

PORTFÓLIÓ

Francsics Szimonetta

2024



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus

Neveléstudományi Intézet

**Gyógytestnevelés az óvodában, iskolában szakterületen
pedagógus-szakvizsgára felkészítő szakirányú
továbbképzési szak**

**Prevenció az iskolában: A gyógytestnevelés játékos
mozgásanyagának vizsgálata**

Belső konzulens: Vönöczky Áron Gábor
testnevelő tanár

**Belső konzulens
intézete/tanszéke:** Neveléstudományi Intézet
Szakdidaktikai tanszék

Készítette: Francsics Szimonetta
IYFDGI

Kaposvár

2024

Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék	1
1. A portfólió összeállításának szakmai háttere	2
1.1 A szakmai életút rövid bemutatása	2
1.2 A szakmai és személyes indítékok, elvárások a képzéssel kapcsolatban	5
1.3 Önértékelés: erősségek, fejlesztendő területek	6
1.4 Személyes célok, feladatok a képzés során	7
2. A szakmai fejlődést elősegítő tanulási eredmények	8
2.1 A kompetenciák fejlődését támogató dokumentumok reflektív bemutatása	8
2.2 A szakmai fejlődés tényeinek összegzése	18
2.3 Összegző reflexió a szakmai fejlődésről	19
3. További tanulási és fejlődési célok megfogalmazása	20
3.1 A képzésen tanultak beépítésének lehetőségei a saját munkába	20
3.2 Az elméleti ismeretek és a gyakorlati tapasztalatok összevetése, reflektálás	20
3.3 További szakmai tervek	20
4. Felhasznált irodalom	22
5. Mellékletek	23

1. A portfólió összeállításának szakmai háttere

1.1 A szakmai életút rövid bemutatása

A Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Karán 2001-ben testnevelés szakos diplomát szereztem. Korábban sporttagozatos gimnáziumban tanultam, ezért természetes volt, hogy ebben az irányban folytatom a tanulmányaimat. Az egyetemi évek alatt még nem voltam biztos abban, hogy valóban tanítani szeretnék, de a gyakorlati tanítások során átélt pozitív élmények mutatták meg, hogy ezt a pályát kell hivatásomul választanom. A gimnáziumi mentor tanárom bátorított, hogy adjam be a pályázatomat az iskolájukba, mert a következő tanévtől üresedés várható. Ez az utolsó előtti szemeszterben történt, de én már ekkor tudtam, hogy szeretném a tanulmányaimat megszakítani, hogy külföldön egy évet eltölthessek, mielőtt végleg lediplomázom és munkát vállallok. Mindenesre ez megerősített abban, hogy a tanárként helyezkedjem el a diploma megszerzése után.

2001-ben egy kis falusi iskolában kezdtem tanítani, pontosabban a második osztályosok napközis nevelője lettem. Igazi kihívás volt számomra ez az új munkakör, hiszen teljesen más egy testnevelés órát megtartani, amit volt alkalmam az egyetemen tanulni és gyakorlatban kipróbálni, mint írni, olvasni, számolni, tanítani őket. Az ehhez szükséges tudás hiányzott, ezért az első heteket azzal töltöttem, hogy délelőtt hospitáltam és tanultam, délután pedig megpróbáltam a látottakat gyakorlatban megvalósítani. Rendkívül kimerítő hetek voltak ezek, de ennek ellenére nagyon élveztem.

A testnevelés tanítására csak ritkán nyílt lehetőségem, leginkább helyettesítések alkalmával, mivel több testnevelés szakos kolléga is dolgozott az intézményben, viszont lehetőségem nyílt a nyelvtanítás területén kipróbálni magam. Igaz csak nyelvvizsgával és egy egyéves külföldi munkavállalás során megszerzett nyelvi rutinnal rendelkezttem, de szerettem volna a gyakorlatban is hasznosítani a nyelvtudásomat. Kezdetben a 3. és 4. osztályban tartottam nyelvvórákat, illetve szakkört az 1. és 2. osztályban. Munkámmal meg voltak elégedve, ezért a következő tanévben már felső tagozatos csoportot is kaptam.

Ekkor már éreztem, hogy szakmailag, módszertanilag fejlődnöm kell, ezért 2003-ban elkezdtem levelező tagozaton az angol nyelvtanári képzést, amit 2008-ban fejeztem be. A képzés során informatikai tudásom fejlesztésére is szükség volt, ezért autodidakta módon otthoni gyakorlással tanultam meg a szövegszerkesztést, prezentáció készítést, operációs rendszerek és az internet használatát, majd ECDL vizsgát is tettem.

Egy rövid otthon töltött 2 év után szerettem volna az első munkahelyemre visszatérni, de ott is munkába álltak azok a kolléganők, akiknek a feladatkörét elláttam (angol szakos és tanító). Szerencsére azonnal találtam állást, ismét egy vidéki iskolában, Mernyén. Itt is egy szülési szabadságon lévő kolléga helyét töltöttem be. Az óraszámom nagyobb részét az angol tette ki, de Szennával ellentétben itt már egy felső tagozatos osztályt taníthattam testnevelésből. Az első hónapok a tudásom felfrissítésével teltek. Elővettem az egyetemi jegyzeteimet és lelkiismeretesen készültem a testnevelés óráimra is, hiszen a testnevelő tanári diplomám megszerzése óta eltelt 7 év úgy, hogy az egyetemen megszerzett szaktárgyi tudásomat nem használtam csak akkor, amikor egy-egy alkalommal helyettesítettem a munkatársaimat.

A Mernyén eltöltött évek során bekapcsolódtam az iskola által szervezett továbbképzésekbe (Szociális felzárkóztatás a 67-es út mentén), melynek keretein belül munkaerő piaci ismereteket, Európai Uniós jogi ismereteket, romológiai és informatikai ismereteket tanultam, illetve részt vettem egy kommunikációs tréningen is. Leginkább a romológiai ismereteknek vettem hasznát. Jobban megértettem az iskolába járó roma tanulók viselkedését, elfogadóbb és alkalmazkodóbb lettem a tanóráimon. A következő évben az egyik hetedikes osztály osztályfőnökének bíztak meg. Új kihívások elé néztem, úgymint osztályközösség építés, szülői kapcsolattartás, osztálykirándulás szervezés.

Megszületett második gyermekem és ismét eltöltöttem két évet otthon. Azonban az iskolába visszatérve úgy éreztem, elrohant az idő mellettem. A tantermekbe digitális táblák kerültek, amelynek használatát meg kellett tanulnom. Újabb két informatikai képzést végeztem el. 2013-ban a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ oklevéllel ismerte el munkámat. Szerettem Mernyén tanítani, de úgy éreztem szakmailag csak úgy tudok tovább fejlődni, ha munkahelyet váltok.

Beadtam pályázatomat a Zrínyi Ilona Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Tagiskolába. Itt lehetőségem nyílt angoltudásomat más területen, új helyzetben kipróbálni. Az angol nyelvórák mellett, a testnevelést is angolul taníthattam, mely új kihívások elé állított. Fontosnak tartom a folyamatos fejlődést, ezért az új módszertani ismereteket továbbképzéseken igyekeztem elsajátítani mind a testnevelés, mind a nyelvtanítás területén. Megismerkedtem az új fizikai fittségméréssel és a szivacskezilabdázás módszertani alapjaival. Mindkét képzésen a tanult ismereteket azonnal alkalmazni tudtam a tanóráimon. A NETFIT mérés kötelező lett a felső tagozaton, a szivacskezilabda képzésen tanult játékokat

pedig az alsós testnevelés óráimba építettem be. A városi iskolák által szervezett 'jó gyakorlat' címen megvalósuló óralátogatásokon is részt veszek, így tanultam új küzdő gyakorlatokat a judo továbbképzésen. Azonban tanítási óráim 75 százalékát továbbra is angol nyelvű tanórák tették ki, ezért az érdeklődési köröm a továbbképzés terén nagyobb részben a nyelvtanítás felé irányultak.

Iskolánkban hagyomány, hogy december utolsó hetében minden osztály közös produkcióval lép fel a Városi Sportszarnokban. Testnevelőként is kihívást jelent számomra, hogy egy egész osztálynak betanítsak egy táncos produkciót, mivel jómagam nem ilyen típusú sportágakat űztem korábban. A készülés a Zrínyi Estre remek alkalom, hogy a gyerekeket bevonjam a tanulás-tanítás tervezésébe, folyamatába. A gyerekekkel együtt választjuk ki a zenét, de a tánclépéseket, a koreográfiát már én tanítom be nekik, míg alsóbb évfolyamra járnak. Később, ahogy egyre idősebbek lesznek már önálló ötletekkel, gondolatokkal keresnek meg. Mindig nagyon örülök a kezdeményezésnek és támogatom őket abban, hogy az osztályfőnöki órán közösen kiválasztott zenére, a tánc koreográfiáját összeállítsák.

Váratlanul és felkészületlenül ért a Covid járvány, mely egy teljesen új helyzet elé állított bennünket. Kezdetben megoldhatatlan feladatnak tűnt, hogy miképp lehetne testnevelést oktatni online formában. Nehézséget jelentett az elektronikus napló használata, hiszen új funkciókat kellett egyik napról a másikra megtanulni. Összetartó közösségünknek köszönhetően egymást segítve, tanítva sikerült az e-learning felület használatát elsajátítani, valamint a közösségi média által nyújtott lehetőségeket is igénybe vettük, hogy a gyerekeket otthonukban elérjük.

A következő kérdés a tanítandó tananyag tartalom átadásának szükségessége volt. Kollégáimmal gyors egyetértésre jutottunk, hogy abban a speciális helyzetben a tananyagot félre kell tenni és inkább arra törekedtünk, hogy ötleteket adjunk a gyerekeknek, szülőknek arra vonatkozóan, hogy hogyan tudják megvalósítani az otthoni testmozgást a szűkös élettér ellenére is. A következő tanévben az újabb karantén már nem okozott akkora fejtörést. Rengeteg online tartalom jelent meg különböző platformokon. Ezekből küldtem nekik válogatást, illetve hívtam őket online órára a képernyő elé. A mai napig tagja vagyok zárt szakmai csoportoknak, melyek rengeteg ötletet adnak az órai munkák színesítéséhez. 2019-ben sikeres minősítő eljárás után Pedagógus II. fokozatba léphettem.

Nyitott vagyok az új ötletekre, gondolatokra. A felső tagozaton működő munkaközösségek tevékeny tagja vagyok. Remélem, hogy a jövőben is megmarad a munkám

során megmutatkozó lelkesedésem, elhivatottságom a szakmám iránt, a magas óraszámok, a növekvő terhek és a folyamatosan változó elvárások (szülői, társadalmi, oktatáspolitikai) mellett is (Francsics, 2019).

1.2 A szakmai és személyes indítékok, elvárások a képzéssel kapcsolatban

Mindig is fontosnak tartottam, hogy szakmailag megújuljak, a kor igényének megfelelő felkészültséggel rendelkezzem. Hiszek az élethosszig tartó tanulás fontosságában, különösen annak tudatában, hogy egy folyamatosan fejlődő világban szakmák tűnnek el és új szakmák keletkeznek.

A Pécsi Tudományegyetem testnevelő tanár szakán sokrétű, széles tudásra tettem szert, mely kitért a gyógytestnevelés tárgykörére is egy félév erejéig. Ismereteim bővültek a leggyakrabban előforduló mozgásszervi elváltozások és belgyógyászati betegségekkel, valamint megismerkedtem a prevenció fontosságával is és jó alapokat adott ahhoz, hogy be tudjam építeni a tartáskorrekciót a testnevelés óráimba. Azonban ahogy az évek múltak azt éreztem, hogy ez a tudás megkopott és részben elavult, ezért szükségét éreztem, hogy ismereteimet felfrissítsem, kibővítsem.

Továbbá a testnevelés csoportjaimba járó tanulók között évről évre egyre több tanulónál állapít meg hanyagtartást, gerincferdülést az iskolaorvos. Ezen tanulók egy része gyógytestnevelés órákra is jár, azonban a normál testnevelés órákon is részt vesznek és szívesen be is kapcsolódnak minden típusú órába. Ezekben az esetekben úgy éreztem, hogy szükségem van egy alaposabb szakmai tudásra, hogy az órák megtervezésénél figyelembe tudjam venni az ilyen tanulók egészségügyi problémáit és a feladatokat úgy állítsam össze, hogy az elváltozás fokát ne súlyosbítsam. Csoportjaimba különböző képességű és adottságú tanulók járnak, ezért kiemelten fontossá vált számomra a differenciált óratervezés és szervezés ismeretének elsajátítása, melyhez a szakmai tudás megszerzését a képzéstől vártam.

Elvárásom volt, hogy olyan szakmai ismeretanyagra tegyek szert, amit nemcsak tornateremben, hanem akár tanteremben is alkalmazhatok a mindennapokban. Iskolánkban óriási probléma, hogy a mindennapos testnevelés foglalkozásokat megvalósítsuk. Egy kisméretű tornatermünk van, ezért több testnevelés órát az iskola folyosóján kell megtartanunk, szűkös, elégtelen körülmények között. Új látásmódot, a megszokott eszközök kreatív, újszerű használatának gyakorlatanyagát szerettem volna elsajátítani. Emellett olyan új tudással is akartam gazdagodni, amely képessé tesz arra, hogy felismerjem a speciális

nevelési igényű gyermekeket. Új technikákat, a legújabb oktatásban használatos tárgyi eszközök használatát, innovatív módszereket szeretnék tanulni oktatóimtól a képzés során.

1.3 Önértékelés: erősségek, fejlesztendő területek

Ebben a pontban erősségeimet és fejlesztendő területeimet elemzem a pedagógiai kompetenciák tükrében.

Erősségeim:

A kommunikáció és szakmai együttműködés, a problémamegoldás mindig is az egyik legerősebb területem volt. Igyekszem diákjaim számára minden alkalommal biztosítani a nyugodt környezetet. Vallom, hogy csak stresszmentes környezetben tud kialakulni a tanulás iránti pozitív attitűd. A tanári pályán eltöltött 20 év megtanított az érthető, egyszerű, világos kommunikációra, a lényeg kiemelésére és átadására. Aktívan és kezdeményezően veszek részt a szakmai munkaközösségek munkájában. Pedagógustársaimmal hatékonyan tudok együttműködni, az iskola közösségi életében, témanapok, projekthetek szervezésében kezdeményező szerepet vállalom.

A tanulói csoportok, közösségek alakulásának segítése, fejlesztése, az esélyteremtés, a nyitottság a különböző társadalmi-kulturális sokféleségre, az integrációs tevékenység leginkább az osztályfőnöki tevékenységemben tud megjelenni. A testnevelés mellett a másik szakom az angol nyelv tanítása, ahol a beszédközpontú órák alkalmával a tanulóknak lehetőségük van megismerni egymás gondolatait, nézeteit. Tudatosan változtatok a csoportok összetételét, így teremtve esélyt arra, hogy jobban megismerjék egymást. Az együttműködés során fejlődik a tanulók kooperációs készsége, csökkenek az előítéletek társaik irányába, ráébrednek társaik másságára és elfogadóbbá válnak.

Fejlesztendő területek:

Fejlesztendő területeim között első helyen áll a szaktárgyi tudásom bővítése, a speciális nevelési igényű tanulók oktató-nevelő munkájának megjelenítése és beépítése a tervező munkám során. Új oktatási stratégiák, módszerek elsajátítása révén szeretném, ha pedagóguskompetenciáim fejlődnének és ebből kifolyólag képessé váljak differenciált óravezetésre. Szeretném a kooperatív tanulási módszert elsajátítani, melynek segítségével még inkább előmozdíthatom a tanulók közötti kommunikáció létrejöttét, esélyt teremtve arra, hogy fejlődjön a tanulók szociális képessége, valamint empátiás és toleranciaképességeik is.

Pedagógiai folyamatok és a tanulók személyiségfejlődésének folyamatos értékelése, elemzése a mindennapi munkám szerves része. A hagyományos jegy alapú értékelésen túl igyekszem változatos módszereket alkalmazni. Sokat dicsérek, a pozitív megerősítésre helyezem a hangsúlyt. A kritikákat igyekszem úgy megfogalmazni, hogy az építő jelleggel bírjon és abból a diák tanulni tudjon. Fontos, hogy megértessem a diákjaimmal, hogy az értékelési folyamatomban elsősorban a folyamatos egyéni képességeknek megfelelő fejlődés a legfontosabb mutató.

A testnevelői munkakörömmel együtt jár a diákok fizikai állapotának mérése, az adatok rögzítése és elemzése. A mért adatok tükrében fontos, hogy fejlődést érjek el a tanulás támogatása terén, kompetenciáim ezen a területen fejlődjenek. Jobban kell törekednem arra, hogy a tanulókkal megértessem az élethosszig tartó fizikai aktivitás jelentőségét és az egészségtudatos életvezetés fontosságát.

1.4 Személyes célok, feladatok a képzés során

A mozgásszegény életmódnak köszönhetően egyre több tanuló teljesít gyengén a Netfit mérési és értékelési rendszerben. A fittségi profilok zömében a tanulók majdnem egyharmada a fejlesztési zónába vagy a fokozott fejlesztési zónába kerül. Ezért felmerült bennem egy olyan gyakorlatanyag összeállítása, amely a mi iskolai szertárunkban megtalálható eszközök segítségével az izmok erősítésére, a gerinc mobilitására és mozgástartományának növelésére és az állóképesség javítására irányulna játékos formában különböző korosztályok számára. Az ötlettár anyagának a megvalósulásához a gyakorlati órák oktatóitól várok inspirációt. Terveim között szerepel, hogy az ötletárát, játékgyűjteményt megosztom kollégáimmal.

Fő célkitűzésem között szerepelt, hogy a fejlesztésre szoruló kompetenciáimban fejlődést érjek el. Mivel a képzést csak részben támogatta a Tankerület, ezért aktívan részt kívántam venni az órákon.

2. A szakmai fejlődést elősegítő tanulási eredmények

2.1 A kompetenciák fejlődését támogató dokumentumok reflektív bemutatása

Minden testnevelő és gyógytestnevelő számára elengedhetetlen a gimnasztika szaknyelvének ismerete és pontos használata. A gimnasztika terminológiája magában foglalja a testhelyzetek, gyakorlatok, mozgáselemek szakkifejezéseit (Oettinger-Oettinger, 2011). A *gyakorlatvezetés és elemzés 1. és 2. kurzusok* a gimnasztika elméletének, gyakorlatának és módszertanának alapjaival foglalkozott. Több éves testnevelő tanári múlttal is hasznosnak találtam újra átismételni a gimnasztika szaknyelvét és a hozzá szorosan kapcsolódó rajzírás. Ennek megfelelően megtanultam a testrészek helyzetére vonatkozó szakkifejezéseket, mint például kar-, kéz-, ujjtartások, fogásmódok, valamint az egész test helyzetére vonatkozó szakkifejezéseket, mint például támaszok, függések. Az elméletben tanult gimnasztikai szaktárgyi tudást a gyakorlati órákon tudtam gyakorolni, csiszolgatni. Különböző gyakorlat vezetési módszerekkel a bemelegítés öt blokkjára terveztem gimnasztikai gyakorlatokat, melyet a csoporttársaimnak levezényeltem.

Kurzust vezető tanáromtól rengeteg hasznos tanácsot kaptam arra vonatkozóan, hogy milyen stílusban, nyelvezettel tudom a gyakorlatokat a különböző korosztályoknak levezényelni. Csoporttársaim más típusú intézményekben tanítanak, tőlük is sok új dolgot, gyakorlatot, ötletet sajátítottam el, melyet be tudok építeni a mindennapi munkámba. Annak ellenére, hogy ez egy gyakorlati tanóra volt, az első két alkalom online módon került megtartásra, amit a tanárnő remekül megoldott. Prezentációjában egyszerűen, világosan szemléltetve mutatta be a gimnasztika alapjait és az elméleti tudást azonnal át is ültette a gyakorlatba úgy, hogy a számítógép előtt ülve az utasításai alapján rajzírással adtuk vissza az általa diktált gyakorlatokat, majd ellenőrzés képpen megmutatta a helyes megoldást. Mindenképpen jó gyakorlatként tekintek ezekre az órákra, melynek módszertanából én is profitálhatok később, beépíthetem módszertani eszköztáramba, ha ismét online oktatásra kerül sor.

