

PORTFÓLIÓ

Peterdi Diána

2024



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus

Neveléstudományi Intézet

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

A DOLGOZAT CÍME

A gyógytestnevelés jelentősége a 21. században

Belső konzulens:	Vönöczky Áron testnevelő tanár
Belső konzulens intézete/tanszéke:	Neveléstudományi Intézet, Szakdidaktikai Tanszék
Készítette:	Peterdi Diána

MATE Kaposvári Campus

2024

Tartalomjegyzék

1. A portfólió összeállításának szakmai háttere	
1.1 A szakmai életút bemutatása.....	4
1.2 A szakmai és személyes indítékok, elvárások a képzéssel kapcsolatban.....	6
1.3 Önértékelés: erősségek, fejlesztendő területek.....	8
1.4 Személyes célok, feladatok a képzés során.....	8
2. A szakmai fejlődést elősegítő tanulási eredmények.....	9
2.1 A kompetenciák fejlődését támogató dokumentumok reflektív bemutatása.....	10
2.1.1 Elméleti szaktudást nyújtó tantárgyak.....	10
2.1.2 Gyakorlati tudást nyújtó tantárgyak.....	12
2.2 A szakmai fejlődés tényeinek összegzése.....	17
3. További tanulási és fejlődési célok megfogalmazása.....	18
3.1 A képzésen tanultak beépítésének lehetőségei a szakmai munkába.....	18
3.2 Az elméleti ismeretek és a gyakorlati tapasztalatok összevetése, reflektálás.....	19
3.3 További szakmai tervek.....	19
4. Összegzés.....	20
5. Felhasznált Irodalom.....	22
6. Mellékletek.....	22
7. Nyilatkozatok.....	59

1.1 A szakami életút bemutatása

Középfokú tanulmányaimat 2007-ben kezdtem meg a nagyatádi Ady Endre Gimnázium és Szakközépiskolájában, Idegenforgalom-turizmus szakon. Mindig is szerettem a gyerekeket, a szakközépiskolai tanulmányaim alatt többször vigyáztam ismerőseim csemetéire, akikkel jól kijöttem, szívesen játszottam, tevékenykedtem velük. Egyre jobban megerősödött bennem a gondolat, hogy nem a turizmusban szeretnék elhelyezkedni, hanem gyerekekkel foglalkozni. Ezért 2012 februárjában beadtam a felvételi kérelmemet a Kaposvári Egyetem Pedagógiai Karára, hogy óvodapedagógiát tanulhassak. Miután 2012 áprilisában sikeres alkalmassági vizsgát tettem, júliusban megtudtam, hogy felvettek, így felsőfokú tanulmányaimat szeptemberben elkezdhetem.

2013 nyarán töltöttem az első hetemet a nagyatádi Csillagszem óvodában a nyári gyakorlatom során.

Tanulmányaim alatt volt lehetőségem felvenni olyan blokkokat, amelyek kifejezetten a művészeti nevelésről, a környezettudatos nevelésről, és a sajátos nevelési problémákról szóltak. Szakdolgozatom témáját is az alapján választottam, miszerint manapság melyek a legaktuálisabb problémák egy gyermek életében. A választásom egy pszichológiai témára esett, így a dolgozat címe: „Az egyszülős nevelés hatása a gyermek személyiségfejlődésére,, lett. Nagyon hasznosnak találom, hogy belemélyülhettem a témába, remélem, az itt szerzett tudást hasznosíthatom majd a munkám során, hiszen egyre több a csonka család.

2015 szeptemberében 6 csoporttársammal együtt megnyertünk egy Campus Hungary ösztöndíjprogramot. Ennek keretében egy szerbiai tanulmányúton vettünk részt, ahol a külhoni hagyományápolást tanulmányoztuk magyar nyelvterületen. Ellátogattunk egy határon túli Montessori óvodába, amely teljesen lenyűgözött minket. Több óvodát is felkerestünk, hogy megtekinthessük, hogy ott, hogy zajlik a nevelő-gondozó-tanulásirányító munka.

2015 júniusában sikeres államvizsgát tettem a Kaposvári Egyetem Pedagógiai Karán. Mivel próbálkozásaim ellenére, helyhiány miatt nem tudtak felvenni egyik óvodába sem, sikerült elhelyezkednem a nagyatádi Turisztikai Központban.

Óvodai munkámat 2018 januárjában kezdhettem meg, a már említett nagyatádi Csillagszem óvodában.

Részt vettem több továbbképzésen is, igaz nem kellett még a 120 órát teljesíteni, de fontosnak tartottam, hogy a tapasztalataimat, és a tudásomat folyamatosan bővítsem.

Az egyik, amin részt vettem egy érzékenyítő tréning volt, amely több tananyagegységből állt. Megtudhattam, hogy mi is az érzékenyítés, szó volt az elfogadásról, a nyitottságról, mint attitűd, a generációk közti különbségekről, konfliktuskezelésről, és még több témát is érintett az előadó. Nagyon hasznosnak találtam ezt az interaktív jellegű előadást, sok új dolgot megtanulhattunk a társaimmal együtt. Az érzékenyítő tréning jó önismeretet fejlesztő lehetőség volt. Ezáltal tudtam fejleszteni magam az esélyegyenlőség, és a tolerancia területén, és mivel interaktív módon történt, az akkori kollégáimat is jobban megismerhettem.

Volt lehetőségem egy informatikai képzést elvégezni, amellyel bővíthettem, az akkori tudásomat, és az ott tanultakat tudom alkalmazni a munkám során is, például az e-napló készítésénél.

Ősszel részt vettem egy finommotorikát fejlesztő előadáson, amely egy műhelymunkával zárult. Ez az előadás is hasznosnak bizonyult, ugyanis megismerhettem néhány új technikát, és ötletekkel is gazdagodhattam, amit majd alkalmazni tudok a gyerekek között is, gazdagítva a kreativitásukat, képességeiket. Utána több előadást is meghallgattam, amit szintén a Pedagógiai Szakszolgálat szervezett, és ezzel is bővültek ismereteim, ugyanis fontosnak tartom, a tudástáram folyamatos bővítését, hogy naprakész legyek a szakmai témákban. Továbbá fontos számomra a Szakszolgálattal való együttműködés is, ezért szívesen veszek részt az ilyen jellegű programokon, így akár kérdéseket is fel tudunk vetni az aktuális témával kapcsolatban, amelyeket aztán megvitatunk a pedagógiai tapasztalatok alapján.

2020. márciusában Somogyszobon kezdtem dolgozni óvodapedagógusként.

Tavasszal nem volt lehetőségem elmenni egy előadásra vagy továbbképzésre sem, ugyanis a COVID-19 miatt töröltek mindent.

Akkori kollégámmal szinte egy időben kezdtük meg munkánkat a Somogyszobi Óvodában, megosztottuk egymással tapasztalatainkat, és ennek megfelelően alakítottunk a szabályrendszeren.

A COVID-19 után ismét elkezdtem gyarapítani tudásomat, mindenféle továbbképzés keretein belül.

Elvégeztem a „DiabMentor”-os képzést, illetve egy „gyermekvédelmi” képzést, mely lehetővé tette, hogy én legyek a Somogyszobi Óvoda Gyermekvédelmi felelőse, ezáltal jelzőrendszeri tag.

Sajnos az elmúlt két éves időszakban nem volt ezen képzés mellett kapacitásom elvégezni mást, ugyanis a társam nyugdíjazása óta egyedül viszem az óvodai csoportomat, így minden

bürokráciai teher rám hárul. Semmiképp sem szeretném, hogy ez a jelenleg fennálló helyzet negatív hatással legyen a gyermekek fejlesztésére, így lemondtam a továbbképzésekről és előadásokról, míg nem érkezik az óvodánkba egy másik pedagógus.

Az eddigi évekre visszatekintve úgy érzem a tapasztalatok, a kudarcok és a sikerek is megerősítettek. Igyekszem a kritikát építő jelleggel felfogni és beépíteni a munkámba. Szeretek óvodában dolgozni, és hivatásomnak tekintem a munkámat, ugyanis az a célom, hogy jobb emberekké váljunk, és olyan útravalót kapjanak a gyerekek, hogy megállják a helyüket a világban. Szerencésnek mondhatom magam, hogy hozzájárulhatok a következő generáció növekedéséhez, és fejlődéséhez.

1.2 A szakmai és személyes indítékok, elvárások a képzéssel kapcsolatban

„Amikor a betegség környékez, igen nagy erővel és akarattal egy ideig még úr maradhatsz a nyavalya fölött. Az elején. Mikor még csak lopakodik körülötted a végzet. Méregeti erőidet, mint a küzdő az ellenfelet. Ha ilyenkor nagyon odafigyelsz, nagyon erős vagy, igaz rendet tartsz lelkedben, dolgaiddban – az egészség: igazság -, talán te maradsz a párharc kezdeti idejében az erősebb. Egészségesnek maradni annyi, mint tisztességesnek és igazságosnak maradni.” (Márai Sándor (1943/1997): *Füves könyv. Helikon Kiadó, Bp. 68.p*)

Ezt a képzést azért kezdtem el, mert mindig is érdekelt a testnevelés és a torna. A sport az életem része volt gyermekkorom óta. Továbbá úgy vélem, hogy a jelen kor társadalmi betegsége a mozgásszegény életmód, melynek nagyon sok negatív hatása van egy ember (jelen esetben egy gyermek) testére.

A 21. század betegségének tartom, hogy egyre több gyermek van, akik nem mennek ki a szabadba játszani, hanem inkább a ház falai között élik az életüket mindenféle elektromos szórakoztató eszközökkel. Már a 3 éves kisgyerekek is mesélik az óvodában, hogy telefont vagy esetleg X-boxot kaptak (labda helyett). Az óvodában is észrevehető, hogy nem olyan szívesen mozognak, inkább azt kérik, hogy kapcsoljam be nekik a TV-t.

A gyermekek szülei is teljesen más szemlélettel rendelkeznek e területen, ugyanis nagyon sok olyan 6-7 éves gyermek jár óvodába, akiket babakocsiban vagy éppen ölben hoznak. Nem engedik szaladni/mozogni a gyermekeiket, nehogy elessenek, vagy valami baleset történjen velük. Ezzel a felfogással és hozzáállással létrehoztak egy olyan társadalmat, akik

nem szeretnek mozogni, a mindennapi aktivitás nem az életük része, és nem is élvezik annyira a mozgásfejlesztő gyakorlatokat.

Célom a testnevelés és a sport megszerettetése a gyermekekkel, és a különböző mozgásformák beépítése a hétköznapi életbe.

A testi deformitások gyakorisága napjainkban egyre növekszik, ami számos egészségügyi problémát okozhat a gyermekek számára. Azonban a gyógytestnevelés egy olyan hatékony módszer, amely segíthet megelőzni és kezelni ezeket a problémákat.

A testi deformitások széles skáláját kezelheti a gyógytestnevelés. Például, a gerincferdülés vagy hanyag tartás, amely gyakori probléma a fiatalok vagy már a kisebb gyermekek között; kezelhető gyógytestneveléssel. A megfelelő testtartás és/vagy a gerinc erősítése segíthet helyreállítani a normális gerincszöveget. Emellett a gyógytestnevelés hatékony lehet a váll-, csípő- és lábdeformitások kezelésében is.

Sajnálattal tapasztaljuk, hogy egyre több gyermeknek lenne szüksége gyógytestnevelésre vagy gyógyúszásra, mert a hanyagtartás, illetve a lúdtalp „népbetegség” lett a társadalmunkban. Valamint egyre több gyermek születik olyan deformitással, mint a dongaláb vagy esetleg a tölcsermell. Ennek tornáztatása és kezelése járna minden gyermeknek, viszont olyan mértékű szakember hiány tapasztalható ezen a területen is, hogy a mi óvodánkba járó gyermekek nem kaphatják meg ezt a fajta segítséget.

A gyógytestnevelés jelentősége a 21. században egyre inkább felértékelődik. A helyes testtartás és testmozgás rendszeres gyakorlása segíthet megelőzni és kezelni a testi deformitásokat, valamint javítja az általános egészségi állapotot.

Ezért döntöttem úgy, hogy elkezdem ezt a képzést, hogy első sorban a saját óvodámban segítsék, az ezt a jellegű fejlesztést igénylő gyermekeknek.

A képzéssel szemben az volt az elvárásom, hogy szert tegyek egy olyan elméleti és gyakorlati tudásanyagra, ami lehetővé teszi az óvodáskorú gyermekek testi deformitásának javítását, illetve korrigálását intézményi közegben. Gondolok itt arra, hogy ezeket a gyakorlatokat akár be lehetne építeni a testnevelés foglalkozásokba és a gyermekek mindennapi életébe.

Úgy gondolom, hogy a képzéstől teljes mértékben megkaptam azt az elméleti tudást, amire szükségem lehet ennek a feladatnak az ellátásához. Az orvosok és szakemberek, akik tanítottak minket, nagyon jó szakemberek, és minden tudást igyekeztek átadni nekünk, amire csak szükségünk lehet.

Az internet világában nincs olyan tudás, amit nem lehetne megszerezni, akár egy youtube videó megtekintésével, vagy bármelyik mozgásterápiát nyújtó intézmény felvételein keresztül, így ezáltal kiegészíthetem a képzésen kapott tudásanyagot.

A testnevelésnek fontos szerepe van abban, hogy a gyermekek, tanulók fejlettségéhez és érdeklődéséhez igazodó mozgástevékenységekkel testileg-lelkileg egészséges és kiegyensúlyozott nagy munkabírású fiatalokat neveljen, akik rendelkeznek a mindennapi életben is nélkülözhetetlen erőnléti képességekkel és mozgáskészségekkel. A gyógytestnevelés az esélyegyenlőséget szolgáló, az egész pedagógiai gyakorlatban párját ritkító kitűnő megoldás, amelyben maximálisan érvényesül az egyénhez igazodó fejlesztés (Simon és Gombocz, 2007)

1.3 Önértékelés: erősségek, fejlesztendő területek

Úgy érzem, hogy gyakorlat tekintetében van miben fejlődnöm. Szerencsére a csoporttársaim nagy része testnevelő tanárként tevékenykedik, ezért bőven van olyan, amit „elleshettem” tőlük gyakorlati szempontból. Szerintem ez a képzés jobban passzolt az iskolában tevékenykedő kollégáimnak, mert a tudásanyag nagy része arra volt alakítva. Az elméleti tudásomat is felszínesnek mondanám, annak ellenére, hogy rendkívül jó oktatókhoz volt szerencsém.

Véleményem szerint ez a képzés iránymutatást adott ahhoz, hogy milyen irányba kezdjem el a kutató munkámat, és lesz kiindulási alapom a képzés végén belemélyedni ennek a szakmának a rejtelseibe.

Gyakorlat teszi a mestert, szól a mondás, emiatt úgy érzem, hogy minél többet foglalkozom majd a gyógytestneveléssel, annál jobban belejön az ember és beépítheti az életébe, valamint a hétköznapjaiba. Ugyanis ez lenne a végső célom, hogy a mindennapos testnevelés és mozgás folyamatába beépítsem azokat a segítő gyakorlatokat, melyet specifikusan a „problémával” küszködő gyermekeknek találtak ki.

1.4 Személyes célok, feladatok a képzés során

Személyes célom, hogy a lehető legtöbb tudást magamba szívjam és, hogy a képzés után jelentkezem gyógytestnevelőnek.

Mint azt már említettem, nagyon sok olyan gyermek van, aki segítségre szorul ezen a téren, és a jelen generációnak szüksége lenne arra, hogy minden intézményben legyen legalább egy olyan nevelő, akinek van ilyen képesítése.

