

## Minősített jó gyakorlataink:

### „♣ TREF-FITT ♣”

Egészsnapi a Trefort Ágoston Műszaki Tagiskolájában

Az egészségnap program a testedzéstől, az egészséges táplálkozástól át, a lelki egészségig és a felszabadító hangulatú játékokig minden olyan tevékenységet felsorakoztat, amely megmutatja, hogy lehet másképp is élni, ugyanakkor az osztályközösség erősítését, sőt a tanár –diák kapcsolat fejlődését is eredményezheti.

A napot a nevelési igazgató helyettes vezetésével a diákönkormányzat kezdeményezésével állítják össze. 7 éve minden évben megrendezzük, sikere osztatlan, egyszerre juttat sikerélményhez, örömhöz, jó közérzethez, és olyan lehetőséghez, amely hétköznapi nem valósulhat meg.

### A „Jó gyakorlat” megvalósításának alapvető feltételei

Legalább 4-5 fő, a téma iránt érdeklődő, elkötelezett pedagógus.

Egyedi eszközigénye: számítógép/laptop, nyomtató, fénymásoló, fénymásolópapír, digitális fényképezőgép, GPS készülék, projektor, a mindennapos testneveléshez szükséges sporteszközök, gólyaláb, kerékpár, egyensúlyozó eszközök, stb.

Utazási támogatások is szükségesek - kerékpáros változat- a program megvalósításához.

### 1.1.1. A "Jó gyakorlat" szakmai, pedagógiai jellemzői

- **A „Jó gyakorlat” know how - jának leírása**

A játékok a közösségi nevelésben pótolhatatlan szerepet töltenek be, ezért az ilyen jellegű megmozdulás, melyet szervezünk, nagy lehetőségek kapuját nyitja ki előttünk. Az évek során többszöri megújulás után bővítettük a repertoárunkat és az általános ligeti eseményeket megtoldottuk egy pósteleki, városon kívüli kerékpáros rendezvénnyel is. Gyakorlatilag a jó elemeket kigyűjtve meghosszabbítottuk a rendezvényt egy kerékpáros túrával. Még változatosabbá, még vonzóbbá vált a program, amióta kerékpárral és busszal szervezünk kirándulást városunk külterületére. Ma már a fent említettek variánsaival állítjuk össze, és hirdetjük meg programunkat. Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a tanulók megismerjék a városunk környékét, mely számukra is fontos, mivel csaknem 70 %- uk a környező településekről jár be Békéscsabára.

Ez a program, tudásuk gyarapítására, fejlesztésére, baráti kapcsolatok elmélyítésére, kialakítására, az egészséges életmódra, a tudatos környezetvédelemre, annak megóvására, ad lehetőséget. Kiváló alkalmat biztosítunk arra, hogy a tanulók (nagy részvételi létszámmal) az iskola falain kívül szabadidejüket hasznosan töltve, bővítsék ismereteiket.

A „♣ TREF-FITT ♣” állomáskereső, és feladat leküzdő játék csoportmunkában, osztály szinten zajlik, és épít a tanulók a kalandvágyára, játékoságára, erősíti a kreativitásukat, a szervezőképességüket, illetve a csapatkonszenzusuk kialakítását is fejleszti. A töretlen érdeklődés, a siker – meggyőződésünk – is ebben rejlik. Csak az induló és a célállomás helyszínét, ahova érkezniük kell, adjuk meg nekik, a többi állomást térkép és segédeszközök segítségével kell megtalálniuk, és az ott kapott feladatokat, fejtörőket teljesíteniük.

A feladatok között, gyalog közlekednek a tanulók, csak a kerékpáros kirándulásnál van szükség busz bérlésére, azoknak a tanulóknak, akik vagy kollégisták, vagy távolabbról

járnak be. A többieknek tanári segítséggel –akik a környező településeken laknak- a környező településekről (Békés, Gyula, Doboz, Szabadkígyós, Újkígyós) megszervezzük a közös kerékpározást a helyszínen, ami már magában is egy különleges esemény. Ezáltal a költségeinket is csökkenteni tudjuk és a rendezvényt nem fenyegeti a magas útiköltség terhe. Így hátrányt nem szenvedhet egy tanuló sem, azok sem, akik anyagi nehézségekkel küzdenek. Ezért is népszerűek az egészségnapjaink. Egy csoporton belül élményt nyújt, sikerhez juttat tehetséges- és felzárkóztatásra szoruló tanulókat egyaránt.

Kiváló kompetenciafejlesztési lehetőségeket is ad a programunk. A szociális kompetenciák fejlesztését bizonyítják a verbális kommunikációk, a csoportkohézió fejlődése. Meggyőző tapasztalatunk a gyerekek motivációs szintjének emelkedése. A kommunikációval kapcsolatos ismeretek, szabályszerűségek, normák gyakoroltatására minden küldetés során törekszünk. Nagyon fontos, hogy a gyerekekkel meglátatjuk az összefüggéseket az egészséges életmód, a sportolás, és a környezettudatos magatartás között. Tevékenységközpontúsága miatt egyik legkedveltebb iskolai programjává vált a gyermekeknek

- ***Az újszerűség rövid bemutatása***

A „♣ TREF-FITT ♣” egy régen elfeledett, szabadidős foglalkozási forma, amely pont attól válik újszerűvé, hogy kiválóan alkalmazza a jó „hagyományokat” beépíti a mai modern gyors életvitelünkbe és komplexen átfogja a kompetenciaterületeket. Rávilágít a fontos feladatinkra és tanácsot, ötletet ad hogyan éljük életünket tudatosabban, egészségesebben jobban.

