

SOS TOOLKIT

MAGYAR VÁLTOZAT



SPORT • OPENS • SCHOOL



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

TARTALOMJEGYZÉK

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS	6
RÖVIDÍTÉSEK	7
BEVEZETÉS	8
ELSŐ RÉSZ	10
AZ SOS PROJEKT ELEMZÉSE	10
A 15 TÉMAKÖR LÉTREHOZÁSA	13
MÁSODIK RÉSZ	17
KIKNEK KÉSZÜLT AZ SOS ESZKÖZTÁR	17
HOGYAN KELL AZ SOS ESZKÖZTÁRAT HASZNÁLNI	18
HARMADIK RÉSZ	21
A PROJEKT KIVITELEZÉSE	21
Tervezés, tanárok képzése és az SOS testnevelés tanítási modul tesztelése	21
Beszámolók a tesztelésről	23
PROJEKTANALÍZIS	27
A testnevelő tanárok álláspontja	27
A diákok nézőpontja	33
SOS ELLENŐRZŐLISTA	39
KÖVETKEZTETÉSEK	40
MELLÉKLETEK	
AZ SOS KÁRTYACSOMAG	41
Sportelmélet, a sport technikái és oktatási módszerei	42
Az iskolai környezethez igazított sportoktatás	44
Testi és lelki jóllét	46
A sport nevelési szerepe: az íratlan szabályok	48
Egészségfejlesztő fizikai aktivitás	50
Sport és emberi jogok	54
Sportszerűség	56
Erőszak a sportban	58

Diszkrimináció és rasszizmusellenesség	60
A sportértékek	62
Teljesítmény nyomás alatt	66
Önmenedzselés	68
Felelősségtudat/ Irányítás	70
Önmotiváció és mások motiválása	72
Együttműködés/csoportmunka	74
SOS FELADATOK	76
Frontális munkák / csoportmunkák	77
A százlábú – Halászfogó	78
Fókuszcsoport az egészségfejlesztő fizikai aktivitásról	79
Hit & Run	80
Havi kihívás	81
HIIT	83
Nyújtás	85
Tervezzünk együtt	87
Önellenőrző tevékenység	88
Kvíz	89
Inkluzív sport	90
Csoportos megbeszélés a sportban tapasztalható erőszakról	91
„Kártyák” a sporterőszak ellen	92
Hagyományos játékok	94
Filmek és vita	95
Szófelhők készítése	97
A sportszerűség pillanatai	98
Kreatív felszerelés	99
Piroska és a farkas	100
Aknamező	101
Fesztivál	102
Tengerparti nyaralás	103
Chernoball	104
Tutaj váltóverseny	105
Tris váltóverseny	106
Gyakorlat-váltóverseny	107
Kosárlabda - Passz és dobás	108
Kosárlabda – Passz, labdavezetés és dobás	109
Kosárlabda játék	110
Virtuális tájékozódás	111
Túlélők	112
IRODALOM	113

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Az SOS - Sport Opens School projektet az Európai Unió Erasmus+ programja finanszírozza.

Ezt az eszköztárat az SOS projekt szakértőiből álló csapata készítette:
Marianna Pavan, Marta Gravina és Laura Brazzarola.

Szeretnénk megköszönni az SOS oktatók munkáját: *Francesco Uguagliati, Roberto Taffara, Silvia Cerea, Leonardo Busca, Simonetta Bortolami, Jacopo Tognon, Daniela Drago, Iulian Vrinceanu, Mariana Andone, Mojca Doupona Topič és Laura Capranica.*

Külön köszönet illeti az iskolai koordinátorokat: *Ana Maria Rotaru, José Vinagre, Annalisa Caicci, Szilvia Ferenczi*, a projektben részt vevő testnevelő tanárokat és *Valentina Mariotto.*

Az SOS csapata köszönettel tartozik annak a számos diáknak is, akik lelkesen vettek részt a projektben.

Az Európai Bizottság e kiadvány elkészítéséhez nyújtott támogatása nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely csak a szerzők nézeteit tükrözi, és a bizottság nem tehető felelőssé a kiadványban található információk esetleges felhasználásáért.

Grafikai tervezés: Giacomo Simioni

© SOS project, 2021

MINDEN JOG FENNTARTVA

EZ A KIADVÁNY EGÉSZBEN VAGY RÉSZBEN REPRODUKÁLHATÓ A FORRÁST FELTÜNTETÉSÉVEL. AZ ERRŐL VALÓ ÉRTESÜLÉST ÖRÖMMEL VENNÉNK.

RÖVIDÍTÉSEK

BPN = Alapvető pszichológiai szükségletek

EC = Európai Bizottság

ETS = Nevelés a sporton keresztül

EU = Európai

EUROSTAT = EURÓpai STATisztika (az Európai Unió statisztikai hivatala)

FARE = Football Against Racism in Europe (Labdarúgás a rasszizmus ellen Európában szervezet)

HEPA = Az egészségjavító fizikai aktivitást népszerűsítő európai hálózat

HIIT = Magas intenzitású intervallum edzés

HRC = Emberi Jogi Tanács

IOC = Nemzetközi Olimpiai Bizottság

KC= Kulcskompetenciák

LIIS = Alacsony intenzitású kardió

NGO = Nem kormányzati szervezetek (NGO-k)

PA = Fizikai aktivitás

PE = Testnevelés

PYD = Pozitív ifjúságfejlesztés

SDP= Sport a fejlődésért és a békéért

SDP= Sport a fejlődésért és a békéért

SMART-method = SMART-módszer - Specifikus, Mérhető, Elérhető, Reális, Határidőhöz kötött

SOS = Sport Opens School

TPB = A tervezett viselkedés elmélete

TPSR = A személyes és társadalmi felelősségvállalás oktatása

UDHR = Az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata

UN = Egyesült Nemzetek

UNESCO = Az Egyesült Nemzetek Oktatási, Tudományos és Kulturális Szervezete

UNGA = ENSZ Közgyűlése

UNICEF = Egyesült Nemzetek Gyermekalapja

WHO = Egészségügyi Világszervezet

BEVEZETÉS

A Sport Opens School (SOS) egy olyan projekt, amely a sport által képviselt három célon alapul. Felismeri egyrészt a testmozgás fontosságát, másrészt azt a döntő szerepet, amelyet az iskolai testnevelés tanítása játszhat a társadalmi értékek közvetítésében és az életvezetési készségek fejlesztésében.

A projekt fő célja az volt, hogy a középiskolai testnevelő tanárok számára olyan innovatív oktatási modult biztosítson, amely növeli a serdülők sportban való részvételét, tisztességes játékra, toleranciára és befogadásra oktatja őket a zaklatás elkerülése érdekében, és végül az élethez és pályaalkalmassághoz szükséges készségeket biztosít a tanulóknak.

Az Európai Tanács 2000-ben már elismerte azokat a nevelési értékeket, amelyeket a sport közvetíthet, kimondva, hogy „a sport alapvető társadalmi, oktatási és kulturális értékeken nyugvó emberi tevékenység” (EU Council, 2000).

Ráadásul az SOS projekt számos sporttal kapcsolatos EU dokumentumra épít, hangsúlyozva a sport oktatási és egészségjavító eszközként betöltött fontos szerepét.

A projekt fő céljai a következők voltak:

- Olyan középiskolai testnevelés oktatási modul létrehozása, amely figyelembe veszi a testmozgás (egészségfejlesztés), a sportetika (sportszerűség, integritás, zaklatás elleni küzdelem) és az életvezetési készségek fontosságát.
- A projektben részt vevő diákok életvezetési készségeinek és pályaalkalmasságának fejlesztése.
- A testnevelő tanárok képzése, hogy megvalósíthassák ezt a tanítási modult, és munkájuk során részt vegyenek a fejlesztésében és módosításában.
- A modul alkalmazható legyen bármely európai középiskolában, beleértve a nem sportiskolákat is.
- A testnevelés jelentőségének újrapozícionálása. A nem sportiskolákban is javuljon a testmozgás oktatásának fontosságára vonatkozó felfogás.

A projekt kapcsolatot teremt a sport társadalmi szerepvállalása és az Európai Bizottság által a fiatalok pszichofizikai jóllétének fenntartása érdekében javasolt egyes kulcskompetenciák fejlesztése között (KC6 „Szociális és állampolgári kompetencia” és KC7 „Kezdeményezőképeség és vállalkozói szellem”). Bizonyított, hogy számos pozitív fejlődési mutató kapcsolódik a sportban való részvételhez, ideértve a javuló önértékelést, az érzelmi szabályozást, a problémamegoldást, a célélérést, a szociális készségeket, valamint a tanulmányi és szakmai teljesítményt. A jól képzett testnevelő tanárok segíthetnek a társak közötti jó kapcsolatok kialakításában, az életvezetési készségek fejlesztésében, különös tekintettel a kezdeményezőképeségre, a vezetői képességekre, a tiszteletre és a csapatmunkára. Az UNESCO Worldwide Survey of School Physical Education (2013) szerint az iskolai autonómia egyenlőtlenségeket eredményezhet, és néha előfordul, hogy a testnevelés alárendelődik más fontosabbnak ítélt tantárgyaknak.

Az EU Bizottság (2016) ajánlásait követve alapvető fontosságú a tanárképzés

támogatása, mert az oktatási intézményekben ez befolyásolja leginkább a tanulók teljesítményét. Inspirálhatja és segítheti a tanulókat a magasabb szintű és relevánsabb készségek elsajátításában. Ezen túlmenően a tanárok folyamatos képzése kreativitásuk és innovációjuk ösztönzését, készségeik frissítését eredményezi, valamint lehetőséget biztosít számukra, hogy új karrierlehetőségekre használják őket UNESCO, a autonomia das escolas produz disparidades e, por vezes, acontece que o PE pode dar lugar a outras matérias consideradas mais importantes.

Az Eurydice-jelentés (2002) szerint az európai kulcskompetenciák fejlesztése minden uniós országban fontos cél. Ezeknek a kulcskompetenciáknak a fejlesztése a fiatalokban és a felnőttoktatásban teljes mértékben beépül az SOS projekt céljaiba: a fiatalok tudása, készségei és attitűdjei megfelelően fejleszthetők formális és nem formális oktatási programokon keresztül; a testnevelő tanárok lehetőséget kapnak készségeik és kompetenciáik frissítésére.