A tanóra elméleti része volt még a gyakorlatok szervezetre kifejtett hatásának vizsgálata a gyógytestnevelés szemszögéből nézve. Ennek mechanizmusának megértését nagyban segítette az *Anatómia és Élettan* kurzusokon elsajátított ismeretek. A tantárgyi koncentráció itt abban mutatkozott meg, hogy megértettem miért fontos a gyakorlatok összeállításánál és végrehajtás módjánál figyelembe venni az ember anatómiai adottságait. Számos, korábban jónak vélt és tanárképzésben tanított gimnasztika gyakorlatról kiderült,

hogy káros és az elérni kívánt cél szempontjából felesleges, ezért nagyon hálás vagyok egyetemi oktatóimnak, akik arra törekedtek, hogy a gyakorlóórák keretein belül a funkcionális gimnasztika ismereteimet sok magyarázattal és hibajavítással elmélyítsék.

A *funkcionális gimnasztika* órákon foglalkoztunk a leggyakoribb belgyógyászati betegségekkel (obesitas, asztma, szívbetegségek) ortopédiai elváltozásokkal (mellkas és gerinc deformitások, lábboltozat elváltozásai), amelyek a gyógytestnevelés órán előfordulhatnak. Kitértünk azok tüneteire és átbeszéltük azok káros mozgásanyagait. A tornaeszközök, kéziszeres felhasználásával megtanultam, hogy hogyan lehet színesíteni, változatosabbá tenni a gyakorlatsorokat és a gyakorlati órák során tanulhattam társaim gyakorlataiból. Botgyakorlataimat úgy terveztem meg, hogy legyen köztük keringésfokozó, erősítő, nyújtó, mobilizáló, illetve egyensúlyt fejlesztő gyakorlat is (lásd 1. számú melléklet). A gyakorlati képzés része volt egy 64 ütemű gyakorlatsor összeállítása és bemutatása is, mely kisebb kihívás elé állított, hiszen a gyakorlatok összeállításánál nagyon kellett figyelni arra, hogy a kiindulópozíció megegyezzen az előző gimnasztikai elem utolsó testhelyzetével. Ez mindenképpen átgondolt, logikusan felépített gyakorlatsort igényelt (lásd 2. számú melléklet). A mindennapi tanítási gyakorlatomban az ilyen típusú bemelegítést nem szoktam alkalmazni, ettől függetlenül nagyon élveztem a feladatot.

A *gyógytestnevelés elmélete és módszertana* kurzuson megtanultam, hogy a gyógytestnevelés órák két nagy csoportba sorolhatók aszerint, hogy a tanuló tartó- és mozgatórendszer elváltozásban vagy belgyógyászati, illetve egyéb elváltozásban szenved. A tanóra szerkezete megegyezik a normál testnevelés óra szerkezetével, azonban a fő feladata elsősorban az egészség helyreállítása, továbbá – ami a normál testnevelés feladata is – az általános kondíció, az edzettségi állapot, teljesítőképesség növelése, a személyiségformálás, az önellenőrzés fejlesztése, a testnevelési és sportági tevékenységhez kötődő ismeretek fejlesztése, a preventív és egészségtudatos szokások fejlesztése, az optimista szemlélet kialakítása (Gárdos-Mónus 1991).

A két megkülönböztetés szerint változik az óra egyes részeinek célja, tartalma és felépítése is (Gárdos-Mónus, 1991). Mindkét esetben a tanóra három részre oszlik: a bevezető részre, aminek ideje 12-15 perc, melynek fő feladata a tanóra rendjének kialakítása, a figyelem felkeltése, a tanulók szervezetének felkészítése a nagyobb terhelésre, illetve itt kell egy általános és speciális hatású gimnasztikát is beilleszteni, mely a tanóra fő részének eredményes megvalósítását segíti elő. Különbség a diagnózis tekintetében a két különböző típusú óra esetén,

hogy a belgyógyászati csoportoknál ellenőrizni kell a tanulók egészségügyi állapotát az elváltozásuknak megfelelően. A keringési-és légzési rendszer betegségeivel küzdő tanulóknál nem maradhat el a pulzusszámlálás, a hypertóniás tanulóknál a vérnyomásmérés, míg az elhízott tanulóknál a testsúlymérés. További fontos szempont, hogy a belgyógyászati csoportnál be kell illeszteni a tanóra elejébe a lazító és ernyesztő hatású gyakorlatokat. Az ortopédiai csoportoknál a mobilizáló gyakorlatok kellő körültekintéssel és gondos előkészítéssel már megjelenhetnek a bemelegítésben is. A helyes légzés gyakoroltatása mindkét csoportnál kiemelten fontos feladat.

A tanóra fő része 24-28 perces, melynek feladatai a diagnózis csoport szerint sajátos jellegű. Itt kell megvalósítani a szervezet sokoldalú fejlesztését, de itt történik a tanulók játék és sportolási igényének kielégítése is. Fontos, hogy kialakítsuk a tanulóknál a hatékony, önálló tanulásra törekvést, amit csak úgy érhetünk el, ha a tanuló ismeri saját diagnózisát, megérti azt, hogy miért kell szorosan együttműködnie a tanárával és csak rendszeres gyakorlással érheti el, hogy állapotában javulás következzen be. A gyógytestnevelőnek rendkívül nagy felelőssége van abba, hogy megismertesse tanítványával a számára kontraindikált mozgásanyagot. A tanulóknál hasonló diagnózis esetén is nagy különbségek lehetnek az elváltozás jellegében, súlyosságában vagy a tanulók terhelhetőségében, ezért elengedhetetlen az egyénre szabott gyakorlatok végeztetése a tanulókkal, melyet leginkább a tanóra fő részében valósítunk meg. Ezeknek az egyéni gyakorlatoknak az elsődleges célja, hogy a tanulóknál diagnosztizált elváltozást specifikusan és hatékonyan javítsa (Gárdos-Mónus, 1991).

A tanóra befejező 4-6 percében a szervezet lecsillapítása, az óra értékelése és belgyógyászati óra esetén a tanulók állapotának ellenőrzése valósul meg. Ezen a kurzuson még részletesebben tanultam az előforduló mozgásszervi elváltozásokról és belgyógyászati betegségekről. Megtanultam az egyes betegségek kontraindikált mozgásanyagát, illetve a javasolt gyakorlatokat, a terápiás eljárásokat és a mozgásszervi elváltozások esetében a korrekciós testhelyzeteket.

Ezt a tudást egészítette ki az *Ortopédia* és *Belgyógyászat* órákon hallott ismeretek. Az ortopédia órákon a doktor úr különösen nagy hangsúlyt fektetett a gyakorlatorientált oktatásra. Csoporttársaimmal egymáson vizsgáltuk az ízületek mozgástartományát. Az ízületek passzív mozgás vizsgálatánál megnéztük a végtagok mozgathatóságát, annak irányát és mozgathatóságának mértékét. Ez a tudás később segítségemre lehet az ortopédiai betegségek, sportsérülések és az ízületi kontraktúra felismerésében.

Az Úszás és vízi terápiák kurzuson az elméleti óra keretén belül megtanultam, hogy eredményesebb és hatékonyabb lesz a gyógyítás, ha a tornatermi gyógytestnevelési órákat rendszeres uszodai foglalkozásokkal, gyógyúszással egészítjük ki. Az elméletben tanultakat rögtön ki is próbálhattuk a gyakorlatban. A gyakorlati órát a tanárnő a vízhez szoktatás, az úszásoktatás lépéseinek elsajátításával kezdte. Testnevelő tanári képzésem során ennek a módszertanát már tanultam, de mindenképpen jó volt újra felfrissíteni, leporolni a nem használt tudást. Ezután módszeresen végigvezetett bennünket az egyes úszásnemeken és az általuk a mozgatórendszerre kifejtett hatásain.

Számos az úszás során jól alkalmazható korrekciós testhelyzetet, gyakorlatot mutatott, amely segíthet a rehabilitációban. Én magam is azonnal éreztem a gyakorlatok jótékony hatását, amelyek a csavaró mozgások végrehajtása során jelentkeztek. Ráadásul a vízben, a víz felhajtóereje miatt, sokkal könnyebb volt ezeket a gyakorlatokat végrehajtani, mint a szárazföldön. További előnye a vízben végeztetett gyakorlatoknak, hogy tágabb, nagyobb mozgásterjedelem érhető el a rehabilitáció során. Másik vitathatatlan előnye az úszásnak az, hogy kedvező élettani hatással bír a keringési és légzőrendszerre, valamint az idegrendszerre is (Somogyiné, 1998). Ha az oktatáspolitikában döntéshozói szerepkörben dolgoznék, akkor minden szívat megmozgatnék a célból, hogy a helyi viszonyoktól függően a mindennapos testnevelésbe minden korosztály számára bekerüljön a rendszeres heti úszásoktatás, az úszásóra.

A sportágak gyógyító adaptációja kurzuson megtanultam, hogy az adaptáció egy alkalmazkodási folyamat. A fogalomról még részletesebben *Az adaptivitás pedagógiai kérdései* kurzuson hallhattam. M. Nádas (2010) szerint „adaptivitáson a pedagógiában olyan alkalmazkodva fejlesztést/fejlődést értünk, amely egyaránt tekintettel van az egységesség és a differenciáltság szempontjaira, akár az egyének, akár a csoportok, akár az intézmények igényei felől közelítünk. Az adaptivitás tehát a differenciálás (a pedagógus által irányított fejlesztés és/vagy a tanulók önvezérelt fejlesztése) és az egyéni sajátosságok ismeretében megvalósuló egységesség együttes alkalmazása a pedagógiai folyamatban. Az adaptivitás a résztvevők együttműködésén alapul, az érintettek kölcsönös alkalmazkodását feltételezi egymáshoz és a körülményekhez – a pedagógus szakértelmén alapuló felelősségét nem csökkentve.”

Ez az alkalmazkodási folyamat a gyógytestnevelésen belül azt jelenti, hogy egy-egy sportág specifikus elemeit a pedagógus beemeli a gyógyító, az egészség helyreállítására irányuló folyamatba úgy, hogy figyelembe veszi a tanuló egyéni sajátosságait, szükségleteit a

diagnózisa alapján. Az adaptivitás nem más, mint az egyes sportágak mozgásmintájának átformálása, átalakítása a cél érdekében. A sportági adaptivitás megnyilvánulhat korrekciós testhelyzetben végrehajtott sportágspecifikus technikai elemekben, mint például fektetett kosárra dobás konkáv oldali kézzel a scoliosisos tanulók esetében. A scoliosis a gerinc frontális síkjában bekövetkezett elhajlása. A scoliosisos tanulóknál a megnyúlt konvex oldali izomzatot erősíteni kell, a megrövidült konkáv oldali izomzatot nyújtani kell.

Az adaptivitás további lehetséges formái a szabálymódosítás, a módosított eszközhasználat, a versenysportban alkalmazott edzés módszerek elváltozásnak megfelelő megválasztása vagy a módosított környezeti feltételek, ilyen gyakorlat például az atlétikában a mezítlábas futóiskola fűben, amely kiváló feladat lúdtalpas tanulók számára. A röplabda különösen jól támogatja a gyógytestnevelés korrekciós céljait, például a hason fekvésben kis törzsemelésben kosárárintéssel továbbított labdaátadás. Erre láttam jó gyakorlatot és rögzítettem a tanórát hospitálási naplóban, amit a 3. mellékletben helyeztem el.

Ezen a kurzuson foglalkoztunk még a testnevelési játékok szerepével és helyével a gyógytestnevelési órákon belül. Ez különösen érdekes téma volt számomra, mert az eddigi tanítási gyakorlatomban is szívesen és sokat alkalmaztam mindenféle típusú játékot. Diákjaim nagyon élmény orientáltak, legszívesebben olyan tevékenységekben vesznek részt, amelyhez pozitív társas élmények kapcsolódnak, ezért leginkább egész órán csak testnevelési játékokat játszanának. Szívesen és gyakran tervezek csak játékorákat, hiszen a jól megtervezett és összeállított játékanyag is el tudja érni ugyanazt a hatásfokot, mint a hagyományos tanóra futással, gimnasztikával, vagyis megvalósulhat az adekvát terhelés.

Egy játékkal nemcsak a tanulók motoros képességeit fejleszthetem, hanem még számos más előnyös tulajdonsággal, jótékony hatással is bír. A játék során fejlődik a tanulók figyelemkoncentrációja, akaraterője, kitartása és emlékezete (Pásztory-Rákos, 1992). A játék során a diák megélheti érzelmeit, legyőzheti félelmeit. Fejlődik társas kapcsolataiban, megtanul együttműködni, alkalmazkodni, társaival kommunikálni, fejlődik kreativitása. Lehetőséget kapnak a düh, az agresszió kinyilvánítására, de a kapcsolódó öröm megélésére, az önkifejezésre is. A játék az óvodás és általános iskolás korú gyerekeknél nélkülözhetetlen terhelési forma, általa az intenzitás fenntartása és emelése könnyen megvalósítható. A versengő feladatok segítenek a terhelés fokozásában, azonban ügyelni kell arra, hogy a versengés ne menjen a helyes kivitelezés rovására. A játék során a gyógytestnevelésre utalt gyermek könnyebben ráérez a bénult, kontraktúras izomzat mozgására és a helyes mozgás

kivitelezésre (Hidvégi-Müller, 2015). A játék nemcsak a tanulókat fejleszti sokoldalúan, nekem is sok segítséget ad, hogy megismerjem tanítványaimat és a közösséget. A játék során a tanulók feloldódnak, önfeledten játszanak, személyiségük felszínre kerül.

Oktatóm számos kiváló könyvre hívta fel figyelmemet, amelyben rengeteg hasznos, a gyógytestnevelés órákba jól beépíthető gyakorlatot és játékot találtam. Ezekben a kiadványokban találtam jó pár olyan testnevelési játékot is, amit gyakran alkalmaztam eddigi munkám során, azonban oktatóm felhívta a figyelmemet arra, hogy kis szabálmódosítással ezeket a játékokat tartásjavításra is lehet használni, így anélkül tudom diákjaim izomzatát erősíteni és nyújtani, hogy ők annak tudatában lennének. Aszerint, hogy a tanulók szervezetére nézve milyen hatást akarok elérni a következő szempontok szerint választhatok (Pappné Gazdag, 2010):

- erősítő hatású játékok (hasizom erősítő, hátizom erősítő, karizom erősítő, a vállöv izmait erősítő, törzs izmait erősítő, alsó végtag izmait és talpboltozatot erősítő, több izomcsoportot egyszerre erősítő)
- állóképességet fejlesztő játékok
- nyújtó hatású játékok
- gerincoszlopot mobilizáló játékok
- mellkasfejlesztő, mellkastágító légzőgyakorlatok
- gerincoszlopot mobilizáló játékok
- tartásjavító játékok
- egyensúlyérzéklet fejlesztő játékok
- térbeli tájékozódást fejlesztő játékok
- mozgásérzékelést fejlesztő játékok
- ritmus, reagálás gyorsaságot fejlesztő játékok
- szem-kéz/szem-láb koordinációt fejlesztő játékok

Szintén ezen a kurzuson tanultunk a motoros képességekről, ami nélkülözhetetlen ahhoz, hogy egy mozgást eredményesen hajtson végre a tanuló. A motoros képességnek két nagy csoportját különböztetjük meg: a kondicionális képességeket és a koordinációs képességeket (Nádori, 1991). A kondicionális képességek közé soroljuk az erőt, az állóképességet, és a gyorsaságot. Néhány csoportosítás szerint a kondicionális képességek közé sorolható a hajlékonyság is. A koordinációs képességekhez soroljuk az egyensúlyozó képességet, téri tájékozódó képességet, ritmusképességet, reakció képességet és a mozgásérzékelést, más

néven a kinezteziát. Az első képességszoport biztosítja a mozgás energetikai feltételeit, a második képességszoport pedig befolyásolja a mozgásvégrehajtás minőségét, a mozgás gazdaságos energia felhasználását, a cselekvéstanulás sikerességét.

Egy játék több motoros képességet is fejleszthet egyszerre. Egyidejűleg fejlesztheti a gyermek mozgáskoordinációját, de valamely kondicionális képességét is. A gyógytestnevelés órákon a kondicionális képességek közül az erő és az állóképesség fejlesztésére kell helyezni a hangsúlyt, a gyorsaság fejlesztése elhanyagolható. A serdülőknél lényeges az alapállóképességet, illetve a hosszú-és középtávú állóképességet fejleszteni, míg az erő fejlesztésnél az erőállóképesség fejlesztésére kell nagyobb figyelmet fordítani (Gárdos-Mónus, 1991).

A játék megjelenhet a tanóra bevezető, a fő és a befejező részében is. A bevezető részben kis terheléssel, alacsony intenzitással járó játékoknak kell szerepelnie, amely segíti felkészíteni a szervezetet a megszokottnál nagyobb terhelésre. A fő részben a tanulók mozgás, játék és sportolási igényeit biztosíthatjuk fokozódó és megfelelő mértékű terhelés mellett. A nagyobb, összefüggő játékrész kedvező lehet mind élettani, mind lélektani szempontból is, azonban a gyógytestnevelési órákon a kisebb létszám miatt a nagyobb terhelésű játékok esetében érdemes a játékokat megszakítani különböző speciális vagy általános hatású gyakorlatokkal (Gárdos-Mónus, 1991). Ezek lehetnek mellkasfejlesztő, mellkastágító légzőgyakorlatok vagy tartásjavító feladatok. A belgyógyászati betegséggel küzdő tanulók esetén különösen figyelni kell a terhelés szakaszosságára, érdemes pulzuszámot mérni a játékrészek között. A tanóra befejező részében olyan alacsony terheléssel járó játékot kell választani, amely segíti a szervezetet lecsillapítani.

A normál testnevelés órákon a nagy osztálylétszámok miatt körültekintően kell kiválasztani a játékokat, szem előtt tartva a balesetvédelmi szempontokat. Időt takarítunk meg azzal, ha óra kezdetére a pályát, a játékteret előkészítjük, akár úgy is, hogy bevonjuk a tanulókat, ha van kijelölt felelős, akkor az ő segítségüket kérjük. Csapatjáték esetén a csapatok kialakításánál ügyelni kell arra, hogy a csapatok egyenlő játékerővel rendelkezzenek, lehetőleg azonos létszámú csapatokat alakítsunk ki úgy, hogy az gyors és szervezett legyen.

A gyakorlati órákon a tanár nő számos olyan feladatot, játékot mutatott be, amit jól lehet a gyógytestnevelés órákon is alkalmazni, valamint azok módosításával a különböző diagnózisokra adaptálni. Az elméleti és gyakorlati tudást összevetve a gyakorlati órán számot adunk tudásunkról és egymás ötleteiből tanulva gazdagodhatott tudásunk, bővíthetett a

tudásbázisunk. A sportágak gyógyító adaptációja óra egyik beadandó feladata egy játékgyűjtemény összeállítása volt, ahol arra is ki kellett térni, hogy milyen motorikus képességeket fejleszt a játék (lásd. 4. számú melléklet).

A gyógytestnevelésre utalt gyermekeknél különösen fontos, hogy megkapjanak minden támogatást, segítséget, ami az egészségük helyreállításához, testi, szellemi fejlődésükhöz szükséges. Ezek a tanulók valamely területen eltérnek a fejlődésükben az egészséges társaikhoz képest, pontosan ezért fontos esetükben a differenciált oktatás. Továbbá kellő megértéssel és tapintattal kell feléjük fordulni, hisz pont azon a területen kívánjuk őket fejleszteni, amiben ők különösen gyengén teljesítenek. A képzésem során megértettem, hogy ezen tanulók esetében oly módon kell motiválni, bátorítani, hogy elhiggyék magukról, képesek teljesíteni azt, ami korábban teljesíthetetlennek tűnt. El kell érnem, hogy megszűnjön a tanulók betegségtudata és optimista szemlélettudat alakuljon ki náluk, amit csak nyugodt és biztonságos nevelési, tanulási környezet megteremtésével érhetek el.

Ezeket a törekvések még könnyebben tudom elérni azzal a felfogással, tanári attitűddel, amit *A speciális nevelési feladatok* 2. órán tanultam. A tanárnő a tehetségről, a tehetséges tanulók felismeréséről, az ő fejlesztésükről beszélt. Számomra is nagyon fontos, hogy minden gyermekben kutassam a tehetséget és tovább fejlesszem őt azon a területen. A tanárnő azonban tovább vitte ezt a gondolatot és arra hívta fel a figyelmünket, hogy a speciális nevelésre szoruló tanulókat is ismerjük meg jobban, keressük meg náluk azokat a területeket, amikben kiemelkednek, ne csak a fejlesztésre összpontosítsunk, mert ha átgondoljuk, hogy hogyan tudjuk a tehetségüket kihasználni, bevonni a fejlesztésükbe, azzal gyorsabb fejlődés érhető el. A hallottak mindenképpen arra fognak ösztönözni, hogy a gyógytestnevelésre utalt diákjaimat jobban megismerjem és a kedvelt tevékenységeiken keresztül próbáljam meg az egészségüket fejleszteni, helyreállítani.