Ez a képzés nem csak és kizárólag a gyógytestnevelés témája miatt érdekes és hasznos számunkra. Úgy vélem, hogy nagyon hasznos a csoporttársakkal való folyamatos eszmecsere. Rendszeresen megosztjuk egymással tapasztalatainkat és meglátásainkat, akár a hétköznapi élettel kapcsolatban is, amely nagyon hasznos útravaló, melyből le lehet vonni a tanulságot.

Ugyanakkor tekinthetünk egy-egy ilyen beszélgetést ötletbörzének is, mit később be lehet építeni a saját oktató-nevelő munkánkba. És nem utolsó sorban olyan kapcsolati tőke, amelyhez bármikor hozzá lehet „nyúlni”.

2. A szakmai fejlődést elősegítő tanulási eredmények

A képzés során rengeteg új dolgot tanulhattam. Volt lehetőségem elmélyedni az anatómiában, az ortopédiában, a belgyógyászatban és még sok más tantárgyban, amiket eddig csupán felületesen ismertem. Számtalan szakirodalmat ajánlottak az oktatók a témákkal, tantárgyakkal kapcsolatban, hogy még szélesebb körben tágítsuk ismereteinket. Szeretnénk szakorvosi kifejezések és kezelések ismeretére, amelyet nem csak a testnevelésben tudunk hasznosítani, hanem az alap műveltségünket is bővítette.

A gyógytestnevelés területén elért tanulási eredmények jelentős mértékben hozzájárulnak a szakemberek szakmai fejlődéséhez. Ezek az eredmények lehetővé teszik, hogy a gyógytestnevelők naprakész tudással rendelkezzenek az egészségfejlesztés, a rehabilitáció és a mozgásszervi problémák kezelésének területein. A tanulmányok során szerzett elméleti tudás és gyakorlati készségek egyaránt fontosak annak érdekében, hogy a szakemberek hatékonyan tudjanak hozzájárulni a „páciensek” életminőségének javításához. A folyamatos továbbképzések és szakmai tovább fejlődés biztosítja, hogy a gyógytestnevelők képesek legyenek alkalmazkodni a gyorsan változó egészségügyi elvárásokhoz és új módszerek elsajátítására, így azt gondolom, hogy eme képzés elvégzése után nem ér véget a tanulási folyamat. Folyamatosan képezni kell magunkat és igazodni az aktuális változásokhoz, hiszen a gyermek „alapanyag” is változik, ahogy a módszerek is. *(Farkas P., Modern gyógytestnevelési módszerek, Testnevelési Egyetem Kiadó, Budapest, 2020)*

2.1 A kompetenciák fejlődését támogató dokumentumok reflektív bemutatása

2.1.1., Elméleti szaktudást nyújtó tantárgyak:

Az anatómia, ortopédia és a belgyógyászat nagyon széles körű ismereteket nyújtott számunkra. Rendkívüli részletességgel adtak elő oktatóink, bár erre igencsak kevés volt az idő. Úgy vélem, hogy ilyen mennyiségű tananyagot belesűriteni egy évbe roppant kevés. Mindegyik tanár próbálta a lényegét kiragadni, és javasolták, hogy inkább önszorgalomból nézzünk utána a tantárgynak.

Természetesen, ha bármilyen kérdésünk felmerült mindig rendelkezésre álltak. Voltak olyan tantárgyak is, amelyek az alapképzés során már előkerültek, de nem bántam, mert az ismétlés egy rendkívül fontos dolog. Az alapképzés elvégzése óta eltelt 7 év, így az ember életében bekövetkezett változások és tapasztalások hatására másként értelmezi a dolgokat.

Kifejezetten tetszettek azok az órák, amik interaktívak voltak és így megoszthattuk egymással a véleményünket, valamint, hogy milyen problémára mely megoldást tartjuk megfelelőnek.

Anatómia, Élettan

Az anatómiai ismeretek minden tantárgy alapja. Erre épült minden más tantárgy, melyet a képzésbe beépítettek. Szemléltetésképpen kivetítőn jelenítette meg az oktató a szóban forgó csontokat, illetve izmokat. Majd a második félévben követte az élettan, amely a lágy szövetek szerkezetére és összetételére irányult. Nagyon érdekes volt ilyen részletességgel belemélyedni a testünk felépítésébe és működésébe.

Segít a különböző betegségek felismerésében, a fejlesztő gyakorlatok testi háttérének megértésében. Az izomrendszer ismeretében lehet csak megfelelő feladatokat tervezni, és ez nagyon fontos, így az anatómia és a gyógytestnevelés szoros kapcsolatban és összefüggésben állnak egymással, hiszen csak úgy tudunk a testünkön korrigálni, ha ismerjük annak működését és felépítését.

Ortopédia, Gyógytestnevelés elmélete és módszertana

Számomra a Doktor Úr szaktudása volt, ami a leginkább lenyűgözött. Rendkívül nagytudású és művel, nagyon szerencsések vagyunk, hogy az Ő előadásában hallgathattuk végig az ortopédiai betegségeket és azok kezelését, orvosi eljárással két

féléven keresztül. Rendkívüli részletességgel számolt be egy- egy kezelésről vagy eljárásról, mindezt úgy, hogy akik nem vagyunk orvosok megértjük. Itt már használni és tudni kellett az előzetesen anatómia órán megtanult latin kifejezéseket. Ez némiképp nehézséget okozott, ugyanis tömbösítve voltak az órák, és volt olyan, hogy ortopédia óra előbb volt, mint anatómia ezért nem értettünk egy-egy kifejezést. Természetesen ilyenkor a Doktor Úr segítségünkre volt.

Ez az óra szoros összefüggésben volt a Gyógytestnevelés módszertana órával, hiszen ott kifejezetten gyógytestnevelők által fejleszhető testi deformitásokat tanultunk, amely kiterjed mind a mellkas-, hát-, illetve a lábdeformitásokra. Ortopédián megtanultunk ezeknek a betegségeknek az elméleti hátterét, majd gyógytestnevelés módszertana órán ezeknek a gyakorlati kezelését egy órán. Részletes képet kaptam számos deformitásról, mint például: Sprengel féle deformitás, tyúkmell, tölcsérmell, lapos hát, kifózis, lordózis, skoliózis, csípőficam, Perthes betegség, lúdtalp, X láb, O láb, Dongaláb és még sorolhatnám.

Jobb lett volna több gyakorlati óra, hiszen ott megtapasztalhattunk volna több módszert és gyakorlatsort. Úgy vélem az intézmény oktatása inkább az iskolás korosztályra készít fel és az iskolai tanrendre van beállítva, és én óvodapedagógusként többször tanácstalan voltam (ez inkább a második tanévben fordult elő). A tanárain nagyon rugalmasak voltak e területen, hiszen figyelembe vették, hogy ki milyen intézményből érkezett. Ez fejlesztendő terület számomra, ezért is vált volna hasznomra több hospitálási lehetőség. Szerintem ennek a szakmának a legfontosabb összetevője a gyakorlati tapasztalás és megvalósítás, ezért gondolom úgy, hogy több gyakorlati óra hasznos lett volna.

Belgyógyászat

Ez a tantárgy inkább az élettannal állt szoros összefüggésben. A Doktornő közvetlen, barátságos kisugárzása és hozzáállása igazán megszerettette az emberrel ezt a tantárgyat. Ő is rendkívüli részletességgel magyarázta el a belgyógyászati betegségek hátterét, kialakulását és kezelését. Igaz orvosi szemmel, ami ránk nézve „csak” a háttértudás bővítését szolgálta, hiszen nem ad orvosi képesítést. Jelentős ismeretek birtokába jutottunk a belgyógyászati betegségek terén, mint például: szívbetegségek, magasvérnyomás, obesitas, asztma, vegetatív disztónia vagy éppen a csökkent látás, mely manapság nép betegségeknek mondhatók ezáltal a prevenció kulcsfontosságú lehet a fiatalokra nézve.

Mozgásfejlődés

Ebben az órában kifejezetten tetszett tetszett, hogy interaktív volt. Ilyenkor sokkal élvezetesebb a tanulás, hiszen megoszthatjuk egymással a felmerülő információkat vagy véleményeket. Nagyon tanulságos volt számomra, hiszen ezen óra keretén belül döbbsentem rá igazán, hogy milyen szintű országos probléma a gyógytestnevelők hiánya és az emberek megváltozott életmódja.

A mozgásfejlődés ismerete rendkívüli jelentőséggel bír, hiszen véleményem szerint bármilyen probléma merül fel az gyermekkel kapcsolatban (legyen az neurológiai vagy mozgásszervi) a mozgásfejlődésén felfedezhető korai időszakban.

Sportágak gyógyító adaptációja

Ez a tantárgy nem kifejezetten elméleti volt, de nem is sorolnám a gyakorlati órák közé. Valahogy a kettő egyvelegének tartom. Rádöbbsentett, hogy a hétköznapokban is mennyi sportági adaptációt használtunk eddig is, és nem is tudatosan. Rávezetett minket, hogy a játék mennyire fontos, és a gyermekek azáltal kaphatják a fejlesztést, hogy szinte észre sem veszik, csupán jól érzik magukat.

2.1.2, Gyakorlati tudást nyújtó tantárgyak:

Fontosnak tartom a gyakorlati oktatást, főleg ebben a képzésben. Hiányoltam kissé a hospitálási lehetőségeket, de tanáraink így is mindent megtettek annak érdekében, hogy minél jobban elsajátítsuk a gyakorlati tényezőket. Látszott az oktatási módszereken, hogy számukra is nagy jelentőséggel bír a gyakorlat és a megtapasztalás.

Gyakorlatvezetés és elemzés

Ennek a tantárgynak köszönhetően belemélyedhettünk a rajzírás rejtelseibe. Az alapképzés során csak felszínesen érintettük ezt. Így lehetőségünk nyílik a jövőben, ha látunk egy szimpatikus gyakorlatsort, melyet mi is meg szeretnénk valósítani, hogy gyorsan papírra vessük (például egy hospitálás alkalmával). A legtöbb gyakorlati tényezőt ez a tantárgy tette hozzá a képzéshez. Egymásnak tartottunk órákat, amihez meg kellett írni előre rajzírással egy vázlatot. Nagyon hasznosnak gondolom, hiszen egymást segítve tudtuk gyarapítani a tudásunkat.

Gyógyúszás, funkcionális gimnasztika

A gyógyúszás tantárgy volt számomra a legélvezetesebb. Az a közeg igaz fárasztó volt, mégis felfrissítette az embert. Laikusként nem is gondoltam, hogy ilyen apró változtatásokkal mennyi deformitásra lelhetnek kezelést a részorolók.

Azért vettem ide a funkcionális gimnasztika tantárgyat is, mert ehhez is szorosan kapcsolódik. A tanárnő személyisége nagyon szerethetővé és érdekessé tette számunkra ezeket a tantárgyakat. Rengeteg gyakorlati dolgot tanultunk meg itt is, hiszen a második félévben egymásnak tartottunk is órát. Nagyon érdekes volt, mert ahányan voltunk annyiféle stílussal és attitűddel rendelkezünk. Ekkora már összeszokott a „csapat” és sokkal fesztelenebb hangulatban zajlottak az órák. Ezt azért volt fontos kiemelni, ugyanis a fesztelen légkör hatására, sokkal több mindent tudtunk „ellesni” egymástól és ez a képzés nem csak a tudást adta számunkra, hanem ezeket az említett emberi kapcsolatokat is.

„A vízben végzett munka komplex preventív rehabilitációs és fejlesztő módszereket egyaránt tartalmaz. A víz felhajtóerejét kihasználva a gerincet jobban tudjuk tehermentesíteni. A gerinc mobilizálása, a kontraktúrák oldása sokkal könnyebb vízben. Az alkalmazható edzésmódokat és a terhelés mértékét, az úszásnem megválasztását a gyógytestnevelő tanár vagy gyógytornász a páciens pontos diagnózisának és aktuális állapotának függvényében határozza meg. A gyógyúszás szerves kiegészítője a tornatermi foglalkozásoknak, azonban a gyógytestnevelést, a gyógytornát nem helyettesíti. Nem pótolja a speciális személyre szabott korrekciót. A kettő együtt nagyon hatékony a gerincbetegségek gyógyításában. A vízben végzett munka komplex preventív rehabilitációs és fejlesztő módszereket egyaránt tartalmaz.” *(Hidvégi-Müller; Gyógytestnevelés, 2015)*

A legtöbb gyakorlati órán egymásnak tartottunk órát, mint azt már említettem, amely nagyon hasznos volt, mert az utána elhangzott építő jellegű kritikák gondolkodóba ejtették az embert.

Nagy hangsúlyt fektettek a gimnasztikára és az úszásra egyaránt, valamint a rajzírás elsajátítására. Volt olyan csoporttársam, aki az úszással kisebb falakba ütközött, ám nekem szerencsére nem okozott problémát a triatlonos múltam okán.

Kiemelt fontosságú volt a gyakorlati elemeknél kihangsúlyozni az erőfejlesztést, az állóképesség fejlesztését, mobilizálást vagy éppen a nyújtást. Minden mozgás végén kiemelt figyelmet szenteltünk a légzésre, hiszen a légzésfejlesztés is része a gyógytestnevelésnek.

Természetesen mindenki megkapta a megfelelő támogatást, amennyiben nehézségei adódtak. Rendkívül jó érzés volt, hogy közvetlen kapcsolatunk volt a tanárainkkal és felnőtt emberként is mertünk kérdezni. Sokkal pozitívabb tapasztalatokkal távozok majd innen, mint 2015-ben, hiszen egy érettebb közegbe jöttünk vissza, már kollégákként.

A pedagógusi kompetenciákon Az Oktatási Hivatal által kiadott útmutató alapján mennék végig (Csibi , Marczisóvszky, Staud 2017)

- *Szakmai feladatok, szaktudományos és gyakorlati tudás*

Mint azt már fent említettem a szaktudományos és gyakorlati tudásomat kissé hiányosnak gondolom, amit a későbbiekben szeretnék fejleszteni. Értem itt a gyakorlati fejlődést, melynek érdekében felvettem a kapcsolatot egy gyógytestnevelővel, aki itt munkálkodik a településen. Természetesen az elméleti tudástáramat is kell bővíteni, melyhez a legtöbb ajánlott irodalmat már beszereztem, melyet az oktatóim említettek.

- *Foglalkozás, beavatkozás tervezése, önreflexiók*

Mindennapi munkában is megfigyelhető ez a kompetencia. Töreksem a minél szélesebb körű differenciálásra, és természetesen fontos számomra, hogy kiemelt figyelmet fordítsak az SNI, vagy BTM-es gyermekekre. Igyekszem a foglalkozásokat minden szempontból átgondolni, és részletesen ügyelni a tervezés folyamatára. Úgy vélem ez jól jön majd egy gyógytestnevelés foglalkozás előtt is, hiszen ott a differenciálásnak van a legnagyobb jelentősége, és a jól átgondolt tervezésnek.

- *A tanulás támogatása*

A gyermekek megismerése az egyik legfontosabb feladat. Mindenkinek más területen van szüksége „segítségre”, támogatásra. Ha ezt figyelembe vesszük és párosítjuk egy megfelelő differenciálással minden gyermek révbe érhet. Elengedhetetlen, hogy mindeközben folyamatos legyen a pozitív megerősítés is. Ezt a kompetenciámat erősségemnek tartom, hiszen nagyon igyekszem a mindennapi munkám során is figyelni

a folyamatos dicséretre, és a pozitív megerősítésre, valamint kiemelni azokat a gyermekeket, akik helyesen végeznek el egy-egy feladatot vagy nagyon szorgalmasok.