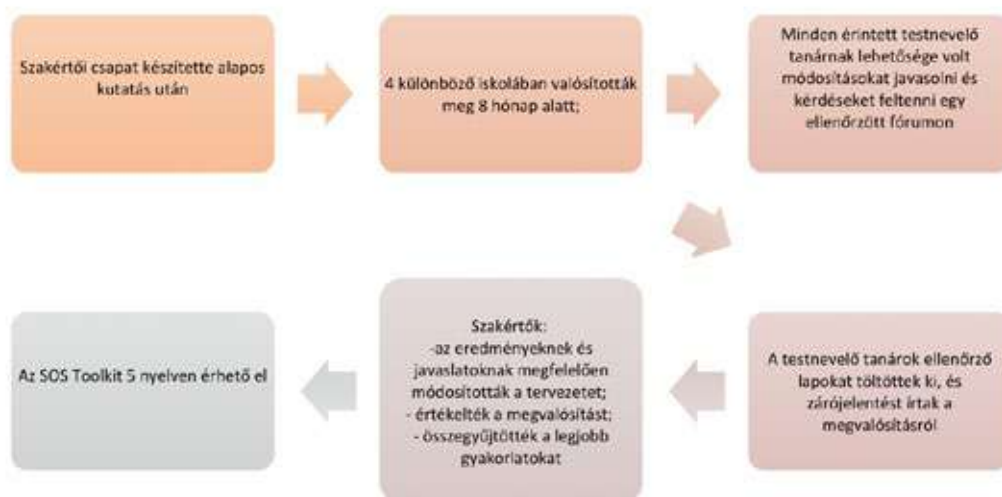
A megalkotott SOS oktatási modul mind tartalmát, mind céljait tekintve nagyon innovatív. Valójában 3 fő témát kíván lefedni: egészség; sportszerűség/integritás és életvezetési készségek.

Az újdonság abból áll, hogy megpróbáljuk ezeket egy olyan oktatási modullá egyesíteni, amely a következő célokat szolgálja:

- A sport, mint egészségfejlesztő eszköz fontosságának előmozdítása;
- Az emberi jogi kérdések tudatosítása és a tanulók kapcsolatainak erősítése a sportszerűség és az integritás sporton keresztüli tanításán át;
- A tanulók felkészítése a jövőbeli munkákra és a mindennapi életben való interakciókra az élethez és a pályaalkalmassághoz szükséges készségek sporton keresztüli tanításának köszönhetően.

Az innovatív szempont egy olyan lebilincselő és egyben hasznos modul létrehozása, amely a sportközépiskolákban való tesztelés után az általános középiskolákba is könnyen átvihető lesz.

A projekt minőségét felülről lefelé és alulról építkező minőséget alkalmazó szakértői csapat biztosította.



1. RÉSZ

AZ SOS PROJEKT INDOKLÁSA

A Sport Opens School (SOS) projekt megalkotása abból a feltételezésből fakad, hogy a testnevelés ugyanolyan fontos, mint a többi tantárgy, mert alapvető készségeket és értékeket közvetít a tanulók felé. Maga a sport azonban nem tölti be automatikusan nevelő funkcióját, a készségeket, értékeket tudatosan kell átadni a tanulóknak. Ebben a testnevelő tanárok alapvető szerepet játszanak. Ezért képezni kell őket a megfelelő módszertani készségek és eszközök elsajátítására. Az SOS projektcsapat által kidolgozott új oktatási módszer a testnevelési programok minőségével és az érintett tanárok képzettségével kapcsolatos problémát kívánja kezelni (EU Bizottság – A sport európai dimenziójának fejlesztése, 2011).

Az SOS projektcsapat által javasolt új sportoktatási vízió egy innovatív testnevelés oktatási modult eredményezett, amelyet 4 partneriskolában teszteltek, és a sport szerepére fókuszál három fő cél fejlesztése érdekében:

- a fiatalok egészségének és jóllétének javítása;
- az alapvető társadalmi értékek átadása a fiataloknak (sportszerűség, integritás, tolerancia, befogadás);
- élethez és pályaalkalmassághoz szükséges készségek fejlesztése.

The SOS PE teaching module:



A sport informális nevelési erejét EU-szinten széles körben elismerik, és a White Paper on Sport (EU Bizottság, 2007) kiemeli az iskolai testnevelés fontosságát, mivel az mind a fiatalok egészsége, mind pozitív fejlődésük szempontjából jelentős. A pozitív fejlődés azonban nem automatikus következménye a sportban való részvételnek (Coakley, 2011), más tevékenységekkel kell kombinálni a tanulók állampolgári és társadalmi szerepvállalása érdekében (Wiese Bjornstal és Weiss, 2009). Ez a kérdés azért fontos különösen, mert a legtöbb középiskola testnevelési programjából még mindig hiányzik az innovatív tanítási modell, amely ötvözi a motoros és a nem motoros készségorientált megközelítést a sportszerűség és a tolerancia elsajátítására, a bántalmazás megelőzésére, valamint a fiatalok élethez és pályalkalmassághoz szükséges készségek fejlesztésére.

Az SOS projekt választ ad arra, hogy hogyan érjünk el hatékony eredményeket egy új testnevelési programmal, bemutatva, hogy a sporttevékenységek hogyan lehetnek hatékony eszközei a tanulók személyes és szociális készségei fejlesztésének, ha helyesen határozzuk meg a tanulási fókuszokat. Valójában egyes sporttanulási megközelítések manapság arra a meggyőződésre épülnek, hogy a sportértékeket integrálni kell a testnevelési programokba, nem pedig külön tanítani, hogy hatékonyabbak legyenek (Goudas, 2010). Ezért világos, reális és mérhető eredményekkel kell megtervezni a speciális oktatási célú, a szociális kompetenciák kezelésének és az ifjúság társadalmi átalakulásának integrálását és megvalósítását. Mivel az új megközelítés a sport és a testmozgás hozzáigazítását jelenti az új tanulási célokhoz, az első fő cél az, hogy biztonságos környezetet teremtsünk a tanulók között, néhány estében felülkerekedve a hagyományos teljesítményalapú oktatási környezeten. A testnevelés rekreációs megközelítésében a tanárok elsődleges célja, hogy segítsék a tanulókat a kapcsolódásban, a gőz kiengedésében és a társaikkal való együttműködésben annak érdekében, hogy az élmény mindenki számára élvezetes legyen (Ennist, 2017).



Új megközelítést kell kialakítani a következő lépések szerint:

- Mérje fel az osztályt és a tanulók igényeit
- Határozzon meg különböző beavatkozási modelleket a három SOS pillér alapján mindenre kiterjedő módon
- Tevékenységek tervezése új oktatási célok alapján:
 - Tervezze meg a tevékenységet sport alapú megközelítéssel
 - A tevékenység felépítése a nem motoros készségek fejlesztésére is összpontosítva
 - Válassza ki az új oktatási célhoz igazodó módszertant (szerepjáték; outdoor tapasztalati tanulás; vita; tanulói visszajelzések)
- Értékelje az eredményeket, kísérelje meg egyedivé tenni a fejlesztendő területeket és feltételeket a tevékenységek egyes elemeinek újradefiniálásához.

Ez a megközelítés a testnevelő tanárok - akik hajlamosak inkább az edzői szerephez kapcsolódó készségeket fejleszteni - újszerepének teszteléséhez vezet, ennek következményeként a tanárok olyan tanulási közösséget építhetnek, ahol a tanulók együtt fejleszthetik a kezdeményező-készséget, a pozitív vezetői készségeket, a sportban való részvétel új motivációját, az együttműködést és az egymás iránti felelősségérzetet.

A 15 TÉMAKÖR LÉTREHOZÁSA

Az új oktatási programba az SOS projektcsapat minden olyan dimenziót beépített, amelyet a sport - mint átfogó módszer - elősegíthet a fiatalok pozitív fejlődésében. Ennek az új tanítási modulnak a diákokra a rövid távú hatása az lesz, hogy felhívja a figyelmüket a sport szerepére a sportszerűség, az integritás, az egyenlőség és az egészség előmozdításában, valamint hosszú távú hatással is lesz azáltal, hogy felkészíti a tanulókat a mindennapi életre és jövőbeni pályaalkamasságra.

Három fő pillérre épülő új oktatási modult hoztunk létre, amelyek 15 témát foglalnak magukban. Nyilvánvaló, hogy ezek mind összefonódnak, gyakorlati okokból és mélyreható elemzés céljából azonban három fő pillérbe gyűjtöttük őket:

• Fizikai aktivitás és egészség

- A sport elmélete, technikai és oktatási módszerei
- Az iskolai környezethez igazított sportoktatás
- Fizikai és lelki jóllét
- A sport nevelési szerepe: az íratlan szabályok
- Egészségfejlesztő fizikai aktivitás

• Sportszerűség és integritás

- Sport és emberi jogok
- Sportszerűség
- Sporterőszak
- Diszkriminációellenesség és rasszizmus
- Sportértékek

• Életvezetési és pályaalkamassági készségek

- Jó teljesítmény nyomás alatt
- Önmenedzselés
- Felelősségtudat/irányítás
- Önmotiváció és mások motiválása
- Együttműködés/csapatmunka

• Fizikai aktivitás és egészség

Közismert, hogy az egészséges életmód iskolai népszerűsítésének elve ütközik a tanulók korlátozott sportolási lehetőségeivel és a mozgásszegény életmódot elősegítő jelenlegi körülményekkel, mint például a sportolásra kevesebb időt szánó iskolai tantervek és a mobil eszközök növekvő használata.

Ebben a nehéz keretben sürgetővé vált az örömteli sportélmények népszerűsítése a fiatalok körében. A különböző vonzó, és minden tanuló számára elérhető sportolási lehetőségek meghatározása az egyik módja lehet a helytelen életmód következményeivel kapcsolatos tudatosság növelésének. Sőt, a modern technológia használatának köszönhetően, mint például a digitális alkalmazások, a fiataloknak lehetőségük van visszajelzéseket adni és kapni sportolás közben, és ez hasznos lehet a motoros tevékenységekkel kapcsolatos önhatékonyság érzésének fejlesztésében. Ez a felfogás jobb testi és szellemi jóllétet fog eredményezni, valamint új motivációt adhat a fizikailag aktív életmódhoz az iskolai környezetten kívül is. Az egészségügyi pillérnek az SOS tervezésébe való beépítése által minden diák megtapasztalhatja önrendelkezését, mint mentális jóllétének egyik alapvető aspektusát.

Végül, a tanítási modelleknek figyelembe kell venniük a kortárs együttműködés, a kreativitás és az összetartozás érzésének olyan tényezőit, amelyek relevánsak a fiatalok körében.

• Sportszerűség és integritás

A sport társadalmi hatásával ritkán foglalkoznak a középiskolák testnevelési programjai. A sportnak a társadalomban betöltött lehetséges pozitív szerepét az iskolában meg kell vitatni. A tisztességes játék, a társadalmi befogadás a sportban és a sporton keresztül, a sportban való erőszak és rasszizmus elleni küzdelem, a diszkriminációellenesség, az integritás mind olyan témák, amelyeket a tanulóknak meg kell ismerniük. A testnevelési tantervek gyakran elsősorban a tanítás fizikai részére összpontosítanak. Ugyanakkor az etikai rész is el kell nyerve szerepét a tanításban.