- Fejlődik a csoporthoz csatlakozás képessége, megtanulható a csoport demokratikus működése. Az együttműködés itt a tanulóknak minden esetben alap követelmény, e nélkül ugyan is, nem tudják megoldani az előttük álló feladatokat. A kooperáció fejlesztésének egyik leghatékonyabb formájának látjuk programunkat. A versengés felkészíti diákjainkat a mindennapi életre, s ebben az együttműködésnek is döntő szerepe van.
- Tanulóknak nem pusztán elméleti oldalról találkoznak az egészséggel, mint fogalommal, hanem játszva ügyességi és társas gyakorlati feladatok megoldásával vezetjük őket rá a tudatos felismerésre, a helyes válaszokra. Az új ismeretek a gyerekekben a kutatás, a tapasztalás segítségével eredményesebben és hosszabban rögzülnek, mint az iskolában bármilyen érdekesen átadott tudásanyag.

- ***A célcsoport bemutatása (korosztály, speciális célcsoport)***

A „♣ TREF-FITT ♣” –et, az iskola bármely korosztályos diákja végezni tudja, mivel a feladatok olyan általános kompetenciákat fejlesztenek, amihez nincs szükség semmilyen előképzettségre sem. A rendezvényeken még akár, az érdeklődő szülők is –aktívan - részt vehetnek.

A „♣ TREF-FITT ♣” a 10-18 éves korosztály számára szervezett szabadidős program.

- ***A "Jó gyakorlat" és a referenciaterület kapcsolata***

Tanulói ún. igazlító lapon kérdezzük rá az iskolai program sikerességére, illetve a szülői SZMK - ülés jegyzőkönyve támasztja alá a pozitív visszajelzést. Kérdőívvel mérjük a tanulói, tanári elégedettséget. A helyi rádió és sajtó figyelmét felhívjuk az eseményre. Iskolai honlapon, belső hálózaton dokumentálunk.

A hasznosulás tapasztalatai:

1. A tanulóink az általuk kitalált programok megszervezésével olyan tudásra tesznek szert, amit tanórákon nem tudnak elsajátítani.
2. A gyengébb tanulók a versenyeken való sikeres szereplésükkel nagyobb önbizalomra tehetnek szert, sikerélményhez juthatnak.
3. Olyan közösségi élményekben részesülhetnek, amelyeket egyébként más módon sokuknak nem lenne lehetősége megélni, átélni.
4. Pozitív életmód mintákat, ismereteket szerezhettek látens módon.
5. A gyerekek és a tanárok egyaránt szeretik az Egészségnapot tehát bevált, igazi „jó gyakorlat”

- ***A „Jó gyakorlat” eredményeinek bemutatása***

Az egészségnapon a tanulói teljesítményt több szempontból értékeljük: egy értékelő lapon az állomásfőnökök értékelik az azonnali teljesítményt, melynek során ügyességi feladatokat is és szellemi feladatokat is megoldanak a diákok.

A célállomáson egy versenybizottság működik, amely elektronikusan és papíron is elvégzi a pontok összegzését, és egy szorzószám segítségével a csapatidő is véglegesíti az eredményt.

- ***A "jó gyakorlat" továbbfejlesztésének bemutatása***

Az elmúlt évek során igen sokat fejlődött a program. Mindig számot vetettünk az addig elért eredményekről és igyekeztünk javítani a munkánkon. Ebben nagyon nagy segítségünkre voltak a tanulók, akik a legjobb „minőség ellenőrök”. Ugyan is a tanulók azonnal jelzik, ha mással nem az aktivitásukkal, hogy van még mit javítani. Szerencsénkre nem ez történt, hanem komoly tetszést váltotta ki a tanulók körében is ez a program, de megújulni sosem lehet elégszer. Ezért is fejlesztettük tovább a korábban csak a ligeti részre kiterjesztett feladatokat egy kerékpáros túrával az idén. Jó ötlet volt. Azt szoktuk ugye mondani, pihenni csak akkor tud az ember, ha elhagyja – még ha közelre is egy kicsit az otthonát, mert új élményekkel, impulzusokkal gazdagodik, és újszerű feladatokkal találja szembe magát. Ez természetesen az iskolai életre is igaz.

Mi is szeretnénk továbbfejlesztani a jó gyakorlatunkat, mégpedig az úszás, és fürdőkultúra felé. Természetesen a jó dolgokat tovább visszük, de nem lehet eleget hangsúlyozni, hogy hazánk bizony a fürdőkultúrában, gyógyvizekben rendkívül gazdag. Ezt szeretnénk tudatosítani a közeljövőben diákjaink számára, és jó példával, ötletekkel segíteni nekik ennek felismerését, hasznát, a mindennapi életben. Ez lesz az új kihívás számunkra!