- *A kliens igényeit és szükségleteit figyelembe vevő egyéni beavatkozás (gondozás, fejlesztés, terápia, tanácsadás, konzultáció)*

Mivel egyre több az egyéni bánásmódot igénylő vagy hátrányos helyzetű gyermek, erre nagy hangsúlyt kell fektetni. Elengedhetetlen az anamnézis, az egyéni mérések és a fejlesztési tervek. Ennek okán minden óvodába érkező gyermekhez kimegyünk családlátogatásra, megtekinteni, hogy milyen környezetből érkezik és ott felveszünk a szülőkkel egy általunk készített anamnézist, mely mindenre kiterjed (terhesség, szülés körülményei, mozgásfejlődés...stb.). Ez egy általunk készített anamnézis lap a számunkra fontosnak vélt kérdésekkel. Majd miután megkezdte az óvodát az adott gyermek fél évente elvégzünk egy mindenre kiterjedő mérést (ez is saját). Amelyik gyermek nem éri el az átlagosnak mondott szint alsó határát, annak fejlesztési tervet készítünk és egyéni fejlesztésben részesítjük. A szülőknek is bármikor lehetőségük van fogadóóra keretein belül érdeklődni gyermekük felől, és részletes tájékoztatást kapni. Minden gyermekhez más út vezet, amit a pedagógusnak kell megtalálni. Mihelyst ezt megtaláltuk utána könnyedén megszerettethetünk velük szinte akármilyen tantárgyat. Ez a célom a gyógytestneveléssel kapcsolatban is... Minél több gyermekkel megszerettetni a mozgást.

- *Csoportos beavatkozás (tréning, gondozás, fejlesztés, terápia, tanácsadás, konzultáció)*

Szerintem ez mindenkinek fejlesztendő kompetenciája, hiszen mindig lehetünk jobbak, és mivel mindig más a „gyerek alapanyag”, így mindig másként kell rávezetni Őket, hogy legyenek kellőképp nyitottak és elfogadóak társaikkal szemben.

„Szakmai hozzáértéssel tölti be a csoportvezető szerepét a csoportos tréning, gondozás, fejlesztés, terápia, tanácsadás, konzultáció, mediáció, konfliktuskezelés különféle helyzeteiben. A csoportos beavatkozások során hozzájárul az egymásért valamint, a csoportban törtétekért való felelősség vállalás kialakításához, növeléshez, eközben figyelembe veszi a kliensek egyéni különbözőségein túl az eltérő szociokulturális háttérből adódó jellegzetességeket.” (Csibi, Marczisóvszky, Staud 2017)

Napjainkban egyre több a hátrányos helyzetből érkező gyermek illetve egyre több olyan van, aki valamiféle tanulási nehézséggel vagy esetleg testi deformitással küzd. Ennek elfogadtatása és megértetése a többi gyermekkel elsődleges.

Mindennapi munkatevékenységem során igyekszem előtérbe helyezni az esélyteremtést, és megértetni, valamint elfogadtatni a gyermekekkel, hogy mindenki más, és ettől színes a világ.

A gyógytestnevelés külön lehetőséget adna bizonyos csoportok és gyerekek összekovácsolására is. Gondolok itt arra, hogy más-más millióból érkező gyermekeknek is lehet azonos testi deformitása, így ekvivalens fejlesztő csoportba kerülnének, ezáltal megteremtve az egymást megismerésének lehetőségét.

- *Az állapotfelmérés és a beavatkozási tevékenységek rendszeres értékelése, elemzése, önreflexió*

A pedagógiai munka talán legfontosabb összetevője, hiszen minden gyermeknek és felnőttnek egyaránt szüksége van az értékelésre, illetve a visszacsatolásra, hogy jól csinálja-e, amit csinál vagy sem. A hétköznapi életben is folyamatos a csoportunkban a dicséret és a visszajelzés a gyermekeknek, hiszen ettől fogják tudni mi a helyes és mi nem. A pozitív hozzáállás szintén nagyon fontos, hiszen felfogásom szerint nincs semmi olyan, amiben ne találhatnánk valami pozitívumot. Ez egy gyógytestnevelés óra keretein belül kulcsfontosságú, hiszen sarkalatos kérdés, hogy megszerettségünk velük a testmozgást.

Ehhez a kompetenciához hozzá tartozik az is, hogy a saját munkánkat is elemezzük, illetve megfogalmazzuk magunknak, hogy mitől lesz eredményes az, amit csinálunk. Elengedhetetlen a szakmához a reflexiók megfogalmazása, melyben számot adunk saját magunknak, mi az, ami megfelelő, vagy éppen mi az, amit másként kellene csinálni legközelebb. Hiszen az ember a hibáiból tanul.

- *Kommunikáció és szakmai együttműködés*

A kommunikációt erősségemnek tartom, ugyanis a elvégzett munkám során is fontos számomra, hogy mindenkivel megfelelően kommunikáljak, és létfontosságúnak tartom az információk átadását. Hiszen akkor tudunk megfelelően fejleszteni egy gyermeket, ha mi kollégák rendszeresen kommunikálunk egymással, az adott gyermek érdekeit képviselve. Egymásra vagyunk utalva, mert sok esetben a szülők nem látják reálisan gyermekeiket, így mi pedagógusok tartunk össze.

Természetesen a szülőkkel való kapcsolattartás is nagyon fontos, így elengedhetetlen a rendszeres fogadóóra, mely lehetőséget ad egy sokkal bizalmasabb kommunikációra és információ cserére.

- *Elkötelezettség és szakmai felelősségvállalás a szakmai fejlődésért*

Számomra az utolsó kompetencia fejlesztendő terület, mivel úgy gondolom, hogy nem tudok annyi továbbképzésen részt venni, amennyi szükséges lehet. Gondolok itt arra, hogy annyi féle fajta képzés van már a „piacon”, melyek közül mindent lehetne hasznosítani a mindennapi munka során. Természetesen igyekszem részt venni a legtöbb továbbképzésen vagy előadáson, a tudásom gyarapítása érdekében.

Célom, hogy befejezzem ezt a képzést, és elkezdjek egy másikat. TSMT terapeuta képzést tűztem ki célul magam elé következő lépésként, illetve jelentkeztem a pedagógus II fokozatot biztosító minősítésre is.

„Az eltérések, asszimetriák felismerése lehetővé teszi a gyógytestnevelő szakemberek számára a tanulók megfelelő szakemberhez irányítását, valamint a korrekációs gyakorlatok maximális egyénre szabását. Ehhez nélkülözhetetlen egy szempontrendszer kialakítása a hallgatóban, amely által képessé válik észrevenni a problémákat. Természetesen a diagnózis felállítása az orvos feladata, de közös cél, hogy felkészültek legyenek a gyógytestnevelő hallgatók, hiszen a csapatmunka szerves egységét képezik.” (Dr. Bosnyák Edit, *Mozgásterápia*, 2018)

2.2 A szakmai fejlődés tényeinek összegzése

A „leghasznosabb” óra a Gyógytestnevelés elmélete és módszertana óra volt számomra. Természetesen ehhez az órához kellett egy alap anatómia tudás, amit úgy vélem meg is kaptunk. Ezen az órán speciálisan a szakmában előforduló ortopédiai elváltozások és azok kezelése volt a fő szempont, illetve a tanárnő elmondta miben más egy ilyen óra, mint egy hagyományos testnevelés foglalkozás.

Ez nagyon érdekes volt számomra, főleg második félévben, amikor nekünk kellett megtartani egy ilyen órát. Ez számomra kihívás volt, mert óvodapedagógusként nem tanóra jellegű a testnevelést tartok a gyerekeknek.

A tanárnőtől és a csoporttársaimtól is kaptam javaslatokat és megfogalmaztak néhány építő jellegű kritikát is, amelyet a későbbiekben beépíthetek a tevékenységeimbe.

Továbbá nagyon inspiráló volt a Mozgásfejlesztés óra is, amely elgondolkodtatott. Ezen óra alkalmával olyan tények jöttek elő, amiről azt hittem, hogy csak a mi környékünkön ilyen jellemző, de kiderült számomra, hogy országos, sőt inkább generációs probléma.

Az ortopédia és a belgyógyászat rendkívül érdekes volt. A doktorúr és a doktornő nagyon érthetően magyarázták el egy-egy betegségek kialakulását és kezelését. Az utóbbi tantárgyat

azért tartom célszerűbbnek, mert úgy vélem, hogy a belgyógyászati betegségek gyakoribbak a gyermekekénél. Szinte nincs is olyan óvodai vagy iskolai csoport, ahol ne lenne legalább egy asztmás, és az epilepszia is egyre gyakoribb véleményem szerint.

Amikor jelentkeztem laikusként nem is gondoltam volna, hogy egy gyógytestnevelő ennyire belemélyed az emberi test anatómiájába és ezek orvoslásába. Sokkalta egyszerűbbnek hittem, de mint minden szakma ebben is sokkal több van a felszín alatt, mint hinnénk.

Számomra az anatómia óra okozta a legnagyobb kihívást. Talán azt mondanám a „legszárazabb” tantárgynak, és a legösszetettebbnek is. Nagyon fontos volt, hiszen gyógytestnevelőként kell ismernünk a testünk egészségét.

Rengeteget tanultam, tudásom bővült, amely mindenképpen a hasznomra lesz az életben, akkor is, ha nem helyezkedek el a gyógytestnevelő szakmában. Nagyon sokat kaptam a képzéstől mind tájékozottság, mind szakszerűség terén és nagyon értékes kapcsolatokra tettem szert a csoporttársaim tekintetében is.

3. További tanulási és fejlődési célok megfogalmazása

3.1 A képzésen tanultak beépítésének lehetőségei a saját munkába

Célom a gyógytestnevelés beépítése a testnevelés foglalkozásokba, hiszen a modern oktatási környezetben elengedhetetlen a gyermekek egészségének és jólétének előtérbe helyezése, ami ezeknek a foglalkozásoknak tartalmi megújítását is indokolja. Ennek érdekében a gyógytestnevelés elemeinek integrálása a hagyományos testnevelési programokba nem csupán a sérülések megelőzését szolgálja, hanem hozzájárul a mozgásszervi problémák korai felismeréséhez és kezeléséhez is.

A differenciált, egyéni igényekhez alkalmazkodó mozgásformák bevezetése lehetővé teszi, hogy minden gyermek számára elérhetővé váljon a rendszeres testmozgás pozitív hatása.

Sajnos jelenleg azt látom, hogy nem minden gyermek látja meg a mozgás szépségét és emiatt nem élvezhetik a pozitív hatásait sem. Ezt kéne tudatosítani a felnőveők nemzedékben, hogy a sport és a mozgás élvezhető.

„A gyermekek mozgásfejlődése nem egyenletes és nem egységes. Ezért a huzamosabb fizikai inaktivitás bepótolhatatlan veszteséget jelent az egészségi- és az edzettségi állapot szempontjából.” (*Vass-Bohner-Beke, Kézikönyv a gyógytestnevelés mozgásanyagához, 2015*)

3.2. Az elméleti ismeretek és a gyakorlati tapasztalatok összevetése, reflektálás

Mindazok mellett, hogy ez a képzés inkább az elméleti tudás elsajátítására koncentrált, úgy gondolom, hogy mindig van mit tanulni. Számptalan könyvet már beszereztem, amiket az oktatóim ajánlottak, és még van bőven a listán.

Terveim között szerepel, hogy felkeressem egykori testnevelő tanáromat, aki jelenleg is gyógytestneveléssel foglalkozik nyugdíj mellett, ugyanis úgy vélem leginkább a gyakorlati tudás az, ami fejlesztésre szorul.

Rendkívül szeléskörű ismereteket kaptunk oktatóinktól, melyek úgy vélem megfelelő alapot biztosítanak majd a kezdetekhez.

3.3. További szakmai tervek

A környéken sajnos nincs gyógytestnevelő, viszont erre egyre nagyobb szükség lenne. Első sorban óvodámban szeretném ellátni a gyógytestnevelői feladatokat, hiszen 2012 óta nincs az óvodának gyógytestnevelője. Sajnálatos módon a kolléganő nyugdíjba vonult és nem volt utánpótlás.

Az évek során láttam, hogy a gyerekeknek egyre nagyobb szüksége van a gyógytestnevelésre, és szívügyemnek érzem, hogy az óvodámban a gyermekek minden fajta szükséges ellátást megkapjanak, amire szükségük van. Jelen tudásom birtokában egyre több testi deformitást veszek észre a gyerekeken, melyek a képzés előtt nem feltétlen tűntek fel. Csak a saját csoportomban van több olyan gyermek is akinek lúdtalpa van, vagy hanyag tartása, de olyan is, akinek tölcsérmelle vagy éppen tyúkmelle. Ezeket a problémákat jó lenne korrigálni, de sajnos jelenleg nincs kivel.

Hosszútávú terveim között szerepel, hogy elvégzem a TSMT terapeuta képzést, amelyet szintén beépíthetek a hétköznapiakba. Hiszen egyre több az olyan gyermek is, akik kifejezetten neurológiai problémákkal küzdenek, és nekik is szükségük van segítségre. Véleményem szerint a mozgásterápia a legjobb gyógyír a neurológiai problémákra is.

Valamint megragadta a képzeletemet az állatásizisztált terápiai képzés is, melyet jól lehetne vegyíteni a fent említettekkel. Bár ez a jövő zenéje, és nem tudni, hogy lenne e rá kereslet itt Dél-Somogyban. Úgy gondolom, hogy itt az emberek konzervatívabbak és nem annyira nyitnak az újdonságok felé.

Jövöbeni terveim között szerepel az is, hogy a szülőkkel megérttessem a mozgás fontosságát. Sajnálatos módon sok esetben rajtuk áll vagy bukik ez a dolog, hiszen Ők döntenek úgy, hogy fontosabb a „kütyüzés”, vagy éppen, hogy a 6 éves gyermeket ölben

hozzák az intézményig. Sok esetben a gyermekek annyit mozognak, amennyit az óvodában mi is látunk. Jelentőségteljes lenne, ha a gyermekek szüleivel elfogadtatnánk, hogy a mozgás mindennek az alapja és engedjék „szabadon” gyermekeiket.

„A játék a gyermekek sokoldalú személyiségfejlesztéséhez, a testnevelés feladatainak megvalósításához közvetlenül kapcsolódó eszköz. A testnevelés mozgásanyagának döntő részét a kisiskoláskorban a játékok képezik, amelyek feladata nemcsak a testi képességek fejlesztése, hanem hozzájárulnak a személyiség szellemi, pszichikai fejlődéséhez, erkölcsi magatartásának, esztétikai ízlésének kialakításához is. A játék elősegíti a gyermek mozgásos fejlődését, csiszolódnak, rendeződnek és koordinálódnak a motoros funkciók, az értelmi, az érzelmi és az akarati fejlődést hatásosan előmozdítja. A játék az ember tevékenységének sajátos formája. Minden életkori szakasznak megvan a maga jellemző játéka, játékmódja.” (Hidvégi-Müller: *Gyógytestnevelés*, 2015)

4. Összegzés

A gyógytestnevelés a 21. században kiemelkedő jelentőséggel bír, hiszen ez a modern társadalom számos olyan kihívással néz szembe, amelyek hatással vannak az emberek fizikai és mentális egészségére. Véleményem szerint ezek az okok, amik miatt a gyógytestnevelés fontossága kiemelkedő:

Egészségügyi problémák: A mozgásszegény életmód, az elhízás és a krónikus betegségek, mint a cukorbetegség és a szív-érrendszeri megbetegedések, növekvő előfordulása miatt a gyógytestnevelés segíthet a megelőzésben és a kezelésben egyaránt.

Egyre több az olyan gyermek, aki a mozgásszegény életmód miatt lúdtalppal vagy kiegészülve egy nem megfelelő táplálkozással obesitással küzdenek, valamint a technikai vívmányok hatási sem jelentéktelenek. A mértéktelen telefon és táblagép használata tartásproblémákhoz vezet, amiket már óvodás korban megfigyelhetünk. Ennek okán a hanyag tartás illetve a gerincferdülés népbetegség lett.

