

ENTERTRAINER PORTFOLIO



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**JUDO
SCHOOLS**



Erasmus+ Sport programme
SCP - Collaborative Partnerships

SCHOOLJUDO.EU:
A EU-Wide Primary School Ecosystem for the Judo Teaching
Grant Agreement No. 623019-EPP-1-2020-1-HU-SPO-SCP

Előszó

Kedves Entertrainer,

Az IJF elnöke, Marius Vizer úr nevében szeretném megragadni az alkalmat, hogy megköszönjem részvételét az Erasmus+ projektben és a hozzá tartozó próba projektben. Úgy vélem, mindannyian hisszük, hogy a judo révén lehetőségünk adódik arra, hogy a gyermekeket az élet fontos készségeire neveljük, formáljuk és tanítsuk.

Judoórákat adni az iskolákban, és átadni a tapasztalatokat a következő generációnak csodálatos érzés. Entertrainerként pedagógiailag támogatja a gyermekeket, és segít nekik abban, hogy kiegyensúlyozott egyénekké váljanak. Ez egy felelősségteljes, de egyben örömteli feladat is.

A projekt célja, hogy lássuk, hogyan tudjuk még jobban kihasználni a cselgáncs fontos értékeit. Önnel és szakértelmével együtt a cselgáncsórákat Schooljudo.eu leckékké szeretnénk alakítani. Elméleti keret és filozófia alapján szeretnénk még jobban összekapcsolni az értékeket a sportunkkal, bizonyítva, hogy a judo szó szerint többet jelent egy sportnál. Segítünk a gyermekeknek, hogy mentálisan és fizikailag erősebbek legyenek. Bajnokok az életben.

A cselgáncstanár -vagy ahogy mi hívjuk, Entertrainer- szerepe az, hogy hangsúlyozza az értékeket, és még inkább összekapcsolja őket a judo technikákkal, oly módon, hogy az szórakoztató és izgalmas legyen.

A legjobbakat kívánom a próbaprojektekhez! Remélem, hamarosan találkozunk.

Tisztelettel,
Ruben Houkes

2007 Világbajnok
2008 Olimpiai bronzérmes
Schooljudo Hollandiai társalapítója
IJF Judo for Children bizottság vezetője



FELKÉSZÜLÉSI HETEK

- 1 Tanulmányozza a kézikönyvet a Rise 360-ban, és nézze meg a filmeket. *14 / 18 feb*
- 2 Entertrainer nemzetközi projektmeeting. *23 / 24 feb*
- 3 Skills4life által kiadott házi feladat és visszajelzés. *28 feb / 4 márc*
- 4 O. lecke *28 feb / 4 márc*

PRÓBAPROJEKT HETEK *Kezdés a 10. héttől március 7*

1. héttől - 12. hétig - 07-03-22 - 27-05-22

A 4. hét az a hét, amikor online találkozunk. Beszélgetünk a tapasztalatokról, és tippeket vagy visszajelzést adhatnak egymásnak.

ZÁRÁS

Próbaprojekt kiértékelése

Tartalom

Próbaprojektet megelőzően	5
Entertrainer workshop	6
Házifeladat	8
0. lecke	11
Felkészítés az óravázlat használatára	16
1. lecke – Bizalom 1	17
2. lecke – Bizalom 2	22
3. lecke – Együttműködés	27
4. hét – Együttműködés	31
5. hét – Tisztelet	35
6. hét – Tisztelet	39
7. hét – Önkontroll	43
8. hét – Önkontroll	47
9. hét – Reziliencia	51
10. hét – Reziliencia	55
11. hét – Fegyelem	59
12. hét – Fegyelem	63
Záró értékelés	67
Biztonsági szabályok	70
Értékposzter	72
Entertrainer kézikönyv	73
Oktatási csomag	94

Próbaprojektet megelőzően

Látogasson el a Rise360 weboldalára, olvassa el, tanulmányozza át és nézze meg az összes információt.

A judo tanártól az Entertrainerig

Az angol entertrainer szó két szó keveréke: szórakoztató és oktató. Mivel a szórakozás a Schooljudo.eu összes tevékenységének központi koncepciója, szerettük volna ezt egy professzionális elnevezés formájában rögzíteni. A hatékony tanulás tervezésekor az Entertrainer feladata, hogy olyan tanulási eseményeket és tapasztalatokat hozzon létre, amelyek lehetővé teszik a gyermekek számára, hogy biztonságos környezetben új készségeket vagy ismereteket szerezzenek.

Természetesen annak érdekében, hogy az iskolán belüli értékeket a gyerekek felé megfelelően tudjuk közvetíteni, fontos, hogy ezeket mi is magunkévá tegyük és sugározni tudjuk. A gyerekek sokat tanulnak megfigyeléssel, így elengedhetetlen, hogy megfelelő példát mutassunk. Az alábbiakban megtalálja az Entertrainers magatartási kódexét.

1. Bizalom:

Az Entertrainerben meg lehet bízni, betartja ígéreteit.

2. Együttműködik:

Az Entertrainer tudja, hogyan dolgozzon együtt a gyerekekkel és az iskolai személyzettel, és erre mindig hajlandó.

3. Tisztelet:

Az Entertrainer tisztel másokat, méltósággal és tisztelettel bánik velük.

4. Önkontroll:

Az Entertrainer mentálisan kiegyensúlyozott, nem hagyja, hogy érzelmei irányítsák.

5. Reziliencia:

Az Entertrainer mer korlátokat szabni, de ott van mások számára..

6. Fegyelem:

Az Entertrainer mindig jobb akar lenni, mint tegnap, és segít másoknak is, hogy ugyanezt tegyék.

7. Öröm:

Az Entertrainer elsősorban örömtelivé teszi a tanulást. A szórakozás az átfogó érték a Schooljudo.eu programban és a HiRO-ban. Ez a program katalizátor. A gyerekek akkor tanulnak a legjobban, ha az szórakoztató számukra. Entertrainerként nagy szerepe van az örömszerzésben, azért is alakult ki az Entertrainer elnevezés.

A judo programtól a Schooljudo.eu programig

A meglévő judo programot alakítjuk át Schooljudo.eu programmá. Ezt elméleti és gyakorlati szempontok, például építőelemek hozzáadásával tesszük.

Ennek a portfóliónak a mellékletében megtalálja az összes olyan információt, amely ahhoz szükséges, hogy az oktatótól az Entertrainerig és a judo programtól a Schooljudo.eu programig eljusson.

