



Kaposvári Campus  
Neveléstudományi Intézet

## **SZAKDOLGOZAT**

### Kapcsolatépítés az iskolában

Szántóné dr. Tóth Hajnalka  
Egyetemi tanársegéd

Tóthné Czvik Leona Katalin  
Közoktatási vezető és pedagógus-  
szakvizsga szakirányú továbbképzés  
szak

Kaposvár  
2023

# Tartalomjegyzék

<b>I. BEVEZETÉS</b>	<b>3</b>
I.1. Témaválasztás indoklása	3
I.2. Kutatói kérdéseim	4
<b>II. A TÉMÁHOZ KAPCSOLÓDÓ ELMÉLETI HÁTTÉR BEMUTATÁSA</b>	<b>6</b>
II.1. Iskolai kötődés	6
II.2. A szülők iskolaválasztása	7
II.3. A szülők bevonódása az iskolai életbe	9
II.4. A tanulók és az iskolai környezet	10
<b>III. AZ AKTÍV ISKOLA PROGRAM</b>	<b>12</b>
III.1. Az intézmény bemutatása	15
III.2. Az iskola kapcsolatai	17
<b>IV. TERVEZETT ÉS MEGVALÓSULT ESEMÉNYEK, RENDEZVÉNYEK</b>	<b>19</b>
IV.1. Mozgás és diáksporfesztiválok szervezése	19
IV.2. Elsős tábor	19
IV.3. Aktív mozgás szünete	21
IV.4. Tömegsport	22
IV.5. Csokonai Családi Nap	22
IV.6. Luca Olimpia	24
IV.7. Fejfrissítő Hét	25
<b>V. KÉRDŐÍVES VIZSGÁLAT AZ ISKOLÁBAN TANÍTÓ PEDAGÓGUSOK KÖRÉBEN</b>	<b>27</b>
V.1. Alkalmazott eljárások	27
V.2. A vizsgált csoport	27

<b>V.3. A kutatás eredményeinek bemutatása</b>	<b>28</b>
<b>V.4. A kutatás összegzése</b>	<b>35</b>
<b>VI. ÖSSZEGZÉS</b>	<b>36</b>
<b>VII. KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS</b>	<b>39</b>
<b>IRODALOMJEGYZÉK</b>	<b>40</b>
<b>MELLÉKLETEK</b>	<b>41</b>

# I. Bevezetés

## I.1. Témaválasztás indoklása

Az ember társas lény, ez alapvetés. Életünk során különböző közösségek tagjai vagyunk, közös érdekek és értékek kapcsolnak össze. A közösségekben folyamatosan fejlődünk, ismereteket sajátítunk el, fejlődnek a szociális kompetenciáink, értékeket és készségeket sajátítunk el. Az iskolai közösségek esetében is nagyon fontos, hogy annak tagjaként megtanuljunk együttműködni, megfelelően kommunikálni, közös célokért együtt tevékenykedni. A közösen átélt élmények erősítik a csoportkohéziót, közösségfejlesztő hatásuk van (Szécsényi 2005).

Jelenlegi tanulmányaim során elsődleges célom az volt, hogy bővítsem a meglévő tudásomat, jól kapcsolódjon az eddig tanultakhoz. Első diplomámat tanítóként szereztem, majd gyógypedagógusként is végeztem. A gyakorlati képzést nagyon kedveltem, valójában a tanítást, tanítói válást a gyakorlatban szerzett tapasztalatok, ismeretek és a gyakorlatvezetőim szeretették meg velem. Ezért is örültem, amikor a „Gyakorlóban” kaptam lehetőséget a tanításra. Az előző szakdolgozatomat a gyakorlati képzésről írtam, az akkor még Kaposvári Egyetemen, pedagógiai szaktanácsadás területen szereztem ekkor szakvizsgát. Ezután kerültem az iskolába. Néhány év elteltével már magam is szakvezetőként, mentorként tevékenykedtem, teszem ezt, azóta is.

A közösségi élet, a kapcsolatépítés mindig is fontos volt számomra, az iskolában igyekszem ennek érdekében sokat tenni. Nem csak elméletben találkoztam vele, hanem magam is több alkalommal megtapasztaltam, hogy a közös élmény közösséget kovácsol, jó hangulatot teremt, erősíti az együvé tartozást. A COVID utáni zavart, zárt életmódot követő nyitás, vagy annak lehetősége, hogy újra személyes interakciókat hozhatunk létre. Nyilván ennek sok oldala van, és a cím alapján elég tágnak tűnik, de a szakdolgozatomban elsősorban azt próbálom kibontani, megmutatni, megvizsgálni, hogy az Aktív Iskola Programon keresztül, hogyan, milyen módon valósul meg a közösségépítés. Először ezzel a programmal az előző tanévben találkoztam, egy konferencián, már akkor kísérleti programként néhány iskola elkezdte kiépíteni. Somogy vármegyében egyedüli intézményként vágunk bele még mindig pilot programként, elsődleges célként a közösségépítést, szemléletformálást és a beiskolázási mutatók pozitív irányú változását tűztük ki célul.

Szakedolgozatomban arra keresem a választ, hogy a testnevelők és a többi, más tantárgyat tanító pedagógus szemszögéből, mennyire sikerült megismertetni a programot, sikeresnek találják-e az eddig megvalósult rendezvényeket, valóban sikerülhet-e egyfajta szemléletváltást elindítanunk az intézményünkben és ez lehet-e közösségépítő, kapcsolatépítő, szemléletformáló hatással iskolánkra, tanulókra, szülőkre, pedagógusokra egyaránt. Tanulmányaimhoz kapcsolódva, igyekszem vezetői szemmel átgondolni a témát, és a vizsgálatot ennek megfelelően elemzeni.

Dolgozatomban négy nagy témában igyekszem a címnek megfelelő áttekintést adni. Első részben foglalkozok a szülők iskolaválasztási szempontjaival, a szülői bevonódással az intézmény életében, az iskolai kötődéssel. Második részben bemutatom az Aktív Iskola Programot, az ezekhez kapcsolódó rendezvényeket, programokat. Az idei évben csatlakozott ehhez a kísérleti programhoz az iskolánk, amelynek legfontosabb központ eleme a mozgás, az egészség és a közösségépítés, egyfajta szemléletváltás. Ebben a részben foglalkozom iskolán bemutatásával, annak kapcsolataival. Harmadik részben a tervezett és megvalósult programokat igyekszem bemutatni. Ezt követően kérdőíves vizsgálattal mérem fel a testnevelő és más tantárgyat tanító pedagógusok ismereteit, véleményét, hozzáállását az Aktív Iskola Programmal kapcsolatban, illetve az ehhez kapcsolódó közösségépítő hatásával. Törekszem összehasonlítást is tenni a testnevelést tanító, illetve a más tantárgyat tanító pedagógusok véleménye között. Kíváncsi vagyok munkatársaim véleményére, elsőként azért az övékre, mert a szemléletváltásnak csak úgy van esélye végbe menni, ha ez kollégáim számára is fontossá válik. Azok számára is, akik nem tanítanak testnevelést és esetlegesen eddig nem játszott nagy szerepet életükben a mozgás, a sport. Végül igyekszem a kérdőív feldolgozását követő levonható konklúziókat megfogalmazni, amelyek a későbbiekben segítségül szolgálhatnak pedagógusként, a program koordinátoraként végzett munkámhoz. Hozzájárulhat a javítandó területek felismeréséhez, mutathatja egyfajta önreflexió igényét, valamint további vizsgálódás igényét vetheti fel, akár a szülők, tanulók által alkotott véleményéről.

## **I.2. Kutatói kérdéseim**

Vizsgálatomban a következő kérdéskörökre keresem a választ:

- Mi a pedagógusok véleménye az Aktív Iskola Programról? Milyen hatással van rájuk, érezhető-e az, hogy magukénak érzik a szemléletváltozás szükségességét?
- Hogyan valósultak meg az események, rendezvények a Programban való részvétellel? Mennyire gondolják azokat sikeresnek?

- Mit tapasztalnak a pedagógusok azzal kapcsolatban, hogy a megvalósult események a tanulók körében milyen hatékonysággal bírnak, mennyire lehetnek közösségépítő hatással?
- Milyen mértékben változhat az iskolamegítélés a Program hatására? Lehet-e eredményesebb a megvalósult programok által a beiskolázás?

## **II. A témához kapcsolódó elméleti háttér bemutatása**

### **II.1. Iskolai kötődés**

Az emberi kötődések átlépnek az öröklött kötődési hajlam felett és időszerűen kötődési képességé fejlődnek, a szocialitás, attitűdök, szokások, készségek és az ezekhez kapcsolódó ismeretek magát a kötődési hajlamot egészítik ki. A kellemetlen tapasztalatok, az elkerülést segítő szokások fejlődését szolgálják, kötődést gátló tényezők kialakulását segítik elő, vagyis a kötődési hajlamot gátló képességek kialakulásához vezethetnek, ez pedig elvezethet a személy elmagányosodásához (Nagy 1997). „Pedagógiai szempontú megközelítésében a kötődés olyan proszociális személyközi kapcsolat, amely a bizalomra épül, amelynek a ragaszkodás az összetartó ereje és a szeretet az érzelmi alapja” (Zsolnai 2022) idézte Nagy József nyomán Zsolnay Anikó az Iskolakultúra című pedagógiai lapban. Ez, ha belegondolunk, a hétköznapi életben is alapvetés. Két gyermekem van, a kötődés nagyon fontos mindannyiunk számára. Gyermekkorban nyilván elsődlegesen a családi kötődések az elsődlegesek, de ahogy a gyermek bekerül az intézményi nevelés-oktatás hálózatába és szinte egész napját az óvodában, iskolában tölti, más kötődések is kialakulnak. A gyermek, amikor bekerül az iskolába elsőként, érthetően tart tőle, félelmei vannak, hiszen nem ismeri környezetét, nincsenek kapcsolatai. Ezért is tartom fontosnak a beiskolázási programokat, mert így nem lesz annyira idegen a kicsik számára az épület, valamint lesznek már néhányan, akiket megismer, és ezek kapaszkodók lehetnek az első napokban. Ebben a tanévben első alkalommal szerveztünk meg néhány kollégámmal a leendő és a volt elsősök számára egy iskolanyitogató sportos tábort. Meglepő volt a nagy létszámú jelentkezés, 48 fő vett részt a három napos programon, ami nagyon sikeres volt. Meglehetősen érdekes volt azt tapasztalni, hogy azok a gyerekek, akik eltöltötték velünk ezt a tábort, sokkal nyitottabbak, bátrabbak voltak, szívesen léptek be az iskola ajtaján. Megállapítható, hogy egy ilyen program segíti a kapcsolatok könnyebb kialakulását, így gyorsabban alakulhatnak ki a tanulóknál kötődések. Nagy József szerint a kötődés erős érzelmi kapcsolatot jelent, ezeket számos motívum hozhatja létre és tarthatja fenn. Ezek közül a legfontosabbak a bizalom, a ragaszkodás és a szeretet. A kötődés legfontosabb funkciója a proszocialitás, a másik fél segítése, szintén lényeges funkció a szocializáció. A kötődések általában kölcsönösek, de lehetnek egyirányúak is, állapítja meg Nagy László (Zsolnai 2022). Gyermekkorban sok gyermek gondolja úgy: ha ő kötődik valakihez, akkor ez a ragaszkodás a másik fél részéről is kölcsönös. Ebből gyakran alakulhat ki konfliktushelyzet. Egyszerű udvari, vagy tantermi szituációban is, vagy akár egy

testnevelés órán, amikor párválasztó játékos kezdést alkalmazunk. Ha ezt nem kijelöljük, hanem engedjük szabadon a választás lehetőségét, akkor értelemszerű, hogy azt választja a tanuló, akihez jobban kötődik. Igen ám, de mi van akkor, ha akit választ, nem őt akarja, vagy más áll hozzá közelebb? Ezért is van beszoktatási időszak, hiszen ki kell alakulnia egy bizalmi kapcsolatrendszernek, ugyanakkor fontos iskolai, osztálytermi közösségépítés, hogy a gyermeknek ne csak egy kötődése legyen, hanem minél több, kölcsönös kapcsolata alakuljon ki, amely lehetőleg minél erősebb. Fontos, hogy ha egy ilyen helyzetbe kerül a tanuló, akkor ne essen kétségbe, menjen tovább és legyen lehetősége választani. A pedagógusnak hatalmas szerepe van ebben, de az iskola szellemisége is fontos befolyásoló tényező lehet. Az iskoláskorú gyerekek kötődéseiről, ezen belül a pedagógusokhoz fűződő kötődésekről kevés információval rendelkezünk (Huszka, Kinyó 2019). Pedig erre azért is fontos figyelni, mert a tanuló gyakorlatilag az egész napját az iskolában, pedagógus társaságában tölti. Ahogy már leírtam, egyáltalán nem mindegy, hogy a gyermeknek hozzá legközelebb levő pedagógussal milyen viszonya van, pozitív-negatív, erős-gyenge, mert ez az egész iskolához, a társakhoz való viszonyulását is befolyásolja. „A tanítóval pozitív, szoros kapcsolatot ápoló gyermek az iskolában általában jobban teljesít, és kortársainál fejlettebb szociális készségekkel rendelkezik.” -állapította meg Ladd és Burgess 2001-ben (Huszka, Kinyó 2019). Nem kerülhető ki a szülők szerepe sem a tanuló iskolai kötődése szempontjából. A támogató, nyitott, pozitív szülői attitűd segíti a gyermeket. Az elhanyagoló, támadó, negatív hozzáállás a szülők részéről negatív irányba sodorhatja a tanuló iskolai kötődéseit. Vannak olyan példák, amikor a szülő saját rossz élményeit vetíti rá gyermekére az iskola kapcsán, de a túlzott elvárások is alakíthatnak ki kötődési problémákat.

## **II.2. A szülők iskolaválasztása**

Hazai és nemzetközi kutatások a következőket állapítják meg legfontosabb szempontokként a szülők iskolaválasztása kapcsán:

- az oktatás minősége,
- a szülők szociális hálóját,
- az iskola és az otthon közötti távolságot,
- az etnikai összetételt,
- a biztonság és fegyelmezés iskolai jellemzőit,
- az iskola infrastruktúrájának állapotát,
- az iskola által kínált kiegészítő szolgáltatásokat,



- valamint a tanári kar és az iskolai közösség jellemzőit (Fejes et.al. 2022).

