

Jóllét engedélykérelem

Tartalomjegyzék

1 Egyedi pedagógia program engedélykérelem a Jóllét tantárgy bevezetésére	2
1.1 Budapest School Általános Iskola és Gimnázium	2
1.2 Kérelem alapadatai	2
1.3 A kérelem tárgya	2
1.4 Értékelés, átjárhatóság és érettségi	3
1.5 Jogalap és precedens	3
1.6 Az Nkt. 9. § (9) szerinti 30%-os korlát teljesítése	4
1.7 Pedagógiai indoklás	5
1.7.1 Miért indokolt integrált Jóllét tantárgyat létrehozni?	5
1.7.2 Nemzetközi kitekintés	5
1.8 A Jóllét tantárgy célja	6
1.9 7 fejlesztési terület — a Jóllét belső szerkezete	7
1.9.1 Mozgás és test	7
1.9.2 Egészséges életvitel	7
1.9.3 Érzelmi intelligencia	7
1.9.4 Tanulni tanulunk	8
1.9.5 Kapcsolatok és intimitás	8
1.9.6 Értékek és tudatos döntések	8
1.9.7 Közösségek, csoportok és csapatok	8
1.10 A 6 pedagógiai szakasz célja	9
1.10.1 1–2. évfolyam — Alapozó szakasz	9
1.10.2 3–4. évfolyam — Felfedezés szakasza	9
1.10.3 5–6. évfolyam — Kísérletezés szakasza	9
1.10.4 7–8. évfolyam — Változások szakasza	10
1.10.5 9–10. évfolyam — Önállósodás szakasza	10
1.10.6 11–12. évfolyam — Felnőttkori átmenet szakasza	11
1.11 A Jóllét tantárgy és a NAT-témakörök lefedése	11
1.11.1 Óraszámok fejlesztési területenként és szakaszonként	12
1.11.2 Testnevelés és egészségfejlesztés — a NAT fő témakörök lefedése	13
1.11.3 Etika / hit- és erkölcsstan — a NAT témakörök lefedése	17
1.12 Helyi fejlesztésű tartalom — a tanári csapat szerepe	19
1.13 Tanári szakképzettség	23
2 Melléklet — A Jóllét tantárgy helyi tanterve	23

1 Egyedi pedagógia program engedélykérelem a Jólét tantárgy bevezetésére

1.1 Budapest School Általános Iskola és Gimnázium

Jogalap: A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény (Nkt.) 9. § (8) bekezdése

Kérelem típusa: egyedi megoldás a nevelés- és oktatásszervezési módszerekre

Dátum: 2026-08-10

1.2 Kérelem alapadatai

Kérelmező neve: Misulink Nonprofit Kft.

Képviselője: Halácsy Péter

Cím: 1118 Budapest, Breznó köz 8.

Telefon: +36 30 370 6851

E-mail: hp@budapestschool.org

Az intézmény neve: Budapest School Általános Iskola és Gimnázium

OM-azonosító: 203452

Minden feladatellátási helyre vonatkozik: Igen

A pedagógiai program megnevezése: A Budapest School egyedi pedagógiai programja

Pedagógiai szakaszok: 1–4., 5–6., 7–8., 9–12. évfolyam

Intézménytípus: egységes iskola — általános iskola és gimnázium

Az egyedi megoldás iránya: A nevelés- és oktatásszervezési módszerek — az 1–8. évfolyamon két NAT-tantárgy (Etika, Testnevelés) integrált tantárgyi szervezése egyetlen koherens Jólét tantárgyba; a 9–12. évfolyamon a Testnevelés tantárgy Jóléttá való átnevezése és kiegészítése

1.3 A kérelem tárgya

Az iskola engedélyt kér arra, hogy a nevelés- és oktatásszervezési módszerek körében az alábbi egyedi megoldást alkalmazhassa:

- az iskolában az 1–4., 5–8. évfolyamon az Etika és a Testnevelés tantárgyak helyett összevont **Jólét** tantárgyat tanítanak heti 6-6 órában;
- az iskolában a 9–12. évfolyamon a Testnevelés tantárgy helyett **Jólét** tantárgyat tanítanak heti 5-5 órában.

A kérelem **nem a NAT és a kerettanterv tartalmától vagy tanulási eredményeitől való eltérést kér**, hanem azok integrált tantárgyi szervezését. A Jólét helyi tanterve az érintett NAT tantárgyak **minden témakörét lefedi**:

- az **Etika** kerettantervének minden témaköre és tanulási eredménye a Jólét helyi tantervében témakör- és tanulási eredmény szinten megjelenik;
- a **Testnevelés** minden fő témakörét lefedjük: a többséget a BPS saját fejlesztésű mozgásmóduljai viszik (a tanulási eredményekkel egyenértékűen), néhány témakört (pl. az alternatív környezeti mozgásformákat, valamint az 1–4. évfolyamon kötelező úszást) a kerettantervből közvetlenül átemelünk, az 5–8./9–12. évfolyamos úszás és a gyógytestnevelés pedig a NAT saját logikája szerint feltételes (lásd a NAT-megfelelés szakaszt).

A Jólét helyi tantervét a BPS saját, dokumentált jólét-curriculumai (mozgás és egészség, érzelmi intelligencia, növekedési szemlélet) egészítik ki, az integráló tantárgyi keretnek megfelelő pedagógiai rendezésben.

A helyi tantervnek megfelelően minden gyerek lehetőséget kap arra, hogy elsajátítsa a Nat-ban és a miniszter által kiadott kerettantervekben az Etika, valamint a Testnevelés tantárgyak fő témaköreit és az azokhoz tartozó tanulási eredményeket — az 1–8. évfolyamon legalább heti 6, a 9–12. évfolyamon legalább heti 5 Jólét-órán. A tanulók heti összes óraszámja nem változik.