1. Entertrainer kézikönyv
2. Oktatási csomag
3. Értékposzter
4. Link filmekhez

Entertrainer Workshop február 23-24.

Jegyzetek

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal blue lines across its entire width. The lines are thin and consistent in color, set against a plain white background. There are no margins, text, or other markings present on the page.

Jegyzetek

[illegible]

Házi feladat

- Küldjön egy kitöltött óravázlatot a skills4life-nak visszajelzésre
- Küldje el saját 0. lecke történetét a skills4life-nak visszajelzésre
- Küldje el a próbaprojekttel kapcsolatos személyes céljait a skills4life-nak

Saját célok

Mit szeretne/szeretnél elérni a próbaprojekt alatt?

Mit szeretne másképp csinálni az óráin a pilot alatt?

Hogyan fogja biztosítani, hogy a judon keresztül tanítsa meg az értékeket?

Milyen tényezők mentén fog elgondolkozni a Schooljudo.eu tanítási módszeren?

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

0. lecke története

[illegible]

0. lecke

Ütemterv

1

Email küldése
az iskolának
a 0. lecke
megtervezéséhez

2

Készítse elő saját
(judo) történetét

3

Készítse el saját
történetét az
értékekről,
hüvelykujj
módszer és
hátveregetés

4

Határozza meg
a szabályokat a
próba során

5

Tartsa meg a 0.
leckét

6

Az értékposzter
átadása
(kinyomtatva)

0. lecke kiértékelése

Entertrainer értékelése

Elégedett volt azzal, ahogyan elmesélte saját történetét?



Adott-e jó magyarázatot az értékekre, és arra, hogyan fogja tanítani őket a leckék során?



Milyen volt a magyarázata a hüvelykujj módszerről és a hátveregetésről?



Egyértelmű megállapodásokat és elvárásokat fogalmazott meg?



Átbeszélte az értékposztet?



0. lecke értékelése

Osztályfőnök értékelése

Milyen volt a kommunikáció a 0. leckével kapcsolatban?



Megértették-e a gyerekek, hogy a leckék az értékekről szólnak?



A gyerekek megértették, hogy hogyan kell majd használniuk a hüvelykujj módszert és a hátveregetést?



Az Entertrainer szabályokat hozott és megállapodásokat kötött a csoporttal?



Egyéb megjegyzések?



Bevezetés a 0. leckével

Annak érdekében, hogy a program jól induljon, fontos a megfelelő bemutatkozás és a Schooljudo.eu program megismertetése az iskolával. Ezt az alkalmat hívjuk 0. leckének. A 0. lecke egyaránt szól az Entertrainernek, az iskolai tanárnak és a gyerekeknek. Célja, hogy megismerjék egymást, és átnézzék, mit várhat el a csoport a következő órától. A hangsúly az elvárások összehangolásán van, anélkül, hogy szem elől tévesztenénk az értékeket.

Ne feledje, hogy kezdettől fogva példaértékű szerepe van az osztályban. Elmondhatja nekik:

- Ki Ön? Mesélje el személyes cselgáncs történetét;
- Miért van itt? Judon keresztül fog tanítani az értékekről;
- Mit fog megtanítani nekik a játékokon való szórakozáson túl? Meséljen a bókók és egyéb visszajelzések adásáról, majd kérjen visszajelzést a hüvelykujj módszerrel (a módszert egy másik oldalon ismertetjük).

Az Entertrainer 0. leckére való felkészülésének indikátorai

Miután megkapta az órarendet, beleértve az órák dátumait és pontos időpontjait, azonnal kezdjen el lépéseket tenni a 0. lecke megtervezéséhez, lehetőleg legalább egy héttel a tényleges órák kezdete előtt. Az első alkalmat minél hamarabb ejtse meg, hogy időben találkozhasson az iskola vezetőjével (vagy az ebben kompetens személlyel). Jelezze, hogy szeretné látni, hol fogja tartani az óráit, így ellenőrizheti, hogy:

- A helyszín könnyen elérhető a gyerekek számára;
- A hely elég tágas;
- A helyszín és környéke biztonságos;
- A kiszállított anyagok minősége és mennyisége megfelelő;
- A plakátokat és az okleveleket átadták.

Ha hiányosságot észlel, kérjük, vegye fel a kapcsolatot a Szövetséggel.

A 0. lecke menete

A 0. lecke során bemutatkozik a csoportnak, és megosztja velük, hogy mi fog történni a leckék során. A következő eszközöket és beszélgetési pontokat használhatja:

- A judo értékek posztere;
- A cselgáncs története és az értékek;
- Egy érték említése és az ahhoz kapcsolódó példák kérése vagy adása;
- Biztonsági elemek kihangsúlyozása: ékszerek levétele, tiszta kezek és lábak, valamint rövidre vágott körmök;
- A judogi és a judo szőnyeg bemutatása;
- Az öv megkötésének megtanítása.

Az osztálytermi tanár/osztályfőnök szerepe

A 0. lecke egyben tökéletes alkalom arra is, hogy megbeszéljük az osztályfőnökkel, hogy mit várunk tőle. Kifejezheti, hogy mennyire szeretné, ha a tanár részt venne az órákon. Beszéljék meg, hogy a tanár felelőssége, hogy a diákok jelen legyenek, és időben átöltözzenek tornaruhájukba. Egyéb tippek, amelyeket adhatunk Önnek (ha szükséges):

- Ha az osztályokat az iskolán belül tanítják, akkor a tanár vegye át előre a judogis dobozokat, hogy a gyerekek már az öltözőkben fel tudják venni azokat.
- Kérje ki a tanár véleményét, az első óra előtt melyik gyerekek tudnának segíteni a szőnyegek kihelyezésében.
- Gondoskodjon arról, hogy a gyerekek kulturált módon öltözzenek át és vissza judogijükből.

Minden, amit a 0. lecke során megbeszélnek és elfogadnak, segít abban, hogy a következő órák zökkenőmentesebben fussanak, és szórakoztatóbbak legyenek. Összefoglalva: ne felejtjük el, hogy a nap végén Ön felelős mindenért, ami a Schooljudo.eu órák során történik. Ha kétségei vannak, azonnal vegye fel a kapcsolatot a Nemzeti Szövetséggel.

E-mail példa a 0. lecke előtt

Kedves <kapcsolattartó neve>!

