



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA



Nemzeti
Tehetség Program

Beszámoló az NTP-SFT-18-0042 számú pályázathoz

Elnyert támogatás: 1 500 000 Ft

Sporttehetség gondozás 2018-19-es tanévben (komplex személyiségfejlesztés)

Tanév elején ősszel a relaxációs technikák és légző gyakorlatok elsajátításával kezdtük a sporttehetség foglalkozásokat.

Ezek a technikák nemcsak a sportolás területén segíthetik a jobb teljesítmény elérését, hanem a tanulásban és a mindennapi életben is támogatja CP-s tanulóinkat. A foglalkozások során sikerült a társas együttműködést is javítani, és az empátiás készségek is javultak, hiszen különböző osztályokból, különböző képességű tanulók együttes új ismeret elsajátítását jelentették ezek a foglalkozások hat órában.

A következő blokkban az érzékelés fejlesztése zajlott. Itt a különböző érzékleti területek foglalkoztató társasjátékok segítségével tapasztalatokat szereztek saját érzékszervi működéséről és gyakorolhatták a viszonyfogalmakat is, mint hideg-meleg, nehéz-könnyű stb.

Gyakoroltuk a távolság, sebesség és időbecslést, ami sportolóként fontos szempont számukra.

A tanulók stratégiai, tervezési készségeinek fejlesztésére dómazást és más élő társasjátékokat használtunk, valamint csapatversenyeket rendeztünk.

Ezek gyakorlása segítette a nyelvi kifejezőkészség, a társas együttműködés, a memória és az önértékelés javítását is.

Az önismeret fejlesztésére Dixit, Lélekpillangó, Érzelmek birodalma társasjátékokat használtuk, valamint az érzelempártyákat.

Az asszociációs játékok, nemcsak az önismeret, hanem az empátia és társismereti készségeket is javította, hiszen egymás gondolataira, érzéseire kellett reagálniuk.

Következő blokkunkban az önismeret mellett a figyelem és memória fejlesztése került fókuszba. A „Mi változott?”-játék során, nyomon kellett követniük először a tárgyak esetében beállt változásokat, majd az egymáson illetve helyzetükben létrejött változásokat kellett megfigyelni. A gyakorlatok növelték a kompetenciaérzést és javították az önbizalmat is. A komplex tehetségfejlesztésbe illeszkedően a személyiségfejlesztés, érzelmi intelligencia és a társas kompetenciák fejlesztését tartottuk szem előtt. Ezzel együtt a figyelem és memória mind a sport, mind a tanulás terén kiemelt fontossággal bír.

Az egymás iránti bizalom és az együttműködés további fejlesztésére és a szociális kompetenciák javítására a „szeretem- nem szeretem”, fiúk és lányok, távirat és tükörijáték segítségével igyekeztünk



Nemzeti Tehetség Program

EMBERI ERŐFORRÁSOK MINISZTERIUMA

Beszámoló az NTP-SFT-18-0042 számú pályázathoz

Elnyert támogatás: 1 500 000 Ft

ráhangolni a tanulókat. Láthatóan ez a legnehezebb terület a korosztály számára. Értő figyelemmel hallgatni és elfogadni mások preferenciáit vagy nehézségeit. Toleráns hozzáállás kifejlesztésére igyekeztünk a példa és mintaadás módszerét használni.

Kommunikációs helyzetgyakorlatokkal pedig segítettük a konfliktuskezelést.

Edzésterv, edzés módszerek: A program során megismerkedhettek diákjaink a különböző sportágak különböző edzéstechnikáival. Meghívott előadók Nagy Csaba és Márton Gábor, Szentendrei Tibor, Laklia József edzők. Majd az edzők bemutatták a sportág-specifikus edzési módszereket.



A gyakorlati alkalmak során a különböző sportágakat (adaptív evezés, kerekesszékes vívás, futóbicikli, szkander, boccia) kipróbálhatták a programban résztvevő diákok.

Az évben rendezett házi és országos versenyeken, sportági találkozókra belekóstolhattak a versenyzés adta izgalmaiba.

Pozitív személyiségjegyek alakítása: akarat erő, kitartás, önfegyelm, figyelemösszpontosítás, terhelhetőség növelése. Bár ezeket a személyiségjegyeket nem tudjuk – és nem is állt szándékunkban – mérni, ám mind a foglalkozást vezetőik, mind pedig az iskola egyéb pedagógusai meglepődve fedezték fel, hogy a programban részt vevő tanulók mindegyike jelentős változáson esett át, és ezt a változást mindannyian pozitívnak ítélték.



- Esetleges gyengébb területek fejlesztése:
 1. a társas készségek, az egymásra figyelés, egymás véleményének meghallgatása és figyelembe vétele, közös döntések kialakítása szintén jelentős fejlődést mutat.
 2. A nyelvi készségek közül elsősorban az érzések, gondolatok kifejezésének képessége erősödött.
 3. A kognitív készségek fejlődése közül a figyelem emelkedik ki.

- Megerősíteni és tudatosítani a sport pozitív hatásait: pozitív énkép kialakítása, önbizalom, önismeret fejlődése, mozgásfejlődés.



Ezt a célt is elérték tekintjük. A programban részt vett sportoló gyerekek önbizalma, tudatossága, céltudatossága



Nemzeti Tehetség Program

EMBERI ERŐFORRÁSOK MINISZTERIUMA

Beszámoló az NTP-SFT-18-0042 számú pályázathoz

Elnyert támogatás: 1 500 000 Ft

sokat erősödött. Szintén jelentős fejlődésnek tekintjük, hogy meg tanulták megfogalmazni céljaikat, az ezzel kapcsolatos érzéseiket. Tudatosan vallják, hogy a sport jelentős szerepet tölt be életükben, hogy mennyi pozitív változást generált, és a jövőben mindannyian folytatni is szeretnék.

A gyerekek minden héten nagy örömmel várták a következő foglalkozást. A program egyik varázsának bizonyult, hogy nem osztályfok vagy sportág szerint voltak csoportba beosztva, és így új közösség jött létre. A közösség révén kialakult a csoporttudat: „mi, sportolók”, akiknek terveik és céljai vannak.

Példaértékű volt a parasportolók sikere, a gyerekeket további erőfeszítésekre sarkallták beszámolt eredményeik. Egymásról is vettek példát, a szociális tanulás jelentősége csoporton belül igen erősnek mutatkozott. A meghívott példák, és az egymással való beszélgetés lehetőséget adott nekik arra, hogy rövidebb-hosszabb távú céljaikat megfogalmazzák, kifejezzék.

Szülők bevonása a programba: sajnos nem valósult meg. A szülőket továbbra sem sikerült elérnünk, a programokra nem jöttek el.

Jövőben nagyobb hangsúlyt kell fektetnünk a szülő szerepkör erősítésének.

Összességében elmondhatjuk, hogy az egész éves program segítette a társas kapcsolatok minőségének javulását, a tudatos értékválasztást, a kommunikációs készségek asszertívabb módját és az empátiás készségek fejlődését. A komplex személyiségfejlesztés tervezett céljait nagy részben megvalósultnak tekinthetjük.

Berente Ilona és Domokos Zsolt