1.4 Értékelés, átjárhatóság és érettségi

A Jólét tantárgyhoz a bizonyítványban egyetlen integrált összefoglaló osztályzat/szöveges minősítés tartozik (többszempontú, fejlődésfókuszú értékelés). Az átjárhatóság biztosított: ha a tanulónak **Testnevelés-, illetve Etika / hit- és erkölcsstan-osztályzatra van szüksége** (pl. iskolaváltáskor), a Jólét osztályzata **közvetlenül használható** ezen tantárgyak osztályzataként.

Kérjük továbbá annak engedélyezését, hogy a **Jólét tantárgy teljesítésével a tanuló Testnevelés vizsgatárgyból érettségi vizsgára bocsátható legyen**. Mivel a Jólét helyi tanterve lefedi a Testnevelés követelményeit, és a Jólét-osztályzat a Testnevelés osztályzataként ismerhető el (amit a bizonyítvány igazol), a tanuló a Testnevelés vizsgatárgy tekintetében is teljesíti az érettségi vizsgára bocsátásnak a 100/1997. (VI. 13.) Korm. rendelet 12. § (1) bekezdésében előírt feltételét.

1.5 Jogonalap és precedens

Jogonalap: Az Nkt. 9. § (8) bekezdése alapján a miniszter egyedi megoldást engedélyezhet a nevelés- és oktatásszervezési módszerekre, ha az iskola pedagógiai programja ezt indokolja. Jelen kérelem nem a NAT és a kerettanterv által meghatározott tartalomtól vagy tanulási eredményektől való eltérést kér, hanem azok integrált tantárgyi szervezését — a fő témakörök és azok tanulási eredményeinek teljesítése mellett. Az engedély az Nkt. 9. § (9) szerinti 30%-os korlát betartásával adható meg.

Direkt precedens: A Budapest School részére az EMMI 2021. június 24-i, VIII/3229-2/2021/KOZNEVTART iktatószámú határozatában (aláíró: Kisfaludy László helyettes államtitkár) engedélyezte, hogy az iskolában „a 9–10. évfolyamon a biológia, fizika, földrajz, kémia tantárgyak helyett *összevont természettudományi tantárgyat tanítanak heti 5-5 órában*” — kifejezetten az Nkt. 9. § (8) bekezdése alapján, a nevelés- és oktatásszervezési módszerek körében. Az engedély megállapította, hogy a helyi tantervi program a diszciplináris

tantárgyak kerettantervi tartalmait tartalmazza, és minden tanuló elsajátítja a Nat-ban és a kerettantervekben előírt természettudományos tudást.

Jelen kérelem ugyanezt a jogi és pedagógiai logikát követi, ugyanazon kategóriában (nevelés- és oktatásszervezési módszerek) és ugyanazon eljárásrendben: az 1–8. évfolyamon — a természettudományi tantárgyhoz hasonlóan — két NAT-tantárgy (Etika és Testnevelés) integrált tantárgyba szervezését, a 9–12. évfolyamon pedig a Testnevelés tantárgy Jóllettá való átnevezését és kiegészítését kéri.

1.6 Az Nkt. 9. § (9) szerinti 30%-os korlát teljesítése

Az Nkt. 9. § (9) szerint az egyedi megoldás maximum 30%-ban térhet el a kerettantervek által meghatározott tantárgyi struktúrától. Jelen kérelem a tantárgyi struktúra formai átszervezését jelenti — az 1–8. évfolyamon két tantárgy integrált összevonását, a 9–12. évfolyamon a Testnevelés átnevezését —, miközben a NAT fő témakörei és az azokhoz tartozó tanulási eredmények hiánytalanul teljesülnek:

- Az *Etika* miniszter által kiadott kerettantervének minden témakörét és tanulási eredményét a Jóllett lefedi (lásd: NAT-megfelelés szakasz).
- A *Testnevelés* minden fő témakörét a Jóllett lefedi: a többségét saját fejlesztésű mozgásmodulok a tanulási eredményekkel egyenértékűen, néhány témakört a kerettantervből közvetlenül átemelve.

A formai eltérés mértékét az érintett pedagógiai szakasz kötelező tantárgyainak számához viszonyítjuk:

Pedagógiai szakasz	Kötelező tantárgyak száma	Érintett tantárgyak	Formai eltérés
1–4. évfolyam	9 tantárgy	Etika + Testnevelés → Jóllett	$2/9 = 22\%$
5–8. évfolyam	14 tantárgy	Etika + Testnevelés → Jóllett	$2/14 = 14\%$
9–12. évfolyam	13 tantárgy	Testnevelés → Jóllett	$1/13 = 8\%$

Mindhárom pedagógiai szakaszban az eltérés lényegesen a 30%-os korlát alatt marad. Az érintett tantárgyak NAT által meghatározott célkitűzései (az elvárt tanulási eredmények) a Jóllett nevet viselő, multidiszciplináris tantárgyba kerülnek — egyetlen fő témakör elhagyása nélkül.

1.7 Pedagógiai indoklás

1.7.1 Miért indokolt integrált Jólét tantárgyat létrehozni?

A testi, lelki és társas jólét fejlesztése a mai oktatás egyik fontos feladata. A gyerekek mentális egészsége, kapcsolati készségei, önszabályozása, egészségtudatossága és rezilienciája közvetlenül hat a tanulási eredményességre, a közösségi működésre és a hosszú távú életminőségre.

A jelenlegi tantárgyi struktúrában azonban ezek a területek szétagoltan jelennek meg. Az Etika heti egy órás kerete önmagában túl szűk ahhoz, hogy a tanulók valódi készségeket, szokásokat és mindennapi működésmódokat alakítsanak ki olyan területeken, mint az önismeret, az érzelmi szabályozás, a kapcsolatok, a konfliktuskezelés vagy az egészségtudatos döntéshozatal.

Eközben a Testnevelés tantárgy heti öt órás jelenléte olyan rendszeres pedagógiai teret biztosít, amely természetes módon alkalmas testi, lelki és társas kompetenciák együttes fejlesztésére. A mozgás, a közösségi helyzetek, az együttműködés, a kitartás, az önszabályozás és a mentális állapot a gyakorlatban eleve összekapcsolódnak.