A tanulmány több hazai kutatásra is hivatkozik, amely megállapítja, hogy az óvodapedagógusok egyértelműen fontos szerepet játszanak az iskolaválasztás folyamatában, valamint az iskola nemzeti hovatartozásai, kisebbségek jelenléte és ezek összetétele is befolyásolja a szülők választását

„A kevésbé tehetőszülőket a magas presztízszs, az ezzel várhatóan együtt járó magasabb költségek és a saját iskolai kudarcaik is elrettenthetik attól, hogy egy jobb hírű iskolát válasszanak gyermeküknek” (Fejes et. al. 2022). Ha a helyi sajátosságokat veszem figyelembe, akkor a mi iskolánk épületét lakótelepi környezet övezi körül, jobbra ebből merít, a kijelölt körzete is nagyjából ez a környék, illetve a Berzsenyi utca egy része, valamint a Pécsi Utcai Tagiskola bezárását követő hozzánk rendelt utcái. Az utóbbi években megfigyelhető, hogy a környező falvakból egyre több gyermek választja a bejárást, főként azon települések tanulói választják iskolánkat, akiknek egyébként is utazniuk kellene esetlegesen egy másik településre, mert nincs iskola helyben, vagy azok, ahol a szülők a városba járnak be dolgozni.

Alapvetően minden iskola számára nagyon fontos a beiskolázás, erre külön beiskolázási csoport működik. Az Aktív Iskola Program szervesen kapcsolódik a beiskolázáshoz, mert az a fajta szemléletváltás, amelyet szeretnénk elérni, nagyban befolyásolhatja a beiskolázási mutatókat és erre az idei év már jó például is tud szolgálni. Az elmúlt évek számos beiskolázási programja után, idén évek óta nem látott érdeklődést tapasztalunk meg a programok kapcsán. Az iskola idei ismertető előadásában nagy szeptet kapott az aktív Iskola Program, illetve a már megvalósult és leendő rendezvények, valamint az egész szellemisége, a közösségi élmény, a kapcsolatépítés. Volt szerencsém az összes programon részt venni, többségében szervezőként, azt tapasztaltam, hogy a szülők szívesen és pozitívan fogadták képes, videós beszámolóinkat. Nagyon fontosnak tartom, hogy amit csinálunk, az jelenjen meg kifelé, a szülő felé is, hogy kapjon visszajelzést. Ezért évek óta, azokat a rendezvényeket, táborokat, amelyeket szervezek, mindig megmutatjuk kifelé is. A média felé való megjelenést is szorgalmazom, sok szülő felkapja a fejét, ha jó programokról hall az iskola nevével együtt emlegetve. Számtalan olyan beiskolázási programot szerveztünk, amely során a szülő lehetőséget kapott arra, hogy találkozhasson a leendő tanítókkal, megismerhesse az iskolát, valamint megfigyelhesse a tanítási-tanulási folyamatot is. A játszóházak jó alkalmat nyújtanak arra, hogy kötetlenebb formában is megismerkedhessen szülő- pedagógus- tanuló együtt. A sportos programok, alkalmassági vizsga igazából egy mozgásos játszóház, mely lehetőséget ad az épület megismerésére, kötetlen beszélgetésre pedagógus-szülő- tanuló között, ez elősegíti a megismerést, a kapcsolatok kiépülését.

### **II.3. A szülők bevonódása az iskolai életbe**

A tanuló teljesítményét befolyásolja lakóhelyi környezete, szülői háttere, a család és a szülők jellemzői. A szülői bevonódás fogalmi összetevői közé tartozik, hogy azokat a magatartásokat értjük alatta, amelyek az iskolai munkával kapcsolatos otthoni szülői tevékenységet, viselkedéseket alkotják. Ilyen lehet a készülés közösen, tanulás együtt, beszélgetés, ellenőrzés. Ide tartoznak még a pedagógusokkal való kapcsolattartás formái, a döntéshozatal módjai, önkéntes munkák. Ennek mértékét, milyenségét nehéz meghatározni, vizsgálni. Kutatások állapították meg, hogy meghatározó szerepe lehet a család társadalmi helyzetének a tanuló teljesítményére és az iskolába való beilleszkedésére. A vizsgálat azt is megállapította, hogy a szülők anyagi helyzete is befolyásolhatja a szülők bevonódását (Podráczy 2012). Ez érdekes megállapítás és valahol beigazolódott nálunk is. Nyilván több tényező miatt is, de évek óta nem tudtuk megszervezni a hagyományos alapítványi bált intézményünkben. Kerestük az okokat, próbálkoztunk több módon, természetesen beleszólt ebbe a COVID is, de már előtte sem sikerült. Tavaly, amikor első alkalommal rendeztük meg a Családi napot, közvetlenül a nyitás után, akkor rájöttünk, hogy a szülők szívesen jöttek be az iskolába, igenis kíváncsiak és nyitottak a közös programokra és szükségük is van rá. Az idei évben az Aktív Iskola bennünket is újfajta gondolkodásra készítetett. A családi nap estéjére kitaláltunk egy kis költségvetésű programot, ami a „sok kicsi, sokra megy alapon”, nem a bevételről szólt, hanem a közösségi élményről. Mi magunk sem gondoltuk, hogy milyen szívesen csatlakoztak kollégák és szülők egyaránt. Az idei év megszorításai, a szülők nehézségei egyértelműen hatással vannak az iskola életére, ezért nekünk meg kell találnunk azokat a kapcsolódási formákat, amelyekkel nem terheljük őket. Ez a nap jó példája volt a szülői bevonódásnak mind a szülői feladatok, a kommunikáció, az önkéntesség, illetve az együttműködés területén.

Joyce Epstein (2001) az iskola – család – közösség együttműködését vizsgálva hat bevonódási formát határoz meg, amelyeknek fontos, befolyásoló szerepe lehet a tanuló iskolai teljesítményében, fejlődésében, esélyeiben. Ezek a következők:

- szülői feladatok: az alap szülői ellátási feladatokon túl, a gyermek tanulási lehetőségeinek, feltételeinek megteremtése
- kommunikáció: törekvés a kölcsönös kommunikációra, ez az általános kapcsolattartási formákon túl, magában foglalja akár a Családi Napon való kötetlen beszélgetést, vagy

délután, amikor a gyermek átadása történik, a napközis nevelővel való rövid információcserét

- önkéntesség: aktív, tevékeny részvétel az iskola életében, például nálunk Peták vásáron segít a portéka eladásában, vagy a Retró buli alkalmával segít a lebonyolításban, vagy akár vállalja a DJ szerepét, büfézik, vagy tombolát árul
- otthoni tanulás: segítségnyújtás, ennek nagy szerepe alsó tagozaton és felsőben is, sajnos előfordul, hogy nagyon kevés segítséget kap a tanuló otthon, ennek oka többféle is lehet, munkavégzés ideje, nem tud segítséget adni, vagy nem akar
- döntéshozatal: az iskola munkájában, döntéseiben való vállalás, ezt kevesebben vállalják be, mert felelősséggel jár
- együttműködés a tágabb közösséggel, többek között azokkal a sportegyesületekkel, amely összeköti a tanulót az iskolával és kapcsolja a szülőhöz, de a művészeti iskolák, vagy vállalkozások is ide tartoznak (Epstein 2001; idézi Podráczky 2012).

Az iskola és család együttműködésének legfontosabb alapelvei közé tartozik, hogy ennek az együttműködésnek kezdeményezőnek kell lennie, lehetőleg minden szülőnek alkalmat kell adni a bevonódásra. Érzékenynek szükséges lenni a családok szokásaira, társadalmi, szociális helyzetére, kultúrájára. Fontos volna azt elérni, hogy a szülő együttműködővé váljon a tanulási folyamat támogatásának céljából. A szülő önbizalmát erősíteni, hogy azt érezze, lehetőséget kap arra, hogy kifejezhesse véleményét, szerepe van az oktatás folyamatában. A sikeres kapcsolatnak feltétele, hogy ennek érdekében az iskola feladta folyamatosan elemezi a saját lehetőségeit, önreflexiót alkalmaz. Célszerű összegyűjteni minden érintett elvárásait, meghatározni a legfontosabb alapelveket, belső elemzéseket végez, ahol kell, módosít. Fontos a nyilvánosság, a pedagógusok és a szülők figyelmének felkeltése (Podráczky 2012). Az Aktív Iskola Program elindítása a fent leírtakat helyezi előtérbe és ezeknek megfelelően igyekszik működni.

#### **II.4. A tanulók és az iskolai környezet**

A jóllét fogalmi körével több kutatás is foglalkozik, megállapítható, hogy szubjektív és objektív tényezői, feltételei határozzák meg, fogalmazzák meg, amikor a jóllétről beszélhetünk. Szubjektív feltételei lehetnek a jóllétnek például az étellel való elégedettség, a boldogság szintjei, az egyén életminőségének állapota. Objektív lehet az anyagi jólét helyzete. Ez utóbbi elősegítheti, de nem feltétele a jóllét növekedésének, egyes életesemények erősebben hathatnak rá, mint a magas anyagi jövedelem. Általánosságban a jóllét magában foglalja, hogy az egyén élete jó

irányban, az elképzelt céloknak és elképzeléseknek megfelelően halad. Összefoglalva a szubjektív jóllét tartalmazza az egészséget, az érzelmi jóllétet, az elégedettség érzését, önmagunk elfogadását, megfelelő normákat, értékeket önmagunk számára, elégedettséget készségeink, képességeink, gondolkodásunk tekintetében, társadalmilag elfogadott helyzetet, megfelelő környezetet. A személy iskolai jóllétét befolyásolja az iskolai légkör. A megfelelő iskolai légkör egy tanulási környezet tulajdonképpen, amely lehetővé teszi az egyén készségeinek, képességeinek fejlődését, céljainak elérését, ezáltal eredmények elérését, elérve, támogatva ezzel a tanulói jóllétet. Minél pozitívabb iskolai légkörrel találkozik a tanuló, annál inkább hozzájárul a személy iskolai jóllétéhez (D. Nagy 2020).

Nagy Krisztina (2021) doktori értekezésében nemzetközi és hazai kutatásokra hivatkozva állapítja meg, hogy a tanulók az életkor és az osztályfok előre haladásával folyamatosan vesztenek az iskolai motivációjukból. Azokat a tantárgyakat, amelyeket többet kell tanulni, kevésbé szeretik, valamint a tanulási motiváció csökkenése, az iskolához való viszonyulást is negatívan befolyásolja. Ezek a befolyásoló tényezők lehetnek a pedagógussal kialakított viszony, a pozitív élmények megléte, a tanórák változatossága és a kortársak viszonyulása. Ezek alapján a kedvezőtlenül alakuló pedagógus-tanuló, vagy tanuló-tanuló közötti viszony negatívan hatnak, a tanulmányi sikertelenség és a társakkal való helytelen kapcsolat sem segíti a pozitív iskolai bevonódást. Ha a tanuló elégedett az iskolával, akkor javulnak az iskolai teljesítményei, lelkesebben vesz részt az iskolai életben. Ha a tanuló szereti az iskolát, akkor szívesebben tartja be azok szabályait, motiváltabb és igyekszik jobb teljesítményt elérni. Az iskolai légkör is befolyásolja a tanuló viszonyát az iskolához. Az iskolai légkört befolyásoló tényezők maga az intézmény jellegzetessége, a közös célok, normák és értékek, az interperszonális kapcsolatok, az oktatói-nevelői munka megvalósulása, eredményessége, az iskola szereplőinek viselkedési mintái, valamint az épület jellege, infrastruktúrája, környezete. Amikor a tanuló pozitív iskolai légkörrel találkozik, akkor ez elősegíti a mélyebb emberi kapcsolatok kialakulását, barátságok, pedagógushoz való kötődés, ez pedig jobb eredményekhez vezethet, motiváltabbá teszi a tanulót és hozzájárul a mentális egészség megtartásához (Nagy 2021).

### III. Az Aktív Iskola Program

Úgy gondolom, hogy a sportnak meghatározó szerepe van az egészségben. A mozgás a legsokrétűbb védelmet adhatja szervezetünknek, azonban ehhez szükséges, hogy ez a tevékenység rendszeres, az életünk része legyen. A WHO szerint „Az egészség a teljes fizikai, mentális és szociális jóllét állapotát jelenti, és nem csupán a betegség vagy fogyatékosság hiányát” (WHO 1986). A sport az egészség mindhárom fő irányát tartalmazza, hiszen a testmozgás biztosítja a fizikai jóllétet, ezen kívül ahhoz, hogy sikereket érjünk el, mentálisan erősnek kell lennünk, illetve a sportban megjelenő csapatmunka eredményezhet szociális jóllétet is (WHO 1986).

„Az egészségtudatos iskolai kultúra, a sportos iskola kialakítása részeként többek között azzal a céllal jött létre, hogy megismertesse és megszervezze az iskola szervezeti szintjén a korszerű oktatás módszertani keretrendszerét” (Pignitzkyné, Paic 2021).

Az Aktív Iskola Program megvalósulását több évnyi kidolgozás előzte meg, az idei évben még mindig pilot programként léptünk bele. Amikor az iskolánkat megkereste az Magyar Diáksport Szövetség ezzel a lehetőséggel, egyetlen somogyiként, akkor sportos iskolaként, rögtön jó lehetőséget láttunk benne. Bővebben egy szakmai workshopon ismerkedtünk meg a programmal, amely Szekszárdon került megrendezésre 2022. február 25-én. Akkor hallgattunk meg egy előadást dr. Kaj Mónikától, a Magyar Diáksport Szövetség részéről, aki bemutatta ezt a minőségirányítási és védjegyrendszert, a beavatkozási pontokat öt dimenzió mentén. Ezek:

- Minőségi diáksport: DO, ESSD, fesztiválok, sportkörök stb.
- Minőségi testnevelés: NETFIT, TESIM, képzések, fittségoktatás stb.
- Mozgásra ösztönző környezet: infrastruktúra, sporteszközök, mozgásszünet, aktív tanórák stb.
- Tanulói bevonódás: önkéntesség, programkommunikáció, megvalósítás segítése
- Partnerség és kommunikáció: helyi partneri hálózat, szülők, tantestület

Ezen dimenziók mentén tehet az iskola vállalásokat, amelyek egy kidolgozott pontrendszer alapján, megvalósulást követően az iskola klubtagságán túl eljuthat a bronz-kártyától, az ezüstön keresztül az aranyig. Amit az iskola a nyerhet ezzel, az jelenleg nem kézzel fogható, nincs anyagi jutalmazás. Később, ha sikeres a kísérleti időszak után, akkor a továbbfejlesztési folyamatban előfordulhat majd jutalmazási rendszer az iskolák számára, eszköztámogatás akár. Amit most nyerhetünk vele, az maga a program, annak szolgáltatásai, a továbbképzések, kommunikációs anyagok, a közösséghez való tartozás.