Nagy örömmre szolgál, hogy részt vesznek a Schooljudo.eu programban! Szeretnék bemutatkozni. A nevem <az Ön neve>. Én leszek a Schooljudo.eu -ért felelős Entertrainer, az iskola kijelölt osztályaiban. Mielőtt elkezdjük az órákat, szeretnék átbeszélni néhány kérdéskört.

Amennyiben lehetséges, a program megkezdése előtt szeretnék ellátogatni az iskolába, hogy személyesen is bemutatkozhassak Önnek és az osztály(ok)nak, ezáltal megismerjük egymást, egymás elvárásait és kívánságait. Ez csoportonként körülbelül 10-15 percet venne igénybe.

Ha Önöknek is megfelel, a 0. leckére, <dátum> <időpont> kerülne sor. Amennyiben az említett időpont nem megfelelő, kérem jelezze, hogy az alábbi lehetőségek közül melyik lenne megfelelő az Ön számára?

- 1. <dátum> <időpont>*
- 2. <dátum> <időpont>*
- 3. <dátum> <időpont>*

Bízom benne, hogy a fenti tájékoztató elégséges tájékoztatásul szolgált. Várom a mihamarabbi találkozást és a közös munkát. További szép napot kívánok!

*Üdvözlettel,
<az Ön neve>*

*—
Schooljudo.eu Entertrainer
<telefon száma>
<email cím>*

Előkészületek az óravázlathoz

Hogyan kezdjünk hozzá?

Mielőtt elkezdené kitölteni az óravázlatot, mindig kérdezze meg magától; "melyik érték játszik központi szerepet ebben a leckében"? Fontos szem előtt tartani, hogy judo játékokon vagy gyakorlatokon keresztül tanítja a gyerekeket az értékekről.

A lecke elején mondja el a gyerekeknek, hogy az adott lecke például a bizalomról szól.

A következő kérdések segítségével tudatosíthatja magában és a gyermekekben az értéket;

- Mit jelent az Ön számára a bizalom?
- Mit jelent a bizalom az egyes gyermekek számára?
- Mit vár el attól a személytől, akiben megbízik?
- Mit vár el önmagától, ha valaki bíz benne?

Ezek a kérdések segíthetnek abban, hogy a gyermekek jobban tisztában legyenek az értékkel, amelyről tanulnak.

A Schooljudo.eu órákon hagyja, hogy a gyermekek megtapasztalják az értékbizalmat a judo gyakorlatok és játékok segítségével. A judo gyakorlat magyarázatát mindig össze kell kapcsolni az értékkel. Azt is mondja el nekik, hogy a hüvelykujj módszerével vagy a hátveregetéssel fog reflektálni ezekre.

Inspirációért keresse az oktatási csomagot (2. melléklet) vagy a filmklipet "az értékek összekapcsolásáról".

A gyakorlatok kiválasztása

Válassza ki a leckének megfelelő saját gyakorlatokat vagy játékformákat, és kapcsolja össze az /értékekkel a fenti tippek segítségével.

- Győződjön meg arról, hogy tisztában van a gondolkodási módszerek használatának lehetőségeivel; a hüvelykujj és hátveregetés módszerrel.
- Az óravázlatba írjon példákat olyan kérdésekre, amelyeket feltehetne a gyerekeknek. Tartsa szem előtt a gyermekek korcsoportjának megfelelő képességeket. A reflexió szintjeivel kapcsolatos további információkért tekintse meg az Entertrainer kézikönyvet vagy az oktatási csomagot.

Reflexió

Entertrainerként mindig hajlandótanulni. A tanulás fontos szempontja, hogy elgondolkodjunk magunkon és a leckén, a reflexiós űrlap segítségével. A próbaprojekt minden hetére talál egy reflexiós űrlapot. Ezen felül van egy reflexiós űrlap is, amelyet az osztályfőnöknek kell kitöltenie.

Az önreflexióhoz és az osztályfőnöki reflexióhoz ne felejtse el visszajelzést kérni a gyerekektől. Ez a visszajelzés inkább arról szól, hogy a gyermekek hogyan fogadták a leckét és megértették-e az adott értéket.

Maga az érték → mit jelent
Bizalom - Számíthatunk egymásra
"A bizalom kötelező".

Bizalom - Számíthatunk egymásra

"A bizalom kötelező".

- Merjük kitartóan feszegetni a határokat, még akkor is, ha ez nehezünkre esik.

- Bízzunk abban, hogy a másik is megáll, ha meg akarunk állni.

- Ha még nem alakult ki a bizalom, építhetünk rá úgy, hogy megmutatjuk egymásnak, a legjobbat akarjuk nyújtani.

[illegible]

Töltse ki az Óravázlatot



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetést?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Elégedett volt az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