A Speciális nevelési feladatok 1. kurzuson megismerhettem, mely tanulók minősülnek sajátos nevelési igényű tanulónak és beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanulónak. Arra a kérdésre kerestük a választ, hogy megvalósulhat-e ezen tanulók integrált nevelése, oktatása, illetve milyen speciális intézmények vannak az országban, ahol megvalósul az ő fejlesztésük. A beadandó dolgozatot is ebben a témában kellett kifejteni. Munkahelyemen évről évre nő az SNI és BTMN tanulók száma, ezért kikerülhetetlen, hogy ezt a kérdést megválaszoljam. Esetleírásomban olyan tanulóról írtam, aki Asperger-szindróma jeleit mutatta

és arról, hogy hogyan sikerült őt integrálni a normál állami iskolába. Dolgozatomban leírtam azt, hogy a tanulónál hogyan ismertük fel a szindrómát, kitértem a szindróma jellemzésére és példákat hoztam a tanuló esetében jelentkező szociális beilleszkedési nehézségekről. Dolgozatom az 5. számú mellékletben található. A kurzus tágította látókörömet ebben a témában és képessé tett az ezzel kapcsolatos problémák felismerésére, valamint arra sarkalt, hogy megoldásukra különböző terveket dolgozzak ki.

A pedagógus szerepei és munkatevékenysége kurzuson kooperatív munkaformában dolgoztuk fel csoporttársaimmal a pedagógus szerepköreit, az iskolai oktató-nevelő munkájához kapcsolódó feladatait és az ebből adódó konfliktushelyzeteit. Körbejártuk a konfliktus kezelési stratégiákat és egy-egy esettanulmány megbeszélésével különböző megoldásokat kerestünk a felmerülő problémákra. A témában készített beadandó dolgozatomban kitértem a konfliktus fogalom rövid magyarázatára, majd a Kenneth L. Thomas és Ralph H. Kilmann pszichológusok által kidolgozott konfliktuskezelési stratégiákat írtam le. Esetleírásomban (lásd 6. számú melléklet) az elszigetelődés problémájára, mint konfliktushelyzetre tértem ki és adtam példákat arra, hogy hogyan alkalmaztam eredményesen a konfliktusok kezelésének módszereit.

A kurzus megtanított arra, hogy ha egy pillanatra kilépek a szerepkörömből és semleges szemszögből átgondolom a problémás szituációt, akkor a megfelelő konfliktuskezelési stratégiával könnyebben és gyorsabban oldom meg az érintett felek között a problémát. Nagyon örültem, hogy a feladatot kooperatív technikával dolgoztuk fel, így számomra új és ismeretlen tanulás-tanítási stratégiát ismerhettem meg. Együttműködéssel, egymás kölcsönös támogatásával, az ötletek megosztásával sokkal könnyebben oldottuk meg, dolgoztuk fel az adott tananyagot és mindezt oldott, vidám légkörben. A kurzus megmutatta számomra, hogy a későbbiek során érdemes időt és energiát fordítani ennek a tanítási módszernek az elsajátítására.

A globális felmelegedés okozta szélsőséges időjárás mindenki problémájává vált, ezért tartom fontosnak, hogy személyes példamutatással környezettudatosságra neveljem diákjaimat egy fenntarthatóbb jövőért. Bevonom a gyerekeket pályázatok készítésébe, vetélkedőkre járunk. A legegyszerűbb dolgok megtétele is nagyban hozzájárulhat ökológiai lábnyomunk csökkentéséhez. Nem kell nagy dolgokra gondolni elég, ha lekapcsolják maguk után a lámpát, ha elhagyják az öltözőt, elzárják a mosdóban a vizet és csak a szünet idejére nyitják ki az ablakokat fűtési időszakban. Azért, hogy a tanulók jobban megértsék a környezettudatosság lényegét, projekthetet szerveztem számukra változatos és érdekes

feladatokkal, tudatosítva bennük, hogy a jövő rajtuk is múlik. Szakmailag pozitív megerősítést kaptam projekttervező munkámról *A Speciális nevelési feladatok* 2. órámon, ahol egy projektterv bemutatása volt a feladat és a fent leírt projekthez elemeztem. Nagyon jól estek a tanárnő dicsérő szavai és arra biztatott, folytassam a megkezdett utat, hiszen a mai gyerekekkel csak ezekkel a módszerekkel lehet eredményes munkát folytatni.

A kommunikáció és szakmai együttműködés az egyik legerősebb a pedagógus kompetenciáim között. Hiszem, hogy csak szoros együttműködéssel (gyermek-szülő-pedagógus) érhetem el, hogy eredménye legyen az oktató-nevelő munkámnak. Iskolám rendszerszemléletű elemzése/értékelés című dolgozatomban kitértem a szülői kapcsolattartás formáira, felhívva a figyelmet a felsős fogadóórák alacsony vagy egyes kollégák esetében a túl magas látogatottságának problémájára. Dolgozatomban javaslatokat tettem arra nézve, hogy hogyan lehetne a felső tagozaton a fogadóórák látogatottságát növelni vagy egyes kollégák esetében a kiegyensúlyozottabb szülői létszámot elérni (lásd. 7. számú melléklet). Munkaközösségi értekezleten felvettem a problémát, kifejtettem a javaslataimat, ami kedvező fogadtatásra talált.

A nevelési, oktatási intézmény hatékonysága kurzus segített egy tágabb nézőpontból a rendszert és annak működését megvizsgálni. Ahhoz hogy az oktató-nevelő munka folyamatosan fejlődjön, az intézményem működését állandó jelleggel, kritikusan kell vizsgálnom. Munkaközösségvezetőként ez kiemelt feladatként kell megjelennie munkámban. A kurzus segített abban, hogy megértsem, hogy milyen fontos a problémák felismerése, majd annak elemzése és a szükséges lépések megtétele a fejlődés érdekében.

Az integráció és szegregáció kérdései című tanóra keretein belül arra kerestük a választ, hogy hogyan lehet a sajátos nevelési igényű tanulókat, a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő gyermekeket, a hátrányos helyzetű, valamint halmozottan hátrányos helyzetű vagy tehetséges tanulókat integráltan nevelni, oktatni. A hátrányos helyzetű, valamint halmozottan hátrányos helyzetű és a veszélyeztetett tanulók kapcsán előkerült az iskolai lemorzsolódás, mint egyre fokozottabban és egyre több iskolában problémaként felmerülő jelenség és annak okainak feltárása. A Zrínyi Ilona Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Tagiskola intézményi integrációs gyakorlatának bemutatása során (lásd 8. számú melléklet), arra kerestem a választ, hogy iskolánk milyen lépéseket tesz annak érdekében, hogy a lemorzsolódással veszélyeztetett tanulók száma ne növekedjen.

A kurzus hozzásegített ahhoz, hogy az intézményünk oktató-nevelő munkáját egy újabb szemszögből vizsgáljam meg. A vizsgálódás során olyan intézményi dokumentumokba nyertem bepillantást, amely azt mutatta meg számomra, hogy a probléma megoldásához az intézmény összes dolgozójának szorosan együtt kell működnie, sőt a szülők és a külső intézmények, szakszolgálatok együttműködésére is szükség van. A jelenség hatékony kezelése komplex látásmódot, kiváló vezetői intuíciókat vár el attól a személytől, aki ennek a feladatnak a koordinálásán dolgozik.

2.2 A szakmai fejlődés tényeinek összegzése

A gyógytestnevelés tanterv nem ír elő követelményeket, hanem csak feladatokat fogalmaz meg, célokat jelöl ki. A képzésem során a célok eléréséhez gazdag és széleskörű módszertani tudásra tettem szert, amely képessé tesz, hogy a tantervi tartalmakat úgy, mint törzsanyag és kiegészítő anyag a tanulók egyéni pedagógiai-pszichológiai szükségleteihez igazodva eredményesen és adaptívan alkalmazzam. Ez feladat nagyfokú intuíciót és kreativitást is igényel részemről.

Megértettem, hogy a gyógytestnevelésre utalt tanulók esetében kiemelten fontos a tanulók egész személyiségének fejlesztése, átállítása. Megtanultam és jó gyakorlatokat láttam arra, hogy hogyan tudom elősegíteni a gyermekek önértékelési képességének kialakulását, fejlődését és képes vagyok ezt a pedagógiai nevelő munkámban alkalmazni. Változatos értékelési módszereket kell alkalmaznom a munkám során, mivel tudom, hogy azok pozitívan hatnak majd a tanulók személyiségének fejlődésére és egy mentálisan erős tanulónál előbb tudok fejlődést elérni a fizikai állapotában.

A gyakorlatvezetés és-elemzés kurzus hozzásegített ahhoz, hogy a helyes és pontos gimnasztikai terminológia használatával ezután hatékonyabban tudjam vezetni és irányítani az oktató-nevelő munkámat. A szakmai tárgyakon megszerzett ismeretek birtokában ma már képes vagyok egy gyógytestnevelés tanmenetet és óratervet úgy összeállítani, hogy az tartalmazza a tanulók diagnózisának megfelelő tanítási anyagot, képes vagyok azt megfelelően strukturálni és elrendezni és kiválasztani a hozzá leginkább illeszkedő tanulás-tanítási stratégiát.

A fejlődés másik lényeges szegmense a rendszeres gyakorlás tanórai kereteken kívül is. Tudom, hogy az önálló tanuláshoz, gyakorláshoz a szakszerű útmutatást tőlem kell megkapnia a tanulónak. A szakmódszertani kurzus során megtanultam, milyen szempontokat

vegyek figyelembe az otthon végezhető gyakorlatok megtervezésénél, vagyis képes vagyok egyéni tanulásfejlesztési tervet kidolgozni.

Több kurzus hozzásegített ahhoz, hogy rendszerszemléletű megközelítésben felismerjem a problémát, azt kritikusan elemezzem és megtegyem a változáshoz szükséges lépéseket.

2.3 Összegző reflexió a szakmai fejlődésről

A képzés során elsajátított ismereteket képes vagyok tudatosan és átgondoltan beépíteni az oktató-nevelő munkámba, arra reflektíven válaszolni, és ha szükséges, rugalmasan alakítani a tanítási stratégiákat a tanulási céloknak megfelelően. A képzés hozzásegített, hogy a már ismert mozgáanyagot egy új szemszögből vizsgáljam és azokat az egészségmegőrzés, egészség helyreállítása céljából adaptívan, a funkcionalitást középpontba helyezve a célok elérésre használjam.

Új taneszközöket ismertem meg, melyeket ezután a konkrét céloknak megfelelően kreatívan, a már meglévő eszközöket innovatívan fogom felhasználni. Megtapasztaltam, hogy az élményorientált oktató-nevelő munka növeli a tanulói motivációt és arra építve kell a tanulókat bevonni a saját tanulási folyamatuk tervezésébe, irányításába és értékelésébe.

Az eredményes munka alapja a tanulók differenciálása, a folyamatos értékelés, a visszajelzés adása. Ezután tudatosan fogom keresni a tanulókból rejlő értékeket, a tehetséget és azt kihasználva segítem őket a fejlődésükben. Képes vagyok egyéni tanulási tervek kidolgozása, amit adaptív módon tudok felhasználni a tanulók egyéni fejlesztése során.

Megtanultam több konfliktuskezelési technikát, amely elősegíti eredményes pedagógiai munkámat a közösségfejlesztés terén. Minden kurzus lezárása során azt a tényt állapítottam meg, hogy egy gyorsan változó világban az oktató-nevelő munkának is dinamikusnak kell változnia, alkalmazkodnia az aktuális generációhoz és a munkaerőpiac igényeihez, ezért a folyamatos továbbképzés, a szakmai megújulás elengedhetetlen az eredményes és színvonalas munka eléréséhez. A folyamatos megújuláshoz továbbra is keresnem kell azokat a platformokat, képzéseket, ahol a legújabb, legkorszerűbb tudást megszerezhetem.

3. További tanulási és fejlődési célok megfogalmazása

3.1 A képzésen tanultak beépítésének lehetőségei a saját munkába

A négy félév során szerzett szaktárgyi tudást a testnevelés óráimba tudatosan, átgondoltan fogom beépíteni. Az ortopédiai ismereteimnek köszönhetően biztosan felismerem azokat a jeleket, amik valamilyen elváltozásra utalnak. Az anatómia és funkcionális gimnasztika órán szerzett tudásnak köszönhetően, ezután kerülni fogom az ízületekre és gerincre káros gyakorlatokat. A játékokat és sportágspecifikus mozgásos elemeket gyakrabban és tudatosabban fogom a tanóráimba beépíteni. A netfit adatok kiértékelésében és elemzésében, az adatok helyes értelmezésében fog segítséget adni A *pedagógiai gyakorlatot támogató kutatások* órán hallott ismeretek.

Osztályfőnöki munkámba jól illeszkednek az elsajátított konfliktuskezelési ismeretek. A közösségépítésben nagy segítségemre lesznek a *Speciális nevelési feladatok* kurzusokon megismert inkluzív pedagógiával kapcsolatos ismeretek. Az órán hallott ismeretek segítségével a további pedagógiai munkám során tudatosan fogok arra törekedni, hogy erősítsem a sajátos nevelési igényű tanulók és a többi tanulók közötti barátságok kialakulását, melynek eredménye az lehet, hogy megtanulják jobban elfogadni egymást és készen álljanak egymás segítésére.

Osztályfőnöki munkaközösség vezetői munkámba be tudom építeni azokat a rendszerelemző, problémafelismerő és problémamegoldó ismereteket, melyeket A *nevelési, oktatási intézmény hatékonysága* kurzuson sajátítottam el.

3.2 Az elméleti ismeretek és a gyakorlati tapasztalatok összevetése, reflektálás

A korábbi ismereteimet újakkal egészíthettem ki, tudásom frissült a mai kor ismereteinek és igényeinek megfelelően. Az elméleti órák anyagát jól be tudtam építeni a gyakorlati órák feladataiba. A gyakorlati órákon új módszereket, nézeteket tanultam, de a már meglévő tárgyi tudásomat is jól tudtam hasznosítani, mikor egy-egy órarészletet kellett letanítani. Az elméleti és gyakorlati órákon megszerzett tudást magabiztosan fogom beépíteni a testnevelői munkámba.

3.3 További szakmai tervek

Hiszek abban, hogy a gyorsan változó világunkban szükség van az állandó és folyamatos megújulásra szakmai ismeretek, módszertani ismeretek, az önismeret és önfejlesztés terén. Az élethosszig tartó tanulás alapfeltétele a sikeres oktató-nevelő munkának.

Ezért terveim között szerepel további gyógytestnevelés órák látogatása, a szakomhoz kapcsolódó tanfolyam elvégzése.

Terveim között szerepel, hogy az iskolai szertárban található eszközökre építve és a megszerzett elméleti ismereteimet felhasználva játékgyűjteményt állítok össze, amelyet a kollégáim számára is elérhetővé teszek. A képzésem során megszerzett elméleti és gyakorlati tudást bemutató órák megtartásával szeretném továbbadni kollégáimnak, ezzel segítve a tudásátadást, tudásmegosztást iskolámban.

Sajnos az eszköztárunk rendkívül szegényes, a tankerület évek óta nem biztosít anyagi forrást új eszközök beszerzésére. Az iskolai alapítványból ugyan kapunk némi pénzt, hogy a legszükségesebb eszközöket megvásároljuk, de az eredményes munkához több és új szerekre van szükségünk. Fő célkitűzéseim között szerepel, hogy a jövőben felkutassam azokat a pályázati lehetőségeket, amelyekben a pályázati összeget az iskola infrastruktúrájának javítására fordíthatom és az eszközvásárlást is megoldhatom.

4. Felhasznált irodalom

Francsics Szimonetta (2019) *Portfólió*. KKZKÁI Zrínyi Ilona Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Tagiskola

Gárdos Magda-Mónus András (1991) *Gyógytestnevelés*. Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem

Hidvégi Péter-Müller Anetta (2015) *Gyógytestnevelés*. Eger: Eszterházy Károly Főiskola

M. Nádasi Mária (2010) *Adaptív nevelés és oktatás*. Budapest: Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége

Nádori László (1991) *Az edzés elmélete és módszertana*. Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem

Oettinger Barbara–Oettinger Thomas (2011) *Funkcionális gimnasztika*. Dialóg Campus Kiadó

https://dtk.tankonyvtar.hu/bitstream/handle/123456789/8014/0025_Barbara-Thomas-Oettinger-Funkcionalis_gimnasztika.pdf?sequence=1&isAllowed=y

(Letöltés: 2024.03.30.)

Pappné Gazdag Zsuzsanna (2010) *Játszunk gyógyító tornát! 2.* Budapest: Flaccus Kiadó

Pappné Gazdag Zsuzsanna (2020) *Labda*. Budapest: Flaccus Kiadó

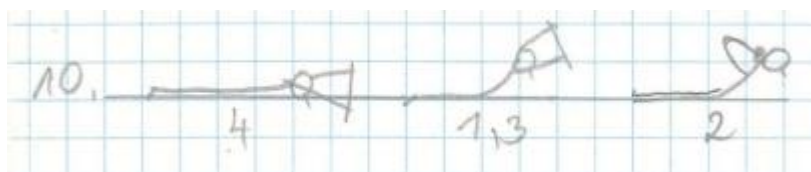
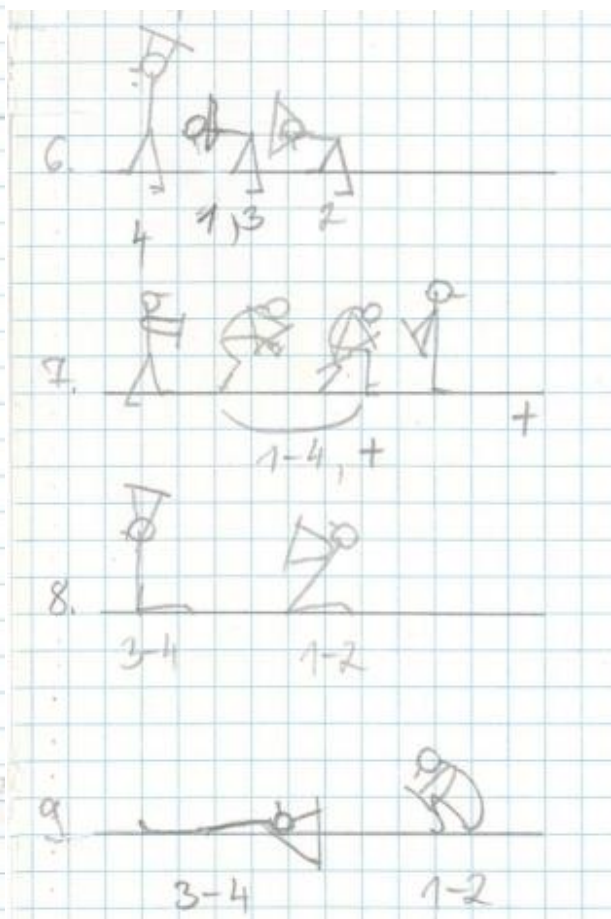
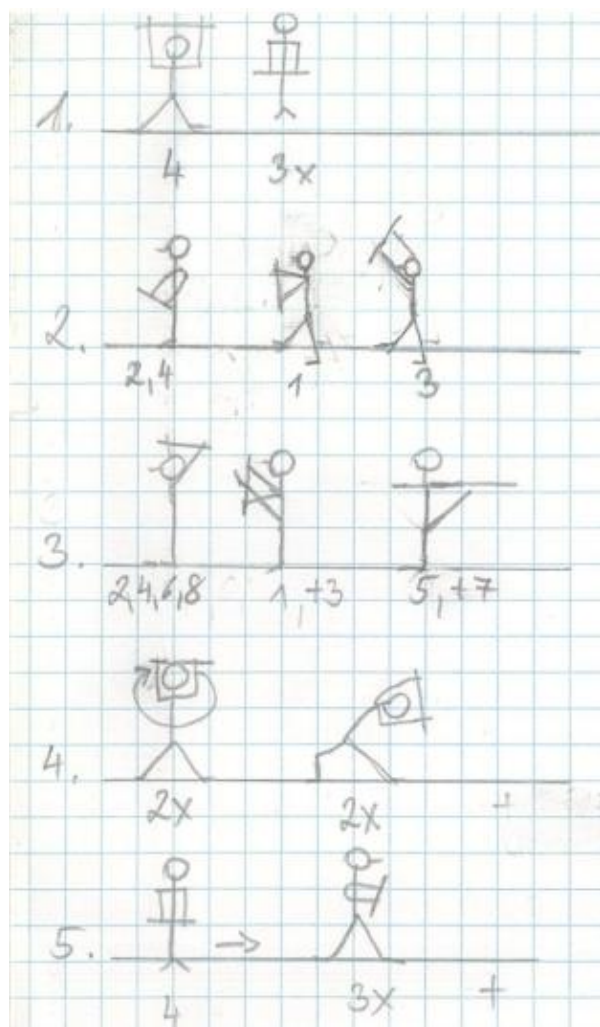
Pásztory Attila-Rákos Erika (1992) *Sportjátékok I.* Budapest: Tankönyvkiadó