Rehabilitáció: Sérülések vagy műtétek után a gyógytestnevelés létfontosságú lehet a teljes vagy részleges funkció helyreállításában, valamint a fájdalom csökkentésében.

Mentális egészség: A rendszeres testmozgás javítja a mentális egészséget, csökkenti a stresszt, a szorongást és a depressziót, ami a modern társadalomban egyre gyakoribb probléma. Fontos, hogy már kisgyermekkorban megszerettessük a mozgást és tudatosítsuk,

hogy ez az életük része kellene, hogy legyen. Így megelőzhetőek a mozgásszegény életmód miatt kialakuló mentális problémák is.

Inkluzív oktatás: A gyógytestnevelés lehetővé teszi a különleges igényű gyermekek számára, hogy részt vegyenek a testnevelésben, elősegítve ezzel a társadalmi beilleszkedést és az esélyegyenlőséget.

Az inkluzív oktatás és a gyógytestnevelés együttesen segítik a diákok fejlődését és sikeres integrációját az iskolai környezetbe. Az inkluzív oktatás során a gyógytestnevelés lehetőséget biztosít arra, hogy az egészségügyi problémákkal küzdő diákok aktívan részt vegyenek a testmozgásban és megtapasztalják az egészséges életmód előnyeit. (Nagy, G. (2019). *Gyógytestnevelés és rehabilitáció az iskolai környezetben*. Debrecen: Debreceni Egyetem Kiadó)

A gyógytestnevelés kulcsfontosságú szerepet játszik a modern kor egészségmegőrzési stratégiáiban. Az egyre ülő életmóddal és a krónikus betegségek növekvő előfordulásával szemben a célzott mozgásprogramok segíthetnek a testi funkciók helyreállításában és fejlesztésében. A gyógytestnevelés adaptált gyakorlatai nem csupán a rehabilitációt segítik elő, hanem hozzájárulnak az életminőség javításához is, hiszen a rendszeres mozgás javítja az állóképességet, erősíti az izomzatot és segíti a pszichológiai jóllétet. Az egyéni igényekhez igazított mozgásformák révén pedig minden korosztály számára elérhetővé válik az egészségmegőrzés és a betegségmegelőzés eszköze. (Farkas J., "Gyógytestnevelés és életminőség", *Egészségtudományi Közlemények*, 2020).

Az inkluzív oktatás és a gyógytestnevelés szorosan összekapcsolódik, hiszen mindkettő a különleges nevelési igényű diákokat célozza. Az inkluzív oktatás keretében a gyógytestnevelés lehetőséget biztosít az egészségügyi problémákkal küzdő diákoknak arra, hogy részt vegyenek az oktatási folyamatban és teljes mértékben beilleszkedjenek a közösségbe.

„A gyógytestnevelés az a tudományág, amely a testnevelés módszereinek felhasználásával betegségek megelőzésére és gyógyítására alkalmas.” (Dr. Nemessuri Mihály sportorvos professzor)

8. Felhasznált Irodalom

2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről In: <https://mkogy.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1100190.TV>, 2024.02.07.

Vass Livia, Bohner- Beke Alíz (2015): Kézikönyv a gyógytestnevelés mozgásanyagához. Pécsi Tudomány Egyetem. Pécs. In: <https://tamop-sport.ttk.pte.hu/files/tananyagfejlesztes/kezikonyv-a-gyogytestneveles-mozgasanyagahoz.pdf>, 2024.02.05.

Csibi Enikő, Marczisövszky Odette, Staud Katalin (2017): Kiegészítő útmutató az Oktatási Hivatal által kidolgozott Útmutató a pedagógusok minősítési rendszeréhez felhasználói dokumentáció értelmezéséhez A pedagógiai szakszolgálati intézményben pedagógus-munkakörben foglalkoztatottak részére Negyedik, javított kiadás. In: https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/unios_projektek/kiadvanyok/Szakszolgalat_negyedik.pdf, 2024.02.15.

Dr. Bosnyák Edit [N.a.]: Mozgásterápia- Oktatási segédanyag. In: https://tf.hu/files/docs/egeszsegitudomanyi-es-sportorvosi-tanszek/Bosny%C3%A1k_Edit_-_Mozg%C3%A1ster%C3%A1pia_oktat%C3%A1si_seg%C3%A9danyag.pdf, 2024.02.15.

Hidvégi Péter és Müller Anetta (2015): Gyógytestnevelés. EKF Líceum Kiadó. In: <https://uni-eszterhazy.hu/api/media/file/5af4e556a0263b88620fcbc48188d6da51b7e10d>, 2024.02.02.

Dr. Nemessuri Mihály sportorvos professzor: <https://prezi.com/gerdocuen-tt/a-gyogytestneveles-mint-pedagogiai-szakszolgalati-feladatel/> , 2024.03.21.

Farkas J., "Gyógytestnevelés és életminőség", Egészségtudományi Közlemények, 2020, 2024.01.06.

Nagy, G. (2019).: Gyógytestnevelés és rehabilitáció az iskolai környezetben. Debrecen, Debreceni Egyetem Kiadó, 2024.01.06.

Farkas P., Modern gyógytestnevelési módszerek, Testnevelési Egyetem Kiadó, Budapest, 2020, 2024.01.17.

Márai Sándor (1943/1997): Fűves könyv. Helikon Kiadó, Bp. 68.p

Simon István Ágoston és Dr. Gombocz János (2009): A gyógytestnevelés tantárgy vizsgálata az új típusú tanár-diák kapcsolatrendszerben. In: https://old.semmelweis.hu/wp-content/phd/phd_live/vedes/export/simonistvan.m.pdf , 2024. 03.15.

Dr. Berkes István: Ortopédia, Sebészet, Traumatológia II. – Oktatási segédanyag. In:
https://tf.hu/files/docs/egeszsegtudomanyi-es-sportorvosi-tanszek/Ortop%C3%A9dia_seb%C3%A9szet_traumatol%C3%B3gia_II._oktat%C3%A1si_seg%C3%A9danyag.pdf , 2024.02.14.

9. Mellékletek

I.sz.Melléklet

Beadandó Sportágak gyógyító adaptációja I. órára

(1)

Beadandó

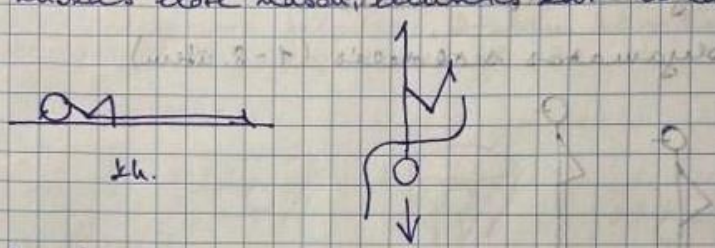
1.) Kúszás → Természetes mozgás - kúszásgyakorlatok

- Szeméret bemelegítése
- Felületi és keringési rendszer funkcionális fejlesztése
- Gerinc motorizálása
- Erősítés

a) Síma kúszás

Kh: Hasufekvésben alkantámasz, kúszás felémelt feji tekintet a talajon


Kúszás előre hason, elmozdított kar- és lábhajlítással



b) Kukackúszás

Kh: Hajlított ujjal, kéttalpaz a csipő mellett talajon

Csipő előrecsiszogatása közben lábhajlítás, majd lábnyújtás, újra kéttalpaz a csipő mellett




2.) Járatások, állatutánozó járatások → Természetes mozgások

- Alsó végtagok erősítése és nyújtása
- Törés izmainak motorizálása

a) Óriásjárás

Kh: Lábníjjelgyen vagy a lábfej elülső részén állás, karok magastartásban

Járás közben karok magastartásban

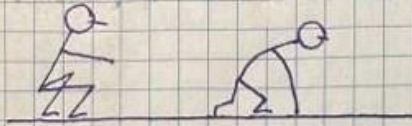


2.

b) Bekugrás → láb és hátizmokat fejleszti

Kh: Terpeszguggolás

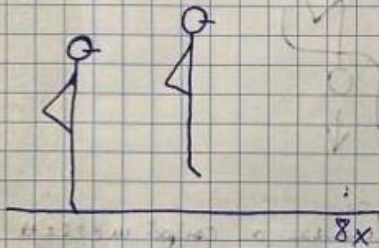
Ugrás előle kéztámaszon keresztül



3) Szögelés → Talpbetét és láb izmait fejleszti
→ felzési és keringési funkciókat javítja

Kh: Szögeltartással

Folyamatos szögelés (1-8. ulem)



4) Keziszergyakorlatok balzsákkal

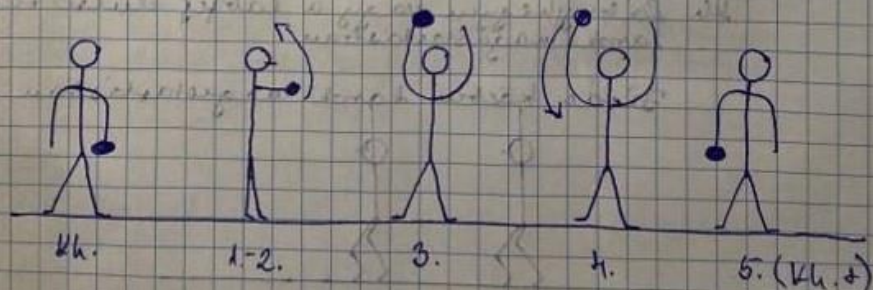
a) kar- és vállör mozgású gyakorlat

Kh: Terpeszállás, bal kézben balzság

1.-2. ü: Karlendítés oldalas középtartásban keresztül magastartásba

3. ü: Fej fölött a balzság átadása másik kézbe

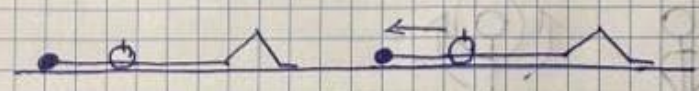
4.-5. ü: Kar lengedése oldalas középtartásba, majd mélytartásba



5.) Hátfizom nyújtó gyakorlat

Kh.: Hányat fekvésben hajlított látt a talajon, lábcsak magastartásban

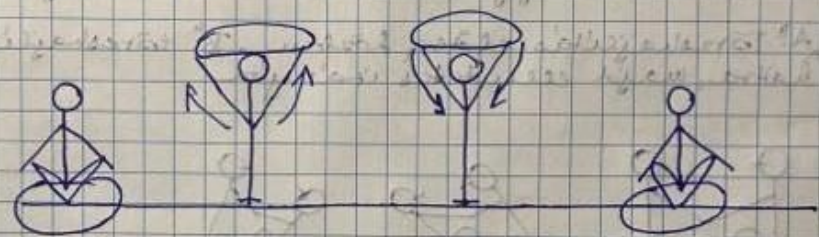
Batásak csúsztatása késsel törzsimyújtással, majd vissza kh.-re.



6.) Lábizomzat nyújtása, erősítése

Kh.: kánkára törökülés

Karikafogással felállás, lözben kánkacumelés magastartásig, majd vissza kh.-re



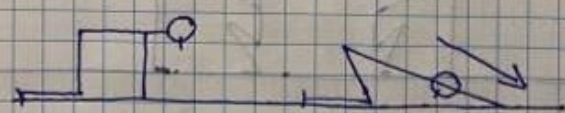
7.) Tartáspajntó gyakorlatok

- Genicmobilizálás lülönbőző gyakorlatokkal
- Egyensúlyérzetek fejlesztése
- Helyes légzéstechnika kialakítása

a) Hátfizom nyújtó gyakorlatok

Kh.: Tetrelátómas

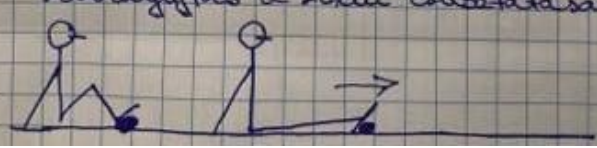
Magastartás, támasz a talajon, majd karcsúztatás clát, mellkas lecsúsztatása a talaj felé közben tekintet a talajon



b) Talpboltozat erősítése -> meztalbas gyakorlat

Kh.: Hajlított ülés, zokni a sarok alatt

Lábnyújtás a zokni csúsztatásával lábfejpicében.



4. 8) Helyes légzés kialakítását segítő gyakorlat

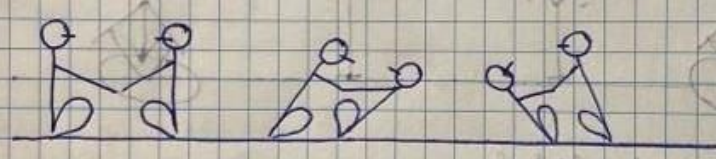
Kh.: Terpeszállás, ujjféés mélytartásban
kiindulóhelyzetben kilégzés, majd karemelés
magastartásban, felintet az ujjak, kilégzés



9) Páros gyakorlatok

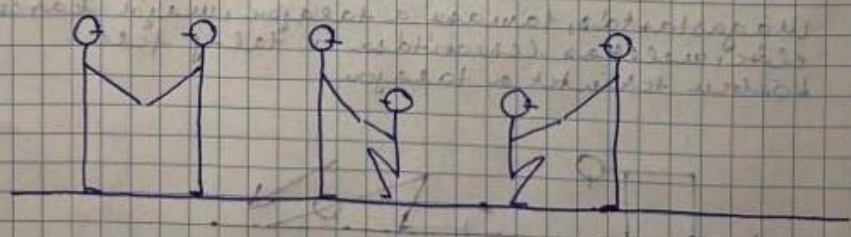
a) Has és hátizmuyjtás

Kh.: Törökülés egymással szemben, kézfogás
"A" törzshajlítás előre, közben "B" törzshajlítás
hátra, majd cseréltés irányba



b) Lábizomzat ujjtása, erősítése

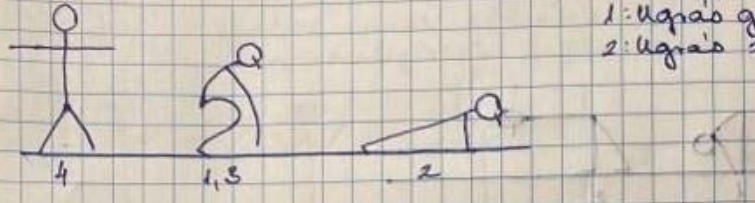
Kh.: Párok egymással szemben, alapállás és kézfogás
"A" leguggol majd cseré
A párok segítik egymást a guggolás-felállásban



10. Mozgásfejlesztés összetett gyakorlatokból

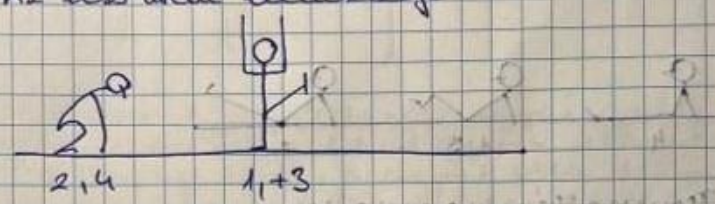
a) Negyedikű fekvőtámasz

kl.: Törpesszerűs, oldalas közepetartás
1: Ugrás guggoló támaszba
2: Ugrás fekvőtámaszba



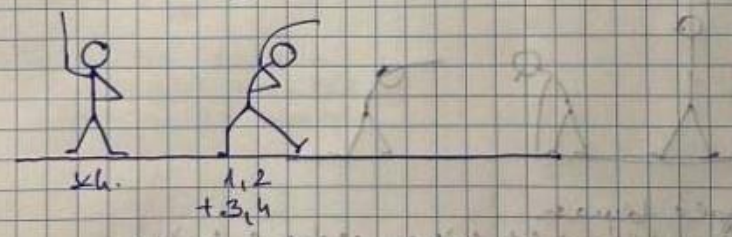
b) kl.: Guggoló támasz

1.: Szögállásba emelkedés, karlendítés magastartásba és bal láb lendítése balra
2,4: kl.
3.: Az első ütem ellenkezője



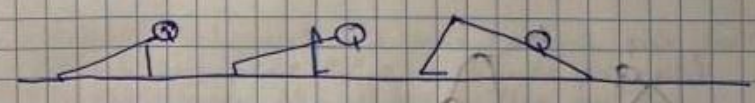
c) kl.: Törpesszerűs, bal láb csipő, jobb láb magastartásból

1,2: Törzshajlás balra térdhajlítással
3,4: Ellenkezőleg



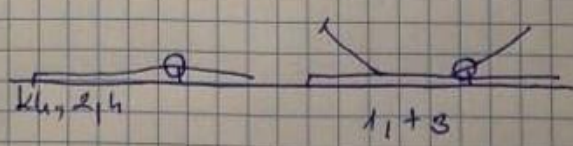
d) kl.: Mellis fekvőtámasz

1: Karhajlás
3: Csipő katta felé



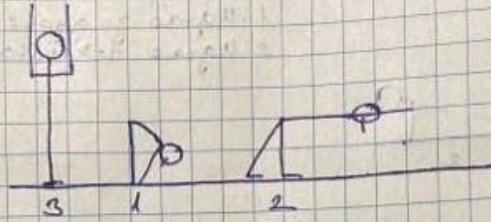
e) Hasrafelváltás magastartásba

1: Bal láb és jobb látkemelés
3: Ellenkezőleg

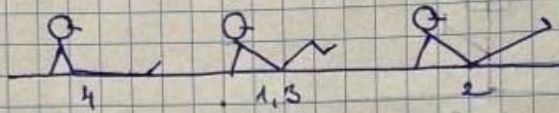


6.