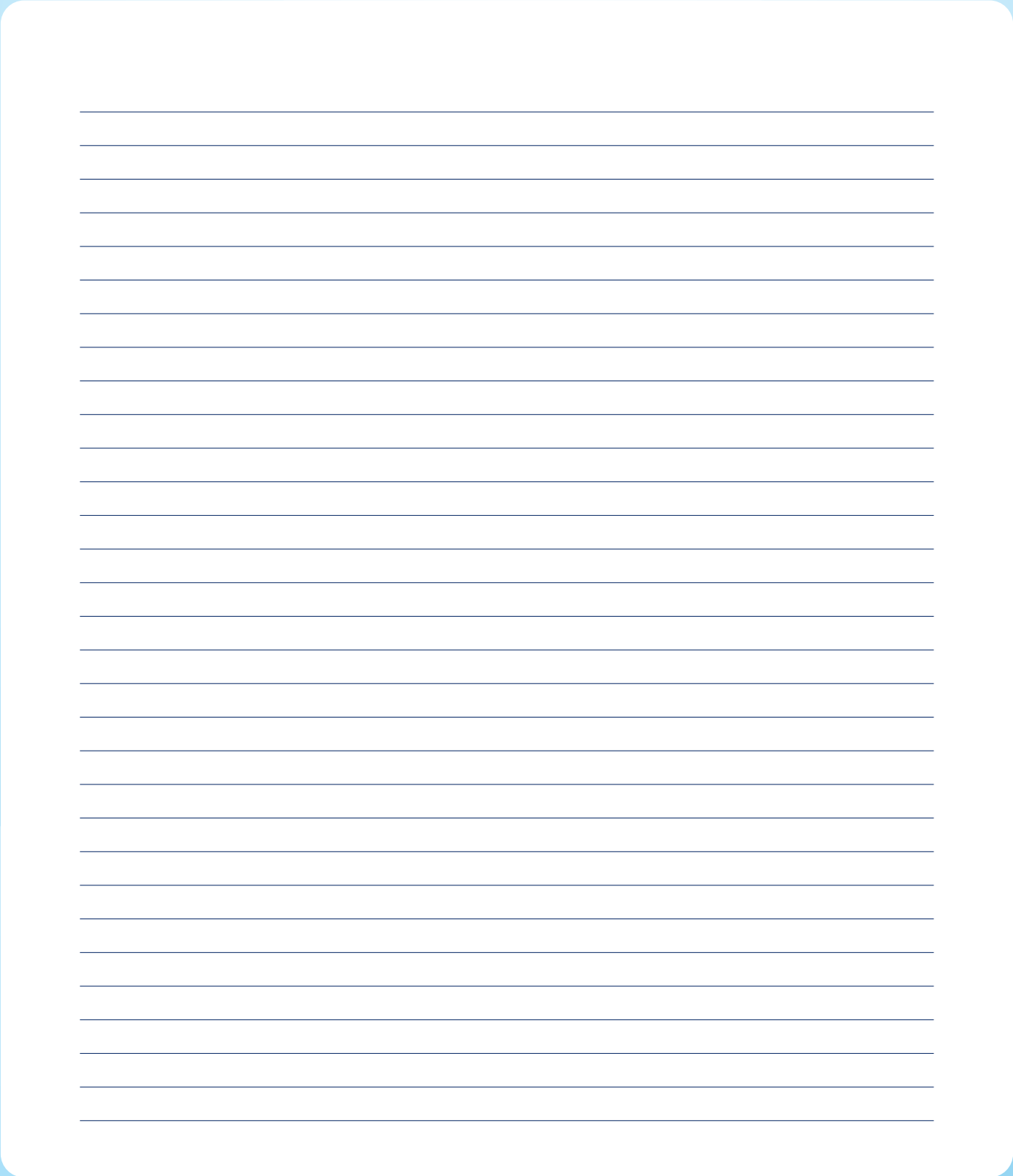
Általános visszajelzés.



2. lecke – Bizalom

Visszaulva az óra elején található értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing rules and agreements. The lines are evenly spaced and cover the entire width of the rectangle.

Töltse ki az Óravázlatot



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



Visszautalt az értékposzterre?



Általános visszajelzés.



Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Meg volt elégedve az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



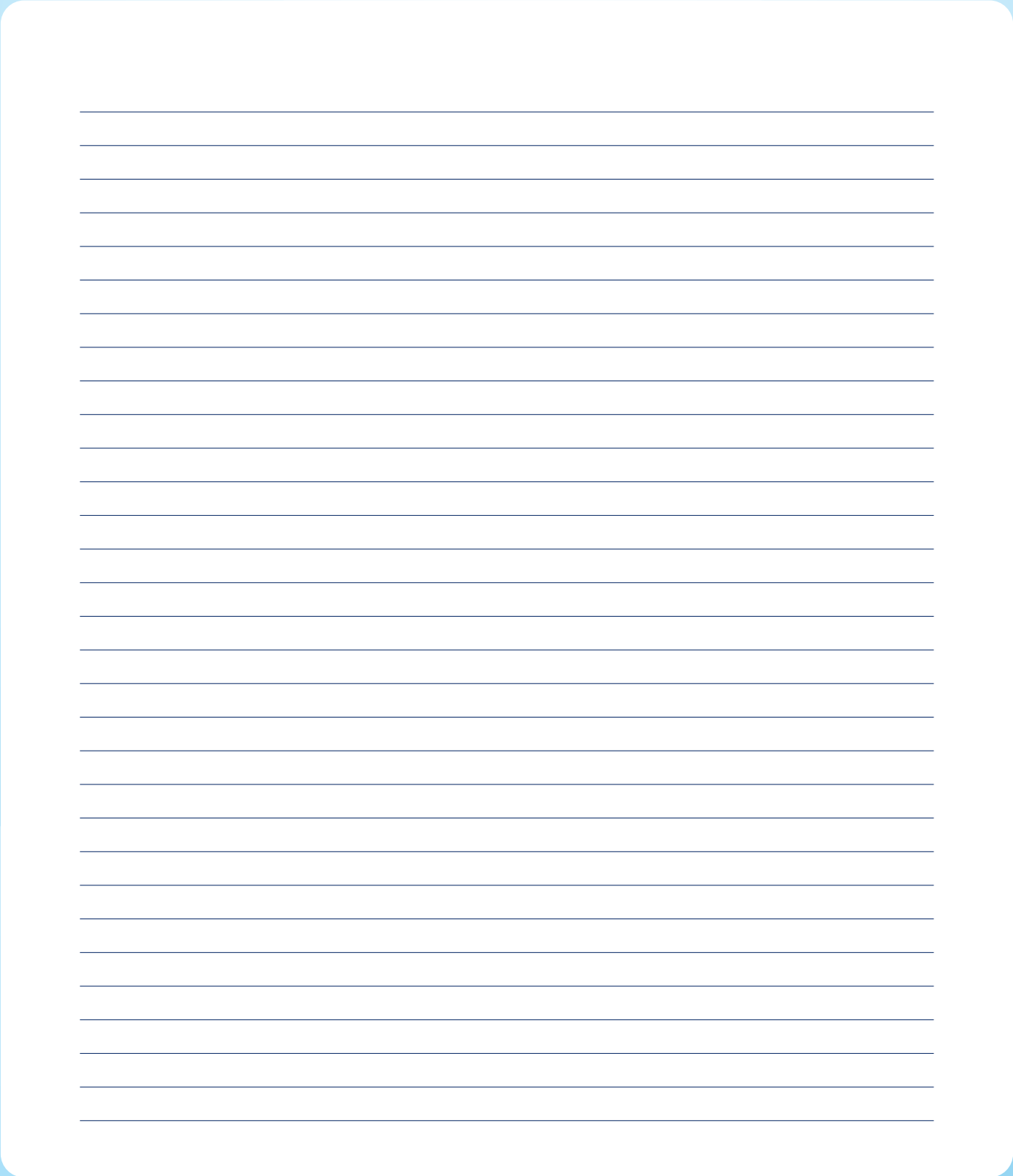
Általános visszajelzés.



4. hét – Együttműködés

Visszaulva az értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing answers.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



Visszautalt az értékposzterre?