A sportszerűség például olyan témának tűnhet, melyet mindenki ismer. Mindazonáltal nem magától értetődő, hogyan tanítsuk meg, és hogyan alkalmazzuk a sport területén és azon kívül. Valójában a sport pozitív attitűdje a pedagógusok és az edzők magatartásától is függ. Például egy edző, aki a „mindenáron nyerni” attitűdöt hangsúlyozza, negatívan befolyásolja a sportolók sportélményét. A sportról alkotott helytelen elképzelések leküzdése érdekében a tanároknak fő célként az örömteli sportolást és az egyéni képességek fejlesztését kell előmozdítaniuk. Pozitív példák bemutatásával a tanároknak ösztönözniük kell a közreműködést, lehetővé kell tenniük minden diák részvételét a döntéshozatalban, és minden tevékenység során hangsúlyozniuk kell visszajelzéseik fontosságát. Ezáltal növelhetik a csapathoz tartozás érzését, beépítve a sport pozitív értékét a tanulók tananyagába. Ugyanakkor a tanuló személyes életkörnyezetébe tartozó más személyek, például a szülők bevonása is elősegítheti a tanulók sport iránti pozitív attitűdjének kialakítását. Ha a szülők elismerik a testnevelő tanárok pozitív attitűd koncepcióját, a reális teljesítmény-elvárást, valamint a lehetséges szorongásos állapotok vagy agresszív viselkedések leküzdésének törekvését, akkor könnyebb elérni a várt hatást. Ez megakadályozhatja az esetleges zaklatási epizódokat az iskolában és azon kívül is.

Ezen kívül a tanulók olyan alapelveket is elsajátíthatnak, mint a diszkriminációellenesség és a rasszizmus elleni küzdelem a sporton keresztül. A sporttevékenységek önmagukban megtaníthatják őket az egyenlőségre, de az is hasznos lehet, ha meghallgatják a diszkriminált emberek/sportolók élettörténetét. A fogyatékkal élők helyébe is belehelyezhetik magukat, hogy megértsék, milyen akadályokkal szembesülnek a sportoláshoz való hozzáférés és annak gyakorlása során. Mindez hozzásegíti őket a sport kritikai megértéséhez.

Végül pedig a tanórán kívüli, vagy interdiszciplináris tevékenységeknek köszönhetően felismerhetik a sport potenciális erejét az emberi jogok és a fejlődés előmozdításában (UNICEF 2004; UNGA 2004, 2007, 2014a, 2014b). A diákok megtanulhatják, hogyan használható a sport társadalmi problémák megoldására és a társadalmi befogadás fokozására (ENSZ Emberi Jogi Bizottsága 2015). Bővíthetik ismereteiket a sport pozitív társadalmi változások támogatásában fontos szerepéről. Így a sport gyakorlása közben a sport potenciális társadalmi szerepét is figyelembe vehetik az emberek testi és lelki jóllétének javítása érdekében. Ez kulcsfontosságú a befogadó és toleráns társadalmak felépítéséhez.

• Életvezetési és pályaaalkalmassági készségek

A csapatmunka, a felelősségtudat/vezetés és a motiváció három fontos készség, amelyet el kell sajátítani az élethez szükséges készségek közül. A testnevelés alapvető szerepet játszhat e kompetenciák elsajátításában, valamint az oktatási és sportkörnyezetben elsajátított készségek mindennapi életébe való átültetésében. Így az utánpótlássport tökéletes lehetőséget biztosít a fiataloknak a szociális készségek elsajátítására és fejlesztésére. Fontos azonban különbséget tenni, hogy mi a „sport” mint társadalmi tényező, és mi a „sport és testmozgás” mint lehetséges oktatási eszköz. A Henning Eichberg (2010) által bevezetett „sportoktatás különböző megközelítései” adhat egy világos keretet, amelyen belül a tanárok meghatározhatják módszertanukat (Foldi et al., 2013).

- A Sportra nevelés koncepció fő célja a motoros képességek és kompetenciák fejlesztése a sportteljesítmény szempontjából. A módszertan hagyományos, különböző sportágak gyakorlásán keresztül valósul meg. A formális oktatásban alkalmazott tipikus módszer.
- A Sport által végzett nevelés összetettebb folyamat, és olyan konkrét célokat foglal magában, mint például az egészségügy és a jóllét kezelése. A fő cél az egészséges életmód tudatosítása a társadalomban, támogatva a „sport mindenki számára” koncepciót, mint egy olyan eszközt, amely az embereket az egyéni jólléti folyamatokról tanítja.
- A Sporton keresztüli nevelés (ETS) megközelítés céljait és várható eredményeit tekintve sokkal mélyebb, és holisztikus perspektívát alkalmaz. Ez a megközelítés a sportelemek oktatási célú integrációjából és megvalósításából áll, egy társadalmi probléma megoldása, a szociális kompetenciák fejlesztése és a tartós társadalmi átalakulás előidézése érdekében. Az egész oktatási folyamat tervezett és előkészített. Ezt követően egyértelmű, reális és mérhető eredmények várhatók. Az ETS egzisztenciális tanulást hoz létre az emberek között. Az ETS révén tartós társadalmi változás várható. Célja, hogy lehetővé tegye az önrendelkezést és előidézze a fenntartható társadalmi átalakulást. Az ETS a tapasztalati módszerek sportalapú megközelítésének tekinthető (Kolb 1984). Ez a módszer támogatja a tanulókat a tapasztalatszerzésben, a sportjátékot helyezve a tevékenység középpontjába, és nagyobb jelentőséget tulajdonít a tanulók visszajelzéseinek a játék folyamatairól és saját viselkedésükről, mint magának a teljesítménynek. Azáltal, hogy a gyakorlatok egy közös reflexiós folyamattal (alapvető szabályokat tartalmazó irányított kérdések) zárulnak, a tanárok maguk is változáson mennek át, és felhasználhatják a tanult új készségeket.

A sportjátékok élményszerű tanulásra való felhasználása akkor válik eredményessé, ha:

- Motiválóak, kooperatívok és interdiszciplinárisak
- Megfelelnek az oktatási céloknak
- Lehetővé teszik a problémás helyzetek megoldását, a fogalmak gyakorlati helyzetekben történő alkalmazását

- Előnyben részesítik a szóbeli kifejezést és a kulturális tudatosságot mások iránt (nem ítélező tanulási módszer, amely folyamatokról és viselkedésekről ad visszajelzést, nem az emberekről)

A kísérleti terv terjesztésének szükségességét hangsúlyozzák azok a kutatások, amelyek rávilágítanak a sport és az élethez szükséges készségek közötti szoros kapcsolatra (Gould és Carson, 2008). A tapasztalati tanulás megközelítés az életképesség-fejlesztés módszertanának egyik legjobb módjának bizonyult az elmúlt években. Ez a módszertan a múltban már tesztelt elméleti eszközöket tartalmazza. Chapman et al. (1995) felsorolták azokat a tényezőket, amelyeknek jelen kell lenniük ahhoz, hogy egy tevékenységet vagy módszert „tapasztalati”-ként definiáljanak.

Az ETS-szemléletű tevékenységek hatékonyabb megtervezéséhez, amint azt néhány korábbi tanulmány már javasolta (Saricscsany 1993; Carlson 1994), szükséges a hagyományos sportjátékok újrafogalmazása az „örömfaktorral” kiegészítve a testnevelésben. A „örömfaktor” fogalmának kiterjesztése jelentheti például a játékvezetés, az időbeosztás megszervezésének vagy a játékosok megfelelő pozícióba helyezésének felelősségét, valamint a csapatmunkát, az együttműködést és az új készségek elsajátítását. A sportoktatás lehet az a lehetőség, amely lehetővé teszi ezt az újrafogalmazást, amely kiterjeszti az „öröm” fogalmát a csapatmunkára és a társasági életre is. A vezetői készségek esetében az ifjúsági vezetői fejlesztés szándékos erőfeszítéseket igényel hatékony edzők és testnevelők részéről, ahol a fiatalok nemcsak vezetői lehetőségeket kapnak, hanem azt is megtanítják nekik, hogyan legyenek hatékonyak ezekben a szerepekben (Gould, Voelker és Griffes 2013.).

A középiskolai edzők fontos szerepet játszanak abban, hogy segítsék a tanulókat életképességeik fejlesztésében sporttevékenységük révén, új olyan szociális, vezetői készségeket sajátítsanak el, amelyek értékessé tehetik szakmai útjukat.

2. RÉSZ

KINEK SZÓL AZ SOS ESZKÖZTÁR?

- Hatékonyabb módszereket szeretne alkalmazni diákjai testnevelés órákra való bevonására?
- Szeretné felkelteni érdeklődésüket az emberi jogok és a sportszerűség iránt?
- Keresi a módokat a tanulók tanórán kívüli tevékenységekbe való bevonásának növelésére?
- Fontolgatja a puha-készségek oktatásának bevezetését az óráin?

Akkor olvasson tovább!

Ez az eszköztár a következőknek készült:

- középiskolai testnevelő tanárok
- középiskolai tanárok
- középiskolai igazgatók
- pedagógusok
- edzők
- civil társadalmi szervezetek, beleértve az oktatással foglalkozó nem kormányzati szervezeteket (NGO-k)
- akadémiai intézmények
- nemzeti olimpiai bizottságok

Az SOS eszköztár elsősorban a középiskolák testnevelő tanárait célozza meg. Mind elméleti támogatást, mind gyakorlati eszközöket tartalmaz, amelyek segítik az eszköztárban szereplő koncepciók gyakorlati megvalósítását.

AZ SOS TOOLKIT HASZNÁLATA

ÉRTENI:

OPTION
01 A SPORT
NEVELŐ SZEREPE

A PE LEHETSÉGES FELHASZNÁLÁSA
EGÉSZSÉGJAVÍTÓ CÉLOKRA

OPTION
02

OPTION
03 A SPORT SZEREPE A
DISZKRIMINÁCIÓELLENES
TEVÉKENYSÉGEK ELŐMOZDÍTÁSÁBAN

HOGYAN TANÍTHATJA A SPORT
AZ EMBERI JOGOKAT ÉS A
SPORTSZERŰSÉGET?

OPTION
04

OPTION
05 HOGYAN FEJLESZTHETI A SPORT
AZ ÉLETKÉSZSÉGEKET

HOGYAN LEHET BIZONYOS PROBLÉMAKAT
(KIREKESZTÉS, ZAKLATÁS STB.) KEZELNI
A SPORTON KERESZTÜL

OPTION
06

OPTION
07 HOGYAN VALÓSÍTSUK
MEG AZ SOS TEVÉKENYSÉGEKET

TANULNI:

OPTION

01

MÁS KÖZÉPISKOLÁK
LEGJOBB GYAKORLATAIRÓL

A SPORTTEVÉKENYSÉGEK ONLINE
TÖRTÉNYŐ LEBONYOLÍTÁSÁRÓL

OPTION

02

OPTION

03

A TANULÓK NÉZŐPONTJÁRÓL
A PUHA KÉSZÉGEK TANULÁSÁRÓL

AZ INNOVATÍV TESTNEVELÉS -
MODUL FONTOSSÁGÁRÓL

OPTION

04

OPTION

05

NÉHÁNY VÉGREHAJTHATÓ
TEVÉKENYSÉGRŐL

AZ ISKOLAI KÖRNYEZET SPORT
ÁLTALI ÁTALAKÍTÁSÁRÓL

OPTION

06

OPTION

07

A DIÁKOK EMBERI JOGOK
ÉS SPORTÉRTÉKEK IRÁNTI
ÉRDEKLŐDÉSÉRŐL

Az SOS Toolkit elméleti tartalmat és gyakorlati példákat is kínál az elméletre utaló gyakorlatok megvalósítására.