Az intézmény bemutatásánál is teszek utalást arra, hogy az iskola elhelyezkedése, a beiskolázási körzete, jellegéből adódóan, és egyéb társadalmi változások miatt, fontos a folyamatos megújulás. Nekünk ez a program, a szemléletváltás szükségessé vált. Most már, túl a beiratkozáson, mondhatom, hogy az elmúlt évek legsikeresebb beiskolázását tudhatjuk magunkénak. Ebben, hiszem, hogy az Aktív Iskola programnak nagy szerepe van. Az iskola bemutakozó anyagában nagy szeletet kapott a program, a rendezvényekről való beszámolók, videós anyagok, amelyek úgy gondolom, szimpatikusak voltak a leendő szülők számára. A szülők felé a következő tájékoztatást aduk a programról, ezt a Kréta rendszerén, illetve az iskola közösségi oldalán is olvashatóvá tettük, egy részlet a tájékoztatóból:

„A rendszeres testmozgás és sport alapvető fontosságú tanulóink egészséges fejlődése szempontjából. Ezért iskolánk arra törekszik, hogy

**AKTÍV ISKOLA LESZÜNK!**

**MIÉRT CSATLAKOZTUNK A KEZDEMÉNYEZÉSHEZ?**

A rendszeres testmozgás és sport alapvető fontosságú tanulóink egészséges fejlődése szempontjából. Ezért iskolánk arra törekszik, hogy minél többen, minél gyakrabban, minél többféle testmozgást végezhesenek. Tudományos kutatások bizonyították, hogy a mozgást támogató iskolai környezetben a diákok:

- sokkal többet mozognak, sportolnak,
- szívesebben járnak iskolába,
- jobb közösséget alkotnak,
- jobban tanulnak és jobb jegyeket is szereznek,
- kezdeményezőbbeké válnak az iskolai programokban,
- meggyertartásuk, társas kapcsolataik és az iskolai légkör javul,
- aktívabbakká válnak az órai szünetekben, szabadidőben, fittségi állapotuk fejlődik, ezért testileg és lelkileg is egészségesebbé válnak.

Hiszünk benne, hogy aktív iskolaként segíteni fogjuk az egészségtudatos, mozgásban gazdag életvezetés kialakítását az iskolai közösség körében.

**MI A KEZDEMÉNYEZÉS LÉNYEGE?**

Alapvető cél, hogy olyan támogató környezet formálódjon az iskolában, amely arra törekszik, hogy minden tanuló elérje az optimális fizikai és mentális fejlődéséhez és jólétéhez szükséges, életkorának megfelelő mennyiségű és minőségű testmozgást. Aktív iskolaként az ábrán látható 5 fő területen valósítunk meg különféle mozgást támogató programokat, tevékenységeket.

**MIÉRT VÁLTOZNAK AZ ISKOLA MINDENNAPIAI?**

Diájként a testnevelés órán kívül is arra ösztönözük, hogy sokat mozogjanak, például tanítás előtt, egyes tanórákon, tanórai szünetekben vagy a délutáni folyamán. Az eddiginél több és változatosabb mozgás- és sporttevékenységet biztosítunk, törekvésre arra is, hogy külső partnerek is segítsék munkánkat.

**MIÉRT KÜLÖNBÖS EZ A KEZDEMÉNYEZÉS?**

Iskolánk számára lehetővé tettük a folyamatos fejlődésre, aminek különböző mozgásra ösztönző feltételeinek kell megfelelniük. A feltételeknek való megfelelést a Magyar Diáksport Szövetség szakemberei támogatják és értékelik, mely értékelés során iskolánk az említett 5 fő területen szerezhethet minősítéseket. Szeretnénk, ha évről évre mi is magasabb szintre tudnánk jutni az Aktív Iskola minősítési rendszerben, melynek köszönhetően még ösztönzőbb környezetet tudunk kialakítani diájkaink számára!

szempontjából. Ezért iskolánk arra törekszik, hogy minél többen, minél gyakrabban, minél többféle testmozgást végezhesenek. Tudományos kutatások bizonyították, hogy a mozgást támogató iskolai környezetben a diákok:

- sokkal többet mozognak, sportolnak,
- szívesebben járnak iskolába,
- jobb közösséget alkotnak,
- jobban tanulnak és jobb jegyeket is szereznek,
- kezdeményezőbbeké válnak az iskolai programokban,

- magatartásuk, társas kapcsolataik és az iskolai légkör javul,
- aktívabbakká válnak az órai szünetekben, szabadidőben, fittségi állapotuk fejlődik, ezért testileg és lelkileg is egészségesebbé válnak.

Hiszünk benne, hogy aktív iskolaként segíteni fogjuk az egészségtudatos, mozgásban gazdag életvezetés kialakítását az iskolai közösség körében.”<sup>1</sup> (Aktív 2022).

A program, ahogy már kifejtettem, öt területen valósul meg, ezen belül iskolánk vállalásai:

- minőségi diáksport: iskolai sportkör, diákolimpiai részvétel, iskolai sportnap, ESSD, Magyar Diáksport Napja, diáksportfesztiválok, iskolai sportnap fesztiválszervezéssel, diáksportbizottsággal való együttműködés, sportiskolai kerettanterv, sporttábor, külső sportprogramokon való részvétel, sportági szövetségi sportprogramokon részvétel

<sup>1</sup> Lásd: Aktív Iskola Program szülői tájékoztató

- minőségi testnevelés: NETFIT-eredmények rögzítése, ezek szülők és tantestület felé való kommunikációja, részvétel képzéseken, workshopon, pedagógusi önreflexiók kérdőív, korábbi MDSZ-es képzésekről belső továbbképzés, NETFIT mérések, fittségoktatás, NETFIT-konzultáció szülőkkel
- mozgásra ösztönző környezet: mozgásos játékok felfestése udvaron, ragasztása a folyosókon, 15 perces szabadtéri mozgásszünet, tanórán kívül elérhető sportinfrastruktúra fejlesztése, Fejfrissítő Hét, kerékpártároló, Aktív közlekedés Hete, digitális eszköz-használat, aktív mozgásos tanulás
- partnerség és kommunikáció: helyi partnerek feltérképezése, tájékoztató az Aktív Iskola Programról a kollégák, tanulók, szülők és a város felé, együttműködés külső szervezetekkel, tematikus osztályfőnöki óra, aktív iskolai kérdőív, iskolanyitogató program, nyílt napok, nyitott foglalkozás szülőkkel, mozgás tematikájú tantestületi értekezlet, jógyakorlat megosztása
- tanulói bevonódás: önkéntesség, programszervezés a tanulókkal, tanulói csapat, éves programterv, sportlehetőségek feltérképezése, aktív szünetek megvalósítása, szurkolótoborzás

A különböző vállalatokért tehát pontokat gyűjt az intézmény, majd a megvalósult programokról beszámoló anyagot töltünk fel az Aktív Iskola Program informatikai felületére, ezek elbírálásra kerülnek, év végén pedig értékeli iskolánkat, a megvalósult programokért pontokat kapunk és jelvényeket lehet beszerezni, végül pedig klubtagságon túl, valamilyen kártyát is, ez bronz, ezüst, vagy arany-kártya lehet. <sup>2</sup>

Amikor ebbe belevágtunk, nem tudtuk még, hogy mennyire sokrétű feladatrendszerrel állunk szemben, koordinátori csapatunk (4 fő), egymást támogatva, hatalmas lelkesedéssel igyekeznek megvalósítani a programot, a feladatokat közösen oldjuk meg, de vannak választott területeink is. A felsős és gimnáziumi munkatársaimé a tanulói csoportok irányítása, NETFIT mérések, valamint többségében a diákolimpiai szereplések, jómagam csak a kis korosztályban vagyok érintett. Az aktív mozgás szünetét mindannyian vállaltuk, ez volt az első nagy siker, amit tantestületi szinten el tudtunk fogadtatni. A különböző képzéseken mindannyian részt veszünk, mi magunk is fejlődni szeretnénk és már most sokat tanultunk a program jóvoltából. Az én fő feladatom a programok szervezése, lebonyolítása, fesztiválszervezés, levezetés, kapcsolattar-

---

Lásd:<sup>2</sup> Aktív Iskola informatikai felülete [www.mozgasbanaziskolak.hu](http://www.mozgasbanaziskolak.hu)

tás. Ezért is írom a szakdolgozatomat ebben a témában. Azért, hogy az egész Program eszmeiségét valahogy át tudjuk adni munkatársainknak, rögtön szeptember elején egy kötetlen beszélgetésre hívtuk a Desedához biciklivel, gyalog, vittünk sportszereket, játszottunk zsinórlabda játékot, nagyjából akkor 25 ember csatlakozott hozzánk. nagyon jó hangulatban telt a nap, amikor vége lesz a tanévnek, ezt megismételjük, nagyon bízom benne, hogy többen leszünk és még jobb lesz a hangulat.

### **III.1. Az intézmény bemutatása**

A Kaposvári Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola, Gimnázium és Szakgimnázium több évtizedes múltra tekint vissza. 1959-től 1971-ig a Tanítóképző épületében, akkor még alsó tagozatos évfolyamokkal. Az 1971-1972-es tanévben kezdődött a felső tagozat kiépülése felmenő rendszerben. 1979-ben adták át új 24 termes gyakorlóiskolát a Béke-Füredi lakótelepen, ezzel a gyakorlati képzés feltételei nagymértékben javultak. 1994-ben indult el a nyolc évfolyamos, 2002-ben a négy évfolyamos gimnáziumi képzés. Négy szárnyát és a négy szintet körfolyosórendszer kapcsolja össze. A szárnyak között nyert elhelyezést a könyvtár, a tornaterem és az ebédlő. Az iskola épületét belső udvarok és több sportpálya veszi körül.

Az épület 1996-ban vált 4 szintessé a korábban tervezett emeletráépítéssel. Ezáltal megteremtődtek az általános iskolai és a gimnáziumi nevelő- és oktatómunka, valamint a tanító- és tanárjelöltek gyakorlati képzésének optimális tárgyi feltételei. A több mint 4000 m<sup>2</sup> alapterületű épületben a 49 tanteremből 32 osztályterem, 13 szaktanterem, 1 előadó, 3 hallgatói elemző. A két udvarrész közé ékelődnek a szabadtéri kézilabda-, kosár- és röplabdapályák, valamint a futópálya és az ugrógödrök.

Az iskola beiskolázási körzete nem behatárolt. A város egész területéről, szűkebb és tágabb vonzáskörzetéből jelentkeznek tanítványaink. Intézményünk sajátos nevelési, oktatási és képzési feladatokat lát el. A szakmailag jól felkészült tanítók, tanárok illetve szakvezetők a 6-18 éves korosztályt nevelik, oktatják és felkészítik hivatásukra a jövő tanítóit, tanárait, gyógypedagógusait. Színteret adunk a helyi és országos versenytanítások, módszertani börszék, konferenciák, szakmai műhelyek lebonyolításának is.

Iskolánk nevelési és oktatási céljait a 2003-ban elfogadott és életbe lépett Pedagógiai Programban és az ennek részét képező helyi tantervekben fogalmaztuk meg. Különös hangsúlyt kapott az anyanyelv, a matematika, az idegen nyelvek és az informatika oktatása, valamint a



testnevelés és az egészséges életmódra nevelés. 2005-től a közoktatási típusú sportiskolák módszertani központja vagyunk, a 2022/23-as tanévtől pedig részt veszünk az Aktív Iskola Programban.

A tanulók egészséges életmódra neveléséhez szükséges infrastruktúra és tárgyi feltételek egyedülállóak intézményünkben. A szabadtéri létesítmények mellett a 660 m<sup>2</sup>-es tornaterem, a kistornaterem, a korszerűen felújított 6x12 m-es tanmedence és a kondicionáló terem a városban egyedülálló lehetőségeket biztosít a testnevelés és az úszás oktatásához. 2016-ban épült fel udvarunkon egy fedett műfüves pálya, amely a tavalyi évben ismét felújításon esett át, jelenleg pedig parkettás sportcsarnokként működik otthon adva a kosárlabda- és kézilabdaedzéseknek.

2000-ig a Csokonai Vitéz Mihály Tanítóképző Főiskolához tartoztunk, 2000-ben fenntartónk a Kaposvári Egyetem lett, majd 2015. augusztus 31-étől a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ Kaposvár Megyeközponti Tankerülete. 2017. január 1-jétől intézményfenntartónk új neve: Kaposvári Tankerületi Központ.

### **13 évfolyamos iskolánk tagozatai**

- 8 évfolyamos általános iskola
- 8 évfolyamos gimnázium
- 4 évfolyamos gimnázium
- 5 évfolyamos szakgimnázium

### **Képzési kínálatunk:**

#### **Általános iskola:**

- **8 évfolyamos**
  - 1-4 évfolyamon 3 párhuzamos osztály; évfolyamonként 2 osztály köznevelési típusú sportiskolai és 1 osztály emelt óraszámú angol osztály
  - 5-8 évfolyamon 2 párhuzamos osztály; évfolyamonként 1 osztály köznevelési típusú sportiskolai osztály

#### **Gimnázium:**

- **8 évfolyamos**

Évfolyamonként 1-1 osztály - informatika és idegen nyelv tantárgyakból a kerettantervi előírásnál magasabb óraszámú képzés.

- **4 évfolyamos**

Évfolyamonként 1-1 osztály – informatika a kerettantervi előírásnál magasabb óraszámú képzés; idegen nyelv (angol nyelv) emelt óraszámú képzés, művészeti orientáció, ill. köznevelési típusú sportiskolai csoport.

### **Szakgimnázium:**

- 5 évfolyamos - érettségire felkészítő képzés, pedagógia tanulmányi területen, pedagógiai munkatárs szakképzés megszerzése pedagógiai asszisztens szakiránnyal; évfolyamonként 1-1 osztály.<sup>3</sup>

### **III.2. Az iskola kapcsolatai**

Az iskolaközösséget az alkalmazottak, a szülők és a tanulók alkotják. Az iskolai alkalmazottak közössége az intézménnyel közalkalmazotti jogviszonyban álló dolgozókból áll. Az intézményben a köznevelésről szóló törvény alapján a szülők szülői munkaközösséget hozhatnak létre, ez természetesen a mi iskolánkban is működik. Az osztályok szülői munkaközösségeit az egy osztályba járó tanulók szülői alkotják, két főt választanak osztályonként a szülők közül. Az iskolában, a magasabb jogszabályokban előírtak szerint, a jobb érdekképviselést iskolaszék működik, érdekegyeztető szerv. Az iskolaszék 9 fős. A szülőket 3 fő, a nevelőtestületet 3 fő, a diákönkormányzatot 3 fő képviseli. Az intézményi tanács a helyi közösségek érdekeinek képviselőjére a szülők, a nevelőtestület, az intézmény székhelye szerinti települési önkormányzat képviselőiből alakult egyeztető fórum, véleménynyilvánító joggal rendelkezik. Az igazgató fél-évente egy alkalommal beszámol az iskola életéről, működéséről, eseményeiről a tanács számára. A tanulók tanulói közösséget, az egy osztályba járók osztályközösséget alkotnak, érdekeik képviselőjét az iskolai diákönkormányzat látja el. Az osztályközösség élén az osztályfőnök áll, amely pedagógust az igazgató bíz meg annak ellátására.