Általános visszajelzés.



Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Meg volt elégedve az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



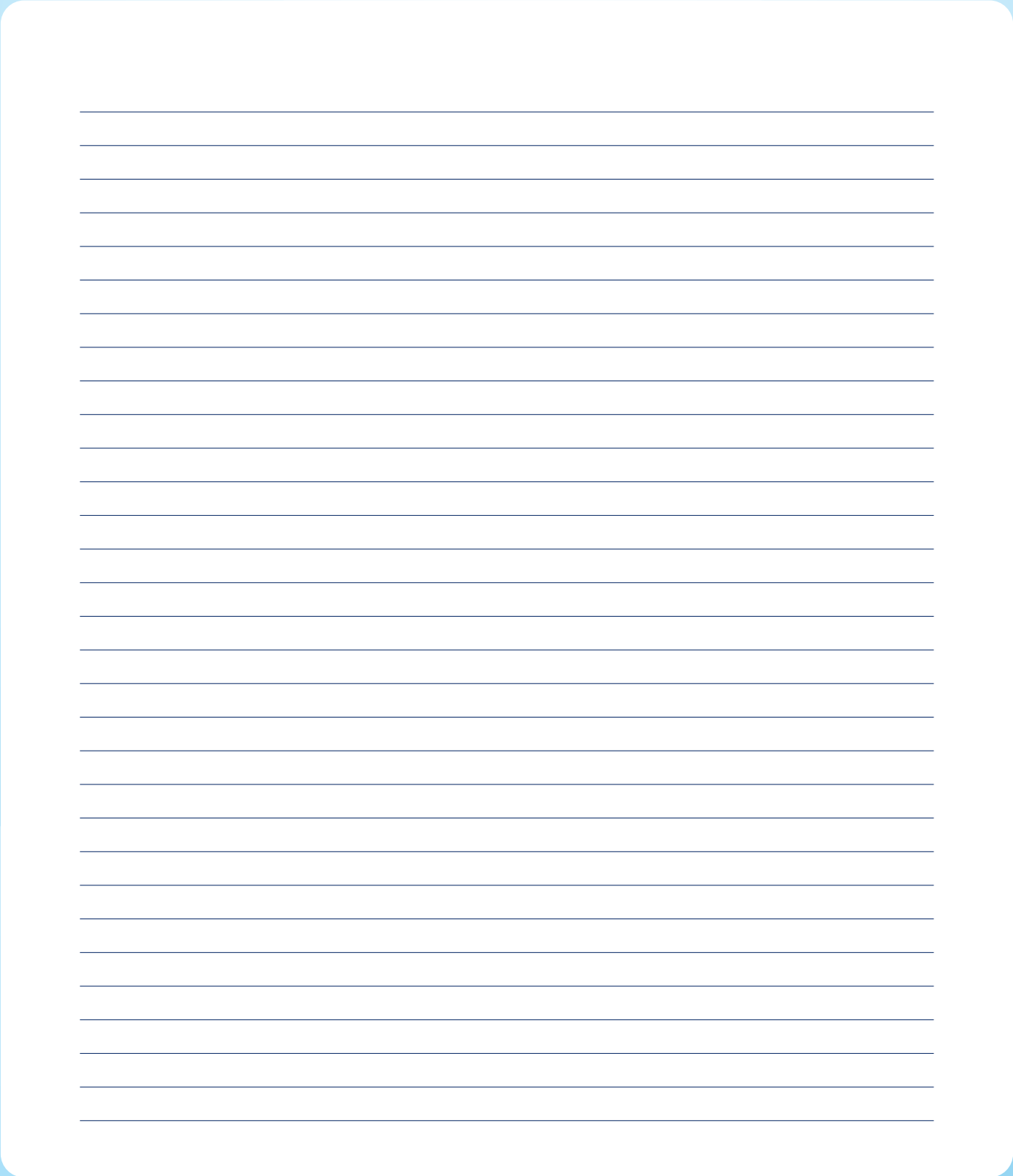
Általános visszajelzés.



6. hét – Tisztelet

Visszaulva az értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing answers.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



Általános visszajelzés.



7. hét – Önkontroll

Maga az érték → mit jelent

Önkontroll - Egyensúlyban maradás

"Az irányítás az, ami egészzé tesz".

- Irányítás

Gondolkozz, mielőtt megszólalsz vagy cselekszel. Ne hagyd, hogy az érzelmeid átvegyék az irányítást.

- Teret adunk egymásnak

Hallgassatok egymásra, és így adjatok teret a másinak, hogy megmutathassa saját erősségét.

- **Döntéshozatal**

Mérlegeld a választásaidat. Néha a csoport érdekét a saját érdekekkel szemben előtérbe kell helyezni.

Mit jelent Önnnek az Önkontroll?

This image shows a single page of white paper with horizontal blue lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, typical of notebook paper or a document template. There are no margins, text, or other markings on the page.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Meg volt elégedve az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