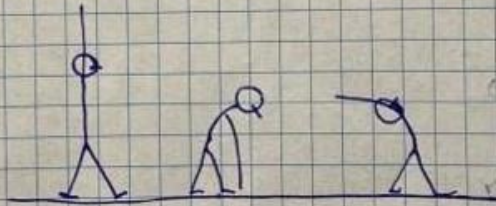
- f) Kh: Akapallás, magasztás
1: Törzshajlítás előre ukaerintésrel
2: Törzsdöntés és magasztás



- g) Kh: Ugyjított ülés
1: Törzshajlítás előre ukaerintésrel
2: Törzshajlítás

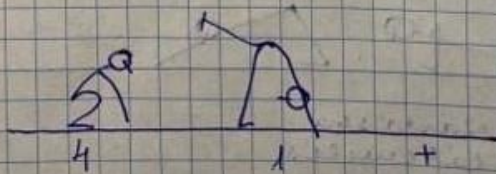


- b) Kh: Terpeszállás, magasztás
1,2: Törzshajlítás előre
3,4: Törzshajlítás hátra



- c) Guggoló talmasz
1: Törzshajlítás jobbra lábemeléssel hátra
2-3: Öszimet, magaszt

Acetessati nissza, is ellenkező irányba meggyiszor

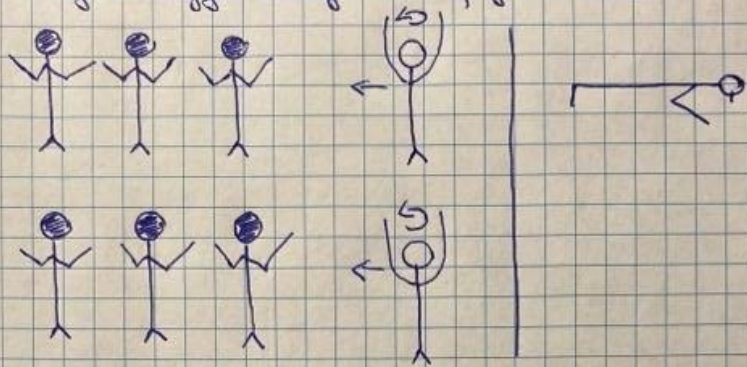


1.1) Mozgásos játékok

9.

a) Guruló váltó

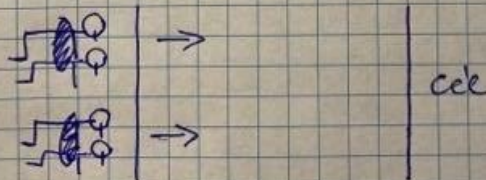
↳ Hátizom erősítése
 Kar és vállsín izmok erősítése
 Forgási egyensúlytérkép fejlesztése



két csapat. A csapat tagjai egymás mellé fekszenek, hátra. A sor végen fekvő gyerek elhúzza gurulót a hosszukéjéig közel, a csapat többi tagja addig kitolja magát fekvőtámaszba, és mindig átli a guruló kékét keze és lábemelettel. Amikor végig gurul átall a sor végén. Akkor szétvonnak a sor az a gyerek fekvésével és gurul egyet.

b) Teknősbéka futam

↳ Genincmobilizálás
 Koordinált mozgás



Párokba alakítunk, és mindkét pár hátát a kezükhöz egy példét (az a teknősbéka párcél). Az a páros nyer, aki előbb célra ér. Aki elmagyja a párcélt "kiesik".

Sportágak gyógyító adaptációja II.

Fogó játékok

Alagútfogó

Fogó kijelölése, majd, akit elkap, az terpeszállásban megáll. „Kiszabadíthatják”, ha átkúsznak alatta.

Babzsákos fogó

Fogó kijelölése, ölben babzsák. Mindenki csak pók, vagy csak rák járásban közlekedhet. Az lesz az új fogó, akinek a fogó bele tudja tenni a babzsákot az ölébe.

Változat: Mindenkinél babzsák van, kivéve a fogónál. Az lesz az új fogó, akitől elveszik a babzsákot.

Faroklopó

Minden gyerek nadrágjába egy-egy színes szalagot teszünk. A gyerekek szabadon négykézláb másznak a teremben, jelre mindenkinek minél több farkincát kell összegyűjteni.

Kúszó fogó

Mindenki kúszásban közlekedik. Kijelölünk egy fogót, akit a fogó megérint, az lesz az új fogó.

Kidobó Játékok

Vár-kidobó

A csapatok egyszerű kidobót játszanak, de: a kieső játékos feláll a padok tetejére és

ott folytatja a játékot: mozoghat a padokon, akadályozhatja az ellenfél játékosát,

dobni azonban nem dobhat. Győz az a csapat, mely kidobja az ellenfél összes játékosát.

Hagyományos kidobó

A két csapat kap egy labdát. A cél az ellenfél játékosainak kidobása. A kidobás ellen a labda elkapásával lehet védekezni. Ha a csapat valamely tagjára irányított labda a hátsó alapvonalon kimegy, akkor az ellenfélnek át kell dobni. Ha az oldalvonal felett hagyja el a pályát, akkor a saját csapaté marad. A cél tehát nem az, hogy elugorjunk a labda elől, hanem az, hogy megfogjuk.

Amelyik játékos a labdát nem tudja megfogni, de az megérintette, az kiesik. Az a csapat győz, amely először dobja ki az ellenfél játékosait.

„Emlékező” kidobó

Szabályai megegyeznek a hagyományos, mindenki által ismert fogyasztó jellegű kidobóval, azzal a különbséggel, hogy a kidobott játékosnak meg kell jegyeznie (emlékeznie kell) azt a játékost, aki kidobta. Hiszen, ha kidobják az ő „kidobóját”, visszaállhat a játékba. A labdával lépni nem lehet, találatnak csak a tiszta találat számít. Ez a szabályváltoztatás rendkívül érdekessé teszi a hagyományos kidobót.

Közép- kidobó

a játékosoknak hármával kell felállni, egymással szemben kb. 5 m távolságra az egyikük birtokolja a labdát. A harmadik játékos beáll közéjük, egy közepre rajzolt 1, 5 m átmérőjű körbe. A szemben álló játékosok célja, hogy a körben álló játékos lábát guruló labdával eltalálják, aki eltalálta az áll be a kör közepére. A körben álló játékos célja, hogy a kör elhagyása nélkül elkerülje a találatot. A játék végén az nyer, akit a legkevesebbszer találtak el.

Szabadulás a labdától

Két csapatot alakítunk. A terem két végébe padot teszünk, arra szivacsot. a két csapat egy mással szemben hason fekszik, a padokra tett szivacsokon. A teremben különböző méretű labdákat gurítunk szét, minden térfélre azonos számút, a létszámtól függően. Jelre megpróbálja mindegyik csapat átgurítani a labdát. Az győz, akinél nem marad labda.

Egyéb játékok

Karikafoglaló

A teremben a gyerekek létszámánál 2-3 kevesebb karikát teszünk le. A gyerekek nyusziugrással közlekednek. Tapsra mindenkinek el kell foglalnia egy karikát. Akinek nem jut karika a külön feladat elvégzése után visszaállhat.

Célabadás hason fekvésben

A gyerekek hason fekszenek, előttük 1-1 karika. Mindenkinek azonos számú babzsák van. Hason, emelt törzsszel, páros kézzel kell célózni a karikába. Az győz, akinek a legtöbb babzsák van a karikába.

Csúsztasd át a keze között

2-2 gyerek egymással szemben fekvőtámaszt tart (kisebb gyerek magasra tolt csípővel alagutat). Az egyik gyereknek egy babzsák van, amit megpróbál a társai keze között átcsúsztatni. Minden kísérlet után kap 1 pontot. Az győz, akinek több pontja van.

„Jó kiskutyák”

A gyerekek szétszórtan helyezkednek el a teremben, mindenki előtt van 1 karika. A teremben babzsákokat szórunk szét, amelyeket jelre össze kell

gyűjteni kutyafutással haladva. Az győz, akinek a legtöbb babzsák van a karikájában.

Változat: Nyusziugrással, vagy egyéb utánzó járással haladnak a gyerekek.

Felhasznált Irodalom

Pappné Gazdag Zsuzsanna: Játsszunk Gyógyító Tornát!- Új lehetőségek a hanyagtartás javítására óvodás és kisiskolás korban, Budapest, 2011

Pappné Gazdag Zsuzsanna: Játsszunk Gyógyító Tornát!- Tartásjavító játékok, Győr, 2010

3.sz.Melléklet

Intézmény: MATE, Magyar Agrár és Élettudományi Egyetem

Szak: Gyógytestnevelés az óvodában és iskolában szakirányú pedagógus továbbképzés

Tárgy: A nevelési, oktatási intézmény hatékonysága

Oktató: Kontra József

A Somogyszobi Óvoda rendszerszemléletű elemzése/értékelése



Kép forrása: www.atadhir.hu

Peterdi Diána

Intézményünk Somogy vármegye déli részén található Somogyszobon. A kis község népessége körülbelül 1400 fő, de ide tartozik Bolhás, Kaszó, illetve Darvaspuszta településeinek is az ellátása oktatási szinten¹. A községben egy 8 osztályos Általános Iskola is működik, mellyel szoros együttműködésünk van. A település polgármestere különösen figyel arra, hogy az Óvoda és az iskola pedagógusai ismerjék egymást, és folyamatos kapcsolatban legyenek, ennek okán közös pedagógus napi összejövetel van minden évben, és egymás szervezett eseményein is részt veszünk.

Falunkban 1952 óta működik óvoda. Az épület 1890-ben épült, többszöri átalakítás után nyerte el jelenlegi formáját. Kezdetben egy, majd kettő, 1975. és 2003. december 31-e között három csoporttal, jelenleg két vegyes életkorú csoporttal működik². Óvodánkba fogadjuk a bolhási, a kaszói, és a darvaspusztai gyermekeket is. Jelen pillanatban 47 gyermek jár óvodánkba.

Óvodánkban jelenleg 2 óvodapedagógus dolgozik állandó délelőttösként, 2 pedagógiai asszisztens, akik a délutános műszakot látják el, 2 dajka, illetve az óvodavezető, aki függetlenül van. 1 óvodapedagógus, 2 pedagógiai asszisztens és a 2 dajka helybeli lakos.

Ez egy nagyon felszerelt, felújított óvoda, ahol szinte minden szükséges kellék megtalálható. Minden csoportban külön SMART TV áll rendelkezésre, valamint CD lejátszó is. Rendezvényekre (pl.: ballagás) van egy nagy méretű hordozható Bluetooth lejátszónk is, melyhez 2 mikrofon is tartozik. Van egy laptopunk is, amelyet arra használunk, hogy mindent elektronikusan rögzítsünk. Be vannak osztva a napok, hogy mikor melyik csoport használja. Az idei tanévben elkezdük az OviKréta használatát is, mellyel általában közösen foglalkozunk. Szükségünk van egymás segítségére, mert ezt a rendszert még egyikőnk sem ismeri igazán, így egymást támogatva használjuk a rendszert.

A mosdók nagyon felszereltek, minden csoporthoz tartozik egy felnőtt mellékhelyiség is. Óvodánkban van a személyzet számára hűtő, mikró, és még kávéfőző is, amely nagyon komfortos ottlétet biztosít mindenkinek.

Az udvarunk tágas és felszerelt. Több hinta, és játszókompexum található az udvaron a méretes homokozó mellett. Játéktárolónkban temérdek udvari játék is van (pl.: trambulin, tölcser, dőmperek, roller... stb.).

Az intézmény fenntartója a Somogyszobi Önkormányzat, aki minden szükséges forrást biztosít számunkra. Minden évben kétszer van lehetőségünk papír/írószer rendelést leadni, ezen felül amire szükségünk van megvásárolhatjuk és számla ellenében meg is térítik ezt. Az

Önkormányzat biztosítja számunkra a megfelelő mennyiségű tisztítószert, illetve a gondozási feladatokhoz szükséges kellékeket, eszközöket. Karácsony előtt egy nagyobb összeget is ad minden csoportnak, hogy új játékokkal lepjük meg a gyermekeket az ünnep alkalmából.

Véleményem szerint óvodánkra az integrált munkakultúra a jellemző, mert a nézetazonosság, ami leginkább megfigyelhető. Úgy hiszem ez első sorban azért van, mert kis közösség vagyunk, mindössze két csoporttal egy kis községben.

Somogyszobra jellemző, mint minden ekkora településen, hogy mindenki ismer mindenkit. Sajnos az a tapasztalatom, hogy nehezen fogadnak be a szinte zárt közösségbe mindenkit, így, amikor oda kerültem óvodapedagógusként nehezen fogadtak el. Szerencsére helybeli dolgozókból sem szenvedünk hiányt, akikkel viszont nagyon jó az együttműködés.

Igyekszünk nagyon összetartó nevelőtestületet létrehozni és fenntartani. Gondolok itt arra, hogy kiállunk egymásért, ha a helyzet megkívánja (amire sajnos viszonylag gyakran van precedens a helyi közösség HH illetve HHH tagjainak nem megfelelő viselkedéskultúrája okán).

Gyakran tartunk megbeszéléseket, melybe bevonjuk az óvoda összes dolgozóját, és a rendezvényekre vagy műsorra való felkészülés során is együtt tevékenykedünk.

Mindenki véleménye fontos az intézményben és igyekszünk mindent megbeszélni. Természetesen, itt is vannak úgynevezett klikkek csoportokon belül, de úgy gondolom, hogy ez természetes, hiszen minden csoportban az adott három dolgozó együtt tölti az egész napját a gyermekekkel.