A jólét fejlesztése sok iskolában osztályfőnöki órákon, mentoridőben, projektekben vagy informális pedagógiai helyzetekben jelenik meg. Ezek fontos terek, de önmagukban nem adnak elég erős intézményi garanciát. Nem mindig jelennek meg a bizonyítványban, az értékelési rendszerben, a tanári visszajelzésekben, a szakmai szupervízióban vagy a pedagógusok saját fejlesztési céljai között.

A Budapest Schoolnak engedélye van modulárisan szervezni a tanulást: egy-egy pedagógiai területet kisebb modulokból, tematikus egységekből, projektekből vagy epochákból is fel tud építeni. Mégis azt látjuk, hogy a magyar köznevelési rendszerben a tantárgyi forma adja meg egy terület valódi láthatóságát és intézményi súlyát. Ami tantárgyként jelenik meg, az bekerül az órarendbe, a bizonyítványba, az értékelési rendszerbe, a tanári tervezésbe, a szakmai visszajelzési rendszerekbe és az intézményi felelősségi rendbe.

A Jólét tantárgy a Budapest Schoolban ezért nem új tanulói terhelést hoz létre, hanem a meglévő NAT- és kerettantervi órakeretek integrált újraszervezésére tesz javaslatot. A cél az, hogy a testi, lelki, társas és értékalapú fejlődés az iskola hivatalos, látható, követhető és komolyan vett pedagógiai feladatává váljon.

1.7.2 Nemzetközi kitekintés

A testi egészség, a mentális jólét, az érzelmi intelligencia, a kapcsolati készségek és az életvezetési kompetenciák integrált fejlesztése nemzetközileg is egyre hangsúlyosabb pedagógiai irány. A különböző országok és pedagógiai rendszerek eltérő módon, de hasonló problémára reagálnak: hogyan lehet az iskola a tudásátadás mellett a tanulók hosszú távú jólétét és társas működését is tudatosan fejleszteni.

A Budapest School javaslata nem egyetlen nemzetközi modell átvétele, hanem többféle pedagógiai megközelítés tapasztalatainak figyelembevétele.

Program / tantárgy	Ország / rendszer	Fő fejlesztési célok
Health and Well-being (H&WB)	Wales	testi és mentális egészség, kapcsolatok, döntéshozatal
Personal, Social and Physical Education (PSPE)	IB PYP	önismeret, kapcsolatok, aktív életmód
Physical and Health Education (PHE)	IB MYP	mozgás, egészség, mentális jóllét
Health and Physical Education	Ausztrália, Új-Zéland	egészség és mozgás integrációja
PSHE	Anglia	kapcsolatok, mentális egészség, életvezetés
Terveystieto	Finnország	egészségismeret és megküzdési készségek
CASEL SEL keretrendszer	USA / nemzetközi	érzelmi intelligencia és társas kompetenciák
Character and Citizenship Education	Szingapúr	identitás, kapcsolatok, felelős döntések
OECD Learning Compass 2030	OECD	tanulói önirányítás és jóllét

A nemzetközi példák közös jellemzője, hogy a jóllétet nem kizárólag egészségügyi vagy sportkérdésként kezelik, hanem a tanulás, az önszabályozás, a kapcsolatok és az életvezetés részének tekintik. Több rendszerben a mozgás, az érzelmi intelligencia, a mentális egészség és a társas kompetenciák közös pedagógiai keretben jelennek meg.

A Budapest School Jóllét tantárgya ehhez hasonló integrált logikát követ: a NAT által meghatározott célkitűzéseket a mozgás, az érzelmi fejlődés, az önismeret, a kapcsolati készségek és az egészségtudatos életvezetés közös pedagógiai keretébe szervezi.

1.8 A Jóllét tantárgy célja

Testi, lelki és társas jóllétünk az alapja annak, hogy tanulhassunk, fejlődhessünk, és a saját életünk alakítóivá váljunk. A Budapest School célja, hogy a gyerekek boldog, egészséges felnőttekké váljanak, akik képesek tenni saját jóllétükért, és hozzájárulnak mások jóllétéhez is.

Ehhez nem elég az ideális környezet vagy a gondoskodó közösség. A gyerekeknek meg kell tanulniuk, hogyan működik a testük és az elméjük, hogyan tudnak kapcsolódni másokhoz, döntéseket hozni, felelősséget vállalni, és nehéz helyzetekben is egyensúlyban maradni. A jóllét nem egyszerűen adottság: tanulható, gyakorolható és fejleszthető.

Nemcsak tudást, attitűdöt és gondolkodásmódot jelent, hanem olyan mindennapi szokásokat is, amelyek hosszú távon megtartják az embert.

Ezért tanítjuk a Jóllét tantárgyat.

Ez nem csak egy multidiszciplináris tantárgy, hanem mindennapi gyakorlat is. Megjelenik a szabad játékkal összekapcsolt mozgásban, az érzelmi reflexiókban, a beszélgetésekben, a közösségi rituálékban, a projektekben és azokban a helyzetekben, ahol a gyerekek saját magukkal, másokkal és a világgal tanulnak tudatosabban bánni

A Jóllét négy területet fog össze: a testi jóllétet, a lelki jóllétet, a társas kapcsolatokat és az értékalapú döntéshozatalt. Ide tartozik többek között a mozgás, az alvás, a táplálkozás, az érzelmek felismerése és szabályozása, az önismeret, a stresszkezelés, a kommunikáció, az együttműködés, a konfliktuskezelés, a médiatudatosság, a fenntarthatóság és az életcél keresése.

A végső cél nem az, hogy a gyerekek megtanuljanak egy tantárgyi anyagot. Hanem az, hogy legyen tudásuk, nyelvük, szokásuk és bátorságuk ahhoz, hogy jól lehessenek, és ezért felelősen tegyenek egész életükön át.

