáig – Apollóniosz, Descartes, Plücker.</p>		<p><i>Fizika:</i> Erővonalak és ekvipotenciális felületek, ortogonális trajektóriák.</p> <p>Vegyes szorzat az elektromágneses térben. A 3-nál több dimenzió kezelése.</p> <p><i>Technika, életvitel és gyakorlat:</i> a 3D ábrázolás.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Apollóniosz-kör; [hatványvonal analitikus geometriával; egyenes- és körsor; homogén koordináta].	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Függvények, analízis, a topológia elemei	Órakeret 68 óra
Előzetes tudás	A másodfokú, reciprok és gyökfüggvények ábrázolása, függvénytranszformációk kezelése, sorozat határértékének fogalma és alkalmazása feladatok megoldásában, mértani sorozat ismerete, koordinátageometriai alapismeretek, konvexitás geometriai feladatokban és a fent említett függvények esetén.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egyváltozós függvények elemzése, teljes függvényvizsgálat, az analízis eszközeinek alkalmazása gyakorlati, ill. más tudományágakból származó feladatokban.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p>Az $\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{R}$ típusú függvények határértéke, folytonossága, differenciálhatósága; alkalmazások: A ponthalmazok elméletének elemei.</p> <p>[Cauchy-féle konvergencia kritérium.] A függvényhatárérték (folytonosság) „sorozatos” és „környezetes” definícióinak ekvivalenciája. A folytonosság és a szakadási helyek. Folytonos függvények alaptulajdonságai [bizonyítással]. [Kétváltozós és komplex függvények folytonosságával, határértékével kapcsolatos alaptulajdonságok.] Differenciálási szabályok. Középtérték tételek. Monotonitás, szélsőérték, helyi szélsőérték, konvexitás vizsgálata az első és második deriváltfüggvénnyel. Az elemi függvények folytonossága, differenciálhatósága; deriváltja; ezek felhasználásával tulajdonságaik. [Monoton függvénynek megszámlálhatóan sok szakadási helye van. Kétváltozós függvények, egyszerűbb komplex függvények folytonossága. Parciális derivált és geometriai jelentése.] [Taylor-formula.]</p> <p>Nyílt és különböző definícióinak ekvivalenciája; nyílt halmazok; zárt halmazok uniója, metszete.</p> <p>Sorozatok és függvények (véges és végtelen) határértékének meghatározása (az $(1 + \frac{x}{n})^n$ és $(1+x_n)^{\frac{1}{x_n}}$, $x_n \rightarrow 0$) típusú határértékek; az „1^{végtelen}”, „$\frac{0}{0}$”, „0·végtelen”, „$\frac{\text{végtelen}}{\text{végtelen}}$” típusú határértékek kiszámítása). Függvények folytonosságának megállapítása. A deriválási szabályok alkalmazása; teljes függvényvizsgálat; szélsőérték-feladatok, szöveges feladatok megoldása is (a megfelelő analízisbeli modell megtalálása). [Paraméteres, polárkoordinátákkal adott görbék vizsgálata.]</p> <p><i>Végtelen sorok [abszolút és feltételesen konvergens sorok; az elemi függvények sorfejtése, Taylor-sorok]. Az inverz függvény differenciálása. Határozott és határozatlan integrál és alkalmazásai. [Példák differenciálegyenletekre és megoldásukra]:</i></p> <p>Terület, térfogat, ívhossz, forgásfelület felszíne, súlypont, tehetetlenségi nyomaték. [Nullmértékű halmaz; sehol nem sűrű; mindenütt sűrű halmaz.]</p>		<p><i>Fizika:</i> Pillanatnyi sebesség és derivált, munka és integrál, Newton és a differenciálegyenletek stb. Hatványsorok és közelítő képletek.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> populációdinamikai modellek.</p> <p><i>Informatika:</i> függvények ábrázolása számítógéppel (Geogebra v. Derive v. Maple).</p>