Ezzel együtt megfigyelhető a fragmentális munkakultúra is, az utazó pedagógusok tekintetében. Somogyszobra Nagyatádról jár a fejlesztőpedagógus, a gyógypedagógus és a logopédus is. Sajnos mindig sietnek a munkaerőhiány miatt megvalósuló túlterheltség miatt, így nincs idő a megfelelő kommunikációra pedagógus-pedagógus között.

Ezen sajnálatos módon változtatni nem tudunk, mert az utazó pedagógusok rendkívül feszes beosztása azt sem teszi lehetővé, hogy egy-egy fogadóórán részt vegyenek. Amennyiben nagyon fontos kérdésről van szó, mint a gyermek iskolaérettsége, akkor pár mondatot tudunk váltani.

A védőnővel szintén jó kapcsolatot ápolunk, Ő is helybeli lakos. Ismer mindenkit, hiszen az egész községet és az ide tartozó kisebb falvakat is Ő látja el, mindenkiről tud mindent. Általában tőle szoktunk „begyűjteni” minden információt a családoknál bekövetkezett aktuális változásokról, ugyanis a szülők nem gondolják, hogy az óvodát is tájékoztatni kellene mondjuk

egy válsárról. Havonta egyszer mindenképpen ellátogat az intézményünkbe, hogy ellenőrizze, a gyermekeket.

A háziiorvossal eddig problémamentes volt a kommunikáció, de sajnálatos módon költözés miatt más lett a doktor a közösségben, aki szintén bejárós. Vele még nem is találkoztunk és nem is kommunikáltunk. A gyermekvédelmi jelzőrendszeri találkozókra sem jön el, hiába kap meghívást.

A polgármester is a helyi közösség tagja, akit kifejezetten kedvelnek az emberek és adnak a szavára. Rengeteg rendezvénnyel és műsorral kedveskedik a lakosoknak, ahol a helyi óvoda gyermekei is rendszeresen fellépnek (pl.: idősek világnapja, falukarácsony, adventi vásár..stb.).

A helyi önkormányzat szinte mindenben támogatja az óvodát anyagi tekintetben is. Örömmel állíthatom, hogy egy nagyon korszerű óvodában dolgozhatok, melyben szintén vannak fejlesztendő területek. Óvodánk átesett egy átépítésen is, amikor tervezhetek volna egy tornaszobát is az intézménynek. Ez a legnagyobb hiányosság, amit meg tudok fogalmazni. Akkoriban más volt a polgármester, és Ő nem kérte ki az óvodai dolgozók véleményét szinte semmiben. Mindent eldöntöttek a polgármesteri hivatalban, anélkül, hogy megkérdeztek volna bárkit, például az óvoda vezetőjét.

Ezeket a hiányosságokat próbálja a jelenlegi polgármester pótolni, de nyilván egy tornaszoba építése nem megoldható.

A vezetőség támogat minket a továbbképzések és a tanulmányok tekintetében is, ugyanis van lehetőség tanulmányi szerződés igénylésére is. Fontos számukra, hogy korszerűsítsük tudásunkat és támogassuk, gyarapítsuk óvodánkban a lehetőségeket.

Jelenleg azért járok Gyógytestnevelés szakra, mert az óvodánkban nincs ilyen lehetőség, viszont igény és szükség lenne rá.

Továbbá szeretnénk létrehozni egy néptánc csoportot is az óvodába, ennek okán az egyik kolléganőm elvégezte az „Így tedd rá!” tanfolyamot is.

Közös húzó erőnk, hogy a gyerekek javát szeretnénk szolgálni minden téren, erre az egyik legjobb példa, hogy a félévenkénti gyermekmérésre egyénileg kidolgoztunk egy helyi mérést mely több részből áll. Mindannyian részt veszünk egy-egy gyermek mérésén és így még jobban megismerjük a másik csoportba járókat is. Ez nagyon fontos, hiszen minden reggel és minden délután összevont csoporttal működik az óvoda, továbbá közös az udvarunk is.

Az iskolába készülő gyermekek szüleinek közösen tartunk fogadóórát (a három óvodapedagógus), mert így mindannyian elmondhatjuk a meglátásunkat, és tudjuk egymást támogatni.

A szülői értekezletek is először összevontak és utána megyünk külön, csoportonként. Ott sem egyedül tartjuk a tájékoztatást, hanem a pedagógiai asszisztenssel.

Szeretném kiemelni, ami szerintem a munkánk során az egyik legtöbb nehézséget okozó dolog: A családokkal való kapcsolattartás és megfelelő kommunikáció.

Mivel a pedagógus társakkal az idő szűke miatt nehézkes a kommunikáció, a szülőkkel vagy az érdektelenség miatt vagy esetleg annyira eluralkodik rajtuk az unszimpatia.

A legtöbb gondot az alábbi pontok okozzák:

- Nem falusi voltam, a zárt közösség hiába fogadott szívesen, akkor sem ottani voltam.
- Fiatal, tehát elkönnyvelték, hogy eleve tapasztalatlan.
- „Gyerektelen”- ami szintén tapasztalatlanságra utal. (Ezt többen ki is mondták)
- Eltérő szokásrendszer- sokan azt gondolták, nem tudok semmit a roma hagyomány és szokásrendszerről (ebben nagy segítségünkre van a helyi roma önkormányzat)
- A szülők többsége alacsony iskolai végzettségű, nehezen fogadták a javaslatokat („Mit magyaráznak ezek a tudósszakkörösök?”)

A törvényi változások, alapító okirat megváltoztatása miatt, tavaly ősszel a pedagógiai program is átdolgozásra került. A szülőkkel való kapcsolattartást a következőképpen fogalmazódott meg:

Az együttműködés egyenrangú nevelőtársi viszonyban, jó partnerkapcsolatban valósulhat meg. Alapja a kölcsönös bizalom és segítségnyújtás. Nyitottak vagyunk a szülők és a nevelést segítő partnerek (családgondozó, védőnő, egyéni vállalkozók stb.) által szervezett programokon való aktív részvételre³.

A szülőket folyamatosan tájékoztatni kell gyermekük fejlődéséről.

Ahhoz, hogy minél realisabb legyen ez a kép, sokoldalú kapcsolattartásra van szükség, hogy az óvodai élet egészébe betekintést nyerjenek.

A gyermekek fogadása, beszoktatása folyamatosan történik, a gyermekek egyéni érzékenységtől függő személyi, emocionális, környezeti feltételek között.

Családlátogatásra első ízben a gyermekek beíratása után kerül sor. Jó alkalom arra, hogy megismerkedjünk a gyermekkel, a családdal és a környezettel, ahol él. A későbbiekben szükség szerint végzünk családlátogatásokat. (az első családlátogatás nyáron történik általában)

A nyílt napok alatt a szülő tájékozódhat az óvodában folyó munkáról és gyermeke közösségben való magatartásáról.

Szülői értekezletet évente három alkalommal tartunk. Tájékoztatást adunk munkánkról, az egyén és a csoport fejlődéséről.

A szülők folyamatos tájékoztatása kellő pedagógiai kulturáltsággal történik - jellemezi a tárgyilagosság, tapintat, diszkréció.

Fogadóórát előzetes megbeszélés után úgy tartunk, hogy az az óvónők pedagógiai munkáját ne zavarja.

Interneten, zárt Facebook csoportból tájékozódhatnak az óvodai élet aktuális eseményeiről.

A Szülői Munkaközösség minden év szeptemberében szerveződik, segíti az óvodai munkát, a családdal való harmonikus kapcsolat kialakítását és fenntartását. Segítenek az óvoda rendezvényeinek megszervezésében és lebonyolításában. *(Somogyszobi Óvoda Helyi Pedagógiai Programja 2022)*

Igyekszünk a kommunikáción és az együttműködésen folyamatosan javítani minden tekintetben!

Véleményem szerint ez a legfőbb fejlesztendő terület, melyen folyamatosan dolgozunk.

Minden pályázati lehetőséget is megragadunk, amit csak lehetséges, hogy ezzel is bővítsük az óvodánk repertoárját. Legutóbb az Állatbarát Óvoda címre is pályáztunk, amiről még nem jött meg az eredmény.

Szeretnénk a közeljövőben pályázni a fenntarthatóság jegyében bővítésre és korszerűsítésre is.

Felhasznált Irodalom:

Somogyszobi Óvoda Helyi Pedagógiai Programja 2022

4.sz.Melléklet

Intézmény: MATE, Magyar Agrár és Élettudományi Egyetem

Szak: Gyógytestnevelés az óvodában és iskolában szakirányú pedagógus továbbképzés

Tárgy: A pedagógus szerepei és munkatevékenysége

Oktató: Bencéné Dr. Fekete Anikó Andrea

A pedagógusok szerepkonfliktusai



© CanStockPhoto.com

Peterdi Diána

I. Bevezetés

1. A pedagógusok szerepkonfliktusai

A pedagógusok szerepkonfliktusai komplex jelenségnek tekinthetők, amelyek a pedagógusok szakmai munkáját befolyásolják. A szerepkonfliktusok gyakran akkor jelentkeznek, amikor a pedagógusnak ellentétes elvárásoknak kell megfelelnie, például a tanterv követése és a diákok egyéni igényeinek kielégítése között. Emellett a pedagógusoknak gyakran kell egyensúlyozniuk a szülők, az iskola vezetősége és más érdekelt felek elvárásai között is. A szerepkonfliktusok hatással lehetnek a pedagógusok fizikai és mentális egészségére, valamint a tanítási folyamat hatékonyságára is. A megfelelő támogatás és kommunikáció segíthet enyhíteni ezeket a konfliktusokat és elősegíteni a pedagógusok szakmai fejlődését.

2. A pedagógusok érzelmi munkája és szerepkonfliktusai az óvodai nevelésben

A pedagógusok érzelmi munkája és szerepkonfliktusai az óvodai nevelésben kiemelkedő fontosságú tényezők, amelyek hatással vannak a pedagógusok mindennapi tevékenységeire és jólétére. Az óvodai nevelés során a pedagógusoknak számos kihívással kell szembenézniük, például az érzelmi támogatás nyújtásával, a konfliktuskezeléssel és az együttműködés biztosításával. Az érzelmi munka során a pedagógusoknak képesnek kell lenniük az empátia megnyilvánulására és az érzelmi terhek kezelésére.

Az ilyen munka azonban gyakran szerepkonfliktusokhoz vezethet, amikor a pedagógusoknak meg kell találniuk az egyensúlyt a szakmai követelmények és saját érzelmeik között. A pedagógusoknak ezért fontos támogatást kapniuk a szervezeti környezetben és a képzés során ahhoz, hogy hatékonyan kezeljék az érzelmi munkát és a szerepkonfliktusokat.

A pedagógusok szerepkonfliktusai olyan kihívásokat jelenthetnek, amelyek gyakran előfordulnak a tanítók és tanárok mindennapi munkájában. Ezek a konfliktusok általában akkor jelentkeznek, amikor a pedagógusnak egyszerre kell betöltenie több szerepet, például oktatóként és nevelőként is. Az oktatási intézményekben fennálló hierarchia, az elvárások és a tanulók sokszínű igényei közötti egyensúly megteremtése nehézségeket okozhat. A

pedagógusoknak rugalmasnak és alkalmazkodóképesnek kell lenniük, hogy hatékonyan kezeljék ezeket a szerepkonfliktusokat és biztosítsák a tanulók megfelelő fejlődését és támogatását.

II. A pedagógusok szerepkonfliktusainak fajtái

1. Külső szerepkonfliktusok:

Szülői elvárások és iskolai elvárások közötti konfliktus

A szülői elvárások és az iskolai elvárások közötti konfliktus gyakran előfordul az oktatási rendszerben. A szülők általában nem olyan magas elvárásokat támasztanak a gyermekükkel szemben, míg az iskolai elvárások más jellegűek lehetnek. Ez a különbség néha feszültséget okozhat a szülők és az oktatási intézmény között. A szülők szeretnék, ha a gyermekük kiemelkedő eredményeket érne el, míg az iskolai rendszer inkább a teljesítményt és a fejlődést helyezi előtérbe. Ez a konfliktus megnehezítheti a szülők és az iskola közötti együttműködést, és befolyásolhatja a gyermek tanulmányi teljesítményét is.

Társadalmi elvárások és pedagógus szerepének összeegyeztetése

A társadalmi elvárások és a pedagógus szerepének összeegyeztetése komplex kihívást jelent a mai oktatási rendszerben. A pedagógusoknak nemcsak a tanításra és nevelésre kell koncentrálniuk, hanem a társadalom által rájuk ruházott elvárásokat is figyelembe kell venniük. Az oktatási intézményekben egyensúlyt kell teremteni a szülők, diákok és társadalom elvárásai között, miközben megtartják a pedagógusok szakmai autonómiáját és az oktatás minőségét. Ez a kihívás az oktatási politika és a pedagógiai módszerek folyamatos fejlesztését igényli, hogy megfeleljenek a társadalmi változásoknak és az egyre növekvő elvárásoknak.

2. Belső szerepkonfliktusok:

Tanár-szakértő és tanár-tanuló kapcsolat közötti konfliktus

A tanár-szakértő és tanár-tanuló közötti kapcsolatban előforduló konfliktusok gyakran a hatalmi egyensúly hiányából erednek. A tanár-szakértőnek magasabb szintű tudással és tapasztalattal kell rendelkeznie, ami bizonyos esetekben feszültséget okozhat a diákok között. A tanár-tanuló kapcsolatának alapja a kölcsönös tisztelet és megértés kell, hogy legyen. A konfliktusok

elkerülése érdekében a tanároknak nyitott kommunikációt kell fenntartaniuk a diákokkal, figyelembe véve az egyéni szükségleteket és véleményeket. Az együttműködés és az empátia segít megoldást találni a konfliktusokra, és elősegíti a pozitív tanulási környezet kialakítását.

Autonómia és követelmények közötti konfliktus

Az autonómia és a követelmények közötti konfliktus gyakori jelenség az emberi életben, legyen szó munkáról, tanulásról vagy személyes kapcsolatokról. Az autonómia az egyéni szabadságot és önállóságot jelenti, míg a követelmények a külső elvárásokat és szabályokat testesítik meg. Amikor ezek a két tényező ütköznek, felmerülhet a konfliktus. Az egyén szeretné megtartani az autonómiáját és saját döntéseit hozni, miközben a külső követelmények betartására van szükség. Ez a konfliktus stresszt és bizonytalanságot okozhat az egyén számára. Fontos, hogy megfelelő egyensúlyt találjunk az autonómia és a követelmények között, hogy harmonikus és kiegyensúlyozott életet élhessünk.

III. A pedagógusok szerepkonfliktusainak jelentősége

A pedagógusok szerepkonfliktusainak jelentősége kiemelkedő fontossággal bír a pedagógiai gyakorlatban. A pedagógusok gyakran találják magukat olyan helyzetekben, ahol különböző szerepek és elvárások ütköznek egymással. Ez lehet például a tanár-szülő kapcsolat, a diák-tanár viszony vagy akár a pedagógusok közötti együttműködés. A szerepkonfliktusok negatív hatással lehetnek a pedagógusok munkavégzésére, az oktatás minőségére és a tanulók fejlődésére. Ezért fontos, hogy a pedagógusok tisztában legyenek ezekkel a konfliktusokkal és képesek legyenek kezelni őket. A szerepkonfliktusok megoldása segíthet a pedagógusoknak hatékonyabban működni és hozzájárulhat az optimális tanulási környezet kialakításához.

IV. Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak okai

1. Túlzott elvárások a szülők és az intézmény részéről

Az oktatási intézményekben gyakran tapasztalhatóak túlzott elvárások a szülők és az intézmény részéről. A szülők gyakran túlzottan nagy teljesítményt várnak el gyermekeiktől, és nyomást helyeznek rájuk a tanulás terén. Emellett sokszor elvárják, hogy az intézmény minden igényüket kielégítse, és feleljen meg minden elvárásnak. Az intézményeknek pedig nehézkes lehet megfelelni ezeknek a magas elvárásoknak, ami stresszt és feszültséget okozhat mind a szülők, mind az intézmény dolgozói számára. Fontos lenne, hogy a szülők és az intézmény közötti

kommunikációban tiszteletteljes és reális elvárások legyenek, valamint, hogy mindkét fél tisztában legyen a másik lehetőségeivel és korlátaival.