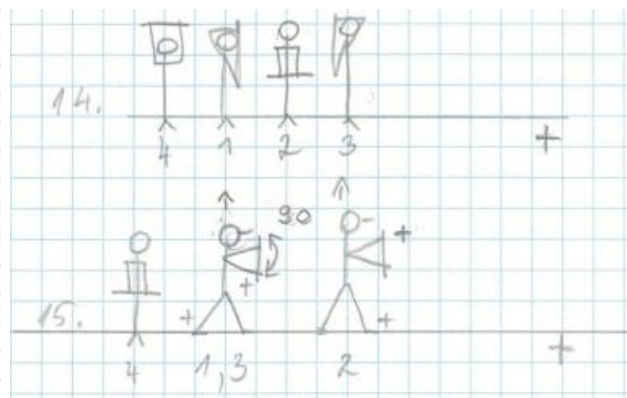
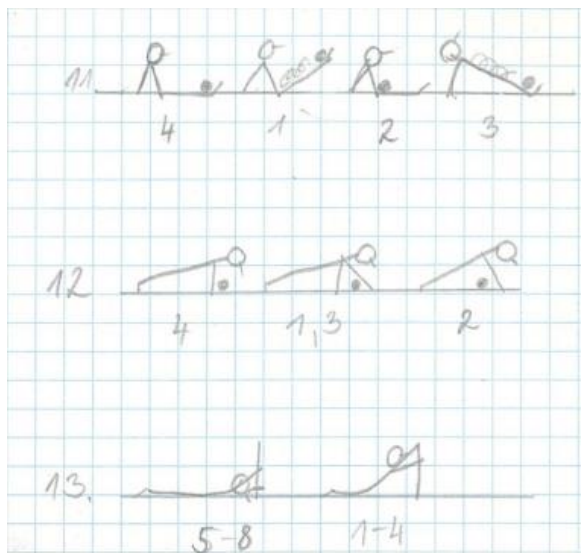
Somogyiné Kuti Ilona (1998) *Gyógyúszás*. Budapest: Flaccus Kiadó

5. Mellékletek

1. számú melléklet

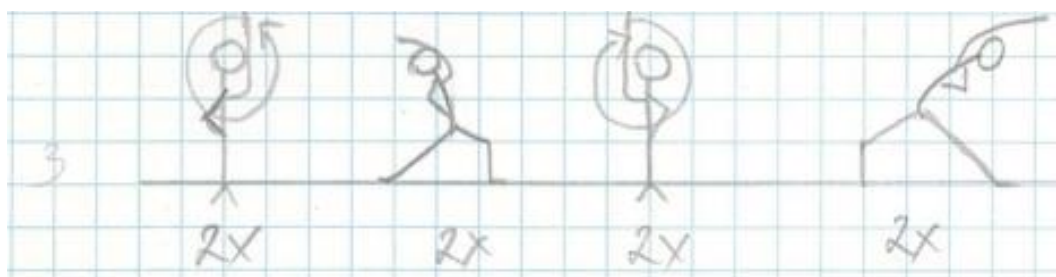
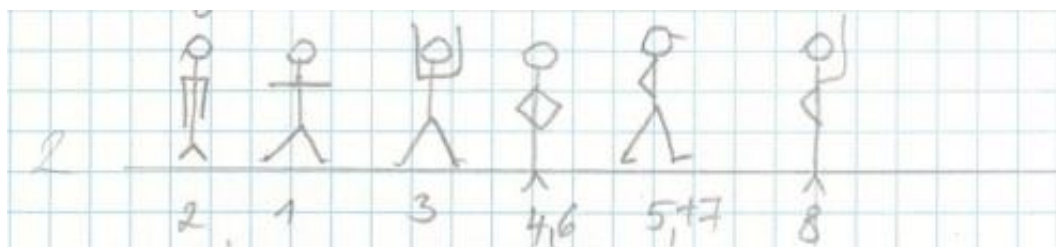
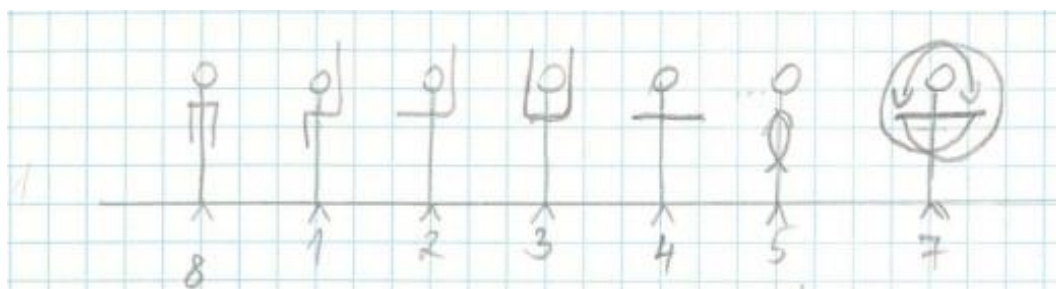
Funkcionális gimnasztika - botgyakorlatok

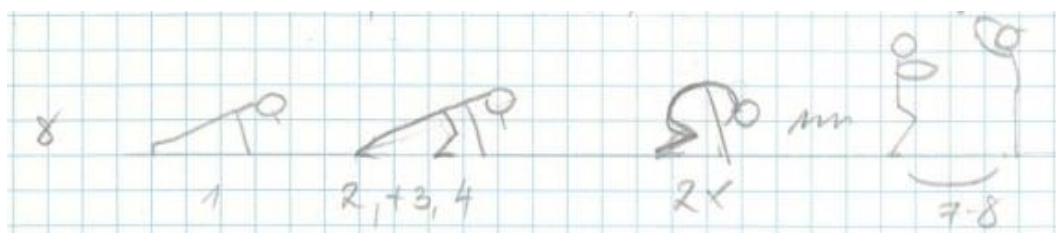
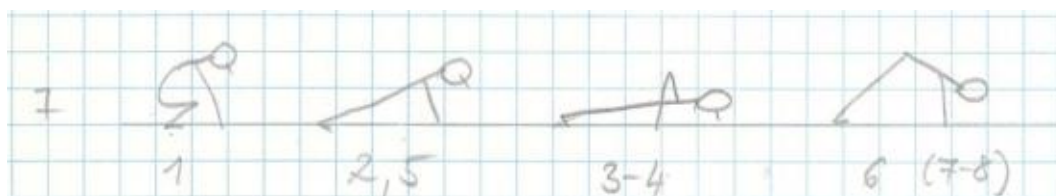
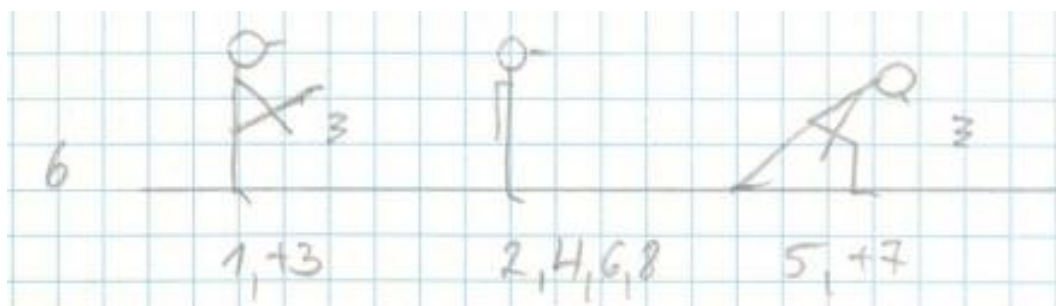
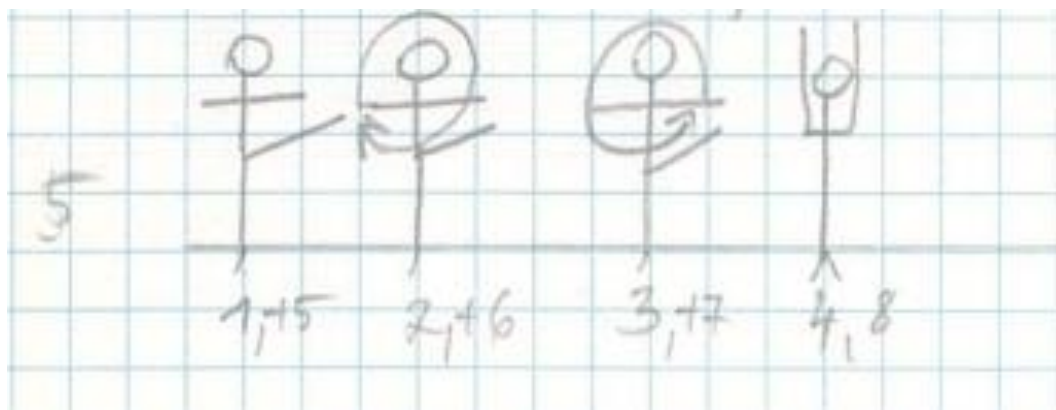
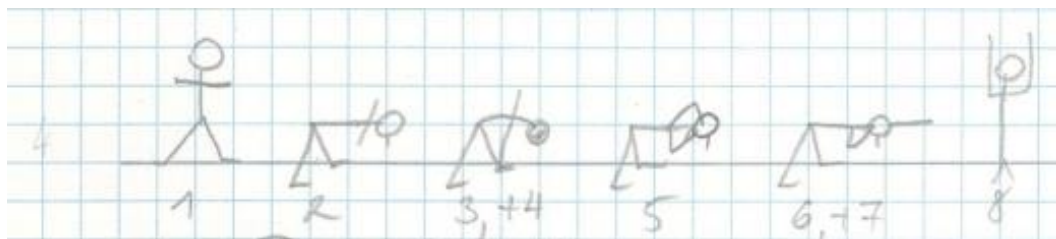




2. számú melléklet

64 ütemű gyakorlatsor





Hospitálási napló

A pedagógus neve: X.Y.

Az óra helye: Kaposvári SZC Széchenyi István Technikum és Szakképző Iskola, Kaposvári Városi Sportcsarnok RG csarnok

Tantárgy: gyógytestnevelés

Az óra témája: röplabda

Az osztály: 10. osztály, 12. osztály
csoport (hanyagtartás, lúdtalp)

Létszám: 8 fő (2 fiú, 6 lány), vegyes diagnózisú

A tanóra anyaga: Labdás ügyességi feladatok

Erősítő hatású gimnasztika labdával, a törzs és vállöv izmainak erősítése

Egyszerű nyújtó- és feszítőgyakorlat – gerincjavító preventív jelleggel

Mobilizáló gyakorlatok

Mozgáskoordináció fejlesztése

Az óralátogató neve: Francsics Szimonetta

Dátum: 2024. január 31.

Lépés	Az óra menete, tartalmi leírása	Módszerek, munkaforma	Eszköz	Idő	Megjegyzés
1.	Sorakozás, üdvözlés, jelentés A tanulók egészségi állapota, közérzete iránti érdeklődés Az óra anyagának rövid ismertetése, a tanulók motiválása	frontális, szóbeli közlés egysoros vonalban		2'	Cél: A munkához szükséges rend kialakítása, az érdeklődés és a figyelem felkeltése. A tornaterem jellegéből kifolyólag a tanulók cipő nélkül, zokniban végzik az összes feladatot.
2.	Bevezető rész Alakzat kialakítása: a tanulók párokban 1 db röplabdával, egymással szemben felállnak Bemelegítés Páros feladatok röplabdával: - labdagurítás földön a társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza - labda magastartásban, járás közben labdával nyújtózkodás felfelé társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza - labda hátul mélytartásban, sarkon járás társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza - járás közben labda átadás láb között társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza - járás hátrafelé közben labda átadás láb között társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza - lassú futás közben csípő körül	pármunka szóbeli közlés kétsoros vonalban a párok egymással szemben 4 m távolságra állnak fel	4 db röplabda	10'	Cél: Keringésfokozás, az izmok bemelegítése. Speciális előkészítés a fő rész feladatainak eredményes végrehajtásához. A tanulók minden feladatot kétszer hajtanak végre. Hibajavítás: nyújtózkodj magasra Hibajavítás: húzd ki magad, zárd a lapockád hátul

	labdaadogatás egyik kézből a másikba folyamatosan oda és vissza, majd a társnak átgurítja a labdát járás nyújtott lábbal, a labda gurítása a lépő láb körül társig, labda átadása, társkerülés, majd lassú futás vissza				
3.	Fő rész Labdás gyakorlatok: - a tanulók 3m-es távolságban lassú helyben futás közben kétkezes mellső átadást végeznek (10x) - lassú helyben futás közben kétkezes felső átadást végeznek (10x) - járás előre, a labda levegőben tartása kosárérintéssel, labda átadása, majd járás hátra (3x) - az 1.sor kétkezes alsó dobással továbbítja a labdát a társnak, 2.sor alkarérintéssel passzolja vissza a labdát. (10x) - mint az előző feladat szerepcserével (10x) - a tanulók kétkezes alsó dobással játszáknak fel maguknak a labdát kosárérintésre, majd újbóli kosárérintéssel passzolják át a labdát társuknak (10x) - a tanulók egymással szemben fekvőtámaszhelyzetben gurítják egymásnak a labdát váltott kézzel (10x)	pármunka szóbeli közlés bemutatás bemutattatás	4 db röplabd a	22'	Cél: A testi képességek és a szervezet sokoldalú fejlesztése. A röplabda sportág mozgásanyagának felhasználása sajátos korrekciós mozgásanyagként. A tanulók sportolási igényének fokozása. Hibajavítás: hát egyenes, fej ne lógjon

	• a tanulók egymással szemben hason fekvésben helyezkednek el, kismértékű törzsemelés után labdagurítás társnak (10x) • a tanulók egymással szemben hason fekvésben helyezkednek el, kismértékű törzsemelés után kétkezes mellső dobással továbbítják a labdát a társnak (10x) • a tanulók egymással szemben hason fekvésben helyezkednek el, kismértékű törzsemelés után egykezes felső átadással továbbítja a labdát a társnak (5x-5x) • a tanulók hanyatt fekvésben terpesztett hajlított térdrel, talptámasszal a talajon közel egymáshoz helyezkednek el, lábak egymás felé néznek, labdás tanulónál a labda mellső középtartásban, mindkét tanuló felülést végez, a labdás tanuló átadja a labdát láb között a társnak, majd visszaereszkednek kiindulóhelyzetbe (10x) • a tanulók hajlított ülésben, támasszal a test mögött				Hibajavítás: emeld a könyököd, zárd a lapockád Hibajavítás: ne támaszkodj a másik kezeddre, emeld fel a törzsed Hibajavítás: a derekat le kell szorítani a talajra
--	---	--	--	--	---

	helyezkednek el, a labdás tanuló boka közé szorítja a labdát és lábemeléskor „átdobja” a labdát a társnak (10x)				Hibajavítás: egyenes a hát
4.	Játék: Helycserés kiütő A 8 tanuló úgy helyezkedik el a teremben, hogy ketten-ketten hasra fekszenek egymással szemben 3 m távolságra négyzet alakzatban. Az egyik csapat tagjai emelt törzsszel és könyökkel, két kézzel gurítják át a labdát a velük szemben lévő csapattársuknak, miközben a másik csapat tagjai igyekeznek eltalálni a labdájukat. Akinek a labdáját eltalálják, az helyet cserél azzal, aki eltalálta.	csapat szóbeli közlés	4 db labda 2 színben	4'	Cél: Erősíti a hát izmait, motiválás.
5.	Befejező rész Játék: Tartsd a labdát a levegőben és a körben is! A tanulók kis kört alkotnak. A feladat, hogy kosár- vagy alkarérintéssel egymásnak passzolva a labdát levegőben és a körben tartsák azt. Akinél kimegy a labda vagy leesik, az végez 3 guggolást körön kívül, majd visszaállhat a körbe.	csoport együttes foglalkoztatás a szóbeli közlés	1 db röplabda	5'	Cél: motiválás, a tanulók játékigényének kielégítése.
6.	Az óra értékelése	frontális egysoros vonalban		2'	A tanár megdicséri a tanulókat. Az órai munkát 5 érdemjeggyel értékelte, melyet a tanulók testnevelő tanára rögzített az elektronikus naplóban.

Reflexió

Több gyógytestnevelési órát is látogattam, mert úgy éreztem, hogy szükségem van jó gyakorlatok elsajátítására, megtapasztalására a tanári kompetenciáim fejlődése szempontjából. Ezen a tanórán arra láttam jó példát, hogy hogyan lehet a röplabda sportot és annak mozgásanyagát a gyógytestnevelés órába beépíteni.

10. és 12. évfolyamos tanulók alkották a csoportot. A tanítás helyszíne a Kaposvári Sportcsarnok RG csarnoka, amely függönnyel 3 részre van osztva. A talaj szőnyeggel volt borítva, ennél fogva a tanulók cipő nélkül, zokniban végezték az összes feladatot, ami rendkívül kíváncsú és szerencsés felállás a lúdtalpas tanulók esetében. Egy tizedikes és egy tizenkettedikes osztálynak volt testnevelés órája, a gyógytestnevelésre utalt tanulók ezekből az osztályokból kerültek ki vegyesen. A vegyes diagnózisú csoportot 2 fiú és 6 lány alkotta. A korábbi testnevelés óra anyaga röplabda volt, így a gyógytestnevelő tanár is témájában labdás órával készült. A pedagógus figyelembe vette a tanulók előzetes ismereteit, tudta, hogy a tanulók ismerik az alapérintéseket úgy, mint kosárárintés és alkarérintés, ezeket a technikai elemeket neki már nem volt feladata megtanítani, csak beépíteni az óra menetébe, mint egy mozgásos feladat. Az óra sorakozással és jelentéssel kezdődött. A tanár ismertette a tanóra anyagát és a bemelegítő feladatokhoz párba állította a tanulókat. A tanulók egymástól 4 m távolságra álltak fel, páronként egy röplabdával. A bemelegítést kis intenzitású, könnyű labdás feladatok alkották, melyben voltak nyújtó és mobilizáló gyakorlatok, de mozgáskoordinációt, mint szem-kéz koordinációt, térbeli tájékozódási képességet fejlesztő gyakorlatok is helyet kaptak. A bemelegítő feladatokra 10 percet szánt a tanár. A fő részben a tanulók továbbra is párokban dolgoztak és már megjelentek a röplabda technikai elemei, majd a labdás feladatokkal a törzs izomzatának erősítését tűzte ki célul. A pedagógus végig javította a mozgást. Fekvőtámasz helyzetben felhívta a tanulók figyelmét arra, hogy a törzs egyenes, a fej ne lógjon, míg a hason fekvő pozícióban a könyök emelt legyen a labdagurítás során. A feladatok egymásra épültek és egyre nehezedtek. Például hason fekvésben először labdagurítás, aztán törzsemelésből kétkézes mellső átadás, végül egykezes felső átadás. Ügyelt arra, hogy a tanulók mindkét karal elvégezzék a feladatot, elkerülve ezzel az egyoldalú izomerő fejlesztést. Az egyes izomcsoportokat felváltva dolgoztatta. A tanár a fő részt egy hátizomerősítő játékkal zárta le, amely jó kedvre derítette a diákokat. A játék neve Helycserés kiütő, melyet korábban nem ismertem. A 8 tanuló úgy helyezkedett el a teremben, hogy ketten-ketten hasra feküdtek egymással szemben 3 m távolságra négyzet alakzatban. Az egyik csapat tagjai emelt törzsszel és könyökkel, két kézzel átgurították a labdát a velük szemben lévő csapattársuknak, miközben

a másik csapat tagjai igyekeztek eltalálni a labdájukat. Akinek a labdáját eltalálták, az helyet cserélt azzal, aki eltalálta. A tanórát egy könnyed, laza játékkal fejezték be a tanulók, melynek neve Tartsd a labdát a levegőben és a körben is! A tanulók kis kört alkottak és a feladatuk az volt, hogy kosár- vagy alkarérintéssel egymásnak passzolva a labdát a levegőben és a körben tartsák azt. Akinél kiment a labda a körből vagy leesett a földre, az 3 guggolást csinált körön kívül, majd visszaállhatott a játékba. Nagyon tetszett, hogy nem kiesős volt a játék, így a kevésbé ügyes tanulók is az óra végéig játszhattak. A tanóra értékelése során a tanár megdicsérte a diákokat és az órai munkájukat ötös érdemjeggyel értékelte, melyet a tanulók testnevelő tanára rögzített az elektronikus naplóban. Változatos jól felépített tanórát láttam, a tanulók aktívan és szívesen végezték a feladatokat. A tanórán folyamatos volt a hibajavítás, azok egyértelműek, világosak és tárgyilagosak voltak. Több esetben a tanár által adott hibajavítás személyre szabott volt. Az terhelés intenzitása az egyes órarészekben belül és a terhelés íve a tanórán elejétől a végéig megfelelő volt.