<p>A felosztás finomításával az alsó összeg nem csökken, a felső összeg nem nő; a határozott integrál létezésének szükséges feltételei; elégséges feltételei. Folytonos függvény integrálja mint a felső határ függvénye differenciálható. A Newton-Leibniz-formula. Az integrálszámítás középértéktétele. [Taylor-sor konvergenciájának feltétele; az elemi függvények sorbafejtése.] Az ívhossz létezésének elégséges feltétele; [paraméteres, polárkoordinátás alakban adott görbe által határolt tartomány területe; a görbe ívhossza]. [Megszámlálható sok nullmértékű halmaz egyesítése nullmértékű; nyílt halmaz felbontható megszámlálható sok diszjunkt nyílt intervallum egyesítésére.]</p> <p>A trigonometrikus függvények inverzeinek deriválása; az integrálás technikája (parciális integrálás; helyettesítéssel való integrálás; parciális törtekre bontás). [Szétválasztható változójú és lineáris elsőrendű differenciálegyenletek megoldása; $\frac{1}{1-x}$, $\sin x$, $\cos x$, e^x Taylor sora.]</p> <p>Példák az integrál geometriai, fizikai, kémiai és más alkalmazásaira.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> Newton és Leibnitz, Európa tanítói: a Bernoulliak, küzdelem a precizitással: Cauchy és Abel.</p>	
---	--

Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Konvergens síkbeli és térbeli pontsorozat; komplex számsorozat határértéke. Cauchy-féle konvergencia-kritérium. $\mathbf{R} \rightarrow \mathbf{R}$ típusú függvények határértéke, folytonossága; összeg, különbség, szorzat, hányados határértéke, folytonossága; közvetett függvény; jobb és bal oldali határérték; szakadási hely.</p> <p>A végtelenben vett határérték, a végtelen mint határérték.</p> <p>Az elemi függvények folytonossága. Zárt intervallumon folytonos függvény; Darboux-tulajdonság. „Patologikus függvény”. Függvény grafikonjának érintője; a differenciálhányados. Többször differenciálható függvény. Belső, külső és határpont, torlódási pont, nyílt halmaz, zárt halmaz.</p> <p>Inverz függvény deriváltja. Felosztás, felosztássorozat, finomítás, alsó és felső összeg, közelítő összeg, határozott integrál. Primitív függvény, határozatlan integrál.</p>
------------------------------------	---

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Gráfelmélet	Órakeret 27 óra
Előzetes tudás	Euler-út és -kör létezésének feltétele, a fa fogalma, algoritmusok készítésének gyakorlata, algoritmus lépésszámának fogalma.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Tapasztalatszerzés konkrét gráfokkal és algoritmusok elemzése tetszőleges gráfra.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
Hamilton-kör. Síkbarajzolható gráfok. Utazó ügynök: Dirac tétele Hamilton-kör létezésére. Síkbarajzolható gráfok		<i>Informatika:</i> algoritmusok az

<p>élszámának maximuma. Euler-féle poliédertétel. [Ötszintétel. Gömbre rajzolható gráfok.] Az utazó ügynök (minimális költségű faváz keresése az optimista és a lusta vállalkozó mohó algoritmusával). Az utazó ügynökével rokon, de mohó algoritmussal nem megoldható feladatok.</p> <p>Hamilton-kör keresése. Példák síkbarajzolható és nem síkbarajzolható gráfokra. [Alsó és felső becslés G és komplementerének kromatikus számának összegére.]</p> <p><i>Páros gráfokra vonatkozó tételek és algoritmusok:</i> [König-tétel (teljes párosításra), Hall-tétel, Frobenius-tétel. König-tétel ekvivalensei: páros gráfban minimális lefogó pontrendszer és maximális független élrendszer keresése mint komplementer feladatok, ugyanígy minimális lefedő élrendszer és független maximális pontrendszer keresése. Hasonló komplementer-feladatok korábbról (Euler-kör, páros gráf színezése, összefüggőség, faváz keresése).]</p> <p>[Páros gráfokra, reguláris páros gráfokra vonatkozó feladatok. Reguláris páros gráfban van teljes párosítás, egyfaktorok uniója.] [Leszámolási feladatok: Erdős P. Ramsey-ellenpéldája.] [Menger-tétel.]</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> XX. századi magyar eredmények a gráfelméletben. A négyszín-tétel: az első számítógépes bizonyítás.</p>	<p>informatikában.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Páros gráf, párosítás, reguláris gráf, kromatikus szám, egyfaktor, Hamilton kör, síkbarajzolható gráf, utazó ügynök; teljes párosítás, reprezentáns rendszer; lefogó pontrendszer, lefedő élrendszer. König-feltétel.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Algoritmusok	Órakeret 36 óra
<p>Előzetes tudás</p>	<p>A gráf fogalma, fagráf, esetek összeszámolása fagráffal, függvények növekedésének összehasonlítása (határérték-számítás).</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>Új és korábbról ismert problémák algoritmikus megközelítése, algoritmusok írása, lépésszám becslése.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>		<p>Kapcsolódási pontok</p>
<p><i>Fák, gráfok tárolása. Gráfelméleti, kombinatorikai, számelméleti, algebrai algoritmusok elemzése:</i> [Az ismert szorzási algoritmusnál van gyorsabb szorzási algoritmus: Karacuba módszere.] [A König-tétel és a König-féle „alternáló utak” módszere.]</p> <p>További példák lépésszámbecslésekre: további (gráfelméleti, kombinatorikus geometriai) példák. Lineáris egyenletrendszer</p>		<p><i>Fizika, kémia, biológia-egészségtan:</i> Lineáris egyenletrendszerek a természettudományokban. Közelítő algoritmikus módszerek a</p>