1.9 7 fejlesztési terület — a Jóllét belső szerkezete

A tantárgy belső szerkezete 7 fejlesztési területre épül, amelyek a 6 pedagógiai szakaszon átfogóan jelen vannak (különböző arányokban):

1.9.1 Mozgás és test

Célja, hogy a tanuló a testét örömmel, biztonságosan és hatékonyan használja a hétköznapi életben, sportban és játékban. A mozgás a Jóllétben nem teljesítmény-orientált — nem standardizált felmérésekre épül, hanem az egyéni fejlődésre és a flow-élményre. A négy mozgásterület (futás, relatív erő, testtudat-koordináció, eszközös fejlesztés) egész életen át hasznos mozgáskészleteket alapoz meg. A mozgás itt egyszerre cél (a mozgáskultúra elsajátítása) és eszköz (a tanulás, az érzelmi szabályozás és a közösségépítés támogatója).

1.9.2 Egészséges életvitel

Célja, hogy a tanuló az egészséges hétköznapi élet gyakorlatát mint tanult, fenntartható készséget elsajátítsa — a táplálkozást, az alvást, a regenerációt, a higiéniai ismereteket, a pubertás-testi tudást, a szerhasználat-prevenációt, a képernyőidő-menedzsmentet és a természetkapcsolatot. A fejlesztési terület fő üzenete, hogy a személyes szokások az egyéni és közösségi jólét alapjai, és kialakítja azt a képességet, hogy a tanuló saját, kontextusban értelmezett egészség-orientált szokásrendszert tervezzen és tartson fenn.

1.9.3 Érzelmi intelligencia

Célja, hogy a tanuló az érzelmeit felismerni, megérteni, megnevezni, kifejezni és szabályozni tudja — saját maga és kapcsolatai szolgálatára. A fejlesztési terület a

YALE egyetem által kidolgozott RULER programot (Recognize, Understand, Label, Express, Regulate; Marc Brackett, Yale Center for Emotional Intelligence) követi, és olyan gyakorlati eszközöket ad a tanuló kezébe, mint a Hangulatmérő, a Meta-idő és a Legjobb Én. A fejlesztési terület a Jólét „lelki háztartásának” központi területe, amely megalapozza a sikeres kapcsolatokat, a tanulást és a tudatos döntéshozatalt.

1.9.4 Tanulni tanulunk

Célja, hogy a tanuló megtanulja, hogy képességei és intelligenciája fejleszthetők — Carol Dweck növekedési szemlélet (growth mindset) elméletére építve. A fejlesztési terület a hibázás, az erőfeszítés és a kihívás pozitív kezelését célozza meg; megtanít arra, hogy a kudarc a fejlődés természetes része; rutinná teszi a célállítást, az egyénre szabott motivációs és tanulási stratégiákat, a digitális eszközök tanulási célú alkalmazását. A reziliencia — a stresszhelyzetből való talpra állás képessége — a felnőttkori sikeresség egyik legjobban előrejelző tényezője.

1.9.5 Kapcsolatok és intimitás

Célja, hogy a tanuló egészséges, egyenlő, asszertív kapcsolatokat tudjon kialakítani és fenntartani — családban, kortárscsoportban, párkapcsolatban. A fejlesztési terület foglalkozik a kommunikáció gyakorlatával (én-üzenetek, aktív hallgatás), a konfliktuskezeléssel, a bystander-effektus felismerésével, az anti-bullying gyakorlattal, és életkor-megfelelően a szexuális neveléssel is: testi határok, beleegyezés, egészséges nemi szerepek és az intimitás fokozatai. A digitális kor új kapcsolódási formáit (online intimitás, sexting-prevenció, cyberbullying-kezelés) szintén lefedi.

1.9.6 Értékek és tudatos döntések

Célja, hogy a tanuló saját személyes értékrendjét tudatosan kialakítsa, és mérlegelő, autonóm döntéseket hozzon — felelősséggel és lelkiismerettel. A fejlesztési terület foglalkozik az erkölcsi dilemmák megvitatásával, a Kohlberg-féle dilemmaelemzéssel, a Philosophy for Children (P4C) gyakorlattal, valamint a médiatudatossággal: álhír-felismeréssel, az influencer- és reklám-hatás kritikai elemzésével. A fejlesztési terület a NAT-Etika T3, T6 (értékek, európai kultúra) tartalmait integrálja a Jólétbe.

1.9.7 Közösségek, csoportok és csapatok

Célja, hogy a tanuló értse, hogyan működnek a csoportok és közösségek, és képes legyen bennük aktívan, felelősen részt venni — osztályban, iskolában, családban és a tágabb társadalomban. A fejlesztési terület foglalkozik a közös szabályok és normák kialakításával, az együttműködés és a csapatmunka dinamikájával, a közösségi klíma tudatos építésével, és azzal, hogyan lehet kisebb közösségeket — osztályt, családot, csoportot — pozitív irányba változtatni. A digitális tér és az online kommunikáció mint a közösségi élet egyik jellegzetes helyszíne szintén megjelenik, de nem önálló célként, hanem a közösségi működés kiterjesztéseként.

1.10 A 6 pedagógiai szakasz célja

A Jóllet tantárgy 6 spirálisan épülő pedagógiai szakaszra tagozódik. Mindegyik szakasz a tanulók életkori sajátosságaira és a BPS pedagógiai ívének megfelelő fejlesztési célokra épül.

1.10.1 1–2. évfolyam — Alapozó szakasz

A szakasz fő fejlesztési célja: A test és az érzelmek, illetve a közösségi együttműködés első, játékos megismerése: mozgásöröm, érzelmi szókincs, biztonságos kapcsolódás. A gyerek megtapasztalja, hogy mozogni, érezni és másokra figyelni jó dolog.