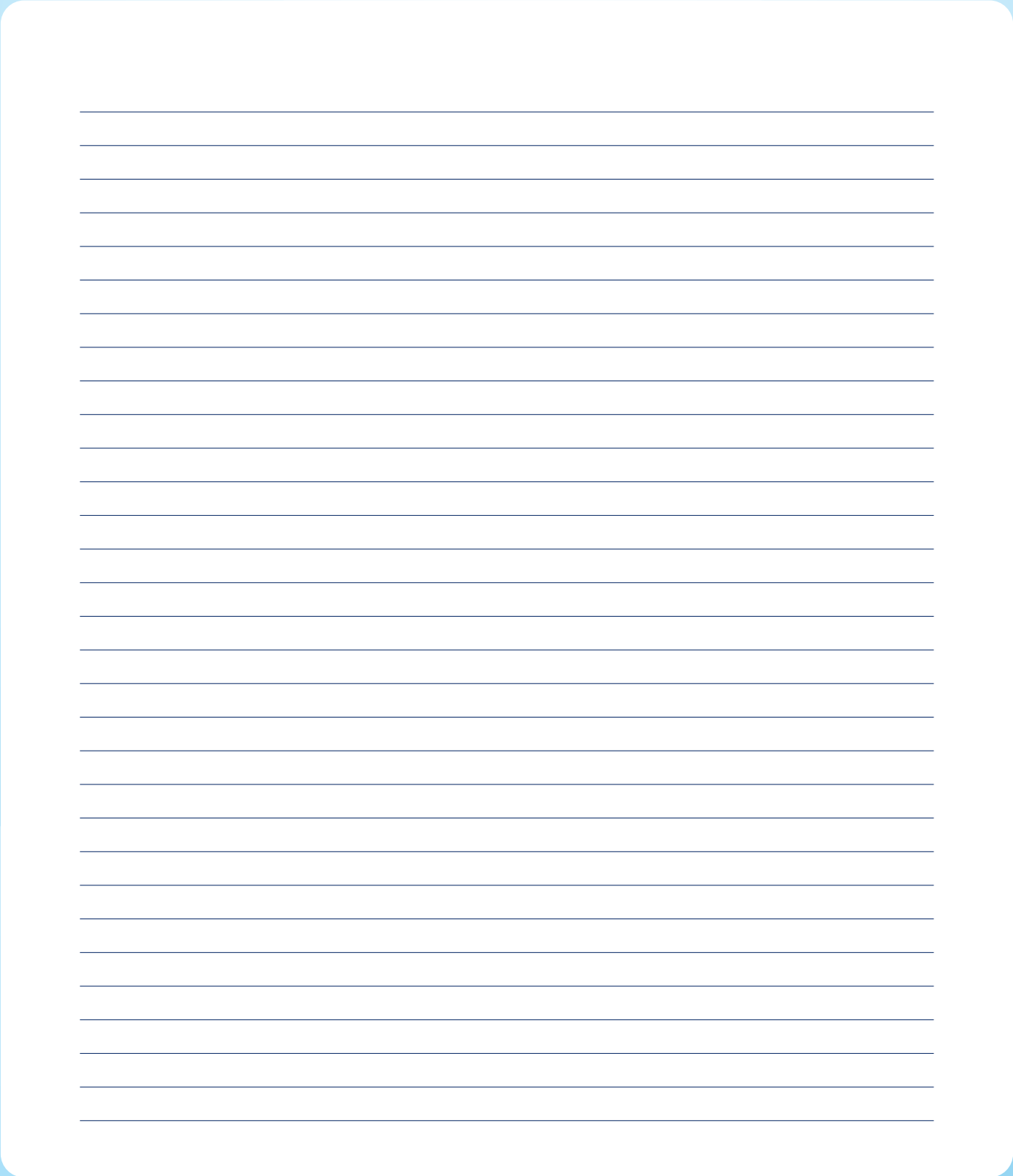
Általános visszajelzés.



8. hét – Önkontroll

Visszaulva az értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing answers.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



How was the use of reflection (thumb method)?



How was the use of giving compliments (pat on the back)?



Did the Entertrainer refer back to the value poster?



Általános visszajelzés.



9. hét – Reziliencia

Maga az érték → mit jelent

Reziliencia - 7-szer ess el, állj fel 8-szor.

"A tanulás nem a ragyogásról szól, hanem a rugalmasságról".

- **Merj határokat szabni**
Könnyű mások tudtára adni, ha valami tetszik, de azt is tudasd, ha valami nem tetszik.
- **Kiállni egymásért**
Segíteni másoknak határokat szabni.
- **Együttes reziliencia**
Ott lenni egymásnak, jó és rossz időkben egyaránt.

Mit jelent Önnök a Reziliencia?

[illegible]

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Meg volt elégedve az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



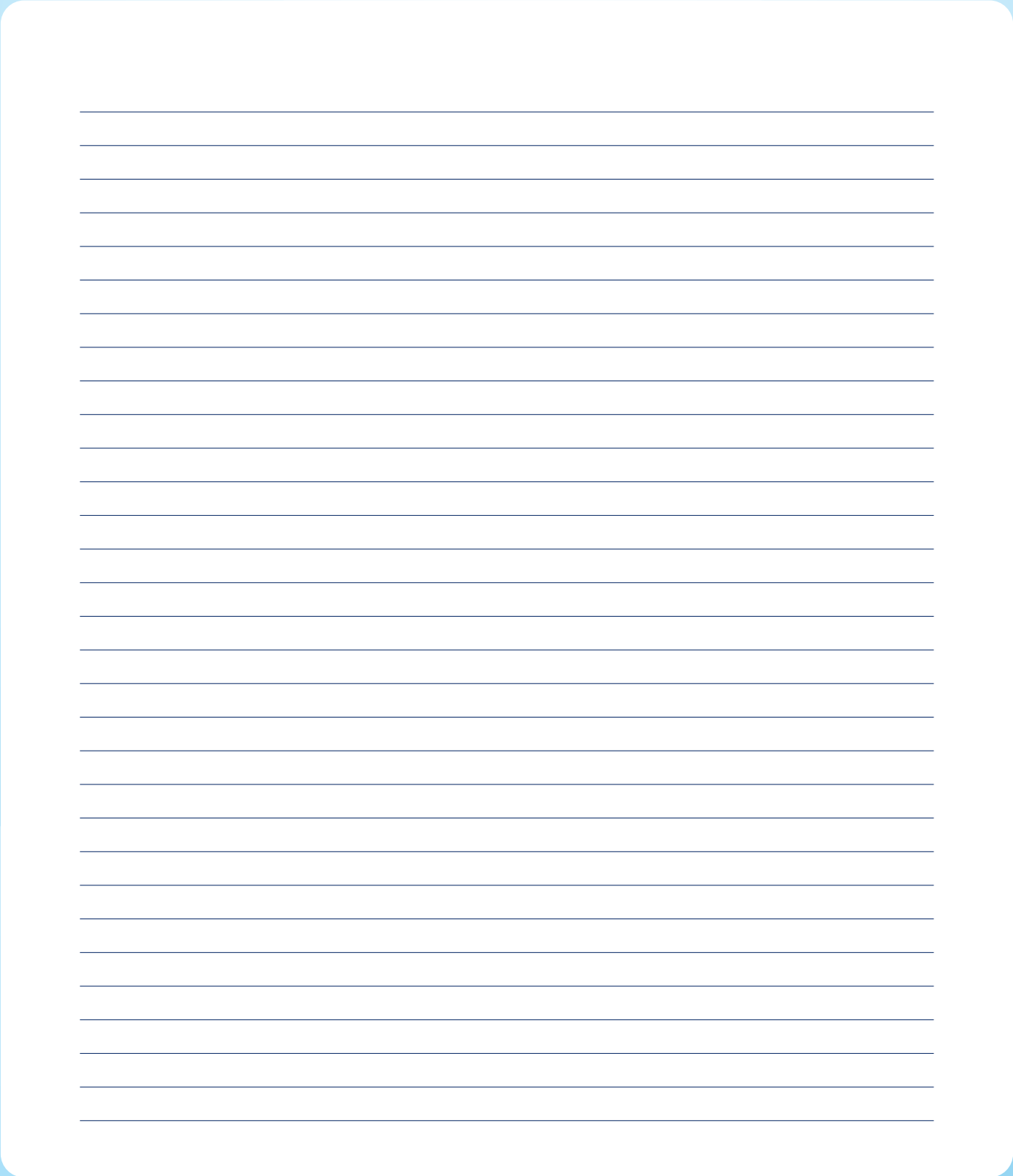
Általános visszajelzés.