2. Az óvodapedagógusok szerepkörének változása

Az óvodapedagógusok szerepkörének változása a gyermeknevelés területén fontos kérdéseket vet fel. Az elmúlt években az óvodapedagógusok feladatai és felelősségei jelentősen megnövekedtek. Az óvodai oktatás és nevelés terén tapasztalható változások, például az inkluzív nevelés bevezetése, a digitális eszközök használata és a differenciált oktatás elterjedése, új kihívások elé állítják a pedagógusokat. Emellett az óvodapedagógusoknak egyre nagyobb szerepet kell vállalniuk a gyermek egészségének és jólétének megőrzésében is, például az egészségnevelés területén. Az óvodapedagógusoknak tehát folyamatosan fejleszteniük kell szakmai kompetenciáikat ahhoz, hogy hatékonyan tudjanak reagálni az új kihívásokra és a változó elvárásokra.

3. Az óvodapedagógusok saját elvárásai és értékrendje

Az óvodapedagógusok saját elvárásai és értékrendje kiemelkedően fontos szerepet játszik a nevelési folyamatban. Az óvodapedagógusok az óvodában végzett munkájuk során magas szintű szakmai tudást és pedagógiai tapasztalatot kamatoztatnak. Az elvárásaik és értékrendjük meghatározza, hogyan alakítják ki a tanulási környezetet, milyen pedagógiai módszereket alkalmaznak, valamint hogyan kezelik az óvodáskorú gyermekek egyedi igényeit. Az óvodapedagógusok elkötelezettek a gyermekközpontú nevelés mellett, amelynek célja a gyermek testi, érzelmi, szociális és intellektuális fejlődésének támogatása. A saját elvárásaik és értékrendjük alapján törekszenek arra, hogy minden gyermek számára biztonságos és örömteli tanulási környezetet teremtsenek.

V. A pedagógusok szerepkonfliktusainak hatása az óvodai nevelésre és a gyermekek fejlődésére.

A pedagógusok szerepkonfliktusainak hatása az óvodai nevelésre és a gyermekek fejlődésére komoly kihívásokat jelenthet az óvodai környezetben. A pedagógusoknak számos szerepet kell betölteniük, mint például a tanító, a nevelő és a mentor. Azonban gyakran előfordul, hogy ezek a szerepek ütköznek egymással, ami negatív hatást gyakorolhat az óvodai nevelés minőségére és a gyermekek fejlődésére. A pedagógusok szerepkonfliktusai befolyásolhatják a hatékony kommunikációt, az együttműködést és a pozitív kapcsolatok kialakítását a gyermekekkel és

szüleikkel. Emellett az iskolai teljesítményre és az érzelmi jólétre is hatással lehetnek. A pedagógusoknak fontos, hogy tudatosan kezeljék ezeket a szerepkonfliktusokat, és megfelelő támogatást kapjanak az intézménytől és a vezetéstől az optimális nevelési környezet megteremtése érdekében.

VI. Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak következményei

1. Stressz és leterheltség

Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak következményei között kiemelkedő szerepet játszik a stressz és leterheltség. Az óvodapedagógusok gyakran találják magukat olyan helyzetekben, ahol ellentétes elvárásoknak kell megfelelniük, például az óvoda vezetése, a szülők és a gyerekek elvárásai között. Ez a feszültség és nyomás hosszú távon komoly stresszt okozhat, amely negatív hatással lehet az óvodapedagógusok fizikai és mentális egészségére. A folyamatos leterheltség pedig csökkentheti a munkavégzés hatékonyságát és a pedagógusok munkakedvét. Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak hatékony kezelése és támogatása kulcsfontosságú a pedagógusok jólétének és az óvodai oktatás minőségének fenntartása érdekében.

2. Kommunikációs problémák a szülőkkel és kollégákkal

Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak következményei között kiemelkedő jelentőséggel bírnak a kommunikációs problémák, amelyek a szülőkkel és kollégákkal való kapcsolatban jelentkezhetnek. Az óvodapedagógusok gyakran találják magukat olyan helyzetekben, ahol különböző elvárásoknak kell megfelelniük, ami feszültséget és zavarodottságot okozhat. A szerepkonfliktusok hatására a kommunikáció nehézségei alakulhatnak ki, amelyek megnehezítik az együttműködést és a hatékony munkavégzést. Az ilyen problémák megoldása érdekében az óvodapedagógusoknak fontos, hogy fejlesszék kommunikációs készségeiket és konfliktuskezelési stratégiáikat, valamint támogató környezetet teremtsenek a szülőkkel és kollégákkal való együttműködésre.

3. A pedagógiai munka minőségének csökkenése

Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak következményei komoly hatással vannak a pedagógiai munka minőségére. A szerepkonfliktusok olyan helyzetek, amikor az óvodapedagógusoknak ellentmondó elvárásoknak kell megfelelniük, például a szülők, az intézményvezetők és a társak elvárásainak egyidejűleg. Ez gyakran stresszt és feszültséget okoz, ami negatívan befolyásolja a pedagógiai tevékenységet. Az óvodapedagógusoknak

képzési lehetőségeket és támogatást kell kapniuk a szerepkonfliktusok kezeléséhez, hogy javuljon a pedagógiai munka minősége.

VII. A pedagógusok szerepkonfliktusainak megelőzése és kezelése az óvodai intézményekben.

A pedagógusok szerepkonfliktusainak megelőzése és kezelése az óvodai intézményekben kiemelkedően fontos feladat, amelynek célja a harmonikus munkakapcsolatok kialakítása és fenntartása. Az óvodai pedagógusok számos különböző szerepet töltenek be a mindennapi munkájuk során, mint például tanító, nevelő, gondozó és szülői szerepek. Ezek a különböző szerepek néha ellentmondásba kerülhetnek egymással, ami szerepkonfliktusokhoz vezethet. A pedagógusoknak fontos, hogy tisztában legyenek ezekkel a konfliktusforrásokkal és megfelelő módszerekkel rendelkezzenek a konfliktusok megelőzésére és kezelésére. Az óvodai intézményeknek pedig támogató környezetet kell biztosítaniuk a pedagógusoknak, ahol nyitott kommunikáció és konfliktusmegoldó stratégiák alkalmazása segít a szerepkonfliktusok kezelésében.

1. Kommunikáció és együttműködés fejlesztése a szülőkkel és kollégákkal
2. Önismeret és határok megteremtése
3. Támogató munkakörnyezet kialakítása

VIII. Következtetés

A szerepkonfliktusok jelentős hatással vannak az óvodapedagógusokra és a pedagógiai munka minőségére. Azonban, a megfelelő kommunikáció, önismeret és támogató munkakörnyezet segíthet ezeknek a konfliktusoknak a kezelésében.

IX. Esetleírás

X: Jelenleg 5 éves gyermek

Hely: Somogyszobi Óvoda

Minden tavaly ősszel kezdődött, amikor a szóban forgó gyermek megkezdte az óvodát. Már az óvodába lépés első pillanatában konfliktusunk volt az gyermek édesanyjával, mert sérelmezte, hogy nem hozhatja a gyermekének be az üdítőt az intézménybe. A gyermek az anya elmondása szerint 8 hónapos kora óta nem iszik sem vizet sem teát, csak és kizárólag üdítőt hajlandó

fogyasztani. Természetesen ezt nem engedték, és ész érvekkkel próbáltuk meggyőzni, hogy miért is kéne inkább vizet fogyasztani (igaz mindezt tudhatná egészségügyi dolgozóként). Nem jártunk sikerrel, ezért a házirendre hivatkozva nem engedték meg.

A gyermekkel semmi gond nem volt, az első pillanattól megitta a vizet, és nem is kért mást.

Továbbra is voltak apróbb problémái mind velünk mind a többi szülővel, de úgy tűnt, hogy sikerült mindig meggyőzni ész érvekkkel, tényekkel, hogy ezek jelentéktelen dolgok.

Körülbelül fél évvel később az édesanya jelezte, hogy a gyermekénél bélférgességet tapasztalt, és ezt biztosan az óvodában kapta el valakitől. Szó szót követett, még 1 hónap eltelté után sem csitult az ügy. Ennek okán rendkívüli szülői értekezletet rendeltünk el a témával kapcsolatban, ahol a többi szülő tett pontot a dolog végére. Ezen az édesanya úgy megsértődött, hogy felállt és kiviharzott a teremből.

Minden szervezetet felkeresett, hogy feljelentse az óvodát (pl.: ÁNTSZ), de nem járt sikerrel.

Beletörődve a történésekbe, a gyermeket újra hozta óvodába, több mint 1 hónapos igazolt távollét után.

A problémák ezúttal sem szűntek meg. Minden is probléma volt az Ő szemében. Például miért az volt a tízórai, ami, vagy miért nem mentünk ki az udvarra... stb. Társam akkor ment nyugdíjba, se a búcsúztatóján nem vett részt sem az ajándékba nem fizetett bele, mert elmondása szerint a kolléganő az Ő gyerekeről kevesebb képet tett fel a Facebook zárt csoportba, mint a többi gyerekről.

Az anyák napi műsoron igaz, hogy megjelentek, de ott éppenséggel a műsor terjedelmével volt problémája. Rosszallta, hogy csak 20 perces volt a műsor és az Ő gyermeke, akkor kiscsoportosként miért nem mondott egyéni verset. Természetesen próbáltam meggyőzni, hogy a kiscsoportosok közösen mondtak verset, de nem fogadta el.

Az évzáró/ballagásra el sem jöttek és a nyári időszakban nem is hozta gyermekét. Nagyon nyugodt időszak volt ez az óvoda életében...

2023 szeptemberében ismét megkezdődött az óvoda, és ezzel együtt a problémák tömkelege is..

Az első szülői értekezlet alkalmával szavazásra bocsátottuk azt a kérdést, hogy szeretnénk visszavezetni a csengetéses rendet az intézménybe. Tényeket sorakoztattunk fel, pro-contra érveket, és a szülők 95%-ban megszavazták a csengetéses rend visszaállítását.

A kislány édesanyja nem volt ott a szülői értekezleten, így másnap értesült a történekről, melytől égtelen haragra gerjedt. Be akarta kíséni gyermekét, és a többi szülőt szidta, amiért megszavazták. Az óvodavezető személye ellen is problémája volt, és elmondta mindennek (pl.: döntésképtelen, agyhalott...stb.).

A kislányért aznap a nagynénje jött délben, természetesen neki sem tetszett a dolog, mert már az édesanyjával felbőszítették egymást. Először velem kezdett el üvöltözni és káromkodni, majd jött az óvodavezető is és vele is. Több szülő is tanúja volt a történeknak. a feszültség továbbra is benne volt a levegőben... Minden nap kaptunk valami új problémát a nyakunkba, nem megfelelő stílus kíséretében. Semmi sem volt megfelelő az anyuka számára, mindenben talált valami hibát.

A gyermeknél ismét bélférgességet tapasztaltak otthon (ezúttal is csak nála óvoda szinten), és emiatt kimaradt 1,5 hetet. Az édesanya ismét elkezdte a tavalyi történeket felemlegteni, ugyan úgy szidta az összes szülőt és minket is, mert szerinte mi tehetünk a dologról.

Október első hetében ismét elkezdett óvodába járni, miután az édesanyja feljelentette az óvodát az ÁNTSZ-nél. Azóta is minden nap van valami probléma, mint például „Az egyik gyerek beszólt a lány pulcsijára”, és hasonló nagy jelentőségű problémák. Napi szintű a nyomdafestéket nem tűró hangnem és vulgáris megnyilvánulás.

Többször próbáltunk békés, asszertív módon megoldást keresni, nem jártunk sikerrel. Az ügy jelenleg is folyamatban van, és napi szinten felmerülnek újabb, és frissebb „problémák”.

Felhasznált Irodalom

Bánki J. (2017). A pedagógusok szerepkonfliktusainak vizsgálata. *Magyar Pedagógia*, 117(1), 3-20.

Bánki, E. (2018). Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak hatása a pedagógiai munka minőségére. *Pedagógiai Szemle*, 68(4), 429-442.

Bárdos, J. (2014). Az óvodapedagógusok elvárásai és értékrendje a nevelésben. *Óvoda-Nevelés*, 3(1), 23-29.

Cseh, M., & Tóth, E. (2015). A szerepkonfliktusok és az érzelmi kimerültség kapcsolata a pedagógusoknál. *Educatio*, 24(1), 75-91.

Farkas, A., & Szabó, É. (2018). Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak hatása a kommunikációra és az érzelmi jólétére. *Pedagógiai Szemle*, 68(4), 421-439.

Farkas, G., & Tóth, R. (2017). Szülői elvárások hatása a tanulók motivációjára az általános iskolában. *Educatio*, 26(4), 543-556.

- Gyarmathy Éva: Az óvodapedagógusok egészségnevelési feladatai. In: Egészségfejlesztés, 2020.
- Horváth A., Kozma T., & Szabó A. (2019). A pedagógusok érzelmi munkája és szerepkonfliktusai az óvodai nevelésben. *Educatio*, 28(1), 45-63.
- Kocsi, M., & Tóth, L. (2017). Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusainak hatása a munkahelyi elégedettségre és a kiégésre. *Magyar Pedagógia*, 117(3), 365-382.
- Kovács, A., & Nagy, A. (2018). Szülői elvárások és iskolai teljesítmény összefüggéseinek vizsgálata. *Pszichológia*, 38(4), 333-348.
- Kovács, A., & Nagy, A. (2019). Az óvodapedagógusok szerepkonfliktusai és hatásuk a munkahelyi elégedettségre. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 74(3), 379-397.
- Kovács, E. (2018). Az óvodapedagógusok szerepe és elvárásai a gyermekek nevelésében. *Neveléstudomány*, 2(1), 45-52.
- Kovács, E., & Tóth, M. (2016). Az óvodai szerepkonfliktusok és azok hatása az óvodapedagógusok érzelmi jólétére. *Óvodapedagógia*, 56(3), 18-30.
- Kovács, I., & Fehér, P. (2017). Az iskolai szülői elvárások hatása a tanulók teljesítményére. *Pszichológia*, 37(3), 239-258.
- Köllő János: Az óvodapedagógusok szerepe és feladatai a 21. században. In: *Pedagógiai Szemle*, 2019.
- Mészáros, E. (2018). A pedagógus szerepe és elvárásai a 21. századi oktatásban. *Iskolakultúra*, 28(11), 3-14.
- Péterfi, A. (2018). A szülői elvárások hatása az iskolai teljesítményre. *Pedagógiai Szemle*, 68(1), 3-18.
- Szabó, G., & Nagy, A. (2018). Az óvodapedagógusok stresszforrásai és megküzdési stratégiái. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 73(1), 83-105.
- Szabó, Z., & Varga, Z. (2019). A társadalmi elvárások hatása az oktatási rendszerre Magyarországon. *Educatio*, 28(2), 233-251.

5.sz.Melléklet

Intézmény: MATE, Magyar Agrár és Élettudományi Egyetem

Szak: Gyógytestnevelés az óvodában és iskolában szakirányú pedagógus továbbképzés

Tárgy: Az integráció és szegregáció kérdései

Oktató: Dr. Orsós Anna

Integráció a Somogyszobi Óvodában

Egyenlőség



Mindenki **egyenlő mértékben** részesül a támogatásokból.

Méltányosság



Mindenki **rászorultság alapján** részesül a támogatásokból.