Heti óraszám: 6

Célja, hogy a gyerekek belső biztonságot és örömet éljenek meg a mozgáson, az érzelmeken és a kapcsolódáson keresztül. A mozgás a közösség-élmény és a flow eszköze; az érzelmek megnevezése az önismeret első lépése; a testi határookra és mások érzelmeire való figyelés a kapcsolati biztonság alapja. A cél nem a megértés, hanem az átélés és a szokásalakítás: az iskolakezdő gyerek tapasztalja meg, hogy a teste kikapcsolódásra és játékos fejlődésre való, az érzelmei értékesek, és az együttműködés fontos a hétköznapokban.

1.10.2 3–4. évfolyam — Felfedezés szakasza

A szakasz fő fejlesztési célja: Mozgásrutinok, érzelmi kommunikáció és önszabályozás eszközeinek kialakítása; barátság, bystander-szerep és digitális jólét alapjai. A komfortzónából való kilépés, erőfeszítés, kíváncsi nehézség (desirable difficulties) jelentőségének felismerése a tanulásban és fejlődésben. Pre-pubertás témái.

Heti óraszám: 6

Célja, hogy a tanulók stabil mozgásos, érzelmi és kapcsolati rutinokat építsenek ki. A mozgáskészségek (futás, erő, koordináció, eszközök használata) bevezetése, az érzelmi kommunikáció és önszabályozás első eszközei (Hangulatmérő, Meta-idő) és a kapcsolatokra, közösségben betöltött szerepekre adott reflexiók adják a szakasz keretét. A mozgásos feladatokban megélt kihívások eszközökké válnak arra, hogy a diákok a tanulás és fejlődés összefüggéseiről tapasztalatokat gyűjtsenek: a komfortzónából való kilépés jelentősége, a kitartó gyakorlás és erőfeszítés, a fejlődésfókuszú visszajelzések hatása az eredmények elérésében. A gyerek elkezdi felismerni, hogyan hat a mozgás a hangulatára, hogyan hat a viselkedése másokra, és mikor, hogyan kell közbelépni, ha valaki rosszul érzi magát. A reális énkép kialakítása és a célállítás első lépései itt indulnak.

1.10.3 5–6. évfolyam — Kísérletezés szakasza

A szakasz fő fejlesztési célja: A test és az érzelmek működésének megértése a korakamaszkori változások, próbálkozások közepette; érzelmi tudatosság, önmegfigyelés, önfogadás és empátia, kortárs-dinamika, a közösség érzelmi klímája, biztonságos navigálás az

online kommunikációs térben. A gyerek érti, mi történik benne — kifejezi és választani tud, hogyan reagál.

Heti óraszám: 6

Célja, hogy a tanulók a serdülőkori változásokat — testi, lelki, társas — értve kísérletezzenek, lehetőségeik határait keressék (kamaszkori álmok és világmegváltás). Az élettan (légzés, keringés, izomzat, anyagcsere, hormonok) és a mozgás összekapcsolása segít megérteni a testi változásokkal járó nehézségeket; az érzelmi eszköztár bővül; a kortárs csoport-dinamika és az online identitás kezelése külön fókuszot kap. A gyerek érti, hogy a testnek és az érzelmeknek van logikája — és az érzelmek kifejezésének és szabályozásának eszközeivel ismerkedik. Fel tudja ismerni a csoportnormák hatását magára, még felnőttek segítségével, de már gyakorolja a resztoratív konfliktuskezelést. Érti a digitális világ kihívásait és veszélyeit.

1.10.4 7–8. évfolyam — Változások szakasza

A szakasz fő fejlesztési célja: A pubertás testi, lelki, érzelmi és kognitív változásainak tudatosítása. Önfogadás, mások elfogadása. Érzelmi reakcióink és a szociális normák tudatosítása. Hangsúlyos terület a szexuális nevelés, a szerhasználat-prevenció és a digitális biztonság. A szakasz fókusza annak megértése is, hogyan alkalmazkodik a szervezet a fizikai és lelki terheléshez. Kiemelt szerepet kap a hormonális szabályozás, az idegrendszer és a mozgás kapcsolata, valamint a test és az érzelmek kölcsönhatása.

Heti óraszám: 6

Célja, hogy a tanulók a pubertás testi, lelki és társas változásait megértve, érett önszabályozással és prevenciós tudással lépjenek tovább. A mozgás közösségi és sportjátékok, illetve tudatosabb egyéni mozgásformák keretében jelenik meg — az önkifejezés, az önszabályozás és a kapcsolódás eszközeként; kiemelt szerepet kap a regeneráció, az alvás, a pihenés és az érzelmi egyensúly támogatása. A tanulók empátiát, nézőpontváltást és új tanulási stratégiákat gyakorolnak, miközben felismerik az érzelmek tanulásra és teljesítményre gyakorolt hatását. A prevenciós témák — különösen a szerhasználat, a cyberbullying és a közösségi felelősség — tudományos és önismereti megközelítésben jelennek meg. A gyerek felelős döntéseket hoz, érti a beleegyezés fogalmát, és biztonságosan működik kapcsolataiban és közösségeiben.

1.10.5 9–10. évfolyam — Önállósodás szakasza

A szakasz fő fejlesztési célja: Életmód-tervezés, identitáskeresés és reziliencia; intim kapcsolatok és önálló döntések. Dimenzióváltás az önvezérelt tanulásban és csoportmunkában: saját tanulási stratégiák kialakítása, célállítás, tervezés és megvalósítás. A mozgás az egészséges életmód tudatos elemévé válik. Szexuális egészség és biztonság.

Heti óraszám: 5

Célja, hogy a tanulók érettebb önszabályozással és a testi és lelki egészséget szolgáló szokások ismeretével lépjenek egyetel tovább a fiatal-felnőttkor felé. A mozgás tematikus blokkokban közvetlenül épül be — és az egészséges életmód egyik tartóoszlopa. Az önismeret és identitáskeresés, a reziliencia és a nehéz érzésekkel való megküzdés

az érzelmi nevelés iránya. A gyerek stratégiákban gondolkodik. Képes kölcsönösségen alapuló intim kapcsolatokat kialakítani, tanul a szexuális biztonságról (fogamzásgátlás, higiénia, vizsgálatok, tévhitek, biztonság az online térben). Gyakorolja, hogyan olvassuk le a test jelzéseit (feszültség, nyugalom, kifáradás, éberség), és hogyan használjuk a mozgást a hangulat és a figyelem egyensúlyba hozására. A cél egy személyes „szabályozó eszköztár” felépítése, a határok felismerése és az önmonitorozás elsajátítása. A modern sporttudomány fogalmait hétköznapi példákra fordítja: mikor érdemes mozogni, mennyit, milyen ütemben, hogy jobban érezzük magunkat most, és jobban bírjuk holnap.