4. számú melléklet

Játékgyűjtemény

Fogójátékok:

1. Alagútfogó

Kijelölünk egy fogót, a többiek futva menekülnek. Akit megfog, az mellső fekvőtámaszba ereszkedik és várja, hogy egy társa kúszással áthaladjon alatta, -ezzel kiváltsa- és vissza tudjon állni a játékba. A fogónak meghatározott ideje van (pl. 1 perc) arra, hogy minél több embert elfogjon, amivel kivonja őket a játékból. Ha lejár az idő meg kell számolni, hányan vannak fekvőtámaszban.

Hatása: erősíti a kar, a vállöv és a törzs izmait

2. Gyalogló fogó babzsákkal

Minden gyermek fején egy babzsák van. Kijelölünk egy fogót, akinek a fejére egy eltérő színű babzsákot helyezünk. Úgy kell járással menekülni a fogó elől, hogy a babzsák ne essen le a fejről. Akit a fogó megfogott, azzal kicseréli a babzsákot és ő lesz az új fogó. Ha valakinek leesik a babzsák a fejéről, külön feladat végzése után visszaállhat a játékba (például két térdemelés a bordásfalon).

Hatása: tartásjavító játék

3. Kukacfogó

Kijelölünk egy fogót. Mindenki hajlított ülésben a fenékén csúszva haladhat előre illetve hátra. Akit a fogó megfog, az lesz az új fogó.

Hatása: erősíti a vállöv és a törzs izmait

4. Katonafogó

Kijelölünk egy fogót, akit megjelölünk, pl. egy jelölőmezzel. Mindenki, a fogó és a menekülők is kúszással haladnak előre –hátra, esetleg gurulva. Akit megfog a fogó, átadja a jelölőmezt az új fogónak és folytatódhat a játék. Megjegyzés: senki nem térdelhet, vagy ülhet fel.

Hatása: erősíti a törzs, a kar és a vállöv izmait, mobilizálja a gerincoszlopot

5. Labirintus fogó

Kijelölünk egy fogót és egy menekülőt, a többi gyerek többsoros nyitott vonalban helyezkedik el oldalsó középtartásban tartott karral. Jelzésre a fogó elkezd üldözni a menekülőt a sorok között. A karok alatt nem lehet átbújni a másik sorba. A tanár jelzésére a gyerekek negyed fordulattal új sorokat alakítanak ki. Ha a fogó megfogja a menekülőt, szerepet cserélnek.

Hatása: erősíti a kar és a vállöv izmait, tartásjavító játék

Kidobó játékok:

1. Vadászlabda

Létszám: az egész osztály

Szükséges eszköz: 1db gumilabda vagy szivacs labda és a létszámnál eggyel kevesebb jelölőmez

A játékosok közül kijelölünk egy vadászt, akinél van a labda és jelölőmezt visel. A többi játékos a menekülő. A vadász labdavezetéssel haladva próbál valakit eltalálni a labdával. Akit eltalál, az a játékos is vadász lesz és felvesz egy jelölőmezt. Ettől kezdve a vadászok már nem vezethetik a labdát, hanem átadásokkal közelíthetik meg a menekülőket. Győztes az a játékos, aki utoljára marad.

Játékszabályok:

- Csak az első vadász vezetheti a labdát, amíg egyedül van.
- Csak a közvetlen találat érvényes.
- A vadászok nem akadályozhatják a menekülőket.
- A találati felületet előre meg kell határozni és csak az érvényes.

Hatása: állóképesség fejlesztés, figyelmet, kooperációt és szem-kéz koordinációt fejleszt

2. Fogyasztó szétszórta

Létszám: az egész osztály két csapatban

Szükséges eszköz: 1db gumilabda vagy szivacsabda és annyi jelölőmez, amennyi tagú egy csapat

Két csapatot alakítunk. Az egyik csapat a kidobó, a másik a menekülő csapat. A kidobó csapat kapja a labdát és feladata, hogy a másik csapat tagjait minél gyorsabban kidobja. Akit eltaláltak elhagyja a játéktér és csinál öt guggolást. A játékvezető méri, hogy mennyi idő alatt sikerült minden játékost kidobni. Utána szerepcserével a másik csapat is végrehajtja a feladatot. Győztes az a csapat, amelyiknek rövidebb idő alatt sikerült kidobnia a menekülő csapat összes tagját.

Játékszabályok:

- A kidobók nem vezethetik a labdát, és nem léphetnek labdával a kézben, átadásokkal kell megközelíteni a menekülőket.
- Csak a közvetlen találat érvényes.
- A kidobók nem akadályozhatják a menekülőket.
- A találati felületet előre meg kell határozni és csak az érvényes.
- A menekülők nem foghatják meg a labdát.

Hatása: állóképesség fejlesztés, figyelmet, kooperációt és szem-kéz koordinációt fejleszt

3. Tűzharc

Létszám: az egész osztály két csapatban

Szükséges eszköz: 1db gumilabda vagy szivacsabda

A játékosok két csapatban, a két térfélen helyezkednek el. Az alapvonalak mögött kijelöljük a pálya szélességében a fogolytanyát. A két csapat tagjai közül kiválasztott csapatkapitányok az ellenfél térfele mögött levő fogolytanyában helyezkednek el. A kezdőjátékos az ellenfél játékosaira dob. Ha valakit eltalál, az fogoly lesz, és a csapatkapitánya után megy az ellenfél mögötti területre. A további játékfeladat a labda megszerzése, és azzal az ellenfél egyik játékosának kidobása. Vonatkozik ez a csapatkapitányokra és a foglyokra is. Ugyanis az ellenfelet „két tűz közé” lehet szorítani, és a fogolytanyáról is lehet kidobni játékost. Amikor már a csapat valamennyi

játékosa fogoly lett, a csapatkapitány áll be a játéktérfélre. Győztes az a csapat, amelyik az ellenfél kapitányát először kidobja.

Szabályok:

- Dobáskor a vonalig előre lehet jönni.
- A csapattagok egymás között adogathatják a labdát.
- Csak a közvetlen találat számít.
- Ha a játékos elfogja a felé repülő labdát, nem számít találatnak.

Hatása: állóképességet fejleszt, figyelmet, kooperációt és szem-kéz koordinációt fejleszt

4. Kidobó játék

Létszám: az egész osztály

Szükséges eszköz: 1db gumilabda vagy szivacsabda

A játékosok a játéktéren szétszórva helyezkednek el. A játékvezető közéjük dobja a labdát, és aki elfogja, az célozhatja a többieket. Akit eltalálnak, nem esik ki a játékból, hanem az eltalált játékosnak kiegészítő feladatot (pl.: hasizom vagy hátizom erősítő gyakorlat) kell végrehajtania a játéktéren kívül, és utána visszaállhat

Játékszabályok:

- A játékterületet elhagyni nem lehet.
- A labdával megtehető lépésszámot előre meg kell határozni.
- A találati területet is előre meg kell határozni.
- Ha sikerül a felénk érkező labdát elfogni, az nem számít találatnak.
- Csak a közvetlen találat érvényes, ha a talajról vagy a falról pattan, nem számít találatnak.

Hatása: állóképességfejlesztés, törzs izmainak erősítése, figyelmet és szem-kéz koordinációt fejleszt

5. Célbadobás futó tanulóra (Ütőlabda)

Létszám: osztályjáték 3 csapatban.

Játékeszköz: 1 db váltóbot, 1 db gumilabda vagy szivacsabda

Játéktér: 5 m hosszú indulóvonallal szemben 20 m távolságra egy jelet (zsámoly, bója) kell elhelyezni, amelyet a futó csapat megkerül. A futás irányától oldalt jobbra 5 m távolságra - a futás irányával párhuzamosan - vonalat kell húzni. A futó csapat oszlopban az induló vonal mögé áll, az első tanulónál váltóbot van. Az oldalsó vonal mögött helyezkedik el a dobó csapat, az első tanuló kezében labda van. E csapattal

szemben szétszórtan a labdát a dobóknak visszadobó (adogatók) csapat tagjai helyezkednek el.

A tanár sípjelére a futó csapat első tagja (váltóbottal a kezében) futva kerülje meg a zsámoly, vagy bóját és a váltóbotot az indulóvonal mögött álló következő tanulónak adja át. A dobó csapat első játékosa a labdával a futó csapat tanulóját igyekszik eltalálni. Ha talált, jó pontnak számít. A szétszórtan elhelyezkedő harmadik csapat tagja a dobó csapat soron következő tanulójának visszadobják a labdát, hogy a játékos a második futó tanulóra dobhassa a labdát.

A játék értékelése: a játék eredményét az határozza meg, hogy a dobó sor hány futójátékost talál el. Három játék (helycserékkel) képez egy „mérkőzést”. A „mérkőzés” győztese az a csapat, amelyik a legrövidebb idő alatt futotta végig a távot. Második helyezett az a csapat, amelyik a legtöbb találatot szerezte.

A játék szabályai:

- A futóknak a váltófutás szabályait be kell tartani.
- A futó megállhat, visszafelé is futhat, de a jelet - amit meg kell kerülnie - jobb kéz felől, kell megkerülnie.
- A dobó csapatban mindig a soron következő tanuló álljon fel a dobóvonal mögé, mert a játékosok sorrendjét menetközben változtatni nem szabad. A dobó nem lépheti át a dobó vonalat.
- Az adogató csapat tagjai szabadon mozoghatnak, de a futó játékost nem akadályozhatja.

Hatása: állóképesség fejlesztés, figyelmet, kooperációt és szem-kéz koordinációt fejleszt

Egyéb játékok:

1. Tartsd a levegőben a lufit pók- és rákjárásban!

Alakítsunk ki 4-5 fős csapatokat. A csapatok tagjai köralakzatban helyezkedjenek el, és minden csapatnak legyen egy felfújtt lufija. A feladat a lufi levegőben tartása pók- rákjárással, kézzel vagy lábbal érintve. Győztes az a csapat, amelyik tovább tudja levegőben tartani a lufiját.

Hatása: erősíti a törzs, a kar és a vállöv izmait, figyelmet, kooperációt és szem-láb, szem-kéz koordinációt fejleszt

2. Adogatóverseny

A csapatok egymással szemben vonal alakzatban helyezkednek el törökülésben vagy z-ülésben. Mindkét csapat első és utolsó játékosa mellett egy-egy felfordított zsámoly áll. Az egyik zsámoly tele különféle eszközökkel (pl.: babzsák, labda...), a másik zsámoly üres. Feladat az eszközök áthelyezése kézből kézbe adogatással az üres zsámolyba. Az eszközök átadása-átvétele törzsfordítással történik. Győztes az a csapat, amelyiknek hamarabb sikerül az összes eszköz átpakolni.

Hatása: erősíti a törzs izmait, tartásjavító játék, figyelmet, kooperációt és szem-kéz koordinációt fejleszt

3. Pókpete gyűjtés

A játéktér közepén a középvonal mentén babzsákokat helyezünk el. Mindkét csapat alapvonalára fészekként egy felfordított zsámolyt állítunk. A játékosok a saját alapvonaluk mentén sorakoznak fel és jelre pók- és rákjárással igyekeznek minél több „pók petét”, azaz babzsákokat a fészükbe hordani. Győztes az a csapat, amelyik több petét tudott összegyűjteni a játékidő alatt.

Hatása: erősíti a váll, a kar és a törzs izmait

4. „Labdahajszó” hanyattfekvésben magastartással

A gyerekek kört alkotnak úgy, hogy a hajlított lábuk a menetirányba legyen talptámaszban. Két labdát indítunk egymással szemben lévő tanulótól. Akinél a labda van, felülést végez és előre hajlítással a lábánál elhelyezkedő társa kezébe adja a labdát. Akinél a két labda utoléri egymást, hibapontot kap. Győztes az, akinek legkevesebb hibapontja van.

Hatása: erősíti a has izmait

5. Kuglizás

Egyel kevesebb zsámolyt, mint ahány gyerek van, kör alakzatban helyezünk el. Egy gyerek a kör közepére áll, a többiek arckörben a zsámolyokra hasalnak. A kört alkotók próbálják egy nagyméretű labda gurításával eltalálni a körben menekülő társukat. Akinél sikerül azzal helyet cserél a menekülő játékos.

Hatása: erősíti a hát izmait

Felhasznált szakirodalom

Pappné Gazdag Zsuzsanna (2010) *Játszunk gyógyító tornát! 2.* Budapest: Flaccus Kiadó

Pappné Gazdag Zsuzsanna (2020) *Labda.* Debrecen: Flaccus Kiadó

Speciális nevelési feladatok 1.

Esetleírás

A pedagógus pályámon eltöltött 22 év során számtalanszor felmerült már bennem és kollégáimban, hogy valóban lehet-e integráltan nevelni a fogyatékkal élő vagy sajátos nevelési igényű tanulókat a többségi tanulókkal vagy jobb lenne számukra, ha külön intézményekben, szegregáltan valósulna meg az oktató-nevelő munka. Ezt a kérdést nem lehet egy egyszerű igennel vagy nemmel megválaszolni. Az tény, hogy egyre több iskolában vannak jelen ilyen speciális igényű tanulók, akiknek oktatásához széleskörű pedagógia módszertani tudás szükséges.

Ki minősül sajátos nevelési igényű tanulónak és beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanulónak? „...sajátos nevelési igényű gyermek, tanuló: az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye alapján mozgásszervi, érzékszervi (látási, hallási), értelmi vagy beszéd fogyatékos, több fogyatékoság együttes előfordulása esetén halmozottan fogyatékos, autizmus spektrum zavarral vagy egyéb pszichés fejlődési zavarral (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzd”. „...beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő gyermek, tanuló: az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye alapján az életkorához viszonyítottan jelentősen alulteljesít, társas kapcsolati problémákkal, tanulási, magatartásszabályozási hiányosságokkal küzd, közösségbe való beilleszkedése, továbbá személyiségfejlődése nehezített vagy sajátos tendenciákat mutat, de nem minősül sajátos nevelési igényűnek.”

Iskolánk pedagógiai programjában szerepel, hogy a többi tanulóval együtt nevelhető, oktatható a sajátos nevelési igényű tanuló. Beiskolázható, azaz integráltan oktatható az értelmi fogyatékos, enyhe értelmi fogyatékos, látássérült, hallássérült, beszéd fogyatékos és egyéb pszichés fejlődési zavarral (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzdő tanuló. Az azonban tény, hogy ez a beiskolázási előírás a gyakorlatban az esetek többségében megoldhatatlan feladat elé állítaná az iskolát és a pedagógusokat. Esetleírásomban egy tavaly végzett tanulónkról szeretnék írni, aki Asperger-szindróma jeleit mutatta és arról, hogy hogyan sikerült őt integrálni a normál állami iskolába.

Az Asperger-szindróma idegrendszeri eredetű zavar. Legegyszerűbben az autizmus enyhébb változataként szokták emlegetni, de mégis más, önálló jellemzőkkel bíró kategória. Hans Asperger osztrák gyermekgyógyász több mint ötven évvel ezelőtt foglalta össze először azokat a viselkedéseket, melyek a szóban forgó gyerekeket – elsősorban fiúkat – jellemzik.

A szindróma általános jellemzője az átlagos vagy átlagon felüli intelligencia, a beszéd már korán kialakul, igen gazdag szókinccsel, felnőtt beszéddel, jellemzően kommunikációs szándékkal, ami azonban egyoldalú, gyenge a kapcsolatteremtő készsége, jellemző rá a szemkontaktus kerülése, a szabályokhoz, a megszokott rutinhoz való görcsös ragaszkodás, a feszült idegállapot esetleg depresszió, az aprólékos beszéd, az ingerek feldolgozásának nehézsége, a megtapadt gondolkodási sémák. Az ezzel élők nem tudják értelmezni a testbeszédet, a gesztusokat vagy rendszeresen rosszul értelmezik azokat. Továbbá jellemző rájuk, hogy egy adott tárgy vagy téma iránt megszállottan érdeklődnek, abban teljesen elmélyednek.

X.Y. édesanyja elmondása szerint gyermeke 2,5 évesen bölcsődébe, majd 3,5 évesen óvodába került. Mindkét intézményben dicsérték a gyermeket. Kiemelték, hogy rendkívül okos, értelmes, de hozzátették, hogy leginkább egyedül szeret játszani, a maga kis világában érzi jól magát és más dolgok iránt érdeklődik, mint vele egy korú társai. Mikor Y nagycsoportos lett, elgondolkodtak, hogy iskolába menjen, vagy maradjon még egy évet az óvodában. A szülők számára ez nehéz döntés volt, mert Y egyrészt már unatkozott az óvodában, és ő maga szeretett volna már menni iskolába, másrészt viszont a finommotorikája, és a grafomotorikája nagyon elmaradott volt a korához képest. Mégis a szülők úgy döntöttek, hogy szeptemberben 6,5 évesen Y megkezdje az iskolát. Ez után következett az iskolaválasztás kérdése. Az édesanya abban az iskolában tanít ahol én is és felmerült a kérdés, jó lenne-e, ha egy helyen lenne ő és gyermeke, vagy sem. Erre akkor nem lehetett határozott, kielégítő választ adni, de az iskola speciális, két tanítási jellegéből adódóan a szülők hajlottak afelé, hogy az átlagosnál magasabb intelligenciával bíró gyermeket a két tanítási képzésű osztályba írássák. Szeptemberben Y elkezdte az iskolát. Jól érezte magát, nagyon jól vette az akadályokat, de problémái is voltak. Nem nagyon tudott összebarátkozni az osztálytársakkal, sokat volt egyedül, sokat sírt, és bántották is. Emiatt sokat tikkelt, és elkezdte rágni a ceruzáit. A ceruzarágás miatt az édesanya elvitte az iskolapszichológushoz, akiben felmerült, hogy Y Asperger-szindrómás lehet. Azonban az iskolapszichológus nem volt biztos a diagnózisban, mert a tipikus Aspergeres tünetek hiányoztak nála. Az édesanya szeretne tudni, hogy mi a pontos probléma

gyermekével, ezért a nyári szünet ideje alatt elvitte gyermekét a pszichiáterhez, aki megerősítette a feltételezést, így vált biztossá, hogy Y Asperger-szindrómás.