A külső kapcsolatai közül a legfontosabbak: Kaposvári Tankerületi Központ, Somogy Megyei Kormányhivatal, Oktatási Hivatal, óvodák, általános és középiskolák, kollégiumok (városi, városkörnyéki és megyei), Somogy Megyei Pedagógiai Szakszolgálat, Együd Árpád Kulturális Központ, MATE Kaposvári Campusa. Az eredményes oktató és nevelőmunka érdekében az iskolát támogató alapítvány kuratóriumával „Gyermekeink jövőjéért” Alapítvány, Rippl-Rónai Megyei Hatókörű Városi Múzeum, Magyar Olvasástársaság, Mikrokozmosz Alapfokú Művészeti Iskola, sportegyesületek. Magyar Diáksport Szövetség<sup>4</sup>

Intézményünk köznevelési típusú sportiskolai osztályokat is működtet, így szoros

---

<sup>3</sup>Lásd: Kaposvári Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola, Gimnázium és Szakgimnázium: Pedagógiai program alapján > URL: [https://www.gyakorlo-kap.edu.hu/doc/jog/20220901\\_pp.pdf](https://www.gyakorlo-kap.edu.hu/doc/jog/20220901_pp.pdf) [2023.02.16.]

<sup>4</sup>Lásd Kaposvári Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola, Gimnázium és Szakgimnázium: Szervezeti és Működési Szabályzat felhasználásával > URL: [https://www.gyakorlo-kap.edu.hu/doc/jog/1\\_szmsz.pdf](https://www.gyakorlo-kap.edu.hu/doc/jog/1_szmsz.pdf) [2023.02.16.]

kapcsolatot ápol a városi és azon kívüli sportegyesületekkel. Már első osztálytól vannak igazolt versenyzők, felső és gimnáziumi tagozaton pedig akár országos válogatott versenyzők, jelenleg is vannak országosan ismert, sikereket elérő sportolóink. Többek között ezért is gondoltuk jónak a Programhoz való csatlakozást.

Általános iskola, gimnázium és szakgimnázium egyben, ahova körülbelül 800 diák jár, és közel 70 fős a tantestület. Van művészeti képzés, emelt angol képzés, 8 évfolyamos gimnázium, aminek célja a tehetséggondozás. Kiemelkedő számunkra a tehetséggondozás nem csak a sport, hanem minden más területen is. Igyekszünk sokrétűen részt venni a város életében, kapcsolatot tartani a színházakkal, múzeumokkal, többi iskolával. Azt gondoljuk, fontos szerepet tölt be iskolánk a város és a környező települések életében. Kapcsolatunk szoros a MATE Kaposvári Campusával is, részt veszünk a tanító, gyógypedagógus hallgatók képzésében, valamint a Pécsi Tudományegyetemről is egyre több tanár szakos hallgató jön hozzánk gyakorlatra, így még szélesebb körben ismert az intézményünk. Az idei tanévben felvettük a pécsi gyakorlóiskolával is a kapcsolatot, intézménylátogatáson volt náluk az Aktív Iskola koordinátori csapata, közös eszmecserét folytattunk és bízunk abban, hogy a jövőben szorosabb együttműködést tudunk majd kialakítani, akár közös programokat szervezni.

## **IV. Tervezett és megvalósult események, rendezvények**

### **IV.1. Mozgás és diáksporifestiválok szervezése**

A legtöbb program alapkonceptiója a fesztiválszellemiség, az élményközpontúság, célja a tanulás és élményszerzés egyben. Szeretnénk mindenkinek esélyt adni a játékra, azonos lehetőségeket biztosítani, esélyegyenlőbb környezetet. Mindenki számára nyitott programokat biztosítani, amelyeknél fontosnak találjuk, hogy a gyermek, vagy felnőtt már önmagában motiváltan vegyen részt. A fesztiválfoglalkozások előnyei közé tartozik, hogy egy időben nagyobb létszámú tanuló játékos mozgására van lehetőség. A több helyszínen változatosságot mutat és még nagyobb motivációt eredményezhet. A rendezvények során számos olyan elem gyakorolható, amely sportági jellegű, így észrevétlenül, játékba ágyazottan, sokféle készség és képesség fejlődhet. A pozitív játékelményen van a hangsúly minden program esetén. Ahhoz, hogy ez valóban, hatékonyan valósuljon meg, több képzésen, szakmai workshopon, konferencián veszünk részt folyamatosan. A tervezés során a legfontosabb feladataink közé tartozik a megfelelő szervezői csapat, a segítők kiválasztása, a helyszín meghatározása, a feladatok meghatározása, az állomások beosztása, az eszközök számbavétele, az időbeosztás, pontos menetrend megtervezése. A program jellege minden esetben nagyban függ attól, hogy mely korosztálynak szervezünk programot, erre mekkora tér áll rendelkezésre, milyen a gyerekek tudása, fejlettségi szintje, mit akarunk elérni, illetve mennyi idő áll rendelkezésre a lebonyolításhoz. Amit a legtöbb esetben figyelembe kell vennünk a szervezés során, hogy minden tanuló számára azonos lehetőségeket és időt biztosítsunk. Mellőzzük a kiesős játékokat, így kevésbé fordulhat elő az, hogy a gyerek nem csinál semmit, csak ül, vagy áll. Ezen programok többségénél nincs eredményszámítás, az élmény az eredmény. Lányok, fiúk és több esetben felnőttek is együtt vesznek részt a programokon. Nagy hangsúlyt kell fektetnünk a változatosságra a programok során, a gyerekek életkori sajátosságaira, tudásszintjére (Kókai, Csányi 2022).

### **IV.2. Elsős tábor**

Az iskolába lépés nagyon fontos mozzanat a gyermekek és családok életében. A gyermek új környezetbe kerül, új felnőttek, új társak veszik körül. Fő tevékenysége a játék helyett a tanulás lesz. Megváltozik a napirendje és a családi elvárások tartalma is vele szemben. Egyszerre több pedagógushoz kell alkalmazkodnia. Tervünk az volt, hogy megkönnyítsük a gyermekek és a

szülők számára ezt. Fő célunk volt, hogy a gyermekek kíváncsisággal, várakozással telve, de magabiztosan induljanak neki a tanévnek.

A program tematikáját tekintve elsősorban ismerkedési és sportos foglalkozásokat tartalmazott, kötelező és szabadon választható formában, valamint kiegészítő tevékenységként terveztünk nyelvi, illetve kézműves, valamint iskolaelőkészítő, fejlesztő foglalkozásokat is. (1. sz. melléklet: Elsős tábor programterve)

Volt és leendő első évfolyamosoknak együtt hirdettük a tábort. Ennek célja kettős volt. Egyrészt a volt elsősök visszazoktatása, bátorítása, illetve annak megélése, hogy ők már nagyobbak és segítők lehetnek a picik könnyebb beilleszkedésének, új barátságokat hozhatnak létre. Másrészt a leendő elsősök a hozzájuk korban közelállókkal hamarabb nyílnak meg, gyorsabban feloldódnak. Ez az elképzelésünk beigazolódott, mindhárom nap nagyon jó hangulatban telt.

A szülők pozitív visszajelzései motiválóan hatottak ránk, például az általában aludni nem akaró gyereket bizony nem kellett altatni. Beszéltem több olyan szülővel is a három nap alatt, aki jobban izgult, mint a gyermek. Azt gondolom, hogy ilyenkor egy-egy jó szó már sokat tehet a sikeres iskolakezdesnek és nem melleleg a szülő iskolához aló hozzáállásának. A maximális létszám 50 fő volt, 48 gyermek vett részt a táborban, hatan voltunk rá pedagógusok állandóan, illetve egy-egy program megtartására még csatlakoztak a nyelves, énekes, valamint a fejlesztő munkatársaim, besegített még az iskola egyik pedagógiai asszisztense, valamint gimnáziumi tanulók közösségi szolgálatot láttak el. A közösségépítés, kapcsolatépítés szempontjából pozitívan hatott, hogy egy ilyen programmal kezdtük az évet. Több szinten fejlődött, pedagógus-pedagógus, szülő-pedagógus, tanuló-pedagógus, tanuló-tanuló



között. A képek a tábor egy-egy napját mutatják meg, saját tulajdonú képek. Készítettünk összefoglaló videót is, mely az iskola online oldalán is megtalálható.<sup>5</sup>

### **IV.3. Aktív mozgás szünete**

Egyik nagy területe a programnak a mozgásra ösztönző környezet megteremtése, arra való lehetőség, hogy ezeket legnagyobb mértékben a kihasználtság jellemezze. A pedagógusok részvétele mellett, önkéntes diákokat vonunk be, ez a tanulói csoport, ők a szüneteket segítik lebonyolítani, aktívan közreműködnek, játékokat kezdeményeznek. Ez a tanulói bevonódás dimenzióját is érinti.

A mozgásra ösztönző fizikai környezet elemei a következők:

- Sportinfrastruktúra (tornaszoba, tornaterem, kültéri és beltéri sportpályák)
- Biztonságos, életkor-specifikus adottságokkal és felszereltséggel rendelkező játszóterek
- Szabadtéri zöld területek
- Mozgásra ösztönző elrendezésű osztálytermek
- Szabadtéri osztálytermek
- Biztonságos kerékpár- és rollertárolók
- Mozgásra ösztönző lépcső-, folyosó- és udvarfelfestések

Ezt a vállalásunkat szeretnénk volna rögtön év elejétől bevezetni, ezért már a teljes program ismertetése során felvetettük a tantestület számára. Kicsit féltünk, hogy sok ellenérv lesz, de alapvetően jól fogadta a tantestület. A szünet bevezetése miatt a csengetési rendet is változtatnunk kellett. A harmadik óra utáni szünetet jelöltük ki az aktív mozgás szünetének, amely 15 perces, szabad levegőn töltött mozgásos játékos tevékenységet jelent. Mindkét udvarunk bejáratához elhelyeztünk egy-egy sportboxot, különböző sportszerekkel feltöltve (labdák, karikák, ugróköté, tollas), amelyekhez hozzáférést biztosítunk a szünet ideje alatt. A sportbox egy olyan sporteszköz-gyűjtemény, amely csak és kizárólag a tanórán kívüli testmozgáshoz, sportoláshoz, aktív időtöltéshez szükséges felszereléseket tartalmazza. Ezeknek nem kell bonyolultnak lenniük, mi magunk sem raktuk teli különleges eszközökkel. Arra való lehetőséget kínáljuk fel, hogy a tanuló akár egyénileg, akár párban, vagy csoportokban végezzen mozgásos, játékos tevékenységet (Kovács 2022).

---

<sup>5</sup> Lásd: A táborról készült videó: <https://www.youtube.com/watch?v=7zI2HuBeamw>

Ezt a szünetet négyen bonyolítjuk le, ketten a felsős, ketten az alsós udvaron. Csengetéskor kinyitjuk a sportboxokat, becsengetéskor sípolunk, majd zárjuk a tárolókat. Én hiszem azt, hogy 15 perc friss levegőn töltött idő, mozgással egybekötve, nagymértében hozzájárulhat az iskolai teljesítmény, magatartás javulásához. A gyerekek örömmel fogadták ezt a változást, szívesen jönnek le az udvarra szabadon mozogni, játszani. Gondoltunk az esős időkre is, szülői támogatást kaptunk ragasztható matricákat kaptunk és azokat vágattuk el, különböző játékokat, formákat, ugróiskolát ragasztottunk a folyosókra. Ezeknek a tanulók nagyon örültek, még a nagyobbak is szívesen játszanak a szünetekben, vagy délután, ha nem lehet kimenni. A munkatársak visszajelzései általában pozitívak, néha arról panaszkodnak, hogy nem érnek fel feltétlenül csengetésre a tanulók.

#### **IV.4. Tömegsport**

A tömegsport ötlete már korábban is felmerült bennem. Gyermekkoromban ez rendszeres és kedvelt tevékenység volt. Nálunk ilyen nem működött, ezért már évek óta napirenden tartottuk. Ebben a tanévben a programmal kapcsolatban, annak érdekében, hogy minél több tanulót megtaláljunk, sikerült elindítani. Elsősorban azoknak a mozogni vágyó tanulóknak szól, akik nem sportolnak rendszeresen valamilyen egyesületben, ugyanakkor szeretnének valamilyen mozgásos tevékenységet végezni. Péntek délutánonként tartjuk a foglalkozást, a felső tagozat napközisei, valamint hetente változóan 2-4. évfolyam számára. A célunk, hogy együtt legyünk, több korosztály egyszerre találkozhasson, kipróbálhasson különböző eszközöket, amelyeket esetlegesen testnevelési órákon nem, vagy kevésbé tud. Hetente nagyjából 50-60 fő vesz részt a programon, örömmel jönnek a tanulók. Lehetőségként felkínáltuk a pedagógusok számára is, néhányan élnek is vele. Jó alkalomnak tartom, erősíti az egy közösséghez való tartozást. Így egyes korosztályként keveset találkoznak a tanulók, jól megfigyelhető, hogy alakulni látszik egy olyan társaság, több különböző osztályfokú tanulókból, akik már nem csak péntekenként játszanak szívesen egymással. Ez a program nagy szabadságot biztosít a tanulók számára, több helyszínt és eszközt biztosítunk egyszerre, amelyből választhat. A szervezési mód fesztiváljellegű.