1.10.6 11–12. évfolyam — Felnőttkori átmenet szakasza

A szakasz fő fejlesztési célja: Életcél és értékrend; érett kapcsolatok és felelősségvállalás; hatékonyság az önálló tanulásban, stresszkezelés. A szexualitás témája társadalmi, jogi kontextusban is megjelenik. A mozgás élethosszig tartó szokásként integrálódik. A gyerek tudja, mi fontos neki.

Heti óraszám: 5

Célja, hogy a tanulók a felnőtt élet küszöbén tudjanak célokat megfogalmazni, komplex tanulási projekteket megvalósítani, segítséget kérni, és kezelni az érettségi és a továbblépés stresszét. Tisztában vannak saját erősségeikkel és torzításaikkal, és ezeket figyelembe véve alakítják ki egyéni tanulási környezetüket és rutinjaikat (pl. felkészülés az érettségire). Tudja a saját hibáit elemezni, mintázatként használni újabb tanulási stratégiák és célok megfogalmazásában. A mozgás élethosszig tartó szokásként integrálódik: a gyerek kialakítja saját mozgásidentitását, és tudja, hogyan használja a mozgást a stresszkezelésben. Érzelmi szinten: életcél, reziliencia, mentális egészség-literáció. Kapcsolati szinten: felelősen vesznek részt a kapcsolataikban és közösségeikben, képesek reflektálni értékválasztásaikra és kapcsolati döntéseikre. Ismerik a média társadalmi testképre és normákra gyakorolt hatását, a termékenységtudatosság lehetőségeit mérlegelni tudják. Ismerik az emberi test alapvető működését. Átlátják a mozgás, a táplálkozás és a pihenés egészségre gyakorolt hatásait, összefüggéseit — ezek alapján pedig képesek megfelelő életmódbeli döntéseket hozni, és szűkebb környezetükre hatni. Kialakult mozgáskultúrájuk lehetővé teszi, hogy a sportok és különböző mozgásformák széles palettáján magabiztosan kipróbálják magukat, és rátaláljanak azokra, amelyeket az egészség egyik alappilléreként a mindennapjaikba építhetnek.

1.11 A Jólét tantárgy és a NAT-témakörök lefedése

A Jólét tantárgy az 1–8. évfolyamon az Etika és a Testnevelés NAT-tartalmait integrálja, a 9–12. évfolyamon a Testnevelés NAT-tartalmait viszi tovább és egészíti ki. **Minden NAT fő témakört lefedünk — egyetlen témakört sem hagyunk el.** Csak az oktatás szervezése tér el: a tartalmakat fejlesztési területek és konkrét modulok köré rendezzük. A lefedés háromféle:

- **saját BPS-modul** fedi le a témakört (a témakörök többsége) — a modul a NAT-témakör tanulási eredményeit a saját tanulási eredményeivel egyenértékűen

teljesíti;

- **a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük** ott, ahol nincs saját modulunk (pl. az „Alternatív környezetben úszhető mozgásformák”, valamint az 1–4. évfolyamon kötelező úszás) — tanulási eredményekkel együtt;
- **feltételes** témakör, amelyet maga a NAT is feltételhez köt: az úszás 5–8. és 9–12. évfolyamon („amennyiben adottak a körülmények”), valamint a gyógytestnevelés (orvosi javaslattal odautalt tanulóknak).

A gimnáziumban (9–12.) a Jólét a Testnevelés tantárgy átnevezése és továbbfejlesztése (itt nem két tantárgy integrációjáról van szó): a Testnevelés minden fő témakörét tartalmazza, kiegészítve a lelki és társas jólét fejlesztésével.

A tanulók heti összóraszámja nem változik (1–8.: heti 6, 9–12.: heti 5 óra).

1.11.1 Óraszámok fejlesztési területenként és szakaszonként

Fejlesztési terület	1–2.	3–4.	5–6.	7–8.	9–10.	11–12.	Σ
Mozgás és test	228	216	217	217	218	217	1313
Egészséges életvitel	12	24	30	23	28	33	150
Érzelmi intelligencia	110	110	67	90	48	18	443
Tanulni tanulunk	24	24	36	24	24	24	156
Kapcsolatok és intimitás	24	24	60	36	24	18	186
Értékek és tudatos döntések	12	12	12	18	6	8	68
Közösségek, csoportok és csapatok	22	22	10	24	12	12	102
Σ	432	432	432	432	360	330	2418

A Jólét tantárgy **mindennapos jólétet** biztosít — a Mozgás és test fejlesztési területen keresztül napi mozgástevékenységgel —, így a mindennapos testnevelés követelménye (Nkt. 27. § (11)) a tantárgy elnevezésétől függetlenül teljesül.