Mind a 15 témához tartozik egy tanítási lap és néhány gyakorlat.

A VASTAGON SZEDETT SZÁM(OK) AZT JELZI(K), HOGY A TEVÉKENYSÉG MELY TÉMÁVAL FOGLALKOZIK.

MINDEN TEVÉKENYSÉG FŐKÉNT EGY FŐ PILLÉRHEZ TARTOZIK, AMELYET EGY SZIMBÓLUM KÉPVISEL.

A LEGTÖBB TEVÉKENYSÉG AZONBAN - INTERDISZCIPLINÁRIS - TÖBB PILLÉRT IS ÉRINT.



1. pillér | Fizikai aktivitás és egészség FRONTÁLIS MUNKÁK/CSOPORTMUNKÁK

Témák:

2, 3, 5 (6, 10)

A ZÁRÓJELBEN LÉVŐ SZÁMOK AZT JELZIK, HOGY A TEVÉKENYSÉG MEGVALÓSÍTÁSA MILYEN EGYÉB TÉMÁKAT ÉRINT.

Életkor:

Minden életkor (különböző eszközök a résztvevők életkorától függően)

Résztvevők száma:

Min: 5 Max: 20

Szükséges eszközök:

Projektor és diák

Helyszín:

iskola, otthon

Időtartam:

30 perc

A TEVÉKENYSÉGEKET ELSŐSORBAN ISKOLAI GYAKORLÁSRA TERVEZTÉK, DE LEGTÖBBJÜK TÁVOKTATÁSRA IS ALKALMAS.

Tevékenység leírása:

Frontális előadás vagy csoportmunka a sport előnyeiről és a testmozgás fontosságáról:

- 1.** Bevezetés: a testmozgás és a sporttevékenység meghatározása.
- 2.** Az Egészségügyi Világszervezet (WHO; 2010) iránymutatásai:
A testmozgás ajánlott mennyisége.
- 3.** A testmozgás pozitív hatása a fizikai jólétre: (2. típusú cukorbetegség, magas vérnyomás, elhízás, kardiovaszkuláris betegségek, csontritkulás és kognitív károsodások).
- 4.** A testmozgás pozitív hatása a mentális jólétre: pozitív testkép és magas önértékelés kialakulása az önhatékonyság, a fizikai kompetencia érzékelésén keresztül.
- 5.** Egyéb releváns témák bevonása .

3. RÉSZ

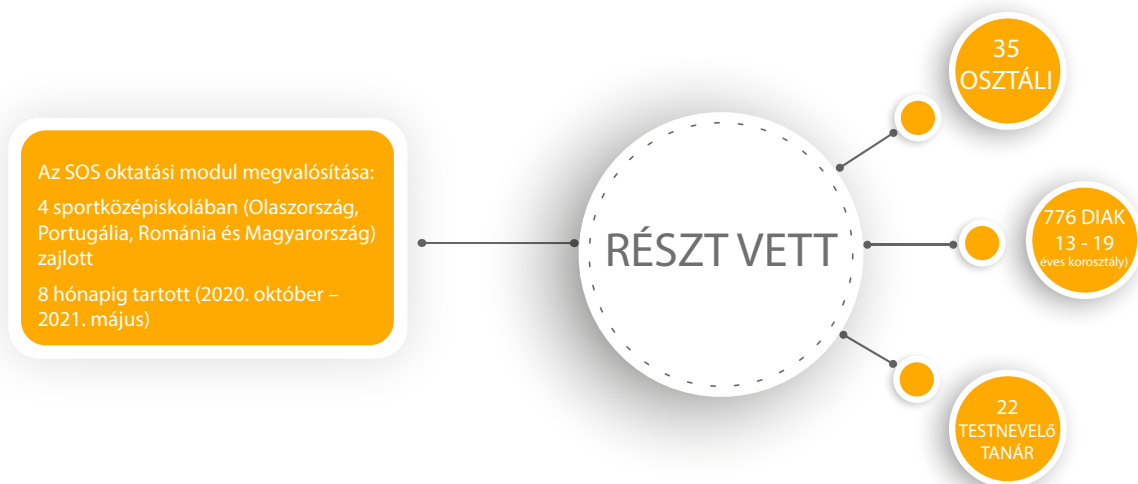
PROJEKT KIVITELEZÉSE

Az SOS testnevelési modul tervezése, oktatása és tesztelése

Az új SOS oktatási program fő célja egy testnevelés modul létrehozása volt, melyet először a projektben részt vevő 4 sportközépiskolában tesztelünk. A tesztelés szükséges lépés volt ahhoz, hogy összegyűjtsük a résztvevők visszajelzéseit, felmérjük a modul erősségeit és gyengeségeit, hogy bármely középiskolában hatékonyak és könnyen megismételhetők legyenek. A 22 érintett testnevelő tanár képzésének szakasza és a 4 középiskolában végzett tesztelés lehetővé tette a testnevelők számára, hogy az új modult sportalapú megközelítésben, de oktatási céljaik szükséges újradefiniálásával valósítsák meg - szokásos tevékenységük kihívást jelentő elemeként. Azzal a törekvéssel összhangban, hogy egy európai oktatási programot hozunk létre, amely a résztvevők közötti gyakorlatcserén alapul, egy online platformot készítettünk. A platformon keresztül az oktatókból és testnevelő tanárokból álló interdiszciplináris csapat nézeteket és véleményt cserélt a javasolt tevékenységekről. Így a testnevelő tanároknak lehetőségük volt módszereik fejlesztésére, a végrehajtott tevékenységek nyomon követésére, munkájukról, megfontolásukról való beszámolásra, míg az oktatók a platformot a tesztelés monitorozó eszközeként használhatták. A platform lehetőséget teremtett arra, hogy a modul megvalósítása során szerzett gyakorlati tapasztalataik és a diákok visszajelzéseit alapján módosító javaslatokat tegyenek. Valójában a diákok is beleszólhattak a tevékenységekbe a platformon található chatnek köszönhetően, ahol megjegyzéseket és javaslatokat tehettek bármilyen tevékenységhez.

Az iskolai tesztelés alapján három fő elem támogatta a munka minőségét:

- Interdiszciplináris szakértői csoport bevonása az új modul kidolgozásába, nyílt együttműködésben 5 EU-ország: Olaszország, Málta, Románia, Magyarország és Portugália középiskolai tanáraival.
- A testnevelő tanárok részvétele az új modul tevékenységeinek tervezésében és tesztelésében
- Lehetőség arra, hogy a teljes projektcsapat (oktatók és testnevelő tanárok) kommunikáljanak egymással egy háromnapos képzésen és egy online interaktív platformon keresztül.



Az új modult iskolai és élettevékenységként fejlesztették ki, a játék, mint metafora koncepciója szerint, amely támogatja a tanulók speciális észségeinek és kompetenciáinak növekedését, amint azt a három SOS pillér is előirányozza. A tesztelés éppen akkor kezdődött, amikor a COVID-19 világjárvány terjedése hirtelen az összes iskolát bezárásra kényszerítette, és ennek következtében leállította az SOS projekt gyakorlatainak tervezett végrehajtását. A projektcsapatot, mind az oktatókat, mind a testnevelő tanárokat ezért felkértük, hogy alakítsák át online oktatásra alkalmasnak a legtöbb tervezett tevékenységet. Iskolánként eltérő volt a helyzet, az oktatási mód minden országban követte a COVID-19 világjárvány terjedését: néhány iskola teljesen átállt a távoktatásra, de többségük hibrid modalitásban tudta megvalósítani a tevékenységeket. Egyes középiskolák testmozgást javasoltak diákjaik fitten tartására, valamint egészségük és motorikus állapotuk megőrzésére. Egészségügyi és biztonsági okokból néhány iskolában nem szabadott otthoni testmozgásra készíteni a tanulókat, így a távoktatás során javasolt tevékenységek többsége online workshopokra, vitákra és esettanulmányok megbeszélésére, videókra, valamint online kvízekre összpontosult. Az oktatók bevonása a testnevelő tanárok támogatásába ebben a szakaszban kulcsfontosságú volt a tanárok motiválásához, és új eszközöket javasoltak a tevékenységek távolról történő folytatásához.

Az oktatók segítették a tanárokat az alábbi fő célok elérésében:

- Az SOS oktatási céljainak megfelelő online eszközök kiválasztása
- Képességeik fejlesztése az SOS témákról szóló viták elősegítésében és a vita moderálásában
- Eszközök (megfigyelési eszközök, visszajelzések, vita a tanári közösségben).

Összességében a kísérleti szakasz jó eredményeket hozott: a diákok értékelése, a feladatokkal való elégedettség tekintetében; a testnevelő tanárok azon képessége, hajlandósága szempontjából, hogy vállalják az oktatási modelljük megváltoztatásának kihívását; valamint a kitűzött oktatási célok elérése tekintetében.

A kísérleti szakasz végén minden középiskola készített egy jelentést, amely összefoglalta tapasztalataik pozitív és negatív aspektusait. A jelentésekben kiemelt főbb kérdéseket az alábbiakban ismertetjük, ezek hasznosak lehetnek a jövőbeni alkalmazáshoz.

1. Pillér Fizikai aktivitás és egészség

A járvány miatt a tanároknak rövid idejük volt arra, hogy jelenléti oktatásban végezhesék a feladatokat. Ezért elsősorban a tanulók részvételének növelésére összpontosítottak azáltal, hogy a testnevelés órákat játékokon keresztül szórakoztatóbbá és élvezetesebbé tették. A játékok még az általában kevésbé aktív tanulókat is elkötelezik, és elérhetővé válik az a cél, hogy formáljuk karaktereiket, olyan proszociális viselkedésre ösztönözve őket, mint az együttműködés és az empátia.

A tanároknak meg kellett találniuk annak módját, hogy a sportoktatást a tanulók újonnan felfedezett igényeihez igazítsák: testi és lelki jólétük megőrzéséhez a globális járvány idején. Kreatívnak kellett lenniük ahhoz, hogy a diákok a testnevelésre ne csak iskolai tantárgyként tekintsenek, hanem az egészség megőrzésének módszereként. Így a tanárok a távoktatásban is a tanulók motorikus képességeinek fejlesztésén dolgoztak, de nem csak a sportteljesítményük javításán, hanem mindenekelőtt az öntudat, az észlelt kompetencia és a fizikai aktivitás során szerzett élményeik javításán. A tanulók motiváltak érezték magukat arra, hogy fizikailag aktívak maradjanak, és önállóan gazdálkodjanak a fizikai tevékenységre fordított idővel. A tanulóknak otthon kellett megtapasztalniuk az önmenedzselést az edzéssel töltött idő, a táplálkozás, vagy a helyes testtartás tekintetében. Hűnek kellett lenniük önmagukhoz, hogy eredményeket érjenek el, és tudatában voltak annak, hogy ez rajtuk múlik. Használniuk kellett a felelősségérzetet, valamint az önmotivációt.