Igazságosság



Mindenki láthatja a meccset segítség és támogatás nélkül, mert **az egyenlőtlenség okát szüntettük meg.** A rendszer változott.

Kép forrása: www.google.hu

Peterdi Diána

A Somogyszobi Óvoda integrációs gyakorlatának bemutatása

(Részletek a Somogyszobi Óvoda Pedagógiai Programjából)

Alapelvként követendő az ENSZ által 1989-ben deklarált közlemény a gyermekek jogairól, mely szerint: "... A gyermeket különleges védelem illeti meg, és ... lehetőségek, hogy fizikailag, szellemileg, erkölcsileg, lelkiileg és társadalmilag egészségesen és normálisan tudjon fejlődni, szabadságban és méltóságban. ... A fizikailag, szellemileg vagy társadalmilag hátrányos helyzetű gyermeknek meg kell kapnia az állapota és helyzete által megkövetelt kezelést, nevelést és speciális gondozást." (www.net.jogtar.hu)

Minden gyermek esetében fontos, hogy a csoporttársak érezzék, lássák a felnőttek elfogadását, segítségére törekvését. Fontos, hogy az óvónő példát mutasson, elfogadja őt olyanak, amilyen. Nyerje el bizalmát, erősítse öntudatát. Vonja be a játékba, képességeihez mérten adjon neki feladatokat. Ismerje el teljesítményét, igyekezetét. Építsen kedvező adottságaira. Irányítsa társai felé, mondja el a csoportnak, hogy adott gyermek miben más, mi a problémája. Mindenkinek hangsúlyozza ki jó tulajdonságait, a „más” gyermeknek is.

Az integrált óvodai nevelés során – már e korai életszakaszban – megtapasztalják társaik különbözőségeit; így pozitív példákon át törekszenek ők is elfogadni, befogadni „más” társaikat.

Sajátos nevelési igényű (SNI) gyermekek

Óvodánk – az Alapító okiratában megfogalmazottak szerint – vállalja:

- a látássérült gyengén látó,
- a hallássérült nagyothalló,
- az enyhén értelmi fogyatékos,
- a beszéd fogyatékos,
- az autizmus spektrum zavarral küzdő,
- a fejlődés egyéb pszichés zavarával (súlyos tanulási, figyelem- vagy magatartásszabályozási zavarral) küzdő gyermekek integrált nevelését.

Célok

- Az óvodai nevelés általános pedagógiai céljaival megegyező célok, illetve azok kiegészítése olyan speciális részcélokkal, melyek által a SNI gyermekek is elérhetik a lehető legnagyobb önállóságot.
- A többségtől eltérő gyermekek elfogadása, elfogadtatása; a többséggel való együttélésük segítése.
- A sérült és ép gyermekek együttnevelésével az esélyegyenlőség megteremtése.

Feladatok

- A gyermek óvodába kerülése után, ha problémát, zavart észlelünk a gyermek fejlődésében, szakember segítségét kérjük a szülővel egyetértésben.
- A szakszolgálat útmutatása alapján a gyermek részére egyéni fejlesztési tervet készítünk, melynek alapján foglalkoztatását megvalósítjuk.
- A szakember dönti el, hogy gyógypedagógus, fejlesztő pedagógus, logopédus stb. bevonása szükséges-e a fejlesztés megvalósításához. (Utazó gyógypedagógus segítségét kell kérnünk.)

SNI gyermekek sérülés specifikus fejlesztésének feladatai:

SNI gyermek fejlesztésének alapjául az illetékes szakszolgálat szakvéleménye szolgál. A feladatokat egyénre szabottan, az egyéni fejlesztési naplóban kell tanévenként meghatározni.

Látássérült gyengén látó gyermek esetében:

- Kiemelt hangsúlyt kap az önkiszolgálás megtanítása.
- A tárgyak és helyük megismertetése.
- A rendszeret, a higiéné, különösen a szem és a kéz tisztántartása.
- Figyelembe kell venni a látássérült gyermek fizikai terhelhetőségének korlátait.
- Kiemelt szerepet kap a játék, ami lehetőséget ad – az ép érzékszervek aktivizálásával – az intenzív fejlesztésre.
- Tartáshibák megelőzése, helyes testtartás megtanítása.
- Nagymozgás fejlesztése, mozgáskoordináció, mozgásbiztonság fokozatos kialakítása.
- Finommozgás fejlesztése, kézügyesség fejlesztése.

Hallássérült nagyot halló gyermek esetében:

- A kognitív funkciók és az érzelmi élet fejlesztése.
- Alapvető önkiszolgálási szokások elsajátítása.
- Az aktív nyelvhasználat építése.
- Szájról olvasási készség, érthető kiejtésre nevelés.
- Nyelvi kommunikáció megindítása.
- A kommunikációs igény és tevékenység állandó erősítése.
- Szókincsbővítés, beszédérthetőség folyamatos javítása.

Enyhén értelmi fogyatékos gyermek esetében:

- Egészséges társakkal való együttneveléssel az együttműködés, a kommunikáció fejlődésének segítése.
- Ingergazdag környezet biztosítása, élménylehetőségek.
- Alapvető magatartási, viselkedési szabályok megismertetése, gyakoroltatása.
- Folyamatos gyógypedagógiai megsegítés – utazó gyógypedagógus által.

Beszéd fogyatékos gyermek esetében:

- A gyermek képességeit játékon és célzott tevékenységeken keresztül komplex módon fejlesztjük.
- Anyanyelvi nevelés lehetőségeinek fokozott alkalmazása.
- A kommunikációs igény állandó erősítése; a sérült, lemaradt gyermekeket minden területen és formában ösztönözni kell a beszédre.
- Vizuomotoros koordinációs készség fejlesztése.
- Logopédiai fejlesztés – utazó logopédus által.

Autizmus spektrum zavarral küzdő gyermek esetében:

- A kommunikáció fejlődésének segítése.
- Szociális és kognitív képességek fejlődésének segítése.

- A természetes élethelyzet lehetőségek fejlesztő hatásainak kiaknázása.
- Gyógypedagógiai fejlesztés.

A fejlődés egyéb pszichés zavarával küzdő gyermek esetében:

- Tervszerű és egyénre szabott motiválás.
- Szociális készségek, kommunikáció fejlesztése.
- Tevékenységi kör, érdeklődés bővítése.
- A figyelmi funkciók bővítése.
- Egyértelmű, rövid szabályok gyakori ismertetése, következetes betartatása.
- Sikerélmények biztosítása, azonnali pozitív megerősítés.

A gyermek állapotának függvényében – a SNI gyermekben is – ki kell alakulnia az alkalmazkodó és együttműködési képességnek, önállóságra való törekvésnek. Ennek érdekében mindig épp csak annyi segítséget kapjon, amennyire szüksége van egy-egy tevékenység vagy feladat elvégzéséhez.

Beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő (BTM) gyermekek

A BTM nehézséggel küzdő gyermekek viselkedése, magatartása eltér az adott életkorban elvárható viselkedési, magatartási normáktól.

Cél

A beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézség időben történő diagnosztizálása után az érintett gyermek mielőbb kapja meg a számára kidolgozott egyéni fejlesztést.

Feladatok

- A fejlesztőpedagógus diagnosztizálja a problémát, fejlesztési programot készít, megkezdi, segíti és nyomon követi a gyermekek fejlesztését.
- Az óvodapedagógus differenciáltan – egyéni fejlesztési terv alapján – segíti a gyermek felzárkóztatását a többiekhez.
- A gyermekek érdeklődésének felkeltése és fenntartása változatos tevékenységek kínálatával.
- A gyermekek fejlődésének nyomon követése, rögzítése.

- Kapcsolattartás, együttműködés a szülőkkel.

Kiemelten tehetséges – „tehetség ígéretes” – gyermekek

Cél

A tehetségre utaló hajlam megmutatkozása után – a harmonikus személyiség fejlesztése mellett – a kibontakozás lehetőségének megteremtése.

Feladatok

- A „tehetség ígéretes” gyermek erős oldalának (oldalainak) fejlesztése differenciált feladatokkal, játékokkal.
- Sokféle tevékenység lehetőségének biztosítása.
- Elfogadó légkör kialakítása.
- Tág cselekvési szabadság biztosítása.
- Amennyiben valamely területen elmaradás, hátrány mutatkozik, amely gátolhatja a tehetség kibontakozását; a felzárkóztatás segítése.

Hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű gyermekek

Óvodánkban – a környékbeli óvodákhoz viszonyítva – kevésbé jellemző a hátrányos helyzetű (HH) és halmozottan hátrányos helyzetű (HHH) gyermekek megjelenése.

Cél

Egyéni fejlesztésük során hátrányaik minél nagyobb arányban csökkenjenek; szeretetteljes, elfogadó légkörben kapjanak esélyt saját erősségeik felismerésére.

Feladatok

- A szociokulturális környezetből fakadó hátrányok enyhítése, a HH és HHH gyermekek felzárkóztatása, egyéni, differenciált fejlesztése.
- A rendszeres óvodába járás szorgalmazása, igazolatlan hiányzások csökkentése.
- A szülőkkel való – bizalommal teli – partnerkapcsolat kialakítása, fenntartása és folyamatos ápolása.
- Fokozott figyelmet fordítunk az egészséges életmód szokásainak kialakítására.

- Nyelvi kifejező készség, beszédértés, beszédészlelés fejlődésének elősegítése.
- A tanulási képességek megalapozása.

A gyermekek esélyegyenlőségét szolgáló intézkedések, szociális hátrányok enyhítését segítő tevékenységek

„Az esélyegyenlőség minden ember számára fontos érték. Megléte segíti, hogy mindenkinek esélye legyen jó minőségű szolgáltatásokra, az esélyegyenlőtlenséggel küzdő emberek előnyben részesítését az élet minden területén, függetlenül attól, hogy nő, vagy férfi, egészséges vagy fogyatékossgal él, milyen a származása vagy az anyagi helyzete.” (Fenntartó esélyegyenlőségi programja)

Cél

- Megfelelő minőségű és időtartamú óvodai nevelés biztosítása a HH és HHH gyermekek számára.
- Az óvodán belül a szegregációmentesség és az egyenlő bánásmód elvének érvényesítése.
- Kiemelten fontosnak tartjuk, hogy minden gyermeknek megadjuk az esélyt a sikeres iskolakezdéshez.

Feladatok

- A HH és HHH gyermekek óvodáztatásával biztosítani az esélyegyenlőséget.
- A HH és HHH gyermekek egyenlő elosztásával biztosítani óvodai és csoportszinten a szegregációmentességet.
- Állandó kapcsolattartás a szülőkkel, a védőnővel, családgondozóval.
- Fokozottabban törődünk a hátrányos és veszélyeztetett környezetből érkező gyermekekkel, hátrányaik kompenzálása és az esélyegyenlőség előmozdítása érdekében.

Jelenlegi helyzet

Két vegyes csoporttal működik óvodánk.

Tavasszal folyamatosan vizsgálta a középső csoportosainkat, a Pedagógiai Szakszolgálat (a diszlexia prevenció szűrés eredményei miatt).

Szülői kezdeményezésre egy kislány hallókészüléket kapott őt az Országos Hallásvizsgálóban vizsgálták.

A hátrányos- illetve halmozottan hátrányos helyzetű gyermekek száma sokkal kevesebb, mint a környékbeli óvodákban. A folyamatos mérések eredményeként a csoportok alakulása a következő lett:

- Csiperke csoport: 2 SNI., 2 BTM., 2 HH., 6 logopédiás gyermek
- Kisvirág csoport: - SNI, 3 BTM., 1HH., 3 HHH., 7 logopédiás gyermek.

Logopédiai ellátást hetente kapnak a gyerekek melyet a Pedagógiai szakszolgálat logopédusa tart.

Ő egyben gyógypedagógus is, ő megbízási szerződéssel látja el az értelmi fogyatékos gyermekünk fejlesztését is.

Nagyothalló kislányunkkal nemcsak logopédus, hanem szurdopedagógus is foglalkozik, ezt a fejlesztést otthon kapja meg a kislány.

A BTM- es gyermekinket szintén a Pedagógiai szakszolgálat munkatársa fejlesztette. A fejlesztő órák számát azonban emelni kellett, a gyerekek létszámának emelkedése miatt. Jelenleg az általános iskolából jár át egy tanító néni fejleszteni a BTM-es gyermekeket- szakemberhiány miatt. Ezeket a foglalkozásokat az irodában tudják megtartani a szakemberek- itt alakítottunk ki egy külön részt a fejlesztő foglalkozásoknak. Ekkor a vezetőnk „kiszorul” az irodából, de legalább a fejlesztés zavartalanul folyik.

Ezeken túl természetesen minden óvónő a saját csoportjába is alkalmazza az egyéni differenciálás elvét- hiszen minden gyermek valamilyen szempontból más, mint a többi. Kidolgoztunk egy felmérési- nyomon követési dokumentumot, mi ez alapján készítjük el a gyermekek egyéni fejlesztési tervét, és hétről hétre rögzítjük a tapasztalatainkat.

A helyi adottságok nem a legjobbak, jó lenne egy tornaszoba, egy fejlesztőszoba, de azt is tudjuk, hogy sok ovi még nálunk is „rosszabb” helyzetbe van ebből a szempontból. A mindennapok során, nálunk nincs SNI-s, BTM-s, HH-s gyerek az óvodába- csak kisgyermekek vannak, akik ugyanannak a közösségnek a tagjai. Csak a logopédusunk állandó, a fejlesztő személye ebben a nevelési évben háromszor- négyszer változott. Volt olyan is, aki a gyerekek nevét is csak papírról tudta. Az együttműködő munka így nehezített, hiszen van, aki csak felületes véleményt tudott mondani a gyermek állapotáról, mondván mi vagyunk vele nap- mint

nap, mi ismerjük legjobban. Ennek ellenére azt gondolom, a mi kis óvodánkban nagyon jól működik az integráció- nemcsak elméletben, hanem a gyakorlatban is, hiszen minden itt dolgozó személy megtesz mindent ennek érdekében.

10. Nyilatkozatok

MATE Szervezeti és Működési Szabályzat

III. Hallgatói Követelményrendszer

111.1. Tanulmányi és Vizsgaszabályzat

6.13. sz. függelék: A MATE egységes szakdolgozat / diplomadolgozat / záródolgozat / portfólió készítési útmutatója 4,1.

sz. melléklete: Konzulensi nyilatkozat

NYILATKOZAT

Péterdi Diána (név) (hallgató Neptun azonosítója: H5ZTZY)

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 nem³

Kelt: ?czq _____ év 04 hó 19 nap



belső konzulens

¹ A megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.

² A megfelelő aláhúzendó.

³ A megfelelő aláhúzendó.

MATE Szervezeti és Működési Szabályzat

III. Hallgatói Követelményrendszer

111.1. Tanulmányi és Vizsgaszabályzat

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

4.2. sz. melléklete: Nyilatkozat a záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

NYILATKOZAT

a záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió¹ nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: PETERDI JHANA
A Hallgató Neptun kódja: H57ZY
A dolgozat címe: A GYÖGYÉSTUDOMÁNYI FELELTŐSÉGE - A 21. SZÁZADBA
A megjelenés éve: 2024
A konzulens intézetének neve: MATE AGRÁR-ÉS ÉLETTUDOMÁNYI EGYETEM - KAPOSVÁRI CAMPUS
A konzulens tanszékének a neve: LELELTŐSTUDOMÁNYI INTÉZET, SZAKTUDOMÁNYI TANSZÉK

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/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 állítottam, 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: MAGYARÁD év Öft . hó —LE nap

Peterdi Jhana

Hallgató aláírása

A ¹ megfelelő dolgozattípus meghagyása mellett a többi típus törlendő.