#### **IV.5. Csokonai Családi Nap**

A rendezvény ötlete az előző tanév elején született meg a fejemben, majd egy kis csapattal tovább is gondoltuk. Elsődleges célja a nyitás volt a COVID után. Nyitás egymás felé, a szülők

felé, az iskola ajtajának jelképes kinyitása. Elkészítettem egy lehetséges forgatókönyvet, akkor még az alsó tagozat bevonásával és felkerestem intézményünk vezetőjét. Tetszett neki a program, így utat engedett annak megszervezésére. Első alkalommal a központi téma a mesék voltak, kapcsolódva a népmese napjához. Számunkra is meglepő volt az érdeklődés, több száz ember volt együtt az alsós udvaron, nagyon jó fesztiváljellegű hangulatban. Amelyik tanulóhoz nem érkezett szülő, ott a napközis nevelő kísérte az állomásokra a gyermekeket, így senki nem marad ki. Az állomásokon mesékhez kapcsolódó játékos feladatokat kellett teljesíteni tetszőleges sorrendben, majd a teljesítés után emléklapot vehetett át mindenki. A rendezvény sikerén felbuzdulva úgy gondoltuk, hogy ebből megpróbálunk hagyományt teremteni.

Az idei évtől iskolánk részt vesz az Aktív Iskola Programban, ezt iskolánkban négyen koordináljuk, a Családi Napot ennek fényében is ehhez alakítottuk, tematikájában a mozgást helyeztük a középpontba. 20 pályát építettünk fel munkatársaimmal és segítő gimnáziumi tanulókkal, bevontuk a felső tagozatot és azok családjait is a programba, kiterjesztettük a helyszínt. Már nem csak az alsós, hanem a felsős udvaron és a kinti sportpályákon is zajlott a rendezvény. A feladatokhoz feladatkartyákat készítettem, a gyorsabb, könnyebb teljesítés érdekében. A rendezvényhez rengeteg eszközzel volt szükség, meg kellett oldani mindkét udvaron a hangosítást, hogy teljesülni tudjon a fesztiváljelleg. Nagy szervezést és odafigyelést igényelt a program, de sikeres volt, az idei tanévben még többen vettek részt a programon. Délelőtt zajlott az óvodások számára szervezett Aprók Kupája, este pedig a szülők számára Retro Partyt szerveztünk. Így az egész nap az összefogásról, a közösségépítésről, kapcsolatépítésről zajlott.

A lebonyolítás tekintetében maga a családi kihívás egy közös zenés bemelegítéssel kezdődött, ezután a családok menetlevelet kaptak, amelyen 15 állomás szerepelt. Minden családnak összesen 5 kihívást szükséges teljesítenie, amelyet szabadon választhatott (többet is lehetett teljesíteni, de legalább ötöt). A feladatokat tetszőleges sorrendben kellett megoldani, egy 1,5 óra állt rendelkezésre. Minden állomáson pecsétet/aláírást kaptak a teljesítésért. Az állomások a napközis és a felsős udvaron voltak kialakítva, lehetséges eső esetén másik napot jelöltünk ki. Amelyik tanulóhoz nem érkezett szülő, a maradék kis csapattal a napközis tanító, vagy az adott





osztályba beosztott szakos pedagógus járt körbe az állomások között. A nagyobb tanulókat szabadon is el lehetett engedni, hogy tetszőlegesen hajtsák végre a feladatokat. Fontos volt, hogy az állomásokon egyszerre több tanuló is tevékenykedhessen, időben gyorsan végrehajtható játékos tevékenység legyen. Több mint ötszáz fő vett részt a programon, jó hangulatban telt, sikeresen zártuk. Készítettem egy ppt-t a Csokonai Konferenciára, ahol előadást tartottam a programról. Videós összefoglaló is látható az iskola online felületén.

## IV.6. Luca Olimpia

Ez a program már iskolai hagyományként beépült az intézmény életébe, az első olyan program, amely a nevemhez kötődik, mint szervező. A program célja élményt adni a gyermeknek és pedagógusnak egyaránt, erősíteni az összetartozás érzését. A kiemelt célja volt ebben évben az iskolai közösség építése, a közös játék, mozgás öröme, a csoportkohézió fejlesztése. Minden évben, lehetőség szerint Luca napján rendezzük meg ezt a tanulók által kedvelt eseményt.

Tulajdonképpen az Aktív Iskola programnak köszönhetően, az idei évre szélesedett ki annyira e nap, hogy mind az összes osztályt sikerült bevonnunk, ez 33 osztályt jelent, több mint 800 főt és az egész tantestületet. A tanulókat osztályfőnökeik irányították a délelőtti során, illetve délután a napközis pedagógusok. A felső és gimnáziumi tanulók a program végén elmehettek haza, de napközi volt.

Alsó tagozaton a szokott módon zajlott a napközi, illetve a 2. évfolyam készült lucázás programmal, ellátogattak minden osztályhoz a délutáni folyamán. Mindenkinek volt feladata. 1-6. évfolyamon 13 állomást kellett teljesíteni szabadon választott sorrendben. Minden évben

igyekeztünk változatos, sokrétű feladatsort kitalálni. Olyan állomásokat építeni, amelyekkel felkeltjük a tanulók érdeklődését, illetve amelyekkel nem feltétlenül találkozunk túl gyakran. Próbálunk behozni olyan eszközöket, amelyekkel nem feltétlenül találkozunk a tanulók testnevelés órákon, vagy nem úgy. Az épített



állomások voltak: egyensúlyozás, Just Dance, labdavezetés lábball akadálypályán, Szekrényen

át! – akadálypálya leküzdése különböző szereken át, felett, alatt, célbadobás vízszintes és függőleges célra különböző méretű és tömegű labdával, ugrálókötelezés, szökdelés épített akadálypályán, labdavezetés kézzel akadályokon át, atlétikai futások akadálypályán, 1,2,3,4 számos játék, Sportmanji, falmászás, Nerf. Minden állomáson egy pedagógus állt állomásvezetőként és koordinálta a feladatvégzést, valamint pecsételt.

6-12. évfolyamon sportjátékok, csapatjátékok voltak, kosárlabda, labdarúgás, amőba bajnokság. Aki egyik csapatban sem vett részt, annak akadálypályát kellett teljesítenie. A lebonyolítás a következőképpen zajlott: 1-2. órában 1-3. évfolyamon különböző feladatokat, játékokat, ajánlásokat kaptak Luca napjához kötődően, amelyet a tantermeikben oldottak meg.

Ugyanakkor a 4-6. évfolyam: 13 próbát teljesítette az alagsorban a tornatermekben és a folyosókon. Ehhez kapcsolódóan előzetes feladat volt, hogy minden tanulónak saját menetlevelet kellett terveznie. Kikötés annyi volt, hogy kapcsolódjon a naphoz és szerepeljen rajta a 13 állomás. Alsóban a napközis nevelő, felsőben az osztályfőnök iránymutatásával készítették el a menetleveleket. 3-4. órában az évfolyamok cserélődtek.

7-12. évfolyam előzetes feladata logótervezés és/vagy kabalafigura tervezése, készítése volt, amely kifejezi a Luca Olimpia szellemiségét. Itt az 1-2. órában 7-9. évfolyamon feladatok, tesztek, játékok, teljesítése és filmajánló alapján sporthoz kapcsolódó film megtekintése volt. 10-12. évfolyamon 5-5 fős csapatokban különböző sportjátékok lebonyolítása zajlott: amőba bajnokság, kosárlabda, labdarúgás. Aki egyik csapatban sem szerepelt, annak teljesítenie kellett egy akadálypályát, hogy ezt már írtam is, 3-4. órában pedig cseréltek az évfolyamok.



#### **IV.7. Fejfrissítő Hét**

2023. március 6-10. között megvalósult program. Ennek lényegéről rövid összefoglalót adtam a tantestület számára előtte néhány nappal, valamint készítettem egy módszertani ajánlást, valamint játékgyűjtemény pedagógus társaim számára. Erről egy nemzetközi szakmai tanácskozáson hallgattunk meg előadást. Ahogy az előadást hallgattuk, tulajdonképpen azt megállapítottuk, hogy sok játékot egyébként



is alkalmazunk, főleg alsó tagozaton, például különböző ujjtornák íráskor, vagy mozgással kísért mondókázás. Azonban egy olyan megvilágításba helyezte az előadó ezeket a fejfrissítőket (Brain Brakes), amely azt szorgalmazza, hogy lehetőleg építsük bele a teljes iskolai életbe, minden tanórába, mert valóban hatással van a tanuló további figyelmére. Mi magunk is kipróbáltunk ott néhány játékot és valóban egyfajta frissítőt kapott az agyunk az egész napos előadások után. Arra kértem a munkatársaimat, hogy ezen a héten próbáljon ki, valamint az egyik koordinátor munkatársammal igyekeztünk ezen a héten bejutni az osztályokhoz különböző órákra és bemutattunk néhány játékot. Az alsó tagozatos tanulók örömmel vettek részt a játékokban. Mi hittünk benne, hogy a nagyok is benne lesznek a játékokban, persze tartottunk tőle, de nagyon pozitívan zártuk a hetet.

A tervezett programok közül, még kapcsolódva a Fejfrissítő Héthez, tervezünk egy Aktív Közlekedés Hetét. Ennek a programnak a fókuszában az áll majd, hogy ezen a héten lehetőségekhez mérten, tanuló, pedagógus és szülő autómentesen járjon iskolába, munkahelyre, valamint építünk KRESZ pályát egyik nap és azt teljesíthetik a tanulók mindenféle eszközzel (kerékpár, roller stb.), ezzel is egyfajta közösségi élményt adva. Ugyanezen a héten tartunk még a Luca Olimpiához hasonló, csak több helyszínes egész napos sportfesztivált. Ezek az idei tanévben vállalt feladataink még. Bízunk benne, hogy ezek legalább olyan sikeresek lesznek, mint az eddigiek.

## V. Kérdőíves vizsgálat az iskolában tanító pedagógusok körében

### V.1. Alkalmazott eljárások

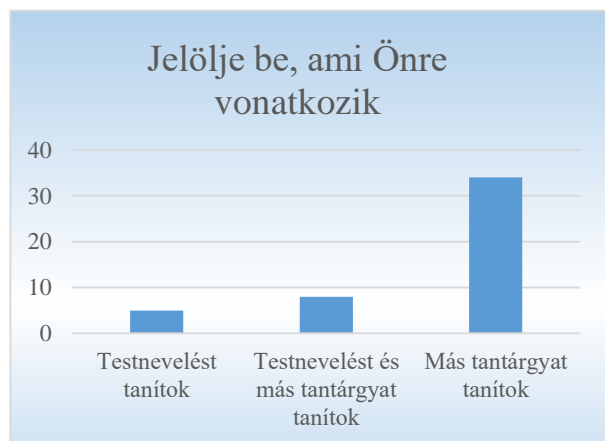
A Kaposvári Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskola, Gimnázium és Szakgimnázium pedagógusainak az Aktív Iskola Programról alkotott véleményét kérdeztem kérdőíves technikával. (2. sz. melléklet: kérdőív kérdései) A mérést 2023 áprilisában végeztem el. A kérdőívem célja feltérképezni az iskolánkban dolgozó pedagógusok véleményét a Programmal kapcsolatban. Igyekeztem betartani a kérdőívkészítés általános szabályait.

A kérdőív felépítését tekintve a bevezető részben informáltam a kitöltőket a felmérés céljáról, illetve az összegyűjtött adatok sorsáról. A következő részbe kerültek a kérdések, amelyek megfogalmazásakor törekedtem arra, hogy rövidek, könnyen érthetőek legyenek, illetve minden megkérdezett azonos módon értelmezze azokat. Változatos kérdéstípusokat alkalmazva igyekeztem a válaszadók érdeklődésének felkeltésére, fenntartására fókuszálni.

A kitöltő személyére vonatkozó adatokat a kérdőív elejére helyeztem, ezeket követte a Programra vonatkozó kérdések. Egyaránt feltettem feleletválasztós, értékskálás és nyitott kérdéseket is. Az egyszerű kérdésekkel igyekeztem fenntartani a megkérdezettek figyelmét, illetve lerövidíteni a kitöltéshez szükséges időt. Törekedtem a rövid, esztétikus forma kialakításra, a könnyen áttekinthető válaszadás lehetőségére. Az egyértelműségeen túl fontosnak tartottam az igényes, célcsoporthoz igazodó nyelvhasználatot. A kapott adatok bevitele, feldolgozása és a grafikonok elkészítése a Microsoft Office Excel programmal történt. (3. sz. melléklet: Kérdőív eredményei összesítve diagramokkal)

### V.2. A vizsgált csoport

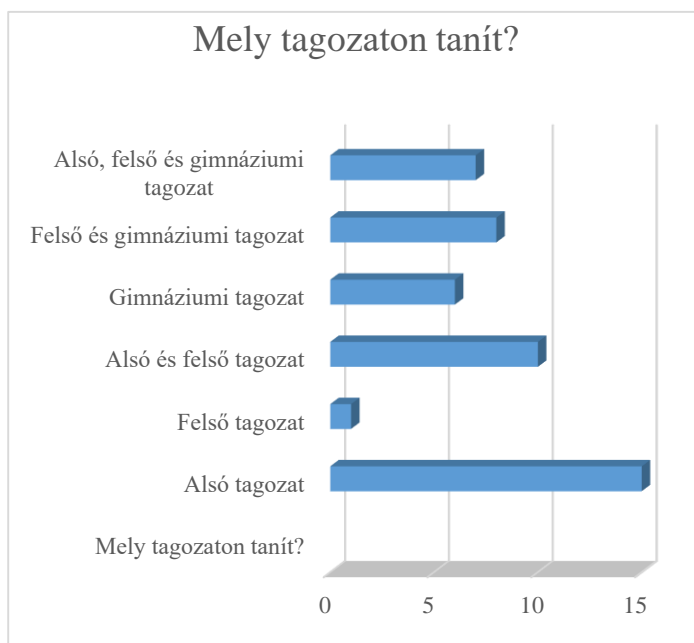
A vizsgálatomat a Kaposvári Csokonai Vitéz Mihály Általános Iskolai, Gimnázium és Szakgimnázium tantestületének körében végeztem el. A felmérésre online formában került sor. Kérdőívemmel igyekeztem minél több pedagógust megkeresni. Személyesen, illetve e-mailen vettem fel a kapcsolatot a célcsoporttal. A 77 fős tantestületből 47 kérdőívet kaptam vissza. Ez a válaszadási arány viszonylag jó eredménynek számít, több mint a fele (61%).



1. diagram: válaszadók eloszlása a tanított tantárgyakra vonatkozóan

A megkérdezett kollégák közül öten csak testnevelést, nyolc fő testnevelést és más tantárgyat, a többség (34 fő), más tantárgyat tanít (1. diagram).