TIPPEK TANÁROKNAK

Kérjük meg a tanulókat, hogy használjanak technológiai alkalmazásokat és eszközöket egészségi állapotuk és fittségük nyomon követésére. Ezek az eszközök segítenek bevonni a fizikailag kevésbé aktív tanulókat, akik a technológiát részesítik előnyben a szabadtéri sportokkal szemben

Azok a feladatok, amelyek mind a testi mind a lelki egészség javítását szolgálták, segítettek a legtöbb diáknak erőt, gyorsaságot és állóképességet fejleszteni különféle körülmények között. Ezen kívül a koncentráció és erőszabályozási képességét is bevonták különböző helyzetekben, valamint a rövid időn belüli döntési képességet. Egyes feladatokban különböző egészségügyi problémákkal küzdő diákok is részt vettek, (például 2-es típusú cukorbetegség, magas vérnyomás, elhízás, szív- és érrendszeri betegségek, csontritkulás, kognitív zavarok) és bebizonyosodott, hogy a gyakorlatok pozitív hatással vannak testi egészségükre. Ezen túlmenően a feladatok

elősegítik a pozitív önkép kialakítását, az elfogadást, a magas önbecsülést és az önhatékonyt, így érik el azt a végső célt, hogy a tanuló személyiségét az egészséges életmódhoz fejleszteni tudja. A testi és lelki jóllét fontosságának tudatosítása érdekében a tanárok beszélgetésekkel, problémamegoldással, esettanulmányokkal, szerepjátékokkal vonták be a tanulókat. A tanulók olyan nehéz témákat vitattak meg, mint az anorexia, az egyenlőség és az identitás elfogadása, és ez segített nekik abban, hogy fejlődjön empátiájuk, az a képességük, hogy mások helyébe képzeljék magukat. A testnevelő tanárok nagyon ösztönző és barátságos tanulási környezetet hoztak létre, amely arra készítette a tanulókat, hogy szabadon fejezzék ki érzelmeiket és vitázzanak néhány nehéz kérdéssel, végül pedig segítettek néhányukat önmaguk elfogadásában.

2. Pillér Sportszerűség és integritás

A 2. pillér témáihoz javasolt valamennyi tevékenységet az emberi jogi megközelítés szem előtt tartásával és a megkülönböztetésmentesség elvének sarokkövével tervezték. Ráadásul a testnevelő tanárok nagyon jól internalizálták a játék, mint metafora fogalmát, ami egy szokatlan kontextus, amely képes magára vonni a résztvevők figyelmét és kiemelni őket mindennapi életükből. Így a testnevelő tanárok elsajátították a tevékenységek újratervezését és a metaforák szórakoztató és barátságos környezeti tényezőire való összpontosítást. A testnevelő tanárok olyan feladatokat javasoltak, amelyekkel felhívták a tanulók figyelmét arra a környezetre, amelyben élnek, és felhívták a figyelmet a potenciálisan diszkriminatív cselekedetekre; olyan tevékenységeket végeztek, amelyek lehetővé teszik a (sport)kulturális ismeretek diákok egymás közötti cseréjét; továbbá a fogyatékkal élő diákokat is befogadó tevékenységeket végeztek. A testnevelő tanárok pozitívan értékelték azt a tényt, hogy a legtöbb tevékenység nemcsak iskolai környezetben volt könnyen alkalmazható, hogy a játékok minden tanuló teljes bevonására alkalmasak voltak, koruktól és képességeiktől függetlenül. A COVID-19 világjárvány nehezebb időszakában, amikor minden tevékenységet otthonról kellett végezni, a testnevelő tanárok online feladatokat adtak, és pozitív visszajelzéseket kaptak diákjaiktól, akik szívesen néztek filmeket a sportértékekről és a diszkrimináció elleni küzdelemről, amiket aztán megvitatták online. Emellett a sporttal és az emberi jogokkal kapcsolatos, online platformon keresztül kiadott kvízek is nagyon kedvező fogadtatásra találtak a diákok körében.

TIPPEK TANÁROKNAK

A tevékenységek tervezése során tartsa szem előtt az emberi jogi megközelítést és a megkülönböztetésmentesség elvét.

A testnevelő tanárok nagyra értékelték, hogy több időt szentelhetnek az emberi jogoknak, a fair playnek és becsületességnek, ami lehetővé teszi a sport társadalomban betöltött szerepével kapcsolatos tudatosság növekedését. A legtöbben azonban jobban szerették volna, ha ezeket a témákat az osztályban van lehetőségük megoldani, nem pedig távolról, mivel hatékonyabbnak tartják az elmélet és a gyakorlati tevékenység összekapcsolását.

A testnevelő tanárok sok beszélgetést és vitát kezdeményeztek, miután diákjaikkal videókat néztek meg különféle témákban, mint például az emberi jogok, a sportszerűség, az sporterőszak, a diszkrimináció és a sportértékek. A tevékenységekhez kiválasztott játékok célja az is, hogy csökkentsék az erőszakos viselkedést, ösztönözzék a diákokat, hogy együtt dolgozzanak a csapatért. A témákról szóló online megbeszéléseknek ismét az volt a célja, hogy a diákok egyensúlyban maradjanak, és érzelmileg és fizikailag is stabilak legyenek. A 2. pillérben a testnevelő tanárok olyan tevékenységeket

is kipróbáltak, amelyek célja a csapatszellem és a csapattársakba vetett bizalom fejlesztése volt. A diákokat arra ösztönözték, hogy tartsák tiszteltben a sportértékeket, és álljanak ki a sportszerűség mellett. A csapatok a fizikai képességek vegyes szintjét figyelembe véve, valamint hátrányos helyzetű csoportokból érkezők bevonásával jöttek létre. Még ha a versenyt és a teljesítményt is ösztönözték, mindent a sportszerűség és a közösségi érzés határain belül sikerült megoldani.

3. Pillér Életvezetési és pályaalakalmassági készségek

A 3. pillérben kipróbált tevékenységek hozzájárultak az együttműködés légkörének fellendítéséhez a legtöbb osztályban. Néhány kis csoportban tesztelt tevékenység növelte a tanulók kreativitását, és ösztönözte az összes tanuló bevonását. Még a legelszigeteltebb és legdemotiváltabb diákok is gyakran felajánlották személyes közreműködésüket a munkacsoportokban, új kezdeményező-készséget mutatva. A tesztelt új modul nem csak a tanulók motorikus készségeit, hanem a döntéshozatalt és a gondolkodási sebességet

is javította a játékok és versenyek során. Nyilvánvaló volt, hogy a résztvevők új kompetenciákat fejlesztettek ki, mint például: hatékony kommunikáció, egymás iránti bizalom és a csapatmunka.

Egyes feladatok összetettsége fokozta a tanulók szerepvállalását. Ezenkívül a tevékenységek kreatívabbá tették őket, és fejlesztették empátiájukat. A testnevelő tanárok arról számoltak be, hogy azokban az osztályokban, melyekben „nehéz” volt a légkör, sok munkára volt szükség a tanulási

célok eléréséhez. Valószínűleg az együttműködés és a csapatmunka volt a könnyebben népszerűsíthető téma a testnevelés órákon, hiszen a csapatmunka egyébként is elengedhetetlen követelmény testnevelési játékokban és csapatsportokban. Valamennyi SOS pillérben a testnevelő tanárok nagyra értékelték a diákok vitán keresztüli visszajelzésére fordított időt, valamint az eligazítás és kiértékelés fázisait. Az e két tevékenységre szánt időt – amely sajnos nagyon rövid az iskolai rutinban – nagyon hasznosnak tartották, mert segítheti a tanulókat abban, hogy véleményt nyilvánítsanak, megtanuljanak

TIPPEK TANÁROKNAK

Alakítsanak csapatokat vegyes fizikai képességű diákokból, valamint hátrányos helyzetű egyének bevonásával.

TIPPEK TANÁROKNAK

Ha segítségre van szüksége egy új módszer alkalmazásához, beszélje meg kollégáival, osszák meg egymással gyakorlataikat és véleményüket.

meghallgatni másokat és megértsék a különböző nézőpontokat. Ebben az esetben a testnevelő tanárok arról számoltak be, hogy további támogatásra lenne szükségük ahhoz, hogy javítsák képességeiket a coaching új szerepében. A 3. pillért transzverzális területnek tekintették, mert az 1. és 2. pillér minden tevékenysége is magába foglalja. A tanulókat arra képezték, hogy képesek legyenek jól dolgozni nyomás alatt, ami azt jelenti, hogy időkorlátokkal kellett

megküzdniük, és ki kellett használniuk vezetői készségeiket. A játékokon keresztül fejlődött bennük a felelősségtudat, mert a csapatérdeket a sajátjuk fölé kellett helyezniük. A csapatmunka lett a kulcsszó, ami azt jelenti, hogy támogatni, segíteni, ösztönözni kellett a csapat többi tagját a célok elérésében, attól függetlenül, hogy ezen kontextuson kívüli kapcsolatuk milyen. Az új képzési modul alkalmazása után a tanárok jelentős változást

tapasztaltak a diákokban, különösen a csapatmunka, a felelősségérzet, a fair play és a problémamegoldás terén, kifejezetten a „kényszerítő” játék során fellépő váratlan helyzetek hatására. Emiatt a oktatók azt javasolták, hogy bővítsék az iskolai tevékenységek körét, nagyobb teret adva a tanulók pszichológiai problémáinak, és támogatva a szociális és állampolgári készségeik fejlesztését.

Végül a tesztelés szakaszában a tanároknak további támogatásra volt szükségük a módszer monitorozásához, és ahhoz, hogy a játék fogalmát „komoly eszközként” értelmezzék diákjaik szociális készségeinek fejlesztésében.

TIPPEK TANÁROKNAK

A vezetés népszerűsítéséhez gondosan válasszuk ki a csapatok vezetőit, de végül változtassuk meg őket úgy, hogy mindenkinek lehetősége legyen gyakorolni ezt a képességet

PROJEKTANALÍZIS

Testnevelő tanárok álláspontjai

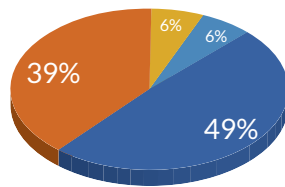
A tanítási modul megvalósításának értékelésére az SOS online platformon elérhető monitoring lapokat töltötték ki a testnevelő tanárok és az SOS projektben résztvevő tanulók.

A testnevelő tanárok kvalitatív felmérést végeztek, 3 hónappal azután, hogy megkezdték az SOS tanítási modul bevezetését az osztályaikban. A megvalósítási szakasz végén kvantitatív felmérést is kitöltöttek. Mindkét felmérés elérhetővé vált az SOS online platformján, és angol nyelven készült el.

A 22 testnevelő tanár 80%-a válaszolt mind az 1., mind a 2. felmérésre.