<p>megoldásának algoritmizálása, [a pontos megoldás ingadozásai, az algoritmusnak a gép végességéből adódó „hibái”]. [A kínai maradéktétel algoritmizálása. Minimális költségű faváz keresése mohó algoritmusmal. A hozzá tartozó „erősebb győz” adatstruktúra, az algoritmus lépésszáma.]</p> <p><i>Polinomiális, nem polinomiális algoritmusok. Az alapvető algoritmusok rendszerező ismételése:</i> [Példák univerzális kereső feladatokra, a kielégíthetőségi probléma.] Az alapműveletek elvégzésének szokásos algoritmusai polinomiális, az alapvető algoritmusok ismételése, elemzése. [Az euklideszi algoritmus polinomiális, a prímtényezőkre bontás lassú. Gyorsszorítás: ismertetés.]</p> <p>A megismert fontosabb algoritmusok vizsgálata: melyik polinomiális.</p> <p><i>Matematikatörténet:</i> A Gödel-tétel hatása. Milleneumi problémák.</p>	<p>természettudományos előrejelzésekben.</p> <p><i>Filozófia:</i> az algoritmizálhatóság korlátai, Gödel nem teljességi tétele.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Fák tárolási módjai. Gráfok tárolási módjai. Szomszédsági mátrix, [körmátrix], [Prüfer-kód]. [„Az alternáló utak” algoritmus páros gráfban.] Polinomiális és nem polinomiális algoritmus, algoritmizálhatóság. [NP-teljes probléma.]</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Valószínűség-számítás, statisztika	Órakeret 36 óra
Előzetes tudás	A várható érték és a feltételes valószínűség fogalma, a binomiális, hipergeometrikus és geometriai eloszlás.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A valószínűség-számítás elvi alapjainak megértése; a szórás fogalmának gyakorlati alkalmazásai, a nagy számok törvényének megértése, alkalmazása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		Kapcsolódási pontok
<p><i>A geometriai valószínűség. Bayes-tétel. [Markov-láncok.] Szórás:</i> Teljes valószínűség tétele; Bayes-tétel. [A Markov-láncokhoz tartozó lineáris egyenletrendszerek. A Markov-láncok valószínűségei és várható lépésszámai.] Az ismert eloszlások szórása.</p> <p>Feladatok megoldása a teljes valószínűség tételével és Bayes-tétellel (annak tisztázása, hogy miért nem lehet egyszerűbben). [Markov-láncok felírása (az állapotok jó választása) és a megfelelő valószínűségek kiszámítása.] Bolyongási feladatok megoldása. A várható érték felhasználása pozitív értékű valószínűségi változónál a valószínűség becslésére (a nagy számok törvényének előkészítése). Geometriai valószínűséggel megoldható feladatok.</p> <p><i>A nagy számok törvénye; Markov-egyenlőtlenség. Ismétlés:</i> Markov-egyenlőtlenség. A nagy számok törvénye.</p>		<p><i>Fizika:</i> Statisztikus fizika. A tehetetlenségi nyomaték és a szórás mint rokon fogalmak.</p> <p><i>Biológia-egészségtan:</i> valószínűség-számítás. Monte-Carlo-módszer. Egyedszámbecslések.</p>