Az iskola képzési rendszere, mivel nem csak általános iskola, hanem gimnázium is, ezért több munkatársam, vegyesen tanít a különböző tagozatokon. Megkérdeztem, hogy ki, milyen tagozatokon tanít, mert kíváncsi voltam, hogy honnan töltik ki a kérdőívet a legtöbben. Ez számomra azt is megmutatja, hogy melyik az a tagozat, vagy tagozatok, amelyeket a leginkább érint az Aktív Iskola program, hol érte el a legnagyobb hatást. A válaszokból kiderül, hogy a testnevelést tanítók közül mindenki, az alsó évfolyamokon tanítók közül összesen 32 fő, szintén mindenki kitöltötte. Kevesebben válaszoltak a felső és a gimnáziumban dolgozó munkatársak (2. diagram). A tagozatok munkájának és a gyerekek életkori sajátosságai miatt, a fiatalabb tanulók körében jellemzőbbek a közösségi programok. A pedagógus által szervezett és vezetett irányított tevékenységek, melyek népszerűek a tanulók körében. A felsőbb osztályfokokban, ahogy haladunk felfelé, csökken a tanulók motivációja az ilyen jellegű programok iránt. Valahogy ez a kollégákon is így mutatkozik meg. A nagyobb mennyiségű tanulnivaló, illetve a másabb érdeklődési kör, életkori sajátosságok is alátámasztják ezt. Ugyanakkor mégis van igény közösségi programokra a visszajelzések alapján, ezt a későbbi kérdések során alátámasztom.



2. diagram: válaszadók eloszlása tagozatok alapján

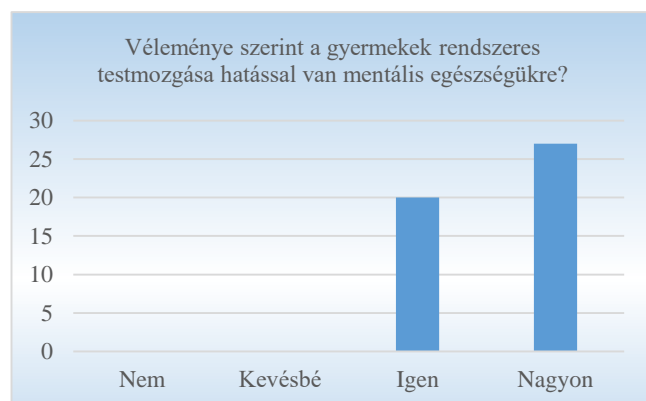
### V.3. A kutatás eredményeinek bemutatása

Az Aktív Iskola program alap szellemisége, az egészséges életmód, a mozgás fontossága, amely nem csak a gyerekeket célozza meg, hanem szemléletváltást is megkíván a munkatársak és a szülők részéről is. Ezért kíváncsi voltam arra, hogy pedagógustársaim életében mennyire tölt be fontos szerepet a mozgás. A válaszadók közül 22 fő számára nagyon fontos, 12 fő fontosnak ítéli, 12 fő közepesen és szerencsére csak egy fő számára még kevésbé és olyan nem volt, akinek egyáltalán nem fontos. Alapvetően ez egy egészen jó válaszadási arány, öröndetes, hogy a

többség számára fontos szerepet tölt be életükben a mozgás, ez egyezik a Program szellemiségével. Mivel ez egy kísérleti program, ezért várható volt, hogy a válaszadók közül viszonylag kevesen hallottak korábban a programról, (8 fő), ők is feltételezhető, hogy inkább a testnevelők voltak, ez kiderül azokból a válaszokból, amelyekben leírják, hogy honnan hallottak róla. Ezek nagy átlagban sport helyszínek vagy ehhez kapcsolódó események, diákolimpia, MDSZ továbbképzés.

Megkérdeztem, hogy milyen benyomása van a programmal kapcsolatban munkatársaimnak. Összességében sokaknak pozitív véleménye volt, jó ötletnek, jó kezdeményezésnek tartották. Bizakodva, kíváncsian várták a rendezvényeket, programokat, a megvalósítást. Írták többben, hogy a tanulók számára ez nagyon jó kezdeményezés, levezethetik energiáikat értelmesen, csak javára válhat az egész napot az iskolában töltő gyerekek számára. Volt egy, ami egészen átfogóan fogalmazott, ez: „*Kíváncsian, érdeklődve vártam, hogy a nevelési értekezleten elhangzott programok mennyire mozgatják meg a munkatársakat, a gyerekeket, a szülőket testben és fejben egyaránt*”. Egy fő volt, aki azt írta, hogy ez sok munkával jár, illetve néhány, akinek eleinte nem tetszett, nem tulajdonított neki túl nagy hangsúlyt, nehézkesnek tartotta a bevezetést. Volt olyan, aki eleinte túl macerásnak gondolta, de idővel pozitív irányba változott a véleménye, mert látta, hogy jó hatással van a közösségre és a gyerekekre. Számunkra nagyon fontos volt, amikor táltuk a tantestület előtt ezt a programot, hogy érezzék, mi hiszünk benne és ez tényleg fontos mindannyiunk számára és kellünk is hozzá mindannyian. Ez úgy gondolom, hogy a válaszokból kiderült, többségében sikerült. Azt tudtuk, hogy mindenkit nem fogunk tudni megtalálni és valóban, az elején kevesebben voltunk, mára azonban már többen vagyunk, de még mindig van hova fejlődnünk, hiszen a következő tanévben, levonva a következtetéseket, már nem kísérleti programként leszünk tagok.

Kíváncsi voltam arra, hogy vajon munkatársaim szerint a rendszeres testmozgás hatással van-e a mentális egészségre (3. diagram). Tulajdonképpen ezt a választ vártam, összefüggésben azzal a kérdéssel, hogy nagy átlagban saját maguknak is fontos a rendszeres testmozgás, bizonyára tisztában vannak ennek pozitív hatásaival. Olyan válasz nem is volt, hogy nem, vagy kevésbé, 20 fő igen, 27 fő nagyon nagy hatást tulajdonít ennek.



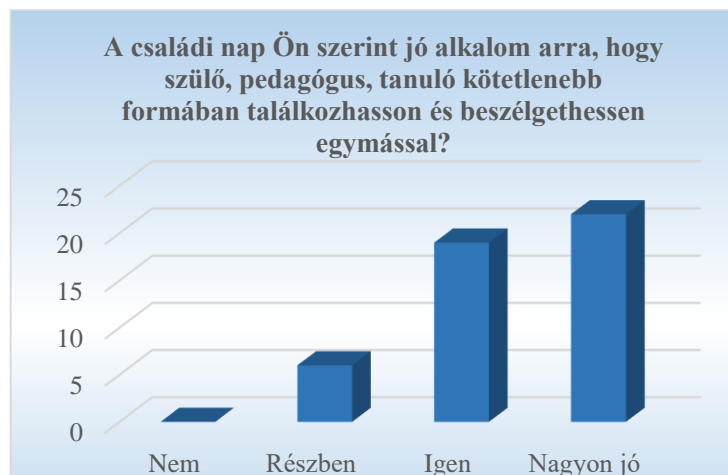
3. diagram: a válaszadók eloszlása a testmozgása és a mentális egészség

A következő két kérdés tulajdonképpen összefügg, mindegyik az aktív mozgás szünetével kapcsolatos. Megkérdeztem a kollégákat, hogy milyen hatással van az aktív mozgás szünete iskolánkban, illetve az is érdekel, hogy szerintük a tanulók mennyire kedvelik azt. A kapott válaszok tükrözik a várt eredményt. Kevesen vannak, akik nem érznek semmilyen változást az aktív szünet bevezetésével kapcsolatban (8 fő), a nagyobbik része (39) a tantestületnek érzi ennek pozitív hatásait. Valóban felfrissülnek a tanulók, könnyebben lehet a negyedik órát megtartani, ezeket mondták el szóban, illetve megjelenik egyes nyitott kérdések válaszaiban is. Ezt a szünetet négyen bonyolítjuk le, ahogy írtam már, illetve a folyosókon ügyeletes pedagógusok jönnek még le, akkor, ha nem marad fent osztály, pl. testnevelés órára öltözni. Fixen ketten a felsős, ketten az alsós udvaron vagyunk. Csengetéskor tehát kinyitjuk a sportboxokat, becsengetéskor sípolunk, majd zárjuk a tárolókat. A válaszokból kiderül, hogy a kollégáim szerint a tanulók a következőképpen kedvelik ezt a szünetet: közepesen 9 fő, kedveli 16 fő, nagyon kedveli: 22. Amit még fejlesztenünk kell, a tárolók rendben tartása, az eszközök visszahozatala. Sajnos többször előfordul, hogy szünet végén nem kerülnek vissza a kivett eszközök, vagy felkerülnek az osztályokba. Az elején egy kicsit döcögősen indult, becsengettek, mire sikerült a tanulókat beterelni, mi magunk is elcsúsztunk az óráink kezdésével. Így tanév vége felé közeledve azt tapasztaljuk, hogy teljesen az iskola életének részévé vált ez a szünet, szeretik a gyerekek és ezt a kérdőívre adott válaszok is igazolják.

Az egyik legnagyobb rendezvényünk az idei tanévben a Családi Nap, az első olyan nagy vállalkásunk volt, amely a mozgásos tevékenységen túl, kifejezetten a közösségépítést, kapcsolatépítést tűzte ki célul. Együtt volt több mint ötszáz ember, tanuló- szülő- pedagógus. Kíváncsi voltam, hogy a pedagógusok mennyire találták sikeresnek ezt a rendezvényt és azt is megkérdeztem, hogy miért és arra is rákérdeztem jó alkalomnak látták-e a kötetlenebb beszélgetések lebonyolítására szülő- pedagógus- tanuló között. A válaszokat összesítve, nagyon sikeresnek ítélték a rendezvényt (41 fő), sikeresnek négy fő, ketten közepesnek és pozitív visszajelzés, hogy senki nem találta kevésbé, vagy sikertelennek. Sokan kiemelték az iskolán belüli összefogást, azt, hogy közösségteremtő ereje van. A hatalmas érdeklődést, a jó programokat, változatos feladatokat is többen említették. *„A gyerekek a szüleikkel tölthették a napot, közben betekintheztek az iskolai életbe, illetve mi is a gyerekek-szülő kapcsolatába.”* –írta le egy kérdőívet kitöltő és valóban, hiszen azt ritkán látjuk közvetlen, hogy milyen a szülő-gyermek kapcsolat, kicsit ebbe is bepillanthattunk. Olvastam olyan választ is, hogy a legtöbb szülőt ez a program csábított be az iskolába és jól érezték magukat, ennek távolabbi következményei a szülők jobb bevonódása az iskola életében, valamint a beiskolázási mutatók javulása, színvonal növekedés, jobb eredmények, összetartóbb tantestületi közösség, elégedettebb szülők. Teljesül az aktív Iskola azon

célkitűzése is, amely mozgást, közös élményt célozta meg, együtt, közösen. Egy másik vélemény, amely összefoglalja a program legfontosabb célját a közösségépítést, a kötődés erősítését és a kapcsolatépítés megvalósulását a gyakorlatban: „*Fontos, hogy a szülőkkel közösen is rendezzünk programokat, ahol megismerhetjük a családot, jobban ráláthatunk a családon belüli dinamikára, kapcsolódásokra, valamint láthatjuk a gyermek viselkedését is ebben a közegben. Fontosnak tartom, hogy az iskola és a család között kialakuljon egy bizalmi kapcsolat, amiben sokat segítenek az ilyen programok. Véleményem szerint a hatékony oktatási, nevelési munka egyik alappillére a a hatékony szülő-iskola kapcsolat kialakítása.*” Azt is több helyen olvastam, hogy a családok egymás közötti jó kapcsolatát is segíti ez a program, ez pedig szintén az egy közösséghez való tartozást erősíti. Közelebb hozza egymáshoz a szülőket, diákokat.

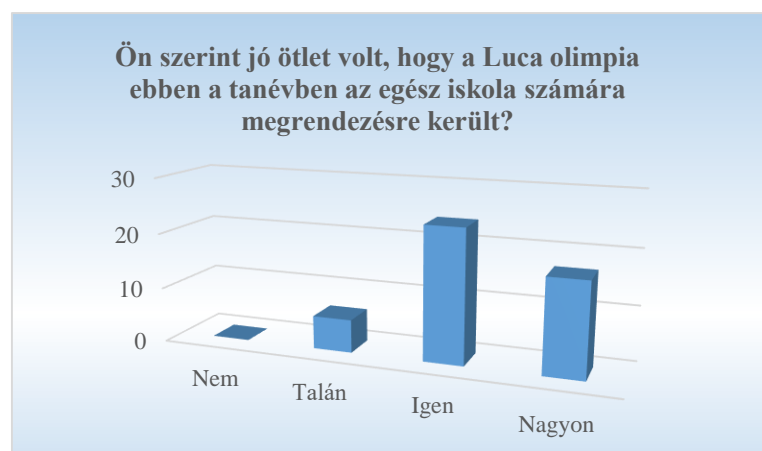
A nyitott válaszok többsége is ezt a választ mutatta, de külön rákérdeztem arra is, hogy jó alkalom-e ez a nap a szülő- tanuló- pedagógus kötetlen találkozására is. A 4. diagramon is jól látható, hogy igen és a nagyon jó válaszok vannak túlnyomó többségen (41 fő), mindössze 6 fő találja részben jó alkalomnak.



4. diagram: a válaszadók eloszlása szülő- tanuló- pedagógus kapcsolatáról

Az idei tanév volt a legelső alkalom, hogy a Luca Olimpiát egy nagyszabású egész napos sportfesztiválként rendeztük meg, ugyanakkor megtartottuk a Luca napjához kapcsolódó hagyományok felelevenítését is. Több kérdést is feltettem ezzel kapcsolatban a kérdőívemben.

Érdekelt, hogy jó ötlet volt-e kiterjeszteni a programot az egész iskola számára, hozzájárult-e a rendezvény a közösség építéséhez és feltettem ezzel kapcsolatban egy nyitott, hogy ha igen, akkor miért.