Frequency of implementation

- Every second week
- Once a week
- Three times a week
- Four times a week

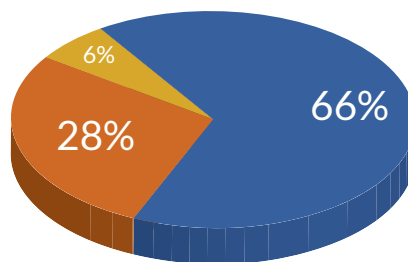


Az egyik első téma az SOS tevékenységek végrehajtásának gyakorisága volt. Minden iskola kisebb-nagyobb gyakorisággal javasolta a tevékenységeket: a tanárok körülbelül fele kéthetente, 39%-uk hetente, a maradék 12%-uk pedig hetente kétszer, háromszor vagy többször. Mivel az SOS oktatási

modul nagy részét a COVID-19 világjárvány idején vezették be, az órákon többnyire nem vettek részt személyesen. Ezért az SOS oktatói csapatnak hozzá kellett igazítani a tevékenységeket az új tanítási helyzethez. Valójában a tevékenységeket többnyire hibrid oktatással (67%) és távoktatással (28%) valósították meg. Csak néhány tevékenységet (6%) lehetett személyesen lebonyolítani.

TEACHING MODALITY

- Only from remote
- Only in person
- Hybrid teaching



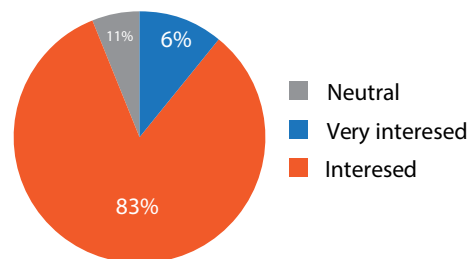
A tevékenységek megkezdése előtt a tanárok 89%-a azt mondta a diákoknak, hogy nézzék meg az SOS weboldalát, hogy áttekintést kapjanak a projektről. A tanárok 72%-a azt is megemlítette, hogy van egy Facebook-oldal, amelyet a diákok felkereshettek, hogy ötleteket alkossanak arról, mit várnak a modultól, és milyen témákat fognak felfedezni. Az SOS oktatási modul megvalósításának kezdetétől számított 3 hónap elteltével minden pillért a tanárok legalább fele fedezte (az első pillért 61%, a második pillért 56%, a harmadik pillért pedig 67%). A legtöbb tanár (94%) azt állította, hogy a világjárvány súlyosan negatívan befolyásolta a tevékenységek végrehajtását, ami ésszerűnek hangzik, ha figyelembe vesszük a személyes komponens fontosságát a testnevelésórák esetében.

Néhány tanárnak azonban sikerült pozitív elemeket találnia a kihívásokkal teli helyzet ellenére. Éleslátó megjegyzések születtek, amikor megkérdezték őket, hogy észrevettek-e valamilyen pozitív elemet a távoktatásban. A testnevelő tanárok azt állították, hogy pozitív elem az, hogy a tanulók hollététől függetlenül végezhetnek tevékenységeket.

Egyes tanárok nagyobb interakciót tapasztaltak a diákok között az SOS online platformon a szokásos személyes tevékenységekhez képest. Egy másik pozitív elem volt, hogy a diákok nagyobb akaratot mutattak az önismeret fejlesztése és a saját kutatások elvégzése iránt a különböző témákban. Végül, a tanulóknak önállóbban kellett elvégezniük a rájuk bízott feladatokat és jobban el kellett számolniuk azokkal maguknak. Nagy odaadásról, felelősségérzetről és autonómiáról tettek tanúbizonyságot. Ezért a testnevelő tanárok úgy találták, hogy az SOS projekt számos hozzáadott értékkel rendelkezik.

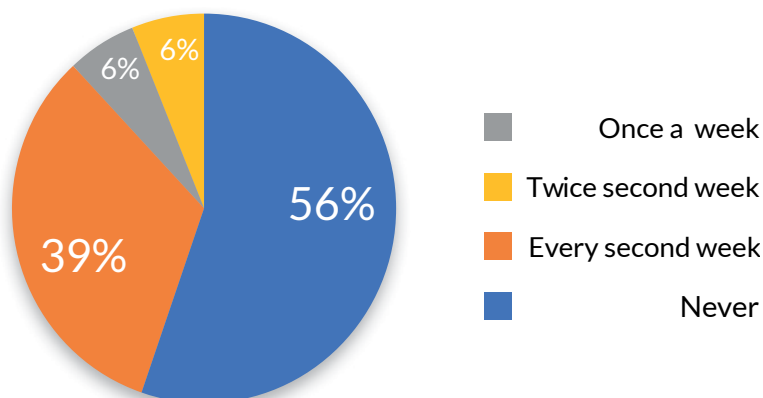
Például az a tény, hogy a diákok megtanulhatták a csapatmunka és a fizikai gyakorlatok fontosságát; ezen túlmenően az a képesség, hogy a sportot új nézőpontból szemléljük, és megtanuljuk a befogadás, az esélyegyenlőség, a fair play és a sportértékek fontos üzenetét. Egyes tanárok azt is kijelentették, hogy felismerték annak fontosságát, hogy ezeket a témákat a testnevelés órákon megvitassák, ahhoz képest, amikor leginkább a fizikai tevékenységekre összpontosítanak. További hozzáadott érték a pedagógusok szerint a más országokkal való együttműködés lehetősége, valamint az aktuális kihívások egy részének közös kezelése. Végezetül a tanárok nagyra értékelték az április 6-i tevékenységekben való részvétel lehetőségét, amely innovatív módja annak, hogy bemutassák a tanulóknak a fejlődést szolgáló sportot, és megismerkedjenek azzal, hogyan lehet a sport a pozitív társadalmi változás eszköze. Nagy jelentőséget tulajdonítottak a három pillér közötti komplementaritásnak is, és a tanárok 67%-a szakított egy kis időt, hogy ezt az órán megbeszélje diákjaival.

Az eredmények: ötből több mint négy diák nagy érdeklődést mutatott a tevékenységek iránt, és bár egy kis rész (11%) semlegesnek tűnt a feldolgozott anyaggal szemben, a tanárok azt állították, hogy egyik diák sem mutatott csekély vagy nulla érdeklődést a tevékenységek iránt.



Ez arra készítette a testnevelő tanárokat, hogy az SOS oktatási modult nem szabad a sportközépiskolákra korlátozni. Valójában 89%-uk bízott abban, hogy a tevékenységek bármely középiskolában megvalósíthatók. A tanárok ebben a jegyzetben azt javasolták, hogy a modul bármely középiskolában való alkalmazhatósága érdekében néhány játékot és versenyt meg kell tervezni az egész iskolai közösség bevonására. A legtöbb pedagógus úgy gondolta, hogy a jelenlegi SOS-oktatási modul minden középiskolai osztálynak tökéletesen megfelel, és úgy találták, hogy nincs szükség változtatásra. Néhányan arról is beszámoltak, hogy már alkalmazták a modult más klasszikus középiskolai osztályokban, és olyan eredményes volt, mint a sportközépiskolákban.

Ha a modult más iskolákra is kiterjesztenék, minden bizonnyal hasznos eszköz lenne az SOS online platform. A legtöbb tanár (67%) úgy gondolja, hogy ez egy nagyszerű és hasznos eszköz a tapasztalatok megosztására és a más iskolákkal való kommunikációra. A legtöbb tanár minden második héten bejelentkezne a platformra, hogy



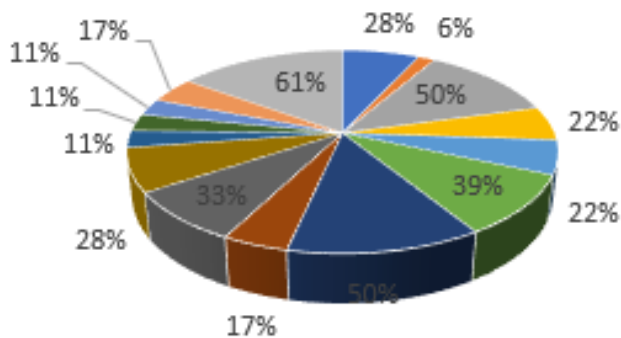
csevegjen az oktatókkal; 33%-uk azonban azt állította, hogy soha nem használta erre a célra, ami talán arra utal, hogy több ösztönzést kell biztosítani ennek az eszköznek a kihasználásához. A nyelvet néhány testnevelő tanár akadálnak tekintette. Valójában az angolt választották a platformon keresztüli kommunikáció közös nyelvének.

A 3 pillérrel és az ezekben szereplő témákkal kapcsolatban az derült ki, hogy néhány fogalmat először a foglalkozások során ismertettek meg a tanulókkal. Pontosabban, az 1. pillér „Fizikai aktivitás és egészség” lehetőséget adott a tanároknak, hogy az iskolák 44%-ában először olyan témákat mutassanak be, mint a „Fizikai és lelki jólét” és „A sport nevelési szerepe: az íratlan szabályok”. A 2. pillér „Sportszerűség”, „Emberi jogok” és „Antidiszkrimináció és rasszizmus” témakörei között az iskolák 39%-a új fogalmakat fogalmazott meg. A modulnak köszönhetően először vezették be a „Jól teljesítünk nyomás alatt” témát, és 44%-uk azt mondta, hogy az „önmenedzselés” is új fogalom a tanulók számára.

Összegezve, a hallgatók által legjobban üdvözölt és fogadott témák a következők voltak: „Együttműködés/csapatmunka”, „Sportszerűség”, „Emberi jogok” és „Fizikai és lelki jólét”. Érdekes megfigyelni, hogy a három legnépszerűbb téma mindegyike más-más pillérbe tartozik, ami arra utal, hogy a tanulókat a bemutatott anyag mindhárom fő területe egyformán érdekelte.

A megvalósítási szakasz végén a testnevelő tanároknak lehetőségük nyílt véleményét nyilvánítani a projektről.