1.11.2 Testnevelés és egészségfejlesztés – a NAT fő témakörök lefedése

NAT 1–4. évfolyam

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jólét-modul(ok)
Gimnasztika és rendgyakorlatok – prevenció, relaxáció	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, összececsizölődünk, Mozgunk, játszunk, visszaszokunk, Ki mit tud? A testtudat., Mozogj szabadon!
Kúszások és mászások	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, összececsizölődünk, Bonyolódjunk bele!, Alkalmazkodás, rugalmasság és kreativitás
Járások és futások	saját BPS-modul	Futni jó!, Futni egyre jobb! Télen is!, Futva is lehet barátkozni!, Fuss az életedért!
Szökdelések és ugrások	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, visszaszokunk, Bonyolódjunk bele!, Alkalmazkodás, rugalmasság és kreativitás
Dobások és ütések	saját BPS-modul	Labdás, eszközös feladatok – labdázni mindenki tud!, Alkalmazkodás, rugalmasság és kreativitás, Orvosság minden nyavalyára
Támasz-, függés- és egyensúlygyakorlatok	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, összececsizölődünk, Bonyolódjunk bele!, Ki mit tud? A testtudat.
Labdás gyakorlatok	saját BPS-modul	Labdás, eszközös feladatok – labdázni mindenki tud!, Alkalmazkodás, rugalmasság és kreativitás, Orvosság minden nyavalyára

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jóllet-modul(ok)
Testnevelési és népi játékok	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, összecsiszolódunk, Mozgunk, játszunk, visszaszokunk, Futva is lehet barátkozni!, Fuss az életedért!
Küzdőfeladatok és -játékok	saját BPS-modul	Bonyolódjunk bele!, Alkalmazkodás, rugalmasság és kreativitás, Mozogj szabadon!
Foglalkozások alternatív környezetben	saját BPS-modul	Mozgunk, játszunk, összecsiszolódunk, Futni jó!, Mozgunk, játszunk, visszaszokunk, Futni egyre jobb! Télen is!, Mozogj szabadon!, Fuss az életedért!
Úszás	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük
Gyógytestnevelés	feltételes	Mozgunk, játszunk, összecsiszolódunk, Mozgunk, játszunk, visszaszokunk, Ki mit tud? A testtudat.

NAT 5–8. évfolyam

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jóllet-modul(ok)
Gimnasztika és rendgyakorlatok – prevenció, relaxáció	saját BPS-modul	Az ember mindenre képes?, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe, Pihenés és regeneráció – a fejlődés láthatatlan oldala, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jóllet-modul(ok)
Atlétikai jellegű feladatmegoldások	saját BPS-modul	Az ember mindenre képes?, Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben, Szívdobbanás – keringés és terhelés, Pihenés és regeneráció – a fejlődés láthatatlan oldala, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése
Torna jellegű feladatmegoldások	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, A test erőművei – táplálkozás és anyagcsere, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe
Sportjátékok	saját BPS-modul	Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben
Testnevelési és népi játékok	saját BPS-modul	Szívdobbanás – keringés és terhelés
Önvédelmi és küzdősportok	saját BPS-modul	Az ember mindenre képes?, Szívdobbanás – keringés és terhelés, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe
Alternatív környezetben űzhető mozgásformák	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük
Úszás	feltételes	feltételhez kötött (lásd megjegyzés)
Gyógytestnevelés	feltételes	Az ember mindenre képes?, Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Pihenés és regeneráció – a fejlődés láthatatlan oldala

NAT 9–12. évfolyam

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jóllet-modul(ok)
Gimnasztika és rendgyakorlatok – prevenció, relaxáció	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben, Szívdobbanás – keringés és terhelés, A test erőművei – táplálkozás és anyagcsere
Atlétikai jellegű feladatmegoldások	saját BPS-modul	Az ember mindenre képes?, Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben
Torna jellegű feladatmegoldások	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése
Ritmikus gimnasztika és aerobik (választható)	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése
Sportjátékok	saját BPS-modul	Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése

NAT fő témakör	Lefedés	Lefedő Jóllet-modul(ok)
Testnevelési és népi játékok	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Éltető levegő – a légzés szerepe mozgás közben, Szívdobbanás – keringés és terhelés, Pihenés és regeneráció – a fejlődés láthatatlan oldala, Mozgással a tanulásért – kognitív és érzelmi funkciók fejlesztése
Önvédelmi és küzdősportok	saját BPS-modul	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Szívdobbanás – keringés és terhelés, A test erőművei – táplálkozás és anyagcsere, Reflex és reakció – az idegrendszer mozgásszabályozó szerepe
Alternatív környezetben úzható mozgásformák	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük
Úszás	feltételes	feltételhez kötött (lásd megjegyzés)
Gyógytestnevelés	feltételes	Egyáltalán hogyan tudunk mozogni?, Pihenés és regeneráció – a fejlődés láthatatlan oldala

1.11.3 Etika / hit- és erkölcsstan — a NAT témakörök lefedése

NAT 1–4. évfolyam

NAT etika témakör	Lefedés	Lefedő modul / forrás
Éntudat – Önismeret	saját BPS-modul	Hurrá tanulunk!, Ez nehezebb, mint gondoltam!, Már ezt is tudom!, Hangulatház – alapérzéseink megismerése, Érzelemnyomozók, Hétpróbás hősök, Érzelmi időjárás-jelentés
Család – Helyem a családban	vegyes (saját + átemelt)	Kapcsolómesterek
Helyem az osztály közösségében	saját BPS-modul	Érzelemnyomozók, Kapcsolómesterek, Érzelemkutatók expedíciója, Visszajelzést adunk-kapunk, Ajándékozz visszajelzést
A társas együttélés kulturális gyökerei: Nemzet – Helyem a társadalomban	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük
A természet rendjének megőrzése a fenntarthatóság érdekében	vegyes (saját + átemelt)	—
Az európai kultúra hatása az egyén értékrendjére	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük

NAT 5–8. évfolyam

NAT etika témakör	Lefedés	Lefedő modul / forrás
Éntudat – Önismeret	saját BPS-modul	A tehetség mítosza, A kényelmetlenség a barátod, Mi van a fejedben?, Tudós, tudós, de Érzelemtudós?, A láthatatlan hajtóerők – Miért érzem ezt és mit csináljak vele?, Tanulni tanulunk – 1. rész, Az E-Qulcs csomód