5. diagram: a válaszadók eloszlása a rendezvény sikerességéről



Tulajdonképpen a pozitív válaszok vannak többségben egyértelműen, ugyanúgy 41 fő jelölte, hogy igen, vagy nagyon, itt viszont az igen válaszokra került a nagyobb hangsúly. A talán válaszok száma ugyanannyi, mint a Luca Olimpiánál, ez nem olyan rossz arány a kételkedőket figyelembe véve (5. diagram). A rendezvény közösségépítő hatása a válaszadók véleménye alapján, 23 fő szerint nagyon, igen 15 fő, közepesen 8 fő, kevésbé 1 fő, nem választ senki nem adott. Egy kicsit árnyaltabbak a vélemények, ez mutatja nekünk, szervezőknek, hogy van még vele dolgunk. Nagy feladat volt ez, és a felsőbb, gimnáziumi osztályokat, pedagógusokat nehezebben találtuk meg. A nyitott válaszokat összefoglalva azt többen kiemelték, hogy a program összekapcsolta a tagozatokat, összekovácsolta az osztályokat. Kötetlen beszélgetésre adott lehetőséget, a mozgás, a szurkolás erősítette a csapaton belüli kohéziót. Több osztály egyszerre vetélkedhetett, pedagógusok és diákok egyszerre vettek részt a programokban. A közös játék közösséget kovácsol. Voltak nehézségeink a szervezésnél és a lebonyolításnál a felső és gimnáziumi tagozatok esetében, de az ilyen visszajelzések miatt tartjuk fontosnak a továbbiakban is az egész iskolára vonatkoztatva lebonyolítani: „*A felsősök és a gimnazisták gyakran kimaradnak az iskola által szervezett programokból, pedig ezeknek a korosztályoknak is biztosan lenne igényük a változatos rendezvényekre. A Luca Olimpia feladatai figyelembe vették az életkori sajátosságokat, így a nagyobb tanulók is szívesen bekapcsolódtak*” Többben hasonlóan fogalmaztak a felsőbb, illetve gimnáziumi osztályok esetében, együtt, osztályközösségként működtek, közösen kapcsolódhattak ki, ezáltal közelebb kerülhettek egymáshoz.

Ezután rátértem a Fejfrissítő Héthez kapcsolódó kérdésekre (6. diagram). Arra voltam kíváncsi, hogy a kérdőívet kitöltők mennyire találták ötletesnek, illetve kipróbálták-e azokat a javasolt játékokat, amely módszertani ajánlást és játékgyűjteményt mindenki számára elérhetővé tettünk, elküldtünk.



6. diagram: válaszadók eloszlása a játékok kipróbálásáról

Olyan nem volt, aki nem találta egyáltalán ötletesnek a Fejfrissítő Hét megtartását, egy fő kevésbé, három fő közepesen, és ami jó hír, hogy 16 fő ötletesnek, 27 fő nagyon ötletesnek találta. Ez örvendetes eredmény, hiszen, amikor a megbeszélést tartottuk, akkor érzékeltek, hogy nagyok a kérdőjelek a program sikerességét illetően. Viszont, amikor az osztályokba bementünk, jó visszacsatolást kaptunk mindegyik tagozaton. A vizsgálatban részt vevő pedagógusok közül

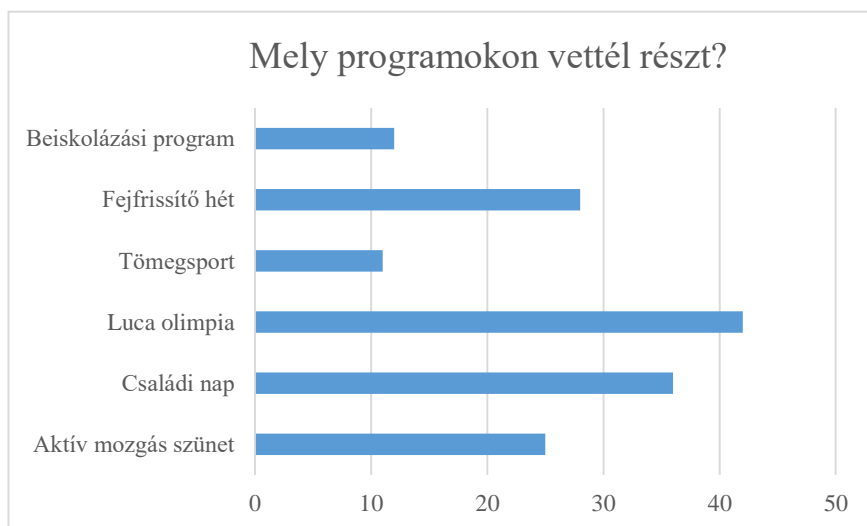
8 fő nem próbált ki egy játékot sem, 16 fő legalább egyet, 23 fő többet is, bízom benne, hogy a következő tanévben több társamat is be tudunk majd vonni, illetve jobban beépülnek majd ezek a fejfrissítők a közismereti tárgyak tanításába.

A kérdőív további kérdései magára a Programra vonatkoztak, megkérdeztem, hogy részt vett-e bármelyik Aktív Iskolához kapcsolódó programban, azt is vizsgáltam, hogy milyen formában tette ezt és konkrétan mely rendezvényeken, erről érdekelt a válaszadók véleménye, végül pedig azt kérdeztem meg, hogy pozitív hatással lehet az Aktív Iskola program a beiskolázás szempontjából.



7. diagram: a válaszadók részvétele a programokon

A 7. diagramról leolvasható, hogy nagyon kevesen vannak, akik nem vettek részt egyik programon sem, összesen négy fő, többen vettek részt egyes rendezvényeken hol kísérőként, hol segítőként, így jöhetett ki az, hogy segítőként 25 fő, szervezőként 7 fő, kísérőként 19 fő (7. diagram). Arra, hogy mely programokon vettek részt a következő eredményeket kaptam (8. diagram): Tulajdonképpen az leolvasható, hogy a legtöbb pedagógus a Luca Olimpia esetében volt érintett (42 fő), és ez nyilván logikus, hiszen ez a program az egész iskolát érintette. A következő a Családi Nap volt, amely 36 fő pedagógust érintett a vizsgálatban részt vevők közül, ez gyakorlatilag 1-4 évfolyamon az összes pedagógust jelenti, illetve felsőben a napköziben dolgozókat és a testnevelőket.



8. diagram: a eloszlása a programokon való részvétel arányán

A Fejfrissítő Hét sok osztályhoz eljutott, így sok kollégám találkozott vele, 28 fő, az Aktív mozgás szünete az ügyeleti rend miatt kapcsolódik több munkatársamhoz, valamivel kevesebben érintettek a beiskolázási sportos programok kapcsán (12), illetve a tömegsportot hárman koordináljuk minden alkalommal, itt még olyanok lehetnek érintettek, akik lejönnek a teljes napközis csoportjukkal mozogni, vagy olyanok, akik saját maguk szeretnének sportolni. Mind-egyikre volt példa.

A beiskolázás lezajlott már az idei évben az Aktív Iskola Program nagy szeletet kapott ebben, úgy éreztem, tapasztaltam, hogy hozzájárult a sikeres beiskolázáshoz, hiszen az utóbbi évek legsikeresebb beiskolázásán vagyunk túl. A pedagógus társaim is többségében ezt a vélemény közvetítették a válaszadás során. A 9. diagramról is jól leolvasható, hogy a válaszadók közül 30 fő gondolja, hogy befolyásolja, 11 fő szerint talán, nem tudja, hogy befolyásolja

4 fő és ketten úgy vélik, hogy nem befolyásoló tényező a Program a beiskolázás szempontjából. A kapott eredmény felvet bennem kérdéseket, hogy vajon miért érzi úgy, hogy nem, ugyanakkor nagyon bízom abban, hogy a talán válaszok a következő tanévben már átváltoznak igenekké.



9. diagram: a válaszadók eloszlása a pozitív beiskolázás hatásáról

Az beiskolázást segítő volta kapcsolatában a válaszok nagy többsége azt fogalmazza meg, hogy több lehet a jelentkező, szívesen választják a szülők a sportos iskolát, a program jó hírét viszi az iskolának, „Ez a program lett Az utca hímondója!”. Jó hírét viszi a városban és ezért a tanulók, szülők pozitív megnyilvánulásai által a szülők megerősítést nyerhetnek az iskolaválasztást illetően. A szülőknek fontos a sport, a közösségépítés, várhatóan a programokat látva több gyermek érkezik az iskolánkba. „A mozgás a mindennapok része, sok gyermek nem mozog eleget a szabadidejében. Az iskola által biztosított mozgási lehetőség mindenképpen húzóerő lehet az iskolaválasztás idején, főleg azon gyerekek számára, akik semmit nem sportolnak”. –foglalta össze egy válaszadó. „A következő években megnövelheti a spottagozatra jelentkezők számát. A későbbiekben már fontos szempont lehet a program tömegsport jellege, a napi rendszeres mozgás biztosítása nemcsak testnevelés órán.” – egy másik vélemény a kérdőívre adott válaszokból, amely számunkra pozitív visszacsatolást ad.

#### **V.4. A kutatás összegzése**

A kutatásom során elsősorban arra kerestem a választ, hogy milyen hatása van az Aktív Iskola program bevezetésének intézményünkben a pedagógusok szerint. A kérdőíves vizsgálatot ezért a tantestület tagjaival végeztem el elsősorban azért, mert úgy éreztem, hogy elsődlegesen tőlük kell visszacsatolást kapnom a program sikerességét illetően. Másodsorban célom volt azt megvizsgálni, hogy ezek a rendezvények mennyire voltak a véleményük szerint hatékonyak, sikeresek, valamint ezeknek volt-e közösségépítő, kapcsolatépítő hatása, illetőleg pozitívan befolyásolja-e esetleg a beiskolázást a Program. Összességében úgy gondolom, hogy a kérdőív kitöltése sikeres volt, a tantestület nagyobbik része válaszolt a kérdésekre. Megállapítható, hogy az idei évben a testnevelő munkaközösséget, illetve az alsó tagozatot érintette meg jobban, közülük vettek részt a legtöbben a programban, ugyanakkor a kapott válaszokból kiderült, hogy van igény a felső és gimnáziumi tagozatokon is ezekre a programokra. A többség véleménye alapján önmagában is fontosnak találják a testmozgást, a sportot, pozitívnak ítélték a programot, amikor elkezdték. A megtartott rendezvények, programok sikeresek voltak, a miért kérdésekre adott válaszok sok oldalról megvilágították a jó kép kialakulását a véleményekről. A többség úgy gondolja, hogy valóban közösségépítő ereje van a programoknak és a beiskolázásra is pozitív hatása van. A kérdések elemzése során pozitív visszacsatolást kaptam, motiváló hatással folytatjuk tovább a következő tanévben ezt a munkát és bízom az Aktív Iskola Program közösségépítő, kapcsolatépítő hatásában, ezt a visszajelzések is megerősítették.

## VI. Összegzés

Szakedolgozatom az iskolai kapcsolatépítésről szól. Az első részben a témaválasztás indoklása és a kutatói kérdések találhatóak. Ebben a fejezetben megfogalmaztam a választásom okát, ami tulajdonképpen nagyon közel áll hozzám. Az elején is leírtam, hogy a közösségi élet, a kapcsolatépítés számomra mindig is fontos volt. Az Aktív Iskola Program, annak szellemisége már az elején magával ragadott. Néhányan már akkor hittük, hogy ez egy jó alkalom egyfajta szemléletváltás elindításához iskolánkban. Ehhez azonban sok feladat járult és nagyon fontos volt, hogy kifelé is ösztönzően hassunk. Kutatói kérdéseimmel arra kerestem a választ, hogy egyáltalán milyen véleménnyel vannak az intézmény pedagógusai a Programról, érzik-e a szemléletváltás szükségességét. Milyenek értékelték a megvalósult eseményeket és milyen vélemény fogalmaztak meg azokról. Érdekelt az is, hogy ezek a programok milyen eredményesnek tartották, illetve ezeknek mennyire lehetnek közösségépítő, kapcsolatépítő hatásai.

A második fejezetben a témakörhöz kapcsolódó elméleti háttérrel mutattam be. A szakirodalmi kutatások során igyekeztem sokrétűen keresni, az egyetemi könyvtár, a saját könyvtárunk, illetve az interneten fellelhető irodalmak voltak ebben segítségemre. Az iskolai kötődésről igyekeztem egy összefoglaló, lényegre törő megvilágítást adni, kifejezni a téma fontosságát. Foglalkoztam a szülők iskolaválasztási szempontjaival, kiemeltem a legfontosabb tényezőket, amely szerint, vagy ami alapján a szülők iskolát választanak. Szorosan kapcsolódva a szülők bevonódásával foglalkoztam, ezt követően felsoroltam ezek lehetséges formáit az iskolai életben. E lehetséges formákat a saját iskolánkra vonatkozó konkrét példákkal mutattam be. Fontosnak tartottam a tanuló és az iskolai környezet kapcsolatával foglalkozni, a jóllét fogalmi körével és az iskolai jóllét fontos feltételeit fogalmaztam meg. A dolgozatban bemutatott elméleti megközelítések szorosan kapcsolódnak szakdolgozatom témájához.

A harmadik fejezetben bemutattam az Aktív Iskola Programot. Megismertettem az olvasót annak lényegi elemeit, legfontosabb hitvallását, minősítési rendszerét, legfontosabb céljait és működését. Részleteztem azt az öt beavatkozási pontot, amely dimenziók mentén az iskolai szemléletváltás végbe mehet, ezt az iskolánkra vonatkozóan tettem meg. Bemutattam az intézményt, annak felépítését, specialitásait, működését, illetve kapcsolatait iskolán belül és kívül.

A következő részben a már megvalósult és tervezett programokról írtam. Tulajdonképpen időrendben ismertettem a megvalósult programokat eseményeket. Az elsős tábor azért is nagyon érdekes, mert első alkalommal tartottunk ilyet, nagyon bízom benne, hogy a következő

tané elején is megszervezhetjük, hiszen ehhez nekem már nem csak koordinátorként lesz kapcsolódásom, hanem az 1. b osztályfőnökeként is jelen szeretnék már lenni. Az aktív mozgás szünete több szakmai továbbképzésen előkerült, érdemes lenne csak azt mérni, hogy mennyivel figyelnek jobban a szünet után a tanulók, mintha nem lenne. A tömegsport azon tanulók számára is lehetőséget biztosít a mozgásra, akik semmilyen egyesülethez nem tartoznak, mégis szívesen mozognak, ugyanakkor ez a program, miután vegyes korosztály van jelen, jó lehetőséget biztosít a tanulók közötti kapcsolatok kialakulására, és nyitott a pedagógusok számára, így ők is bekapcsolódhatnak ebbe. A Családi Napról részletesen írtam, az egyik legtöbb szülőt megmozgató, igazi fesztiváljellegű nap volt. Sikeres, nagyon, a visszajelzések is nagyon jók, a legmegdöbbentőbb számomra, hogy gyakorlatilag anyagi befektetés nélkül megszervezhető, mégis sokrétű, közösségépítő, kapcsolatépítő. A Luca Olimpia talán a legrégebbi rendezvény a felsoroltak közül, viszont nagy feladat volt számunkra, hogy több mint nyolcszáz tanulót mozgassunk meg, élményt adjunk és mindenki jól érezze magát. Számomra ez volt a legnehezebb feladat az összes közül. A Fejfrissítő Hét kicsit a szívem csücske is volt, miután gyógypedagógusként is tevékenykedem, ezért az ilyen játékokat kifejezetten szeretem az óráimon alkalmazni. Vár még az idei évben ránk egy sportfesztivál és az Aktív Közlekedés Hete.

