

AKTÍV ALTERNATÍVÁK KLUBFOGLALKOZÁS

A FOGLALKOZÁS TÉMAKÖRE:

A lakosság rendszeres testmozgását elősegítő szabadidős programok megvalósítása, melyek hangsúlyt helyeznek az energiaegyensúlyra

A FOGLALKOZÁS RÉSZLETES LEÍRÁSA

Cél:

A foglalkozás lehetőséget nyújt az újszerű – multidiszciplináris szemléletű – rekreáció elméleti gondolkodás és gyakorlati megvalósítás alapjainak megismerésére, felöleli a témával kapcsolatos legismertebb elméleti koncepciókat és megvalósítási szintereket, bemutatja a rekreációs tevékenységek végzéséhez szükséges módszertani lehetőségeket.

Feldolgozott témakörök:

- A rekreáció helye a társadalomban és az egyén életében;
- A rekreáció elmélete és a kapcsolódó fogalom magyarázatok;
- A rekreációs tevékenységek felosztása, rendszerelméletének bemutatása;
- A tökéletes közérzet programjának bemutatása
- Különböző lakossági rétegek és csoportok rekreációja;
- Rekreációs programok szervezése, módszertana és lebonyolításuk;
- Mozgásos (fizikai) rekreáció területeinek megismerése.
- Az életmód, szabadidő, rekreáció aktuális kérdései
- Iskolások és a szabadidő
- A testkultúra szerepe a gyermek életében
- A néphagyomány ápolásának lehetősége az iskola szabadidős tevékenységeiben
- A szabadidő és a művelődés kapcsolata. A szabadidő szerepe a kultúrában. A szabadidő megválasztását befolyásoló tényezők
- Az iskolai szabadidő-szervező feladatai, kötelezettségei
- A rendezvényszervezés folyamata (tervezés, szervezés, lebonyolítás, utómunka)
- Az iskolai gyermekrendezvények szervezésének sajátosságai
- A rendezvényszervezés alapkérdései, dokumentumai
- A játékpedagógia tartalma, helye a tantárgyak rendszerében
- Játéktörténet neveléstörténeti összefüggésekben
- A játékra vonatkozó pedagógiai-pszichológiai elméletek
- A játék fogalma és értelmezése. A játékok osztályozása, fajtái
- A játéktevékenység fejlődése a különböző életkori szakaszokban (csecsemőkor, kisgyermekkor, óvodáskor, kisiskoláskor, prepubertás, pubertás, ifjúkor, felnőttkor)

Módszerek:

- Gyakorlati foglalkozás
- Elméleti foglalkozás

Kompetenciák:

- A foglalkozások során a résztvevők elsajátítják a hagyományos és az újszerű konkrétan a fiatal felnőtt korcsoport körében szervezendő rekreációs és sportprogramok programszervezési ismereteit.
- A foglalkozásokon való részvételt követően képesek lesznek saját és tágabb közegben



önállóan és csoportban konkrétan az ifjúsági korcsoportot megcélzó mozgásos programok szervezésére.

Követelmény:

- Rendszeres jelenlét
- Aktív, motivált együttműködés
- Otthoni gyakorlatok vállalása és teljesítése
- A gyakorlatokról beszámoló kiscsoportban minden foglalkozási alkalommal

Értékelés:

- A foglalkozáson való részvétel alapján egyénileg.

Ajánlott olvasmányok:

1. Losonci Ágnes: Ártó - védő társadalom 1989.
2. Miltényi Márta - Monspart Sarolta (1990): A futás csodálatos világa.
3. Pásztory Attila - Rákos Etelka (1992): Iskolai és népi játékok.
4. Iglói László - Barati Krisztina (1994): Egészségesebb nemzedéket 2000- re.
5. Fehérné Mérey Ildikó (2006): Mérd magad!