<p>Ismétlés: a valószínűség tulajdonságai mint az az érték, amelytől legkisebb a négyzetes eltérés, szórás; az egyszerű várható értékek és szórások.</p> <p>Valószínűség becslése a szórás segítségével. Szimmetria-megfontolások és kombinatorikus módszerek alkalmazása a valószínűség kiszámítására. Visszatevéses és visszatevés nélküli feladatok. (Ismétlés.) [Integrál felhasználása a valószínűség-számításban.]</p> <p><i>Matematikatörténet: A földméréstől a mértékelméletig.</i></p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Geometriai valószínűség. Teljes eseményrendszer. Valószínűségi mező. Valószínűségi változó, várható érték, szórás. A nagy számok törvénye.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p><i>Halmazok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Számossággal kapcsolatos ismeretek áttekintése. – Halmazok rendezése. – Nyílt és zárt halmazok. – Kapcsolódó problémák ismerete, eljárások, módszerek önálló alkalmazása. <p><i>Logika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Bizonyítások és konstrukciók algoritmizálása. – Az axiomatikus módszer elemeinek megismerése. – A Bolyai geometria modellezése. – A halmazelmélet axiómarendszerének ismerete. <p><i>Számelmélet</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Prím és felbonthatatlan szám kapcsolatának ismerete különféle gyűrűkben. – Különféle prímek számának ismerete. – Diofantikus egyenletek megoldása. – Nevezetes tételek, sejtések ismerete. <p><i>Algebra</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Csoportok, más algebrai struktúrák ismerete. – Permutációcsoportok ismerete. – Polinomok tetszőleges test felett ismerete. – A szerkeszthetőség általánosabb megközelítése. – Nevezetes problémák, eredmények megismerése. <p><i>Lineáris algebra</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Mátrixok használata. – Lineáris egyenletrendszerek megoldási módszereinek ismerete. – A lineáris programozás elemeinek ismerete. <p><i>Geometria</i></p>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> – A sík hasonlóságainak rendszerezése. – A terület pontos fogalmának kialakítása. – Kúpszeletek elemi felépítése. – A projektív geometriai fogalmainak, fontosabb alapvetéseinek megismerése. – A Bolyai-geometria elemei. <p><i>Analitikus geometria</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Kúpszeletek analitikus geometriájának megismerése. – Analitikus geometriai eszközök hatékony kezelése feladatok megoldásában. <p><i>Függvények, analízis, topológia elemei</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Egyváltozós függvények elemzése, teljes függvényvizsgálat. – Határozott és határozatlan integrál és alkalmazásai. – Az analízis eszközeinek alkalmazása gyakorlati, ill. más tudományágakból származó feladatokban. <p><i>Gráfelmélet</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Fontosabb gráfelméleti fogalmak, tételek biztonságos használata. – Páros gráfokra vonatkozó ismeretek megszerzése. – Gráfokra vonatkozó ismeretek rendszerezése. <p><i>Algoritmusok</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Új és korábbról ismert problémák algoritmikus megközelítése, algoritmusok írása, lépésszám becslése. <p><i>Valószínűség-számítás, statisztika</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A valószínűség-számítás elvi alapjainak megértése. – A szórás fogalmának gyakorlati alkalmazásai. – A nagy számok törvényének megértése, alkalmazása. <p>A matematikai tanulmányok végére a tanulók tudjanak önállóan megoldani matematikai problémákat. Kombinatív gondolkodásuk fejlődésének eredményeként legyenek képesek többféle módon megoldani matematikai feladatokat. Fejlődjön a bizonyítási, diszkussziós igényük olyan szintre, hogy döntési helyzetekben tudjanak reálisan dönteni (pl. gazdasági, pénzügyi kérdésekben). Feladatmegoldásokban rendszeresen használják a számológépet, elektronikus eszközöket. Tudjanak a síkban, térben tájékozódni, az ilyen témájú feladatok megoldásához célszerű ábrákat készíteni. A feladatmegoldások során használják helyesen a tanult matematikai szakkifejezéseket, jelöléseket. A tanulók váljanak képessé a pontos, kitartó, fegyelmezett munkára, törekedjenek az önellenőrzésre, legyenek képesek várható eredmények becslésére. A helyes érvelésre szoktatással a tanulók rendelkezzenek megfelelő</p>
--	---

	kommunikációs készséggel. Rendelkezzenek alapvető matematikai kultúrtörténeti ismeretekkel, ismerjék a legnagyobb matematikusok felfedezéseit, legyen rálátásuk a magyar matematikusok eredményeire.
--	---