Szeptemberben, ahogy megkezdődött az iskola elindult egy hosszú folyamat, rengeteg tesztel, vizsgálattal, beszélgetéssel, sok hét eltelte után megkapták az eredményt és a részletes szakértői véleményt javaslatokkal. Mindenki azt javasolta, hogy Y-nak kiscsoportos osztályba kellene járnia, ahol tehetségfejlesztés is van. A 142-es intelligenciaszintjével, és a különleges dolgaival nem biztos, hogy jó helyen volt a gyermek a nagy létszámú osztályközösségben. A szülők tipródtak, hogy mi legyen, újabb és újabb lehetőségeken gondolkodtak, de sajnos újabb probléma merült fel a korábbiak mellett. A Kaposvári Általános Iskola tagiskolái közül, egyedül a II. Rákóczi Ferenc Tagiskolának volt befogadó nyilatkozata autista gyerekekre. A szakértői vélemény megérkezése után kérdésessé vált, hogy a gyermek egyáltalán maradhat-e az intézményben. A szülők kérvényeket adtak be a Tankerülethez, amely végül engedélyezte a tanuló integrálását az iskolába. Nehéz időszak következett. Már mindenki, pedagógusok, osztálytársak és szülei is tisztában voltak Y diagnózisával, de túl sok ismerettel egyikőjük sem rendelkezett az Aspergerrel kapcsolatban. A közösségbe való beilleszkedést nehezítette, hogy az empátia az Asperger-szindróma leginkább sérült területe. Az Asperger-szindrómások még a kapcsolatteremtés alapjaival sincsenek tisztában. Ide tartozik az érzelmi és szociális kölcsönösség hiánya, a barátkozás nehézsége, vagy a metakommunikációsérülése, mint a szemkontaktus tartása, arc kifejezés és gesztusok helyes értelmezése. Y-nak ezek mind problémát okoztak, a félreértésekből rengeteg konfliktusa származott. Szerencsére egy rendkívül tapasztalt, türelmes, lelkiismeretes tanító nénije volt, aki az eredmény megszületése után sokat olvasott a témával kapcsolatban és mindent megtett, hogy Y-t sikeresen integrálja az osztályközösségbe. Beszélgetett a gyerekekkel, próbálta velük megértetni, hogy Y miért reagál másképp egyes szituációkban, mint ők. Az osztályba járó gyerekek szüleit is tájékoztatták Y Asperger-szindrómájáról és a tanító néni kérte a szülőket, hogy segítsék a közösség alakulását, fejlődését azzal, hogy a gyerekeiket érzékenyítik a témával kapcsolatban. A gyerekek legyenek türelmesebbek, megértőbbek, elfogadóbbak Y-nal. Most, hogy Y már elballagott az iskolából a szülők úgy látják, hogy jól döntöttek. Y a felső tagozatot is kiváló eredménnyel, sok kiemelkedő verseny eredménnyel zárta. Osztálytársai alsó tagozatban sokat piszkálták, de a felső tagozatra elfogadták Y furcsaságait. A felsős pedagógusok is nagyon jól kezelték a helyzetet és fejlesztőpedagógus is kijárt Y-hoz az iskolába fejlesztésre. A fejlesztés arra irányult, hogy elmúljanak a stresszelő tünetek és Y szociális és kommunikációs képességei a korának megfelelően fejlődjenek. Mégis a legtöbbet az édesanya tett Y sikeres integrációjáért.

Rengeteget dicsérte, bátorította. Y mindig is a tökéletes eredmény elérésére törekedett élete minden területén és ez sokszor depresszióba döntötte, de az édesanya gondoskodó, elfogadó attitűdje, mindig átlendítette Y-t a nehéz időszakokon.

Véleményem szerint nem egyszerű feladat sem az iskolának, sem a pedagógusoknak az integráció, az integrált nevelés. Nagyon nagyfokú elfogadás, türelem és elhivatottság is szükséges az ilyen típusú oktatás sikerességéhez. Szükség lenne a társadalom elfogadására, nyitottságára és arra, hogy minden ember közelebről, élő példákon keresztül láthassa meg, milyen is egy speciális nevelési igényekkel rendelkező gyermek.

A kurzus során a leginkább az tetszett, hogy a tanárnő valós élethelyzetek példáján keresztül mutatta be a speciális igényű gyerekek helyzetét, szükségleteit, problémáit. Ami számomra nehézséget okozott vagy inkább a kurzus óráinak tömbösítéséből adódott, hogy többször elveszttem az egyes fokozatok között. Csoporttársaimnak egyértelmű volt, hogy vannak enyhe értelmi fogyatékosok, középsúlyos fogyatékosok, stb és hogy ezekre a tanulókra mi jellemző. Számomra teljesen ismeretlen ez a világ, ritkán kerülök kapcsolatban ilyen gyerekekkel. Mindenképpen egy nagyon jó élmény volt olyanokkal egy kurzusra járni, akik ennyire elhivatottak a munkájukat illetően és ez rám is motiválónak hatott, illetve máris nem látom olyan borúsan helyzetemet iskolámban.

6. számú melléklet

A pedagógus szerepei és munkatevékenysége

A pedagógus konfliktuskezelési stratégiái

Iskolai esettanulmány

A mai kor embere napi szinten az élet bármely területén kerül olyan helyzetekbe, amikor döntései következményeit ugyan gondosan mérlegelve, de konfliktusokba kerül. Nem is kell kilépnünk az otthonunkból, már családon belül számos érdekellentét alakul ki a felek között, gondoljunk a szülő kamaszgyerek állandó harcára, mely sok szülőnek ad okot fejfájásra¹. Tanári, osztályfőnöki munkámból kifolyólag is sok olyan szituációba kerülök, amikor ezeket az érdekellentéteket, problémás helyzeteket kezelnem kell. Azonban egy-egy ilyen helyzetből nem mindig az következik, hogy valakinek az érdekei sérülnek, hiszen a megoldások keresése

¹ Birloni Szilvia – Sík Eszter (2013.): Iskolai Konfliktusok.

során mindkét fél tanulhat valami újat, fejlődhet személyisége pozitív irányba, szert tehet új kapcsolatokra.

De mi is az a konfliktus? Kik között állhat fent? Milyen okai lehetnek a konfliktusok kialakulásának? Szekszárdi Júlia szerint „a konfliktus olyan ütközés, melynek során igények, szándékok, vágyak, törekvések, érdekek, szükségletek, vélemények, értékek kerülnek szembe egymással.”² (idézi: Orosz Gabriella – Ürügine Ács Anikó Társas kapcsolatok és konfliktusok az AKG-ban). Ezek az ütközések több különböző csoport között jöhetnek létre. Lehetnek tanár-tanár, tanár-szülő, tanár-diák vagy diák-diák között. Kiváltó okok között lehet kapcsolati konfliktusok, értékkonfliktusok, strukturális konfliktusok, információs eredetű és érdekkonfliktusok.³ Osztályfőnöki munkám során leggyakrabban kapcsolati típusú konfliktusokat kell megoldanom, melyek diákjaim között komoly feszültséget teremt. Ezekre a konfliktusokra jellemző, hogy diákjaim többnyire tévesen értelmezik társaik viselkedését vagy negatív viselkedésből kialakuló feszültségek, esetleg sztereotípiák okozzák a problémát. Ilyen konfliktusok a fizikai vagy verbális bántalmazás, gúnyolódás, csúfolódás és a kiközösítés. Míg a verbális bántalmazás gyorsan felszínre kerül - fiatalabb a korosztálynál hamarabb a tanár tudomására jut, míg az életkor előre haladtával, már ezt is egyre nehezebb tetten érni - , és ha kell a pedagógus azonnal be tud avatkozni, addig véleményem szerint a kiközösítés, elszigetelődés lassabban derül ki, később jut a felnőttek tudomására. A konfliktus megoldás módja több féle lehet. Kenneth L. Thomas és Ralph H. Kilmann pszichológusok szerint 5 fajta stratégiát különböztethetünk meg, ha az önérvényesítést és az együttműködést vesszük alapul⁴. Ezek a versengő, alkalmazkodó, elkerülő, problémamegoldó és kompromisszumkereső konfliktuskezelési módok. Az összes stratégiának megvannak az előnyei és hátrányai. Mindig a szituációtól és a szereplők jellemétől függően kell kiválasztani a megfelelő stratégiát úgy, hogy az egyén érdekei a legkevésbé sérüljenek. Munkám során is mindig gondosan mérlegelnem kell a körülményeket, a fennálló problémát, hogy a lehető legjobb megoldás szülessen a felek között a konfliktus rendezése során. Osztályfőnökként gyakran alkalmazom a „beszéljük meg”, mediáció technikát.⁵ Itt harmadik, semleges félként próbálom feltárni az okokat, ami a konfliktus hátterében állhat, meghallgatom az érintett feleket és próbálom úgy irányítani a beszélgetést, hogy a felek megértsék egymás szempontjait.

² idézi: Orosz Gabriella – Ürügine Ács Anikó: Társas kapcsolatok és konfliktusok az AKG-ban

³ Birloni Szilvia – Sík Eszter (2013.): Iskolai Konfliktusok.

⁴ Sasfy György Zoltán (2018): Konfliktuskezelés, stresszkezelés.

⁵ Birloni Szilvia – Sík Eszter (2013.): Iskolai Konfliktusok.

Dolgozatomban az elszigetelődés problémájára szeretnék kitérni és a fent leírt mediátori tevékenységemet példaként említeni, mint konfliktuskezelési stratégiát.

Esetleírás

Az esteleírásomban egy osztályomba járó kislányról írok, akit azon kívül, hogy az osztályfőnöke voltam, tanítottam angol és testnevelés tantárgyakból is. 5. osztályban ismertem meg, amikor is az osztályfőnöke lettem. Ekkor még úgy tűnt, hogy a gyerekek egy jól összehozott csapatot alkotnak.

Tanév elején készítettem egy szociometriai felmérést, hogy képet kaphassak az osztályon belüli kapcsolatokról. Az elemzésből kiderült, hogy vannak ugyan kialakult csoportok, de teljesen elszakadt, különálló tanuló nincsen. Ennek a kislánynak is volt egy nagyon jó barátnője Z, aki szintén őt jelölte meg legjobb barátnőként. Ekkor még nem aggódtam, hiszen előfordul, hogy két gyermek ennyire egymásra találjon, és mindent együtt akarjon csinálni.

Október közepén szerveztem egy családi napot, ahol a szülők bográcsban főztek, a gyerekek pedig számháborút játszottunk, amibe a kislány is bekapcsolódott. A kislány az apukájával és a nagymamájával vett részt a programon, ahol alkalmam nyílt beszélgetni velük. Ekkor derült ki, hogy az apa elvált, és a nagymama segítségével egyedül nevelte kislányát. Az apával folytatott beszélgetésből számomra az derült ki, hogy Y csendes, szófogadó, visszahúzó kislány, aki sokat volt felnőttek között, kortársaival csak kevés szabadidőt tölthetett el, mert nem Kaposváron lakott. Az apa vagy nagymama autóval szállította reggel és este, így míg társai iskola után közös szabadidős programot szerveztek vagy eljártak egymáshoz, hogy a közös iskolai projekten dolgozzanak, addig ő az iskolai tanulószobán várta, hogy az édesapja hazavigye.

A tanév során - ahogy egyre jobban megismertem a közösséget - derült ki számomra, hogy Y szoros barátsága Z-vel kizárta őket az osztályközösségből és külön kis szigetet alkottak az osztályon belül. Mindkét lánnyal leültem erről beszélgetni, de ők biztosítottak arról, hogy számukra ez a helyzet nem zavaró. Mégis aggódtam, mert amíg társaik hétvégi közös programokat szerveztek, addig ők ezekből kimaradtak és egyre inkább eltávolodtak a többiektől. Ráadásul 5. osztály májusában kiderült, hogy a barátnője családjával külföldre költözött és a hatodik osztályt már másik intézményben folytatta.

Hatodik osztály szeptemberétől figyeltem a kislányt, hogyan viselkedett a társaival. Rendkívül visszahúzó, magányos volt, osztálytársaival nem kereste a kapcsolatot. A szünetekben is

egyedül volt, az osztályban is egyedül ült a kétszemélyes padban. Tudtam, ha ez így marad, akkor a kislány teljesen el fog szigetelődni az osztályközösségen belül. Leültem Y-nal beszélgetni és megkértem mondja el, hogy érzi magát most, hogy a legjobb barátnője elköltözött. A beszélgetés során kiderült, hogy ő nem látta akkora problémának, hogy a szüneteket egyedül tölti, és egyedül fogyasztja el a tízórait, míg a többiek körbeülnek és nevetgélve, viccelődve fogyasztják el a szendvicseiket. Egyedül azt tartja problémának, hogy a többiek nem küldik el a házi feladatot, hiába kéri, amikor beteg. Kértem indokolja meg, miért nem szeretne a többi lánnyal barátkozni. Válasza nagyon meglepett. Szerinte így kevesebb bántás, sérelem éri. Alsó tagozatos tanulóként próbálkozott a többiekkel barátságot kialakítani, de sokszor megbántották, megsértették, míg Z nem, így csak vele kezdett barátkozni. Hiába próbálkozott barátokra lelteni, úgy érezte nem fogadják szívesen. Próbáltam neki elmagyarázni, hogy a legjobb barátok között is néha előfordul vita, ellentét, de ezeket meg lehet beszélni, a sértéseket meg lehet bocsátani. A barátok nemcsak bánatot, hanem nagyon sok örömet is tudnak okozni, érdemes neki is lépéseket tennie azért, hogy a társai megismerhessék. Kértem, hogy legyen több bizalommal társai iránt, legyen érdeklődőbb, nyitottabb az iránt, ami társait is foglalkoztatja és próbáljon közös beszédtemát találni velük.

Persze úgy éreztem, hogy mindez nem elég, társait is meg kell kérdezniem, miért nem hívják Y-ot a közös programokra. Közben az elszigetelődés problémáját az édesapa is érzékelte, aki az iskolában megkeresett. Arra kért, hogy üljek le a lányokkal beszélgetni úgy, hogy Y nincs ott és tudjam meg mi a bajuk a lányával. Én ezt nem tartottam jó ötletnek, mert nem szerettem volna Y bizalmát azzal elveszíteni, hogy kibeszélem a háta mögött. Ráadásul úgy éreztem, hogy a gyerekeknek maguknak kell felismerniük és kimondaniuk a problémát. Sokat rágódtam azon, hogyan és leginkább mikor tudnám ezt a témát megbeszélni velük, de úgy, hogy ne legyek túl direkt, ne okozzak ezzel esetleg újabb kellemetlenséget a kislánynak.

Az alsó tagozaton tanító osztályfőnökükkel folyamatosan tartottam a kapcsolatot, időnként leültünk beszélgetni, hogyan alakul az osztályközösség, hogyan teljesítenek a gyerekek a felső tagozatban. Meséltem neki Y elszigetelődéséről, illetve saját tanácsalanságomról is és tudtam, hogy rendkívüli pedagógiai érzékével biztosan jó tanácsot fog adni. Kapóra jött, hogy a rákövetkező héten a gyerekek hittan tanára megbetegedett, és az is, hogy a kislányok mind hittan órára jártak. Megkértünk egy kollégát, hogy felügyelje azt a néhány fiút, aki szintén hittanos, hogy mi a lányokkal kicsit beszélgetni tudjunk. Kolléganőmmel a gyerekekkel körben ülve beszélgetni kezdtünk arról, hogy jó- e közösségbe tartozni. Mitől jó egy közösség? Mit tehetnek a közösség tagjai, hogy mindenki jól érezze magát a közösségben? Mit gondolnak,

mindenki jól érzi-e magát a közösségben? Hogyan vehetjük észre, ha valaki mégsem érzi jól magát a közösségben? Megkérdeztük, hogy érzik magukat a közösségben? A gyerekek nagyon szépen elmondták, hogy attól lesz jó egy közösség, ha odafigyelnek egymásra, meghallgatják egymást, összetartanak, segítenek egymásnak. Amikor arra került sor, mondják el, honnan veszik észre, ha valaki nem érzi jól magát egy közösségben, akkor pontosan Y helyzetét írták le. Innentől vált személyessé a beszélgetés, hiszen a gyerekek és Y is felismerte a helyzetet, így nyíltan el tudták mondani az érintettek, hogyan látták egymást. Mikor Y kifejezte, hogy nagyon szeretne többet együtt lenni velük, de úgy érzi, nem fogadják be őt, akkor a többiek mondhatták el, hogy ők próbálták korábban bevonni a beszélgetéseikbe, közös programjaikba, de Y elzárkózott, Z-vel félrevonult, szinte kisajátította magának Z-t, pedig vele is szívesen barátkoztak volna. A beszélgetés azzal zárult, hogy ígéretet tettek, mindannyian törekszenek arra, hogy jobban odafigyelnek a másokra. Ezután Y viselkedése sokat változott. Kereste a többiek társaságát, a többiek pedig észrevették, ha csatlakozni szeretett volna hozzájuk, bevonták a beszélgetésekbe, a szünetekben hívták röplabdázni. Ennek eredményeképpen Y egyre inkább feloldódott, közlékenyebb lett és 2 kislánnyal is szorosabb barátságot kötött.

A fenti esetleírásból az is kiderül, hogy a létrejött konfliktusnak korábban voltak előzményei, aminek következménye lett a kirekesztettség. Továbbá a probléma nem csak a diákokat érintette, hanem kiderült, hogy ezt a szülő is érzékelte, majd a diák-diák konfliktus mellett megjelent a szülő- diák (gyermek) konfliktusa is, hiszen az apa is érzékelte a problémát, tehát azzal is foglalkozni kellett. Ebből az is látszik, hogy a konfliktusok soha nem egyszerűek, hanem a probléma összetett, komplex. Az elszigetelődés esetén a konfliktus kezelése mindig egy hosszú folyamat, nem lehet a problémát elengedni, a tanuló sorsát, közösségen belüli pozícióját, kapcsolatait folyamatosan figyelemmel kell kísérni, míg a tanuló nem kerül egy új közösségbe.

Felhasznált szakirodalom

Kaposvári Kodály Zoltán Központi Általános Iskola és Tagintézményei Pedagógiai Programja

<https://www.kaposvar.net/www.zrinyi-sulinet.hu/sites/default/files/2023-11/Pedag%C3%B3giai%20program%20Kod%C3%A1ly%202023.11.13..pdf>

(Letöltés: 2023.11.27.)

Fülöp Istvánné: Útmutató az integrációs és képesség-kibontakoztató felkészítéshez, az IPR bevezetéséhez

www.new.mako.hu

(Letöltés: 2023.12.02.)

Dr. Hámoriné Váczy Zsuzsa: Integrált pedagógiai rendszer oktatási segédanyag

https://www.aranyoskozszolg.ininet.hu/letoltesek/integralt_pedagogiai_rendszer.pdf

(Letöltés: 2023.12.02.)

Mohai Katalin és Perlusz Andrea: Útmutató az integrált és inkluzív oktatáshoz a többségi pedagógus számára

<https://www.oktatas2030.hu/wp-content/uploads/2020/10/utmutato-az-integralt-es-inkluziv-oktatashoz.pdf>

(Letöltés: 2023.12.02.)

Nkt. 4. § 37. pontja a lemorzsolódással veszélyeztetett tanuló definíciója

A 229/2012. (VIII. 28.) Korm. rendelet 44/J. § (2) bekezdés a) pontja

Francsics Szimonetta (2023) Zrínyi Ilona Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Tagiskola intézményi integrációs gyakorlatának bemutatása

Tony Attwood: Az Asperger Szindróma Kézikönyve.

(Letöltés: 2023.12.13.)

https://issuu.com/oromjog/docs/tony_attwood_-_az_asperger_szindr_oma_k_zik_nyve_pd

A nevelési, oktatási intézmény hatékonysága
Zrínyi Ilona Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Tagiskola
rendszer szemléletű elemzése/értékelése

Intézmény bemutatása

Általános iskolában tanítok, mely zöldövezetben, csendes, családi házas környezetben helyezkedik el. Az épületet nagy parkosított udvar veszi körül, ahol egy bitumenes focipálya, körülötte salakos futópálya, egy bitumenes röplabda és egy műanyag borítású kosárlabdapálya található. A zárt, nagy udvart családi házak veszik körbe, így a gyerekek nyugodt körülmények között tölthetik el a szabadidőjüket.

Iskolánk tanulóinak száma 447 fő. A tanulók közül 229 fő lány. Állampolgárságukat tekintve 1 fő külföldi állampolgár. Iskolánkban az oktatás 8 évfolyamos képzésben viszonylag nagy létszámú osztályokban, 25-30 fő között történik. 8 alsó évfolyamos, 8 felső tagozatos tanulócsoportunk van. A tanulók többsége jó szociális körülmények között él. A szülők többsége közép vagy felsőfokú végzettséggel rendelkezik. SNI tanulók száma 15 fő, BTMN tanulók száma 11 fő.

Iskolánkban 31 pedagógus dolgozik, melyből 4 férfi. Az életkori megoszlás szerint a tantestület többsége 40-55 év közötti, van 2 fő pályakezdő és a nyugdíjas kor előtt álló kollégák száma 2. Intézményünkben 6 munkaközösség működik. Iskolánkban az idei tanévtől már nem 100 %-os a szakos ellátottság.