A következő, nagy rész a kutatás, amelyre érkezett válaszokat részleteztem, bemutattam. Az egyes válaszokra adott eredményeket elemeztem. Megállapítható, hogy az eredmények hozzájárultak a mindennapi pedagógiai tevékenységekhez pozitívan járulnak hozzá, a vizsgálat megerősítette az elméleti háttér bemutatásánál leírt lényegi összetevőket, szoros összefüggést fedeztem fel az iskolai kötődés, az iskola és környezet, a szülői bevonódás és a szülők beiskolázási szempontjai valamint az Aktív Iskola Program pozitív megvalósulása között. Ezt a vizsgálat eredményi is alátámasztották. A kutatói kérdéseimre pozitív visszacsatolást kaptam. Éreztem, hogy jó, amit csinálunk, azt akartam érezni, hiszen a rendezvények jó hangulatúak voltak, amiket elindítottunk, szintén. Ugyanakkor abban nem voltam teljesen biztos, hogy a tantestület is így gondolkodik. A kapott eredmények függvényében azonban megnyugtatónak és előremutatónak tartom, hogy alapvetően nagyon kevés ellenérzést, vagy negatív választ kaptam. Ezt vezetőként is fontosnak tartom. Hiszem, hogy ahol jól érzi magát a tanuló és a pedagógus, a szülő támogató, ott fejlődés várható. A nyitott válaszok sok visszajelzést adtak, kötetlen módon fogalmazhatták meg véleményüket a vizsgálatban részt vevő pedagógusok. Nagyon sokrétű válaszokat kaptam, de néhány kivétellel majdnem minden esetben pozitívakat.

Összességében úgy érzem érdemes ezzel tovább foglalkozni. Tapasztaltuk, már az idei tanévben is, hogy sikeres volt a beiskolázás. Nyilván további vizsgálatokat igényelne, akár a leendő elsős szülők, akár a jelenlegi szülők, akár a tanulók megkérdezése terén. Már tudjuk,

hogy a következő tanévben a program már nem kísérleti formában, de tovább folytatódik intézményünkben. Azt gondolom, hogy ha van valami, ami előrébb viszi az iskola és a közösség fejlődését, azt támogatni kell. Úgy érzem elindult egy pozitív változás, amely elősegíti az iskolai kapcsolatok fejlődését.

## **VII. Köszönetnyilvánítás**

Szeretnék köszönetet nyilvánítani konzulensemnek, Szántóné dr. Tóthné Hajnalkának szakmai tanácsiért, gondolkodást elősegítő ötleteiért, támogatásáért. Köszönetemet fejezem ki a MATE Kaposvári Campus Központi Könyvtárának dolgozóinak és az iskolánkban dolgozó könyvtárosainknak, akik az irodalmak felkutatása során segítségemre voltak, valamint azoknak a pedagógus társaimnak, akik válaszáikkal segítőkészségüket bizonyították a kérdőív kitöltésével, lehetővé téve ezzel, hogy megismerhettem pedagógusi oldalról a véleményüket az Aktív Iskolai Programról.



## Irodalomjegyzék

D. Nagy Krisztina: Az iskolai jóllét értelmezésének és modellezésének lehetőségei. In: *Magyar Pedagógia* 120( 2) p. 123– 148.

Fejes József Balázs, Bugyi Anett, Szűcs Norbert, Tóth Edit (2022): Szülői preferenciák és tapasztalatok az általános iskola választásával összefüggésben. In: *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat* 10(4) p. 26–49.

Huszka Noémi, Kinyó László(2019). A tanító és a tanuló közötti kapcsolat vizsgálatának lehetőségei kisiskolás korban. *Iskolakultúra*, 29(12) p. 3– 13.

Kókai Dávid, Csányi Tamás (2022). *Új lebonyolítási formák a testnevelésben és az iskolai sportban : A mozgás-és diáksporfesztiválok szervezési lehetőségei a köznevelési intézményekben.* > URL [https://shop.mdsz.hu/wp-content/uploads/2022/02/Fesztivalszervezes\\_ebook.pdf](https://shop.mdsz.hu/wp-content/uploads/2022/02/Fesztivalszervezes_ebook.pdf) [2023.03.29.]

Dr. Kovács Viktória Anna (2022). *Mozgásra ösztönző környezet.* > URL <https://sso.mdsz.hu/cas/login?service=https%3A%2F%2Fwww.mozgasbanaziskola.hu%2Fapi%2Flogin%2Fcas> [2023. 03.29.]

Nagy József (1997). Kötődési háló és nevelés. *Iskolakultúra*, 7(9),p. 61 – 71.

Nagy Krisztina(2021).*Az iskolai jóllét vizsgálata 5. és 8. osztályos tanulók és tanáraik körében: Phd- értekezés*

Pignitzkyné Lugos Ilona, Paic Róbert (2021) *Az aktív iskola koncepciójának megvalósulása a gyakorlatban.* >URL: [https://shop.mdsz.hu/wp-content/uploads/2021/12/Klaszter\\_kezikonyv\\_ebook.pdf](https://shop.mdsz.hu/wp-content/uploads/2021/12/Klaszter_kezikonyv_ebook.pdf) [2023.03.23]

Podráczky Judit (szerk.,2012)*Szövetségben.* Budapest : ELTE Eötvös Kiadó p. 159

Szécsényi István (2005). *A közösség szerepe az egyén szocializációjában.* > URL <https://osztalyfonok.hu/182/#v3> [2023. 04.20.]

Zsolnai Anikó (2022).Kötődés, iskolai és pedagógiai kötődés.*Iskolakultúra*,32(11)p. 142 – 149.

World Health Organization (1986). Az Ottawai Egészségfejlesztési Charta. Nemzetközi Egészségfejlesztési Konferencia. Ottawa, 1986. november 17 –21. In: *Az egészségfejlesztés alapelvei. Az egészségfejlesztés alapvető nemzetközi dokumentumai.* Budapest: Országos Egészségfejlesztési Intézet.

## Mellékletek

### 1. melléklet: Elsős tábor programterve

<b>Programok</b>	<b>Hétfő</b> <b>„Iskola, iskola, ki csuda jár oda?”</b>	<b>Kedd</b> <b>„Játsszunk most együtt!”</b>	<b>Szerda</b> <b>„Mennyi, mennyi érdekesség, mennyi, mennyi izgalom!”</b>
<b>Délelőtt</b>	<p>7:30-8:30 Regisztráció/rajzolás, színezés, reggeli</p> <p>8:30 A program megnyitása, ismertető, célok, tervek, elvárások</p> <p>9:00-11:00 foglalkozások csoportokban</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- csapatkendő készítése</li> <li>- iskolára hangoló, játékos fejlesztő foglalkozás</li> <li>- ismerkedési játékok</li> </ul> <p>11:00-12:00 Mozgásos játékok csoportokban: Plüssrabló, Szobor, Kisautók, Háztalan mókuskok, Yorknak volt egy hercege... stb.</p> <p>Iskolaelőkészítő fejlesztő foglalkozás</p>	<p>7:30-8:30</p> <p>Érkezés, rajzolás, színezés, reggeli</p> <p>8:30-10:00 foglalkozások csoportokban</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Labdás ügyesség fejlesztése</li> <li>- iskolára hangoló, játékos fejlesztő foglalkozás</li> <li>- Játékok labdával</li> </ul> <p>10:15-11:30 Sokféle labda megismerése, kipróbálása</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Szabadulás a labdától</li> <li>- Lufi ütögetése különböző testrészekkel, egyénileg, párban, játékok csoportokban</li> <li>- Különböző tömegű és méretű labdák dobása függőleges, vízszintes és mozgó célra</li> </ul> <p>11:30-12:30 Nyelvi játékok, iskolaelőkészítő fejlesztő foglalkozás</p>	<p>7:30-8:30</p> <p>Érkezés, rajzolás, színezés, reggeli</p> <p>8:30-9:30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ügyesség fejlesztése mozgásos játékokkal</li> <li>- iskolára hangoló, játékos fejlesztő foglalkozás</li> </ul> <p>9:30-10:30</p> <p>Játékok és gyakorlatok kis és nagyobb csoportban, látogatás Városligetbe, Csokonai ninja kihívás</p> <p>10:30-12:30</p> <p>Ismerkedés az iskola uszodájával, játékos vízhez szoktató feladatok, játékok</p> <p>10:30-12:30 Nyelvi játékok, iskolaelőkészítő fejlesztő foglalkozás</p>
<b>Délután</b>	<p>12:00-13:00</p> <p>Ebéd/mese/játék</p> <p>13:00-13:30</p>	<p>12:30-13:30</p> <p>Ebéd/mese/játék</p>	<p>12:30-13:00 Ebéd</p> <p>13:00-14:00 „A táncban nincsenek szabályok. Ha igazán érzed, nem</p>

	<p>Iskolanézegető: körbejárjuk az iskolát és környékét</p> <p>13.30- 14:30 Futó-, fogójátékok, csapatépítő, ismerkedési játékok;</p> <p>„Táncoló talpak”</p> <p>14:30-15:30</p> <p>Látogatás a Négyszögletű kerek erdő játszótérre</p> <p>15:30 Uzsonna, a nap zárása, összepakolás</p>	<p>13:30-14:30 Iskolavár építése az alsós udvaron kartonból csoportokban</p> <p>14:30-15:30 Játékok csoportokban, egyénileg, az alsós udvar felfedezése, sporteszközök megismerése, kipróbálása, szabadidős játékok megismerése</p> <p>15:30 Uzsonna, a nap zárása, összepakolás</p>	<p>csináld rosszul.” – egyszerű tánclépések csoportokban</p> <p>13:00-14:00 Testnevelési, élménypedagógiai játékok</p> <p>14:00-15:30 Táborzáró</p> <p>Teadélután: Just Dance, tánc, beszélgetés, gyümölcs, rágcsi, innivaló</p> <p>15:30 Uzsonna, a nap zárása, összepakolás</p>
--	---	--	---

## 2. sz. melléklet: Kérdőív kérdései

### 1. Jelölje be, ami Önre vonatkozik!

Testnevelést tanítók

Testnevelést és más tantárgyat tanítók

Más tantárgyat tanítók

### 2. Mely tagozaton tanít?

Alsó tagozat

Felső tagozat

Alsó és felső tagozat

Gimnáziumi tagozat

Felső és gimnáziumi tagozat

Alsó, felső és gimnáziumi tagozat

### 3. A saját értékrendje szerint, milyen fontosságot tulajdonít az életében a testmozgásnak, sportnak?

1- nem fontos; 5 - nagyon fontos

**4. Hallott-e az aktív iskola programról, azelőtt, hogy iskolánk elkezdte volna?**

igen

nem

**5. Ha igen, hol?**

Rövid szöveges válasz

**6. Milyen benyomása, gondolata volt a programmal kapcsolatba, amikor bevezetésre került intézményünkben?**

Hosszú szöveges válasz

**7. Véleménye szerint a gyermekek rendszeres testmozgása hatással van mentális egészségükre?**

Nem

Kevésbé

Igen

Nagyon

**8. Az aktív mozgás szünet bevezetése pozitív hatással van az iskola életére?**

Nem

Nem érzek változást

Igen

**9. Véleménye, tapasztalata szerint a tanulók mennyire kedvelik az aktív mozgás szünetet?**

1- nem kedvelik; 5 - nagyon kedvelik

**10. Mennyire érezte sikeresnek a családi napot?**

1- nem volt sikeres; 5 - nagyon sikeres volt

**11. Ha sikeresnek érezte, akkor miért?**

Hosszú szöveges válasz

**12. A Családi nap Ön szerint jó alkalom arra, hogy a szülő, pedagógus, tanuló kötetlenebb formában találkozhasson és beszélgethessen egymással?**

Nem

Részben

Igen

Nagyon jó

**13. Ön szerint jó ötlet volt, hogy a Luca olimpia ebben a tanévben az egész iskola számára megrendezésre került?**

Nem

Talán

Igen

Nagyon

**14. Ön szerint a Luca olimpia hozzájárult a közösségépítéshez az iskolában?**

1- egyáltalán nem; 5- nagyon

**15. Ha igen, akkor miért?**

Hosszú szöveges válasz

**16. Ötletesnek találta-e a Fejfrissítő Hét megtartását?**

1- egyáltalán nem; 5- nagyon ötletesnek

**17. Kipróbálta-e a Fejfrissítő Hét alkalmával javasolt játékokat?**

Igen- többet is

Igen- egyet

Nem

**18. Részt vett-e az aktív iskolához kapcsolódó programokon?**

Igen, mint kísérő

Igen, mint szervező

Igen, mint segítő

Nem vettem részt egy programon sem

**19. Mely programokon vettél részt?**

Aktív mozgás szünet

Családi nap

Luca olimpia

Tömegsport

Fejfrissítő hét

Beiskolázási program

**20. Pozitív hatással lehet az Aktív iskola program a beiskolázás szempontjából?**

Igen

Nem

Talán

Nem tudom

**21. Ha igen, miért?**

Hosszú szöveges válasz

**22. Véleménye szerint milyen kapcsolatépítő hatása van az Aktív iskola programnak?**

Hosszú szöveges válasz

**23. Tapasztalataid szerint a tanulók számára mennyire lehet közösségépítő hatása az eddig megvalósult programoknak?**

1- Egyáltalán nem; 5- Nagyon

**24. Ha igen, akkor milyen formában?**

Hosszú szöveges válasz

## NYILATKOZAT

### szakdolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Tóthné Czvik Leona  
A Hallgató Neptun kódja: XJYQFP  
A dolgozat címe: Kapcsolatépítés az iskolában  
A megjelenés éve: 2023  
A konzulens tanszék neve: Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, Kaposvári Campus, Neveléstudományi Intézet, Gyermeknevelési Tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott szakdolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, s 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 szellemi tulajdonkezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

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

Kelt: Kaposvár, 2023. év május hó 3. nap

  
Hallgató aláírása




**KONZULTÁCIÓS  
NYILATKOZAT**

A Tóthné Czvik Leona Katalin (hallgató Neptun azonosítója: XJYQFP) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a szakdolgozatot áttekinttem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A szakdolgozatot a záróvizsgán történő védeésre javaslom / nem javaslom<sup>1</sup>.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem\*<sup>2</sup>

Kelt: Kaposvár, 2023. év április hó 28. nap

  
Belső konzulens