10. hét – Reziliencia

Visszaulva az értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing answers.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



How was the use of reflection (thumb method)?



How was the use of giving compliments (pat on the back)?



Did the Entertrainer refer back to the value poster?



Általános visszajelzés.



Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Használta a hátveregetés módszerét?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Meg volt elégedve az érték magyarázatával?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



Hogy működött a reflexió (hüvelykujj módszer)?



Hogy működött a dicséret adás (hátveregetés)?



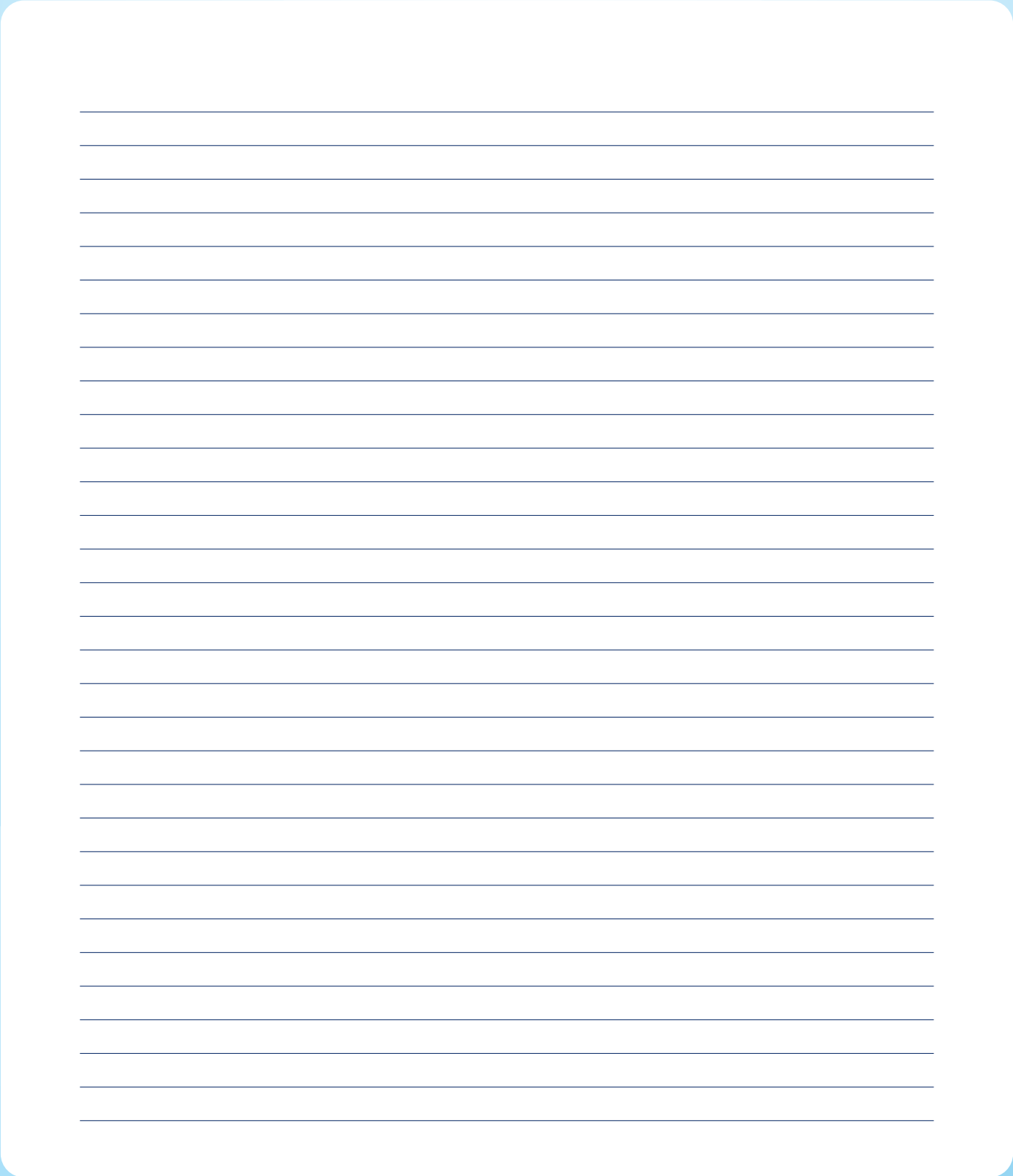
Általános visszajelzés.



12. hét – Fegyelem

Visszaulva az értékposzterre!

- Milyen szabályok és megállapodások születtek az osztályban?



A large white rectangular area with horizontal blue lines, intended for writing answers.

Schooljudo.eu óravázlat



A lecke felépítése	Idő	Feladat <i>Milyen edzést/játékot fog végezni?</i>	Instrukciók <i>Hogy is működik ez?</i>	Schooljudo.eu értékek <i>Hogyan kapcsolja össze a leckét annak értékével?</i>	Reflexió <i>Milyen kérdéseket lehet a gyerekeknek feltenni, hogy a tanultakon elmélkedjenek?</i>
Bevezetés					
Ukemi-waza					
Fő rész 1					
Fő rész 2					
Befejezés		Tippek: Reflexió a leckéről + link az értékoszterre			

Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az Entertrainer számára

Sikerült tartania az óravázlatát?



Használta a hüvelykujj módszert?



Did you use the pat on the back?



Sikerült alkalmaznia az értéket a gyakorlatok során?



Visszautalt az értékposzterre?



Min változtatna a következő alkalommal, és mit csinálna ugyanúgy?



Értékelőlap az Entertrainer, és az osztályfőnök számára

Kérdések az osztályfőnök számára

Milyen volt az érték magyarázata?