Iskolánk kiemelt profilja az emelt szintű nyelvvoktatás, melynek keretein belül hagyományos képzésben tanuló diákjaink már második osztálytól bontott csoportban tanulhatják az angol nyelvet. Számukra ötödik évfolyamtól mindennapos nyelvvoktatás biztosításával teremtjük meg a nyelvvizsga szerzés lehetőségét. A városban egyedülként iskolánkban található két tanítási nyelvű képzés, mely 2008/2009-es tanévben indult és azóta is nagy népszerűségnek örvend. Minden évfolyamunkon az egyik osztály ebben a képzésben tanul. Két tanítási osztályainkban az alsó tagozatos osztályokban a tanító nének tanítják az angol nyelvet, illetve szintén angolul a készségtárgyakat és harmadiktól a környezetismeret tantárgyat. Felső tagozaton a nyelvvórákon kívül az 5-6. évfolyamokon a testnevelést, a környezetismeretet és civilizációs

tantárgyakat, 7-8. évfolyamokon a földrajzot, történelmet és civilizációs ismereteket tanulhatják diákjaink angolul.

Az eredményes és színvonalas nyelvoktatás nem valósulhatna meg megfelelő tárgyi feltételek nélkül. A bontott csoportok miatt megnövekedett a nyelvórák száma, ezért korábbi tantermek átalakításával új szaktantermek kerültek kialakításra. Az alsós osztályokban és a felsős szaktantermekben mindenhol található interaktív tábla, a csoportbontásoknál használt kis termekben mindenhol projektor segíti a pedagógus munkáját. Megfelelő számú és minőségű CD lejátszók, társasjátékok, szemléltető eszközök megvásárlásával biztosítja az iskola vezetősége a zavartalan munkát.

A tanulók délutáni szabadidő hasznos eltöltését számos módon segíti az iskola. 17 tehetséggondozó szakkör, valamint 21 felzárkóztató foglalkozás működik iskolánkban. A gyerekek rendszeres sportolási lehetőségét 3 sportkör működtetésével biztosítjuk, ezek között szerepel röplabda, kosárlabda és tömegsport is. Alsó tagozaton osztályonként 1 napközis csoport működik. A felsős tanulóinkat 2 csoportban, tanulószoba keretein belül segítünk felkészülni a tanórákra. Munkánknak köszönhetően tanulóink jelentős hányada tanulmányait gimnáziumban, kis része szakgimnáziumban, illetve szakképző iskolában vagy technikumban folytatja.

A kapcsolattartás módjai a szülőkkel

Osztályfőnökként sok időt és energiát fordítok a szülőkkel való kapcsolattartásra, ezért is választottam ezt a területet vizsgálatom tárgyául. A szülők között magas a képzett, diplomával rendelkező szülő. Nem áll tőlük távol az iskola világa és érdekeltek abban, hogy gyermekeik minél jobb és magasabb tudásra tegyenek szert. Ennek is köszönhető, hogy a szülők aktívan és szívesen vesznek részt az iskola életében, de ebből az is következik, hogy magasak a szülők elvárásai az iskola felé. Számos lehetősége van a szülőnek, hogy jelen legyen a gyermeke, az osztály és az iskola életében, ezzel is lehetőséget biztosítva, hogy kommunikáció jöhessen létre a szülő és a pedagógus között.

A szülőkkel már nagyon korán felvesszük a kapcsolatot. Az óvodáskorú, beiskolázás előtt álló gyerekeknek három tematikus játszóházat is szervezünk. Itt lehetősége van a szülőknek és a gyerekeknek is kötetlen, játékos keretek között az alsós tanítókkal megismerkedni. Az iskola vezetősége szülői értekezlet keretei között mutatja be az iskolánkban működő képzéseket. A nyílt napokon a szülők megismerhetik a leendő első osztályban tanító pedagógusok személyiségét, tanítási módszereit, illetve betekinhetnek a felsőbb évfolyamok nyelvi

képzéseibe is. Egy külön alkalommal lehetőséget biztosítunk a már iskolánkba járó tanulóink szüleinek is, hogy betekintést nyerjenek egy-egy tanórába, majd a tanóra után megbeszélhessék a látottakat.

Az osztályfőnökök számos, különböző csatornán tartják a szülőkkel a kapcsolatot a tanév folyamán. A hivatalos forma a Kréta elektronikus napló, melyből a szülő tájékozódhat gyermeke előmeneteléről, üzeneteket kap gyermekével, az osztállyal és iskolával kapcsolatos hírekről, eseményekről. Ezen kívül az email írása is gyakran használt kommunikációs eszköz a közösségekben. Ha sürgős, azonnali információátadására van szükség a telefonon történő megkeresés is megszokott formája a kapcsolatfelvételnek. A közösségi média elterjedésével egyre több kollégám hozott létre Facebook vagy Messenger osztálycsoportot.

Személyes találkozásra az évi két szülői értekezlet és négy fogadóóra ad lehetőséget. A Covid időszakban ezek online formában lettek lebonyolítva. Korábban a fogadóórák alkalmával a szülők sorban álltak a tantermek előtt, hogy beszélhessenek a gyermeküket tanító pedagógussal. Több szülő panaszkodott, hogy a hosszú várakozási idő miatt, mire bekerült egy pedagógushoz, addigra már nem maradt idő, hogy odaérjen egy másikhoz, akivel feltétlen beszélni akart. Kiszámíthatatlan volt a várakozási idő, tömegek alakultak ki egyes termek előtt. A Covid járvány miatt kialakult személyes találkozási tilalom miatt kezdtük el használni a Kréta fogadóóra funkcióját. A kréta rendszeren keresztül a szülők előre be tudnak jelentkezni a szaktanárokhöz, ahol 15 perces időtartamra időpontot tudnak foglalni. Előnye a foglalási rendszernek, hogy a szülő előre be tudja osztani az idejét és nem várakozik feleslegesen. Hátránya, hogy vannak olyan kollégák, akiknél gyorsan betelnek az időpontok. Nyolcadikos diákjaink szülei számára továbbtanulással kapcsolatos szülői értekezletet szervezünk, melyre a Somogy Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat Pályaválasztási Tanácsadójából szakember érkezik, hogy az osztályfőnökkel együtt megválaszolja a szülők továbbtanulással kapcsolatos kérdéseit. Leendő kiselsőseinknek és szüleiknek augusztusban ismerkedős, játékos délutánt szerveznek a tanító nénik, hogy könnyebben induljon az első nap az iskolában és lehetőséget adnak arra, hogy a szülők is megismerkedhessenek egymással.

Minden osztályban felkérünk két szülőt, hogy képviselje az osztályt a szülői munkaközösségben. Az osztályfőnökök elsősorban rajtuk keresztül fordulnak segítségért a szülőkhöz, kéri ki a szülők véleményét a felmerülő problémákról, helyzetekről. Ők segítenek megszervezni az iskolai Mikulás bált és a Farsangi bált is. A vezetőség évente kétszer szülői munkaközösségi szülői értekezletet szervez, ahol az igazgató úr tájékoztatja a szülőket az iskola

éves munkatervéről, kéréseket intéz a szülők felé (házirend egyes pontjainak betartása), beszámol az iskolai alapítvány költségvetéséről, terveiről, illetve javaslatokat kér a szülőktől az iskolai dolgokkal kapcsolatban.

Iskolai ünnepélyek szervezése további kapcsolattartási lehetőségre ad alkalmat a pedagógus és szülő között, mint például a tanévnyitó ünnepély, a karácsonyi műsor, a Zrínyi Színpadi Est vagy a tanévzáró ünnepély. Az osztályfőnökök gyakran kérik a szülők segítségét a Színpasi Est díszleteinek, kellékeinek elkészítésében, valamint a táncok betanításában is szívesen vesznek részt a szülők. Előadások, felvilágosító órák megtartásában is mindig számíthatunk a szülőkre. Kötetlen beszélgetésekre ad lehetőséget a családi nap, melyet hétfőgőken tartanak az osztályok. Tovább erősíti a szülő és pedagógus közötti kapcsolatot a novemberi szülők-nevelők bálja.

Pályorientáció iskolánkban

Osztályfőnöki munkaközösségi vezető vagyok és nyolcadikos osztályfőnök is, ezért idén kiemelten sok időt fordítok az ezekkel kapcsolatos feladatok elvégzésével. Iskolánkban 90 százalék felett van azon tanulók aránya, akik gimnáziumban folytatják tanulmányaikat, a szakképzés valamely ágazatát csak egy-két tanuló jelöli első helyen és 4-5 tanuló második, illetve harmadik helyen, pedig a tanulmányi eredmények és a tanulói képességek szerint véleményem szerint jóval több diáknak kellene valamilyen szakmát tanulnia a gimnáziumi képzés helyett.

Az osztályfőnöki órák keretein belül az osztályfőnökök minden évben foglalkoznak a pályorientációval, de a pályaválasztás kiemelt feladatként hetedik és nyolcadik osztályban jelentkezik az osztályok életében. Önismereti kérdőíveket és feladatokat oldanak meg az osztályfőnöki órákon és pályaválasztást, továbbtanulást támogató online tesztet töltenek ki, melynek eredménye arról ad tájékoztatást, hogy mely ágazatok illeszkednek leginkább a tanuló érdeklődéséhez, képességeihez. A Somogyi Iparkamarából előadót hívunk, aki bemutatja a jelenlegi középiskolai rendszert és a Kaposvári Szakképzési Centrumban oktatott szakmákat. Hetedikeseink minden évben részt vesznek a Pályaválasztási Kiállítás és Szakmabemutató rendezvényen a Kaposvár Arénában. Mivel sok tanuló gimnáziumban folytatja tanulmányait számunkra fontos, hogy természettudományos és mérnöki pályák irányába történő orientációt elősegítsük, ezért hetedik és nyolcadik évfolyamos tanulóink minden évben látogatást tesznek a kaposvári Digitális Tudásközpontba. A Kaposvári Szakképzési Centrum által szervezett továbbtanulással kapcsolatos programjaira, nyílt napjaira osztályszinten látogatnak el diákjaink. Kollégáimmal együtt rengeteg alkalmat biztosítunk arra, hogy diákjaink

megismerkedhessenek a 21. században oktatott szakmákkal, mégis úgy érzem, hogy a szakképzés népszerűsítése érdekében további lépéseket kellene tennünk azért, hogy még több tanuló válassza a szakmát oktató képzéseket.

Az osztályfőnökök minden évben részt vesznek továbbtanulással kapcsolatos továbbképzéseken, tájékoztató rendezvényeken, ahol megismerkedhetnek a szakképzésben bekövetkezett változásokról, a Somogy megyei szakképző intézmények (technikum, szakképző iskola) aktuális tanévre tervezett szakképzési kínálatáról, az ösztöndíj rendszerről, a szakképzési munkaszerződésről, valamint a kamara pályaválasztási tevékenységéről. A tájékoztató rendezvényeken elhangzott információkról a munkaközösségi értekezleteken számolnak be kollégáim.

Fejlesztési javaslatok

A tanulók képességeinek kibontakoztatásához nélkülözhetetlen a szülői támogatás, ezért kiemelten fontos, hogy az iskola, illetve a pedagógus jó kapcsolatot építsen ki a szülővel. A kapcsolattartás módja iskolánkban rendkívül széles körű. A tapasztalat azt mutatja, hogy az alsó tagozatra járó gyermekek szülei nagy létszámban vesznek részt a szülőértekezleteken és intenzívebben vállalnak feladatokat a különböző iskolai rendezvényeken, mint például a farsangi bál. Azonban a fogadóórák már kevésbe látogatottak köszönhető annak, hogy a szülőknél napi szinten van arra lehetősége, hogy tájékoztatást kérjen gyermeke fejlődéséről, előmeneteléről a tanító néniktől, mikor délután átveszi gyermekét a tanórák után. Ezzel szemben a felső tagozaton tanító kollégák túlnyomó többsége azt tapasztalja, hogy a fogadóórák látogatottsága lecsökken és többnyire azoknak a gyermekeknek a szülője jár fogadóórákra, akiknél probléma nincs. Mi az oka, hogy a szülők aktivitása csökken? Az életkori sajátosságból az következik, hogy a tanulók életkorának előrehaladtával növekszik a tanulók önállósága is, a diákok érettebbek lesznek, a szülő már nem felügyeli gyermekét minden pillanatban, nagyobb mozgásteret biztosít számára. Továbbá az új kommunikációs csatornák (Messenger, Facebook) megjelenésével a szülő már nem várja meg a fogadóórák időpontját, hanem azonnal tájékoztatást kér gyermekéről. Ezt néhány kollégám teherként éli meg. Ahogy korábban említettem, néhány kollégám esetében viszont pont az a probléma, hogy a nagy igény miatt a szülők egy része nem tud konzultációs időpontot foglalni az adott napra.

Hogyan lehetne a felső tagozaton a fogadóórák látogatottságát növelni? A fennálló rendszerben az egyik lehetőség az lenne, hogy a szaktanárok Kréta üzenetben előre értesítik azokat a

szülőket, akiknek gyermekével kapcsolatban probléma merült fel. Részben ez a rendszer működik, pedagógus függő. A teljes tantestületre nézve ez könnyen megoldható. Munkaértekezlet keretein belül fel kell hívni a kollégák figyelmét, hogy ne várjanak a szülő esetleges megjelenésére, hanem menjenek a probléma elé és időben értesítsék a szülőt arról, hogy feltétlen számítanak a fogadóórán való megjelenésére. Ezzel viszont nem oldódik meg a lefoglalható időpontokkal kapcsolatban a helyhiány kérdése, sőt egyes munkatársamnál még inkább súlyosbodhat a probléma. Más iskolákban láttam erre egy kiváló gyakorlatot. A pedagógus a héten kijelöl egy órát, amit fenntart erre az alkalomra. Ennek a gyakorlatnak több előnye is van. Azzal, hogy biztosítva van a heti egy konzultációs alkalom, nem kell a szülőnek várni akár másfél hónapot, míg személyesen beszélhet a tanárral. Ezzel csökkenteni lehetne a közösségi média betörését is az érintett felek szabadidejébe, magánéletébe és a tanár leterheltsége is egyenletesebbé válik ebben a tekintetben. Egy hosszú nap után a szülő is és a tanár is fáradt, elcsigázott, a problémás esetek megbeszélése, a kompromisszum keresése ebben az állapotban már nehezebb. Továbbá több szülőnek az is problémát okoz, hogy 4 óra után, mikor már nincs bölcsőde, óvoda felügyeletet találjon a kisebb testvér számára. A napközbeni, normál munkaidőben tartott fogadóóra erre is remek megoldást ajánl. Hátránya az, hogy ha több pedagógussal is szeretne beszélni és fogadónapjuk nem esik ugyanarra a napra, akkor többször is be kell mennie az iskolába. Másik hátránya, hogy tanítási idő alatt nehéz üres termet, nyugodt helyett találni az iskolában, ha az iskolának nincs erre a célra egy külön helyisége.

A probléma megfogalmazódott mind szülői, mind a tanári oldalról. A problémára irányuló megoldás alulról induló kezdeményezés lehet. A pedagógusok részéről a probléma előterjesztése és arra a megoldási javaslatok egy munkaértekezleten kerülhetnek elő, majd a vezetőség felé továbbítani lehet a javaslatokat. A szülők a szülői munkaközösségen belül szintén javasolhatnak megoldásokat, amit az iskola vezetősége felé továbbíthatnak.

A magyar gazdasági eredmények fenntartásához szükség van jól képzett szakemberekre, de a mindennapi életünk során is tapasztaljuk, hogy egyre nehezebb szakembert találni. Gyermekeink életében az egyik legfontosabb döntés a helyes pályaválasztás, amivel a sok diák akkor találkozik először, amikor már dönteni kell, pedig a döntést, hogy milyen foglalkozást válasszon magának hosszú hónapok, akár évek gondolkodásának kellene megelőznie. Fontos, hogy minden tanuló olyan szakmát válasszon, ami az érdeklődési körének megfelelő. De jól dönteni csak akkor tud, ha széles ismeretekkel rendelkezik arról, hogy egy-egy szakma milyen készségeket és képességeket igényel.

Iskolánkban igyekszünk a tanulóinkat sok olyan rendezvényre, kiállításra vinni, amely segíti őket abban, hogy megismerjék a lehetőségeiket a szakmaválasztást illetően. De ez elsősorban az utolsó két évfolyamra korlátozódik. Megfogalmazódott bennem, hogy az egész iskolára kiterjedően kellene a pályaorientációs képzést megvalósítani a tanulók életkorához igazodva. Minden évben szükség lenne egy olyan napra, ahol 1. osztálytól 8. osztályig bővítjük a tanulók pályaismeretét, önismeretét, értékrendjét, mindezt játékos formában, egymásra épülő feladatokkal. A gyerekek maguk kelthetik életre az általuk választott foglalkozást, beöltözhettek, eszközöket, szerszámokat hozhatnak, előadást tarthatnak. A programba be lehet vonni a szülőket, akik mesélhetnek a szakmájukról, munkahelyükről. A szülők segítségével fel lehet venni a kapcsolatot különböző cégekkel, ahová gyárlátogatásra lehet menni. Az iskola volt diákjait is meg lehet invitálni, akik mesélhetnek arról, mi történt velük miután elhagyták az általános iskolájukat. Ezek a programok alulról jövő kezdeményezések, különböző ötletek megvalósítása a pedagógusok által. A társadalom szempontjából a változás, az eredmény létrejötte –több szakember legyen a piacon –egy meglehetősen lassú folyamat.

Gyors, drasztikus változást felsőbb, kormányzati szintről induló intézkedéssel lehetne elérni. A gyerekszám lassan, de évről évre csökken, míg a gimnáziumi helyek száma nem, így fordulhat elő, hogy olyan tanulók is bekerülnek a gimnáziumi képzésbe, akiknek inkább a szakképzésben lenne a helye. Valamint általános vélekedés, hogy egy jó jegyekkel bíró tanuló gimnáziumi képzésben folytassa a tanulmányait, ahelyett hogy érdeklődés alapján inkább egy szakmát válasszon. A gimnáziumi helyek csökkentésével több tanuló kerülhetne be a szakképző intézményekbe, habár ez a döntés komoly társadalmi vitákat vonna magával, illetve számos tanárnak a munkahelye így veszélybe kerülne. A kormány tett lépéseket a probléma megoldására, átalakította a szakképzési rendszert, rengeteg pályaorientációval kapcsolatos rendezvényt támogatnak, de mindez rövidtávon nem fog jelentős változást hozni a szakember piacon.

Felhasznált szakirodalom

Kaposvári Kodály Zoltán Központi Általános Iskola és Tagintézményei Pedagógiai Programja
<https://www.kaposvar.net/www.zrinyi-sulinet.hu/sites/default/files/2023-11/Pedag%C3%B3giai%20program%20Kod%C3%A1ly%202023.11.13..pdf>

(Letöltés: 2023.11.27.)

Bacscai Katinka Az iskola és a család kapcsolata

https://www.epa.hu/02900/02943/00084/pdf/EPA02943_kapocs_2020_2_013-022.pdf

(Letöltés: 2023.11.27.)

F. Lassú Zsuzsa, Podráczky Judit, Glauber Anna, Perlusz Andrea és Marton Eszter (2012). Nemzetközi kutatások a szülői részvétel hatásáról. In Podráczky Judit (szerk.) Szövetségben. Tanulmányok a család és az intézményes nevelés kapcsolatáról. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó, 13-42.

<https://mek.oszk.hu/11300/11368/11368.pdf>

(Letöltés: 2023.11.27.)

Imre Nóra (2016b) A szülői támogatás szerepe a tanulók előmenetelében. In Tóth Péter és Holik Ildikó (szerk.) Új kutatások a neveléstudományokban 2015: Pedagógusok, tanulók, iskolák – az értékformálás, az értékközvetítés és az értékteremtés világa. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó, 33–41.

https://www.researchgate.net/publication/355853488_A_szuloi_tamogatas_szerepe_a_tanulo_k_elomeneteleiben#pf1e

(Letöltés: 2023.11.27.)

Imre Nóra (2016a). Az iskola és a szülő közötti kapcsolatrendszer különböző nézőpontokból. In Szemerszki, Marianna (szerk.) Hátrányos helyzet és iskolai eredményesség. Budapest: Oktatókutató és Fejlesztő Intézet, 143–160.

https://edit.elte.hu/xmlui/bitstream/handle/10831/37638/PhD_03_st.pdf?sequence=1

(Letöltés: 2023.11.27.)