NAT etika témakör	Lefedés	Lefedő modul / forrás
Család – Helyem a családban	vegyes (saját + átemelt)	Stay Connected – Nehéz érzések, okos megosztások
Társas tudatosság és társas kapcsolatok – Helyem a társas-lelkületi közösségekben	saját BPS-modul	Stay Connected – Nehéz érzések, okos megosztások, Kapcsolódj!, K&K Szerelőműhely – Kocsik, Kapcsolat- és Konfliktuszerelő Műhely, Válaszd magad! – Konfliktuskezelés – Level up
A társas együttélés kulturális gyökerei: Nemzet – Helyem a társadalomban	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük
A természet rendjének megőrzése a fenntarthatóság érdekében	vegyes (saját + átemelt)	—
Az európai kultúra emberképe, hatása az egyén értékrendjére	kerettantervből átemelt	a kerettantervi témakört közvetlenül átemeljük

1.12 Helyi fejlesztésű tartalom – a tanári csapat szerepe

A Jóllet tantárgy témakörei két típusba sorolhatók:

- *Előre kidolgozott* (2002 ó): BPS- vagy kerettantervekből átemelt témakörök — kidolgozott tanulási eredményekkel és módszertani javaslatokkal. A tanulási eredmények elérése minden BPS-iskolában kötelező; a konkrét megvalósítástól a tanár eltérhet, ha az elvárások teljesülnek.
- *Helyi fejlesztésű* (416 ó): a tanárcsapat által az adott tanulóközösség számára kidolgozandó témakörök — a fejlesztés elvégzése kötelező, az órakeret és a fejlesztési terület előírt.

A helyi fejlesztésű tartalom azért szükséges, mert a BPS pedagógiájában a tanár nem kész forgatókönyvet hajt végre, hanem a gyerekek érdeklődéséhez, meglévő tudásához és a saját szakmai erősségeihez igazodik. Ugyanakkor ez nem szabad felhasználású keret: a tanár mozgásterét két strukturális korlát egyszerre irányítja:

1. *A fejlesztési terület* meghatározza a fejlesztési célt (pl. Értékek és tudatos döntések) — ez önmagában konkrétabb irány, mint egy hagyományos tantárgy kerettanterve.

2. A *pedagógiai szakasz* tovább szűkíti a kontextust: az 5–6. évfolyamon a kortárs-dinamika és az online identitás keretezi ugyanazt az Értékek-fókuszot, amit a 9–10.-ben az identitáskeresés és az önálló életmód-tervezés közegében kell elérni.

1–2. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (432 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	216	12	228
Egészséges életvitel	12	0	12
Érzelmi intelligencia	82	28	110
Tanulni tanulunk	24	0	24
Kapcsolatok és intimitás	12	12	24
Értékek és tudatos döntések	12	0	12
Közösségek, csoportok és csapatok	22	0	22
Összesen	380	52	432

3–4. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (432 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	216	0	216
Egészséges életvitel	12	12	24
Érzelmi intelligencia	82	28	110
Tanulni tanulunk	24	0	24
Kapcsolatok és intimitás	12	12	24

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Értékek és tudatos döntések	12	0	12
Közösségek, csoportok és csapatok	22	0	22
Összesen	380	52	432

5-6. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (432 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	194	23	217
Egészséges életvitel	30	0	30
Érzelmi intelligencia	46	21	67
Tanulni tanulunk	36	0	36
Kapcsolatok és intimitás	60	0	60
Értékek és tudatos döntések	12	0	12
Közösségek, csoportok és csapatok	10	0	10
Összesen	388	44	432

7-8. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (432 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	217	0	217
Egészséges életvitel	23	0	23

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Érzelmi intelligencia	58	32	90
Tanulni tanulunk	24	0	24
Kapcsolatok és intimitás	36	0	36
Értékek és tudatos döntések	12	6	18
Közösségek, csoportok és csapatok	10	14	24
Összesen	380	52	432

9–10. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (360 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	218	0	218
Egészséges életvitel	28	0	28
Érzelmi intelligencia	0	48	48
Tanulni tanulunk	0	24	24
Kapcsolatok és intimitás	0	24	24
Értékek és tudatos döntések	0	6	6
Közösségek, csoportok és csapatok	0	12	12
Összesen	246	114	360

11–12. évfolyam – fejlesztési terület-bontás (330 ó)

Fejlesztési terület	Előre kidolgozott ó	Helyi fejlesztésű ó	Összesen
Mozgás és test	207	10	217
Egészséges életvitel	21	12	33
Érzelmi intelligencia	0	18	18
Tanulni tanulunk	0	24	24
Kapcsolatok és intimitás	0	18	18
Értékek és tudatos döntések	0	8	8
Közösségek, csoportok és csapatok	0	12	12
Összesen	228	102	330

1.13 Tanári szakképzettség

A Jóllet tantárgyat a vonatkozó jogszabályok szerinti pedagógus-szakképzettséggel rendelkező munkatársak tanítják. A kérelem a tanári szakképzettségre vonatkozóan **nem kér eltérést** a jogszabályi előírásoktól — az integrált tantárgyat az azt alkotó tantárgyakra képesített pedagógusok látják el:

- **1–8. évfolyamon:** tanító, testnevelő tanár, valamint etika/erkölcstan tanár. Az integrált Jóllet a Testnevelés és az Etika tartalmait fogja össze, ezért az ezekre képesített pedagógusok taníthatják.
- **9–12. évfolyamon:** testnevelő tanár. A gimnáziumban a Jóllet a Testnevelés tantárgy átnevezése és továbbfejlesztése, így a testnevelő tanári szakképzettség az irányadó.

2 Melléklet — A Jóllet tantárgy helyi tanterve

A Jóllet tantárgy **teljes helyi tanterve** — pedagógiai szakaszonként, modulonként a saját tanulási eredményekkel, a lefedett NAT fő témakörökkel és azok (kerettantervi) tanulási eredményeivel — **külön mellékletként csatolva** (helyi_tanterv_teljes.pdf).

A jelen kérelem „A Jóllet tantárgy és a NAT-témakörök lefedése” szakasza tartalmazza a témakör-szintű, összefoglaló lefedettség táblázatokat; a modul-szintű részletezés a csatolt helyi tantervben található.