How was the use of reflection (thumb method)?



How was the use of giving compliments (pat on the back)?



Did the Entertrainer refer back to the value poster?



Általános visszajelzés.



Záró értékelés

Reflexió az Entertrainer számára

Mi az általános véleménye a próbaprojektről?

Mi a véleménye a tananyagokról?

Kapott-e elég támogatást és tudást a projekt előtt és alatt? Ha nem, mit javasolna nekünk?

Sikerült-e alkalmaznia az elméletet és az építőelemeket a projekt során? Írjon egy példát arra, hogyan használta az elméletet és az építőelemeket.

Sikerült elérnie a projekt elején kitűzött céljait? Hasonlítsa össze a próbaprojekt elejéről származó célkitűzéseket a végeredménnyel.

Mit szeretett volna elérni a próbaprojekt alatt?

Mit szeretne másképp csinálni az óráin a projekt alatt?

Hogyan fogja biztosítani, hogy judoval tanítsa az értékeket?

Hogyan fog elgondolkozni a Schooljudo.eu tanítási módszeren?

Záró értékelés

Reflexió az osztályfőnök számára

Voltak-e jelentős különbségek a csoportkohézióban a 12 hét után?

- Ha igen, miben látható a különbség??

Voltak-e jelentős különbségek az egyes diákok között?

- pl.: jobb érzelmi szabályzás, önbizalom, önismeret.
- Ha igen, mik voltak a jelentős különbségek?

Hogyan magyarázta el az Entertrainer az egyes leckékben található értékeket? Megértették-e ezeket a gyerekek?

Hivatkozott-e az Entertrainer szükség esetén az értékposzterre?

Milyen volt a hüvelykujj módszer (reflexió) használata?

Hogy működött a hétveregetés (dicsére

Biztonsági előírások

A biztonság az egyik legfontosabb szempont, amelyet figyelembe kell vennie a judo órákon. Mindig szem előtt kell tartani a biztonságot, és ehhez Önnek is megfelelő képzésben kell részesülnie.

Ügyeljen a részletekre, és minden gyakorlat során biztosítsa a gyermekek biztonságát. Ha a gyerekek olyan hibákat követnek el, amelyek veszélyhez és/vagy balesetekhez vezetnek, mindig szánjon időt a javításra, még akkor is, ha ez megváltoztatja az óra menetét.

Ügyeljen a nemek közötti különbségre és az eltérő kulturális háttérre. Tartsa tiszteletben a döntést, ha a gyermek nem akar egy adott gyakorlatot elvégezni.

Hogyan lehet megelőzni a sérüléseket?

A sérülések megelőzése érdekében az óra során a terhelés vagy az intenzitás nem haladhatja meg a gyermekek által kezelhető terhelhetőséget. Ne feledje, hogy az olyan tényezők, mint az életkor, a nem, a testalkat, a fizikai állapot és a pszichológiai tényezők határozzák meg, hogy a gyerekek milyen terhelhetőséget tudnak kezelni. Cél, hogy növeljük a terhelhetőséget anélkül, hogy túllépnénk a megengedett terhelés határait.

Higiénia

A biztonság mellett a személyes higiénia is fontos tényező. Úgy véljük, hogy a szülők és a gyermekek felelősek néhány alapvető dologért:

1. A gyerekek mindig tiszta kézzel és lábbal lépnek be. Természetesen ez az egész testre vonatkozik, de a kezek és a lábak - és a „tiszt” illat - különösen fontosak.
2. Az óra előtt legyenek betapasztva a (kis) sebek.
3. Hosszú körmök nem megengedettek a szőnyegen.
4. Minden ékszert el kell távolítani. Ha a fülbevalót nem lehet eltávolítani, mert a füléket nemrégiben lyukasztották ki, akkor kivételt teszünk, és felszalagozzuk őket.
5. Ne viseljen fémcsatokat vagy gyöngyöket a hajában. Ha hosszú haja van, kösse lófarokba, kontyba vagy fonatba. Csak olyan rugalmas gumit használjon, amelyen nincsenek fémdarabok.
6. Használja a mosdót az óra kezdete előtt. Csak kivételes esetekben engedélyezettek a pisiszünetek az óra alatt.

Nem minden gyermeknek lesz "saját" judogija. Higiéniai okokból azt javasoljuk, hogy a gyerekek viseljenek pólót az öltözék alatt. Ez azokra a gyerekekre is vonatkozik, akik bizonytalannak érzik magukat a testük miatt.

Szexuális bántalmazás/szexuális zaklatás

Egyes országok szabályai és törvényei eltérhetnek más országokéitól. Például megtiltható, hogy a tanárok ugyanazt az öltözéket használják, mint a gyerekek. Határozottan javasoljuk, hogy legyen tisztában ezekkel a szabályokkal, hogy elkerülje az ezzel kapcsolatos problémákat. Bár a pedofília esetei rendkívül ritkák a judóban, mindig gondoljon a cselekedeteinek lehető legrosszabb értelmezésére, és soha ne adjon kétértelműsége lehetőséget, függetlenül attól, hogy mennyire tartják Önt hitelesnek.

Egyéb biztonsági szabályok

A terem biztosítása a különböző akadályok kárpitozásával (éles sarkok, radiátorok stb.), amelyek a tatamitól kevesebb, mint 1 méter távolságon belül, illetve 1,5 méter magasságon belül helyezkednek el. A védőanyagoknak meg kell felelniük az IJF biztonsági előírásainak.

Rendelkezések:

Elsősegély-készlet megléte az elsősegély nyújtáshoz baleset esetén. - Telefon megléte - segélyhívó számok.

Az iskolák:

- Egészségügyi berendezések;
- A szőnyegek higiénája és karbantartása;
- A tatami felületének tisztának és karcólásuktól mentesnek kell lennie;
- Vértől meg kell tisztítani és fertőtleníteni kell (ne használjon klóralapú termékeket);
- Hőmérséklet – legalább 14 °C, 18 °C;
- A tatami szélétől legalább 1 méteres távolságban megengedettek a fali tükrök;
- A szőnyegek szélétől 1 m-nél kisebb távolságra található ablakokat/tükröket védeni kell.

Nincs semmilyen tevékenység a szőnyegek tanári jelenlét nélkül! (biztonsági okokból).



SZÓRAKOZÁS



BIZALOM



EGYÜTTMŰKÖDÉS



TISZTELET



ÖNURALOM



REZILIENCIA



FEGYELEM