ZRÍNYI ILONA MAGYAR-ANGOL KÉT TANÍTÁSI NYELVŰ TAGISKOLA INTÉZMÉNYI INTEGRÁCIÓS GYAKORLATÁNAK BEMUTATÁSA

A pedagógus pályámon eltöltött 22 év során számtalanszor felmerült már bennem és kollégáimban, hogy valóban lehet-e integráltan nevelni a fogyatékkal élő vagy sajátos nevelési igényű tanulókat a többségi tanulókkal vagy jobb lenne számukra, ha külön intézményekben, szegregáltan valósulna meg az oktató-nevelő munka. Ezt a kérdést nem lehet egy egyszerű igennel vagy nemmel megválaszolni. Az tény, hogy egyre több iskolában vannak jelen ilyen speciális igényű tanulók, akiknek oktatásához széleskörű pedagógia módszertani tudás szükséges.

2012-ben a köznevelésről szóló törvényben írnak azokról a tanulókról és gyermekekről, akik kiemelt figyelmet igényelnek. Esetükben felmerülhet az együttnevelés vagyis integráció vagy a különnevelés, a szegregáció kérdése. A kiemelt figyelmet igénylő gyermekek esetében a törvény beszél különleges bánásmódot igénylő gyermekekről és hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű gyermekekről. A különleges bánásmódot igénylő gyermekek esetében további három tanulói csoportot különböztet meg, a sajátos nevelési igényű tanulókat, a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanulókat és a kiemelten tehetséges tanulókat.

Ki minősül sajátos nevelési igényű tanulónak és beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanulónak? „...sajátos nevelési igényű gyermek, tanuló: az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye alapján mozgásszervi, érzékszervi (látási, hallási), értelmi vagy beszéd fogyatékos, több fogyatékoság együttes előfordulása esetén halmozottan fogyatékos, autizmus spektrum zavarral vagy egyéb pszichés fejlődési zavarral (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzd”. „...beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő gyermek, tanuló: az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki a szakértői bizottság szakértői véleménye alapján az életkorához viszonyítottan jelentősen alulteljesít, társas kapcsolati problémákkal, tanulási, magatartásszabályozási hiányosságokkal küzd, közösségbe való beilleszkedése, továbbá személyiségfejlődése nehezített vagy sajátos tendenciákat mutat, de nem minősül sajátos nevelési igényűnek.”

Iskolánk pedagógiai programjában szerepel, hogy a többi tanulóval együtt nevelhető, oktatható a sajátos nevelési igényű tanuló. Beiskolázható, azaz integráltan oktatható az értelmi fogyatékos, enyhe értelmi fogyatékos, látássérült, hallássérült, beszéd fogyatékos és egyéb pszichés fejlődési zavarral (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzdő tanuló. Az azonban tény, hogy ez a beiskolázási előírás a gyakorlatban az esetek többségében megoldhatatlan feladat elé állítaná az iskolát és a pedagógusokat. A nemzetközi előírásoknak megfelelően pár éve megvalósult az akadálymentes bejutás az iskolába, van akadálymentes mosdó is. Mit is jelent az integrált oktatás? Fülöp Istvánné szerint az integráció pedagógiai nézőpontból a következőt jelenti: „minden tanuló megkülönböztetés és kirekesztés nélkül, egymással kooperálva, a mindenkori fejlettségi szintjén, kompetenciáihoz és hozott kulturális értékeihez alkalmazkodva, individuális adottságainak megfelelő fejlesztésben részesüljön.” Ahhoz, hogy ez megvalósuljon, rengeteg feltételnek kell teljesülnie. Teljesen új iskolakultúrára van szükség, ami magában foglal egy újfajta kommunikációt, szükség van a saját pedagógiai tevékenység állandó felülvizsgálatára és folyamatos továbbképzéseket jelent a pedagógus számára. Iskolánkban is évről évre nő a BTMN és az SNI tanulók száma, ezért számunkra is feladat a folyamatos szakmai megújulás, az új helyzethez való alkalmazkodás. A BTMN tanulók száma 11, míg az SNI tanulók száma 15, a gyermekvédelmi támogatásra jogosult tanulók száma 4 fő. A tanulók teljes létszáma 447 fő, ennek tekintetében a kiemelt figyelmet igénylő gyermekek száma kevésnek mondható.

A nemzetközi és hazai tanulmányok összefüggést mutatnak az iskolai lemorzsolódás és a hátrányos helyzetű tanulók között. Iskolánkban csekély a hátrányos helyzetű tanulók száma, ebből kifolyólag a lemorzsolódás sem mutatkozik meg számokban. Ettől függetlenül iskolánk célja, hogy szegregációmentes oktatást és nevelést biztosítson esélyegyenlőség, hátránykompenzáció, tehetségfejlesztés szempontjából. Lemorzsolódással veszélyeztetett tanuló az, akinek az adott tanévben a tanulmányi átlageredménye közepes teljesítmény alatti vagy a megelőző tanévi átlageredményéhez képest legalább 1,1 mértékű romlást mutat. A lemorzsolódással veszélyeztetett tanulók aránya a 2018/19-es tanévben 457 főből 0 fő, a 2021/2022-es tanévben 448 főből 1 fő volt.

Mit teszünk azért, hogy a lemorzsolódási szám ne növekedjen intézményünkben? Iskolánkban kollégáimmal együtt igyekszünk a felvett tanulókat képességeinek megfelelő differenciált fejlesztésben részesíteni. Az egyéni szükségletekhez igazított differenciált képességfejlesztést alkalmazunk, melyben segítségünkre van az utazó gyógypedagógusi szolgálat, illetve pedagógiai asszisztens is. Egyre szervezettebb és tudatosabb az SNI és BTMN

tanulók egyéni fejlesztése, differenciált felzárkóztatása, a tehetséges tanulók fejlesztése, amely megjelenik a tanmentünkben is. Azonban azt meg kell említeni, hogy a magas tanulói óraszámok nehezítik a délutáni differenciált és tehetséggondozó foglalkozások megszervezését, illetve az új Tankerületi rendelkezés szerint, amely a költségek csökkentésére irányul, a kötelező óraszámok feltöltésén túl nem enged tehetséggondozó/felzárkóztató foglalkozások indítását a túlóra keret javára, ez biztosan negatív hatással lesz a jövőre nézve eredményesség szempontjából. Törekszünk arra, hogy a párhuzamos osztályok között az SNI, BTMN, RGYK, HHH tanulók aránykülönbsége ne haladja meg a 25%-ot. Habár a lemorzsolódással veszélyeztetett tanulók, a hátrányos helyzetű tanulók, a magántanulók aránya a párhuzamos osztályok között nem mutat jelentős eltérést, köszönhető ez annak is, hogy a tanulók többsége jó szociális körülmények között él és a szülők többsége közép vagy felsőfokú végzettséggel rendelkezik. Színvonalas iskolai közösségfejlesztő programok szervezésével igyekszünk a tanulók motivációját növelni, szociális kompetenciájukat fejleszteni, így csökkentve a lemorzsolódással veszélyeztetett tanulók számát. A közösségi kohéziót próbáljuk tovább erősíteni azzal, hogy széleskörű szakköri foglalkozásokon, sportfoglalkozásokon, művészeti foglalkozásokon vehetnek részt, így minden tanuló megtalálhatja az érdeklődési körének megfelelő tevékenységet. Iskolánkban 17 tehetséggondozó szakkör működik.

Az iskola igyekszik minél inkább nyitni az óvodák felé, így segítve az intézményfokok közötti átmenetet. Az óvodákkal való hatékony együttműködés eredménye képpen (a tanítók óvodai látogatásai során közös feladatokban vesznek részt a gyerekekkel) a leendő első osztályos tanítók nének már iskolába érkezés előtt képet kaphatnak kisdiákjaikról. Az óvodapedagógusok pedig meghívást kapnak iskolánkba óralátogatásokra, hospitálásokra.

A Kaposvári Tankerületi Központ Kaposvár Megyei Jogú Város általános iskolai feladatellátására vonatkozó hátrányos helyzetű tanulói csoportjainak integrációját elősegítő intézkedési tervének egyik pontja a Pécsi utcai tagintézmény megszüntetése (az intézményben túlnyomó többségben roma származású tanulók jártak, oktatásuk szegregált volt), diákjainak a többi kaposvári intézménybe való áthelyezése volt, továbbá az beiskolázási körzethatárokat módosították, így elérve azt, hogy a tagintézmények között a HH-s, HHH-s és RGYK-s tanulók aránya kiegyenlítettebb legyen. Az én osztályomba is érkezett a Pécsi utcából tanuló, ezért kiemelt figyelmet fordítottam rá, segítettem a beilleszkedését és igyekeztem a tanuláshoz való motivációját erősíteni.

A lemorzsolódási számok növekedése az esetek többségében a felső tagozaton következik be. Ennek veszélyét számos tevékenységgel meg lehet előzni. Zökkenőmentes átmenetet biztosítunk alsó és felső tagozat között azzal, hogy 4. osztály végén a tanítók részletesen, tanulónként tájékoztatják a felsős szaktanárokat a legfontosabb információkról, családi háttérrel, a tanulók erősségeiről, fejlesztendő területeiről, illetve az ötödik osztály első szülői értekezletén a felsős tanárok is jelen vannak és tájékoztatják a szülőket az elvárásokról. A felsőben tanító kollégák óralátogatásokra mennek a negyedik évfolyam osztályaiba. Iskolánk a felsős tanulószobás csoportok megtartásával igyekszik az önálló tanulás képességét fejleszteni, ahol a kollégák igyekeznek a különböző tanulási technikákat a tanulókkal elsajátíttatni. Együtt csoportszabályt alakítanak ki, megbeszélik, hogy miért fontos annak betartása. A pedagógusok a közösségi normák elfogadására és betartására tanítják a gyermekeket.

A lemorzsolódás preventív módja lehet a szülők minél aktívabb bevonása az iskolai életbe. Kutatások igazolták, hogy az erre nagy hangsúlyt fektető iskolákban a lemorzsolódási számok rendkívül kedvezően alakultak. Éppen ezért a szülőkkel már nagyon korán felvesszük a kapcsolatot. Az óvodáskorú, beiskolázás előtt álló gyerekeknek három tematikus játszóházat is szervezünk. Itt lehetősége van a szülőknek és a gyerekeknek is kötetlen, játékos keretek között az alsós tanítókkal megismerkedni. Az iskola vezetősége szülői értekezlet keretei között mutatja be az iskolánkban működő képzéseket. A nyílt napokon a szülők megismerhetik a leendő első osztályban tanító pedagógusok személyiségét, tanítási módszereit, illetve betekinhetnek a felsőbb évfolyamok nyelvi képzéseibe is. Egy külön alkalommal lehetőséget biztosítunk a már iskolánkba járó tanulóink szüleinek is, hogy betekintést nyerjenek egy-egy tanórába, majd a tanóra után megbeszélhessék a látottakat.

Az osztályfőnökök számos, különböző csatornán tartják a szülőkkel a kapcsolatot a tanév folyamán. A hivatalos forma a Kréta elektronikus napló, melyből a szülő tájékozódhat gyermeke előmeneteléről, üzeneteket kap gyermekével, az osztállyal és iskolával kapcsolatos hírekről, eseményekről. Ezen kívül az email írása is gyakran használt kommunikációs eszköz a közösségekben. Ha sürgős, azonnali információátadására van szükség a telefonon történő megkeresés is megszokott formája a kapcsolatfelvételnek. A közösségi média elterjedésével egyre több kollégám hozott létre Facebook vagy Messenger osztálycsoportot.

Személyes találkozásra az évi két szülői értekezlet és négy fogadóóra ad lehetőséget. Nyolcadikos diákjaink szülei számára továbbtanulással kapcsolatos szülői értekezletet

szervezünk, melyre a Somogy Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat Pályaválasztási Tanácsadójából szakember érkezik, hogy az osztályfőnökkel együtt megválaszolja a szülők továbbtanulással kapcsolatos kérdéseit. Leendő kiselsőseinknek és szüleiknek augusztusban ismerkedős, játékos délutánt szerveznek a tanító nénik, hogy könnyebben induljon az első nap az iskolában és lehetőséget adnak arra, hogy a szülők is megismerkedhessenek egymással.

Minden osztályban felkérünk két szülőt, hogy képviselje az osztályt a szülői munkaközösségben. Az osztályfőnökök elsősorban rajtuk keresztül fordulnak segítségért a szülőkhöz, kéri ki a szülők véleményét a felmerülő problémákról, helyzetekről. Ők segítenek megszervezni az iskolai Mikulás bált és a Farsangi bált is. A vezetőség évente kétszer szülői munkaközösségi szülői értekezletet szervez, ahol az igazgató úr tájékoztatja a szülőket az iskola éves munkatervéről, kéréseket intéz a szülők felé (házirend egyes pontjainak betartása), beszámol az iskolai alapítvány költségvetéséről, terveiről, illetve javaslatokat kér a szülőktől az iskolai dolgokkal kapcsolatban.

Iskolai ünnepélyek szervezése további kapcsolattartási lehetőségre ad alkalmat a pedagógus és szülő között, mint például a tanévnyitó ünnepély, a karácsonyi műsor, a Zrínyi Színpadi Est vagy a tanévváró ünnepély. Az osztályfőnökök gyakran kéri a szülők segítségét a Színpasi Est díszleteinek, kellékeinek elkészítésében, valamint a táncok betanításában is szívesen vesznek részt a szülők. Előadások, felvilágosító órák megtartásában is mindig számíthatunk a szülőkre. Kötetlen beszélgetésekre ad lehetőséget a családi nap, melyet hétfvégen tartanak az osztályok. Tovább erősíti a szülő és pedagógus közötti kapcsolatot a novemberi szülők-nevelők bálja.

A szakképesítés nélküli iskolaelhagyók száma a középfokú intézményekben a legnagyobb, ezért a korai iskolaelhagyás megelőzése érdekében a pályaválasztásra nagy hangsúlyt fektetünk. Az osztályfőnöki órák keretein belül az osztályfőnökök minden évben foglalkoznak a pályaorientációval, de a pályaválasztás kiemelt feladatként hetedik és nyolcadik osztályban jelentkezik az osztályok életében. Önismereti kérdőíveket és feladatokat oldanak meg az osztályfőnöki órákon és pályaválasztást, továbbtanulást támogató online tesztet töltenek ki, melynek eredménye arról ad tájékoztatást, hogy mely ágazatok illeszkednek leginkább a tanuló érdeklődéséhez, képességeihez. A Somogyi Iparkamarából előadót hívunk, aki bemutatja a jelenlegi középiskolai rendszert és a Kaposvári Szakképzési Centrumban oktatott szakmákat. Hetedikeseink minden évben részt vesznek a Pályaválasztási Kiállítás és Szakmabemutató rendezvényen a Kaposvár Arénában. Mivel sok tanuló gimnáziumban

folytatja tanulmányait számunkra fontos, hogy természettudományos és mérnöki pályák irányába történő orientációt elősegítsük, ezért hetedik és nyolcadik évfolyamos tanulóink minden évben látogatást tesznek a kaposvári Digitális Tudásközpontba. A Kaposvári Szakképzési Centrum által szervezett továbbtanulással kapcsolatos programjaira, nyílt napjaira osztályszinten látogatnak el diákjaink. Kollégáimmal együtt rengeteg alkalmat biztosítunk arra, hogy diákjaink megismerkedhessenek a 21. században oktatott szakmákkal. Diákjaink elmennek a középiskolai nyílt napokra, valamint volt diákjainkat meghívjuk osztályfőnöki órákra, hogy élménybeszámolóik segítségével végzős diákjaink képet alkothassanak a középiskolai életről. Az osztályfőnökök minden évben részt vesznek továbbtanulással kapcsolatos továbbképzéseken, tájékoztató rendezvényeken, ahol megismerkedhetnek a szakképzésben bekövetkezett változásokról, a Somogy megyei szakképző intézmények (technikum, szakképző iskola) aktuális tanévre tervezett szakképzési kínálatáról, az ösztöndíj rendszerről, a szakképzési munkaszerződésről, valamint a kamara pályaválasztási tevékenységéről. A tájékoztató rendezvényeken elhangzott információkról a munkaközösségi értekezleteken számolnak be kollégáim. Mindezeknek köszönhető, hogy minden nyolcadikos tanuló a képességének megfelelő intézményt választ és sikeres felvételi eljárás után felvételt nyer valamelyik középfokú oktatási intézménybe.

Fontos megemlíteni, a családsegítő szolgálattal történő együttműködést is. Jelzések, esetmegbeszélések, szakmaközi megbeszélések zajlanak a kollégák között. Iskolánkban heti egy nap családsegítő munkatárs segíti a gyerekeket, szülőket, pedagógusokat a problémák megoldásában.

A nevelőtestület egységes szemléletének, közös pedagógiai kultúrájának, az együttműködés hatékonyságának növelése, a helyi esélyegyenlőség fejlesztésének érdekében nevelőtestületi közösségfejlesztő programokat tervezünk és valósítunk meg. Módszertani kultúránk fejlesztése érdekében szaktanácsadói szolgáltatást veszünk igénybe, a POK által szervezett foglalkozásokon, konferenciákon rendszeresen részt veszünk. Szervezett továbbképzéseink között szerepelt stresszkezelés és kommunikációs tréning is. Azért hogy állandó, jól kooperáló nevelőtestületi közösség alakuljon ki nevelőtestületi közösségi napot szervezünk.

Összeségében intézményünk minden dolgozója azon munkálkodik, hogy diákjaink szeretetteljes, meleg, elfogadó környezetben nevelkedjen. Igyekszünk a feltételeit megteremteni és biztosítani egy olyan tanulási környezetnek, ahol minden tanuló egymással

kooperálva, a mindenkori fejlettségi szintjének megfelelően, kompetenciáihoz és hozott kulturális értékeihez alkalmazkodva fejlődhet.

Felhasznált szakirodalom

Kaposvári Kodály Zoltán Központi Általános Iskola és Tagintézményei Pedagógiai Programja

<https://www.kaposvar.net/www.zrinyi-sulinet.hu/sites/default/files/2023-11/Pedag%C3%B3giai%20program%20Kod%C3%A1ly%202023.11.13..pdf>

(Letöltés: 2023.11.27.)

Fülöp Istvánné: Útmutató az integrációs és képesség-kibontakoztató felkészítéshez, az IPR bevezetéséhez

www.new.mako.hu

(Letöltés: 2023.12.02.)

Dr. Hámoriné Váczy Zsuzsa: Integrált pedagógiai rendszer oktatási segédanyag

https://www.aranyoskozszolg.ininet.hu/letoltesek/integralt_pedagogiai_rendszer.pdf

(Letöltés: 2023.12.02.)

Mohai Katalin és Perlusz Andrea: Útmutató az integrált és inkluzív oktatáshoz a többségi pedagógus számára

<https://www.oktatas2030.hu/wp-content/uploads/2020/10/utmutato-az-integralt-es-inkluziv-oktatashoz.pdf>

(Letöltés: 2023.12.02.)

Nkt. 4. § 37. pontja a lemorzsolódással veszélyeztetett tanuló definíciója

A 229/2012. (VIII. 28.) Korm. rendelet 44/J. § (2) bekezdés a) pontja

NYILATKOZAT

a portfólió¹ nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Francsics Szimonetta
A Hallgató Neptun kódja: IYFDGI
A dolgozat címe: Prevenció az iskolában: A gyógytestnevelés játékos mozgásanyagának vizsgálata
A megjelenés éve: 2024
A konzulens intézetének neve: Neveléstudományi Intézet
A konzulens tanszékének a neve: Szakdidaktikai tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott portfólió² egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottnak tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemitulajdon-kezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitori rendszerébe. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelte után

nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem könyvtári repozitori rendszerében.

Kelt: Kaposvár, 2024. év április hó 11. nap


Hallgató aláírása

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

² A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

MATE Szervezeti és Működési Szabályzat

III. Hallgatói Követelményrendszer

III.1. Tanulmányi és Vizsgaszabályzat

6.13. sz. függelék: A MATE egységes szakdolgozat /
diplomadolgozat / záródolgozat / portfólió készítési útmutatója

4.1. sz. melléklete: Konzulensi nyilatkozat

NYILATKOZAT

Francesca Simonetta (név) (hallgató Neptun azonosítója: 1YFDG1)
konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a
záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót¹ áttekintettem, a hallgatót az
irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól
tájékoztattam.

A záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót a záróvizsgán történő
védésre javaslom / nem javaslom².

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem^{*3}

Kelt: Kaposvár 2024 év 04. hó 16. nap


belső konzulens

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

² A megfelelő alá húzandó.

³ A megfelelő alá húzandó.