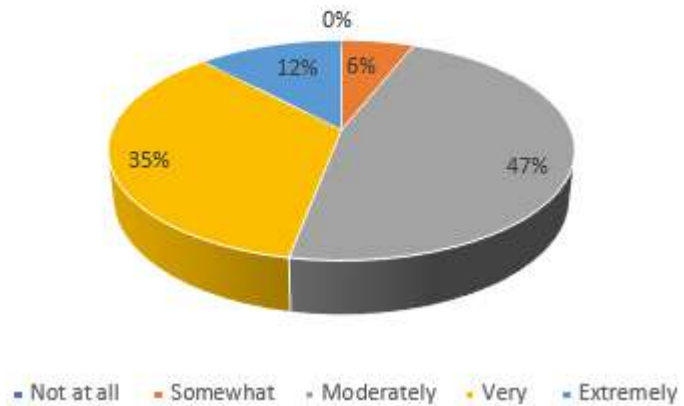
Topics best received by students



- Theory, techniques and teaching methods of sports
- Sport education adapted to school settings
- Physical and mental wellbeing
- Educational Role of sport: the unwritten rules
- Health enhancing physical activity
- Human Rights and sport
- Fair Play
- Sport Violence
- Anti-discrimination and Racism
- Sport Values
- Performing well under pressure
- Self-Management
- Sense of responsibility /Leadership
- Self-motivation and motivating others
- Collaboration /teamwork

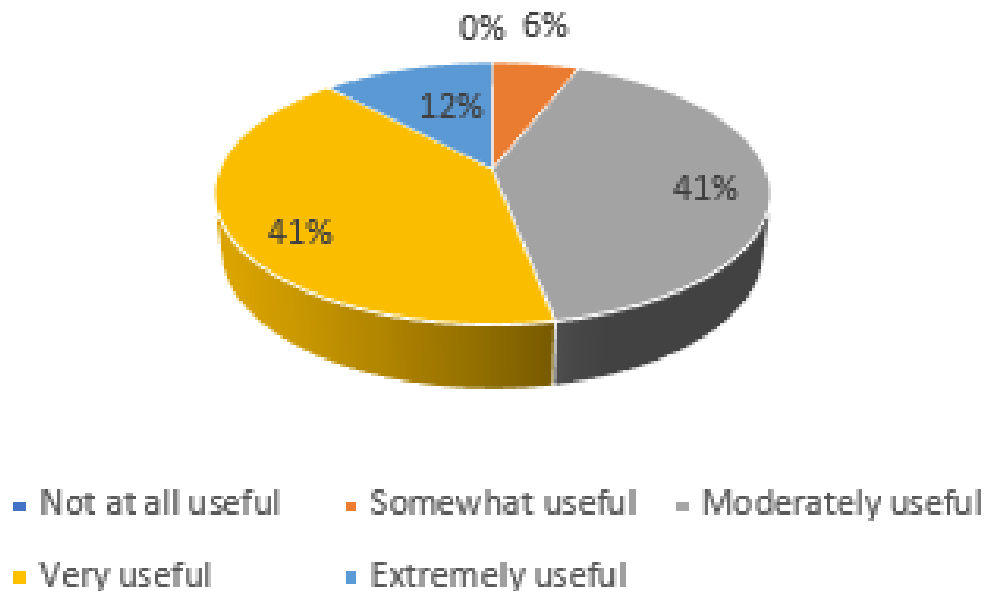
A tanárok 47%-a úgy találta, hogy az SOS oktatási modul nagyon vagy rendkívül előnyös volt a hallgatók általános fejlődése szempontjából, további 47%-uk pedig közepesen előnyösnek; ami mindenképpen pozitív, az az a tény, hogy egyikük sem gondolta úgy, hogy a modul egyáltalán nem volt hasznos.

Was the new module helpful to the students' general development ?



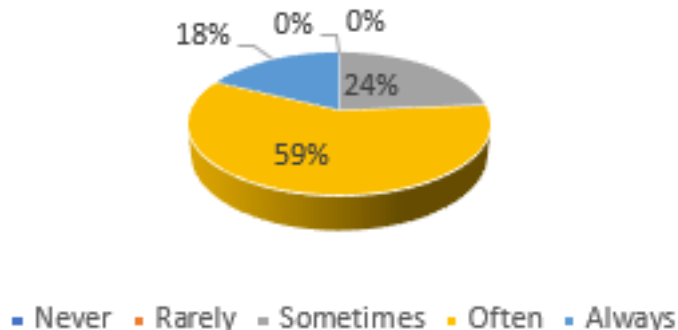
Hasonlóan, a tanárok 53%-a úgy gondolta, hogy nagyon vagy rendkívül hasznos volt az a képesség, hogy a táv/hibridoktatási időszakban is folytatni tudják a tevékenységeket a különféle online tevékenységeknek köszönhetően. Ismét egyikük sem értékelte teljesen haszontalannak ezt a lehetőséget, ami arra utal, hogy az SOS oktatási modul sikeresen tud alkalmazkodni a világjárvány kihívásaihoz.

How useful were the online activities?



A projekt megalapozottságát mutatja az is, hogy a tanárok 100%-a nyilatkozott úgy, hogy a jövőben is legalább olykor folytatni kívánja a tanítási modul bevezetését óráiban, 59%-uk pedig gyakran szeretné folytatni a tevékenységeket.

Will you keep on implementing the activities?



Hasonlóképpen, a legtöbb tanár személyes tevékenységeket kíván megvalósítani, ha lehetséges. Bár egyesek úgy gondolják, hogy továbbra is kínálnak online tevékenységeket, mivel a résztvevők szívesen fogadták őket. Az adatokból kitűnik, hogy a tanárok ezt a tapasztalatot nagyra értékelték, hogy új ötleteket és betekintést kapjanak a jövőre vonatkozóan. Valójában 39%-uk nem tudta az összes tevékenységet megvalósítani, de a következő években fel kívánja ajánlani azokat. A tanárok mindössze 6%-a állította, hogy elvárásainak nem felelt meg a projekt.

A fenntarthatóság szempontjából a tanárok több mint fele tervezi, hogy ezentúl mindhárom pillérből kezdeményez tevékenységeket. Az eredményekből az is kiderül, hogy a tanárok 47%-a biztos abban, hogy képes lesz olyan új gyakorlatokat kidolgozni, amelyek alkalmazkodnak diákjaik különböző készségeihez, és további 47%-uk már képes minden diákot bevonni az általa tervezett tevékenységekbe.

Viszont a tanárok nehezen kezelték a vita és megbeszélések pillanatait az órán (53%), de sikerült minden diákot érdekeltté tenniük az órai tevékenységek iránt (53%). A tanárok mindössze 18%-a találta azonban nehéznek rávenni a tanulókat, hogy tartsák tiszteletben a módszer irányelveit.

A modul maguknak a tanároknak is fejlődési lehetőséget jelentett. Valójában a foglalkozások végén 59%-uk gondolta úgy, hogy a testnevelés jelentős szerepet játszhat a tanulók állampolgári és életviteli készségeinek fejlesztésében, de azt is érezték, hogy képzésen keresztül új készségek fejlesztésére van szükség. A válasz határozottan pozitív volt, hiszen a pedagógusok 41%-a állította, hogy a tapasztalat javította a tanári közösségen belüli interperszonális kapcsolatokat a tanár és a tanulók között, valamint a tanárok mindenre kiterjedő szerepének tudatosítását. Az eredmény annyiban volt egyszerű, hogy megfelelt a kitűzött célnak: a tanárok több mint fele valójában azt állította, hogy a modul hasznos a tanárok és a diákok számára a tanulásban és a pozitív változások megvalósításában. Minden negyedik tanár úgy vélte, hogy nagyon hasznos, mert a tanítási módszereket egy új oktatási vízió felé fejleszti, egynegyedük pedig úgy gondolta, hogy a különböző vélemények és nézetek kombinációjának köszönhetően fejlődésre készíteti a tanulókat. Egyik oktató sem gondolta úgy, hogy oktatási modelljének semmi haszna nem lenne.

Végül, a tanárok 71%-a úgy értelmezte a diákjaitól kapott visszajelzéseket, mint motivációt arra, hogy SOS tevékenységekkel egészítsék ki iskolájuk éves programját, és folytassák a tanulók készségfejlesztésének értékelési eszközeinek fejlesztését. 24%-uk azonban továbbra is úgy gondolja, hogy konkrét program és további szakértői támogatás nélkül nehéz a tevékenységeket megvalósítani. Nyilvánvaló, hogy a testnevelő tanárok

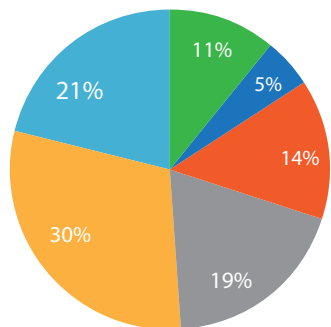
nagy örömmel fogadták az SOS oktatási modult. Sikerült végrehajtaniuk a COVID-19 világjárványhoz köthető embert próbáló időkben, amelyek hátráltatták a normális személyes tanítást. Az ígéretes eredmények és a testnevelő tanárok hajlandósága a modul megvalósításának folytatására jelzi a modul fenntarthatóságát. Valójában pozitívan válaszoltak arra a kérdésre, hogy ez a tanítási modul használható lehet-e bármilyen középiskolában. Végül, néhány téma újdonsága nemcsak lehetőséget jelentett a diákok számára, hogy új dolgokat tanuljanak a sportról, hanem a testnevelő tanárok számára is lehetőséget kínáltak tudásuk fejlesztésére.

Diákok hangja

A felmérést 373 diák bevonásával végezték el négy iskolában, Olaszországban, Romániában, Portugáliában és Magyarországon.

A nemek közötti megoszlás kiegyensúlyozott volt (51% lány, 49% fiú). A grafikonon látható, hogy a projektben részt vevő tanulók életkora 13 és 19 év között mozgott. A legtöbben a 16-17 évesek (61%) vettek részt, majd a 17-18 évesek.

AGE OF STUDENTS

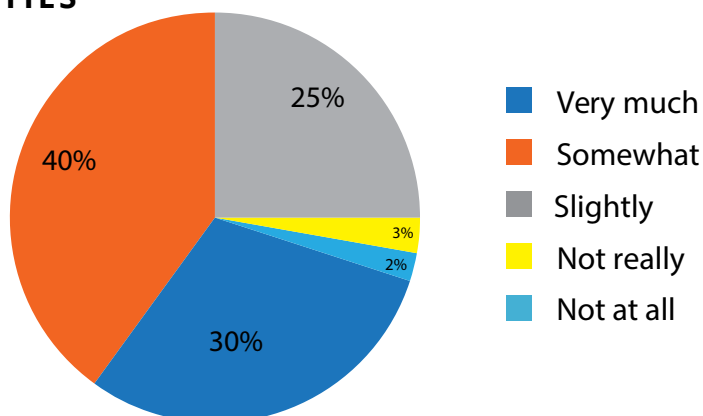


- 13-14
- 14-15
- 15-16
- 16-17
- 17-18
- 18-19

Először is megkérdezték a diákokat, hogy mennyit tudnak a tevékenységek során érintett témákról és területekről. A diákok túlnyomó többsége azt állította, hogy már az SOS projektben való részvétel

előtt is ismert volt számára a fizikai aktivitás és az egészség (34% nagyon, 45% valamennyire), míg csak 2% állította azt, hogy semmit sem tudott a projekt kezdete előtt.

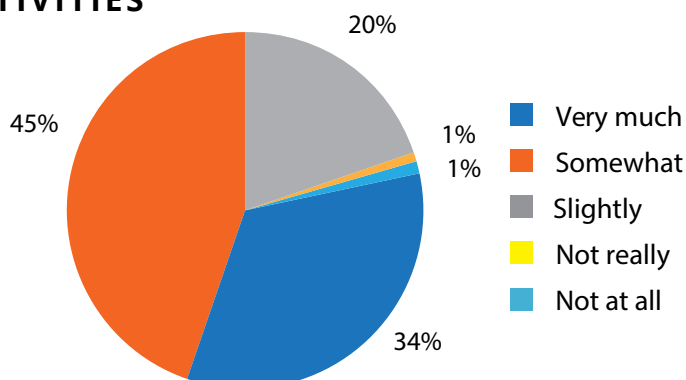
FAIR PLAY AND INTEGRITY LEVEL OF AWARENESS BEFORE ACTIVITIES



- Very much
- Somewhat
- Slightly
- Not really
- Not at all

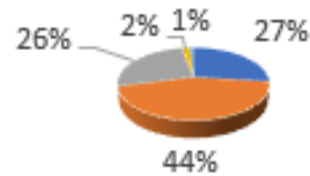
Hasonlóképpen, a legtöbb diák azt állította, hogy már a projekt megvalósítása előtt tisztában volt az olyan témákkal, mint a sportszerűség és az integritás a sportban (30% nagyon tisztában van, 40% valamennyire), és csak 5% nem ismerte ezeket a fogalmakat.

PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH EXPERTISE BEFORE ACTIVITIES



- Very much
- Somewhat
- Slightly
- Not really
- Not at all

sport and life skills knowledge before activities



- Very much ■ Somewhat ■ Slightly
- Not really ■ Not at all

Végül az eredmények azt mutatják, hogy a diákok többsége legalább egy kicsit (44% valamennyire, 27% nagyon) tisztában volt a sporttal és az életvezetési készségekkel, mielőtt részt vett a projekttevékenységekben. Ebből az a következtetés vonható le, hogy a hallgatók már a megvalósítás kezdetén jól ismerték a modulok által lefedett három területet, bár az első témakörökben (testi aktivitás és egészség) a hallgatók összességében valamivel magabiztosabbnak tűntek.



SPORTS SHOULD BE PRESENT IN OUR DAILY LIFE. IT IMPROVES NOT ONLY YOUR PHYSICAL BUT ALSO YOUR MENTAL STRENGTH. IT TEACHES YOU NOT TO GIVE UP AND IT MAKES YOU PATIENT AND HUMBLE. DOING SPORT REGULARLY MAKES YOU APPRECIATE YOUR BODY AND VALUES MORE.

A tényleges megvalósítási szakaszba lépve a diákokat megkérdezték, hogy a modul által lefedett számos téma közül melyiket tartják érdekesebbnek. Az eredmények alapján a legnépszerűbb témák a testi és lelki jólét (55%), a sportszerűség (48%), az együttműködés/csapatmunka (46%), valamint az önmotiváció és mások motiválása (44%) voltak. További témakörök, amelyeket a diákok érdekesnek találtak, a felelősségtudat/vezetés és az emberi jogok voltak (mindkettő 34%).

A tanulók 27%-a azonban azt állította, hogy szeretne többet megtudni az önmenedzselésről, ami azt sugallja, hogy további tevékenységekre lenne szükség ebben a témában. Az eredmények azt is mutatták, hogy a diákok tovább szeretnék mélyíteni tudásukat a testi és lelki jólét, valamint az önmotiváció és mások motiválása témakörében, ami azt igazolja, hogy nagy, általános érdeklődés van e témák iránt.

A megvalósítási szakaszt tekintve az eredmények arra is utalnak, hogy a tanulók nagyon élvezték a projekttevékenységeket a testnevelés órákon, hiszen 77%-uk egyetértett vagy határozottan egyetértett azzal, hogy értékelték a javasolt tevékenységeket, ami mindenképpen jó eredménynek tekinthető.

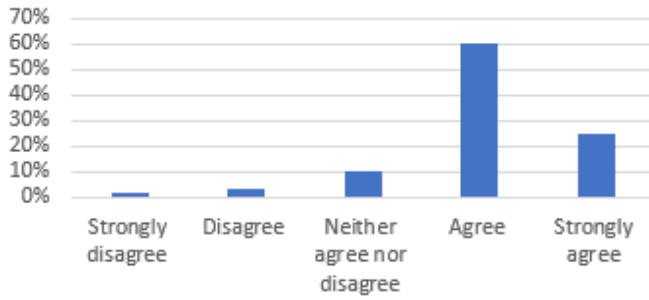


HONESTLY, THESE CLASSES INTRODUCED ME TO SOMETHING I HAD NEVER HEARD OF BEFORE

A felmérés ezt követően azt vizsgálta, hogy a diákok szerint milyen kapcsolatban áll a sport más területekkel, például személyes, állampolgári és szociális kérdésekkel.

Először is, a tanulók 88%-a egyetértett vagy teljesen egyetértett azzal, hogy a sportolás elengedhetetlen az egészséges életmódhoz. A sportban való részvétel és az állampolgári felelősségvállalás kapcsolatát illetően azonban némi véleménykülönbség tapasztalható: a diákok 20%-a nem lát összefüggést a sportolás és a jó állampolgárság között, 32%-nak pedig nincs véleménye erről a kérdéstről. A válaszadók csaknem fele (49%) ugyanakkor egyetértett azzal, hogy valójában pozitív összefüggés van a sportban való részvétel és a jobb polgárrá válás között. Talán ez összefügghet állampolgári szerepük gyenge megértésével is. Az eredmények azt mutatják, hogy öt diákból majdnem négy (79%) nem végez rendszeresen önkéntes munkát.

Can physical education teach skills that are helpful in the everyday life?



Szintén jelentős eredmény, hogy a tanulók 85%-a úgy látja, hogy a testnevelés órákon olyan készségeket, értékeket taníthatnak és közvetíthetnek, amelyek segíthetik a mindennapi életüket.

THE IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION IS UNIMAGINABLE. IT PROVIDES A GREAT OPPORTUNITY FOR STUDENTS TO BECOME ACTIVE AND DEVELOP DIFFERENT SKILLS. ”

SPORT IMPROVES NOT ONLY YOUR PHYSICAL BUT ALSO YOUR MENTAL STRENGTH. ”

Alacsony (5%) azon tanulók aránya, akik nem értenek egyet ezzel a kérdéssel, ami arra a minden bizonnyal kívánatos következtetésre enged következtetni, hogy a tanulók az SOS modulnak köszönhetően elsajátított tevékenységeket és tanultakat potenciálisan az iskolán kívül is hasznosnak tartják.

A kérdőív eredményeiből ráadásul az is kiderül, hogy a tanulók 92%-a nem csak a sportkörnyezetben, hanem a mindennapi életében is fontos értéknek tartja a sportszerűséget és az emberi jogok tiszteletben tartását.

I DIDN'T JUST LIKE THIS FILM A LOT, BUT IT ALSO TAUGHT ME THE VALUES OF SPORT AND LIFE. SPORT IS A WAY OF CREATING A COMMUNITY, A FAMILY, BUT ALSO A MEANS OF COMBATING THE PREJUDICES IMPOSED BY SOCIETY; RACISM IS ONE OF THEM. JUST AS THE PROTAGONISTS OF THE FILM DID, WE SHOULD FIGHT FOR OUR IDEALS AND TRY TO DEFEAT NEGATIVE OPINIONS (THAT DON'T HAVE ANY REASON). I RECOMMEND SEEING THIS FILM AT LEAST ONCE IN YOUR LIFE, BECAUSE IT OPENS YOUR EYES TO ASPECTS ABOUT WHICH WE DO NOT THINK MUCH, PROBABLY BECAUSE WE DO NOT FEEL INVOLVED. BUT WE REALLY ARE, AND ANY SMALL GESTURE COULD CHANGE THIS SOCIETY ”

Ötből több mint 4 diák (81%) egyetért azzal, hogy a sportprojektek potenciálisan eszközzé válhatnak az emberek társadalomba való beilleszkedésének elősegítésére, ami egyben a sporttevékenységek erejébe vetett bizalom jele is.

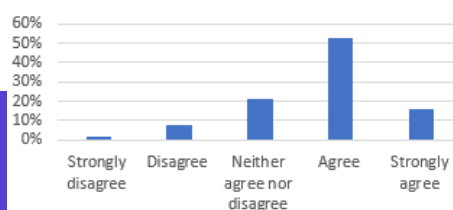
THE RELATIONSHIPS THAT THE TEAM MEMBERS CREATE DURING THE CAMP ARE VERY STRONG AND THEY REALLY GROW A LOT DURING THE CHAMPIONSHIP. THAT'S WHY I STRONGLY BELIEVE THAT SPORT IS KEY FACTOR IN CREATING CLOSER AND STRONGER RELATIONS. ”

I HAVE GRASPED THE IMPORTANCE OF BEING ABLE TO DO WHAT YOU LOVE, WHICH IS TO BE ABLE TO PLAY SPORTS, THIS MAY SEEM OBVIOUS TO US, BUT FOR PEOPLE WITH DISABILITIES IT IS NOT ”

[...] BECAUSE THE WEAKNESS LIES ONLY IN THOSE WHO JUDGE AND CRITICIZE WITHOUT KNOWING, WHO LIMIT THEMSELVES WITH THOSE FOUR UNFOUNDED THOUGHTS THAT ARE USED TO TURN, THOSE WHO GO IN CLICHES, BECAUSE DIVERSITY IS NOT SOMETHING NEGATIVE, IN FACT, IT'S SOMETHING BEAUTIFUL. ”

Ami a szociális szempontokat illeti, a diákok többsége (69%) egyetért azzal, hogy a sport potenciálisan az emberi jogi kérdések megvitatásának fontos terepévé válhat.

Could sport become a platform to discuss human rights matters?



THE ACTIVITY TAUGHT ME TO RESPECT OTHERS DESPITE BEING DIFFERENT FROM ”



ME APPARENTLY, BECAUSE IT IS FROM DIVERSITY THAT THE MOST BEAUTIFUL AND LASTING FRIENDSHIPS ARE BORN.

ITS MESSAGE IS: ACCEPTING DIVERSITY BECAUSE IT CAN ENRICH US. WE SHOULD ALL LEARN TO TRANSFORM OUR LIMITATIONS INTO STRENGTHS

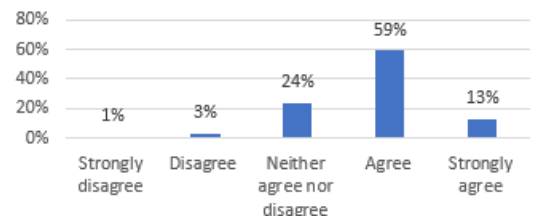
Bár a diákoknak csak 10%-a nem ért egyet ezzel a kérdéssel, egyötöde még mindig bizonytalan abban, hogy a sporttevékenység pozitív hatással lehet-e erre a szintre vagy sem, ami azt sugallhatja, hogy a témát a jövőben tovább kell tárgyalni. Az eredmények azonban azt mutatják, hogy a hallgatók egységesebben vélekedtek arról a kérdésről, hogy a sportiparnak figyelembe kell-e vennie tevékenysége során az emberi jogok védelmét és tiszteletben tartását: a válaszadók 85%-a egyetért ezzel, ami azt jelzi, hogy a diákok többsége egyetért abban, hogy az emberi jogokat tiszteletben kell tartani és védeni kell bármely tevékenység végzése során. Fontos az is, hogy a diákok véleménye egy új kezdeményezésről szól: a diákok 76%-a gondolja úgy, hogy április 6.: a Sport a Fejlődésért és a Békéért Nemzetközi Napját (UNGA 2013) minden középiskolában meg kell ünnepelni; mindössze 5%-uk ellenezte ezt a javaslatot. Mind a négy iskola diákjai részt vettek a nemzetközi nap megünneplésére készült videózásban.



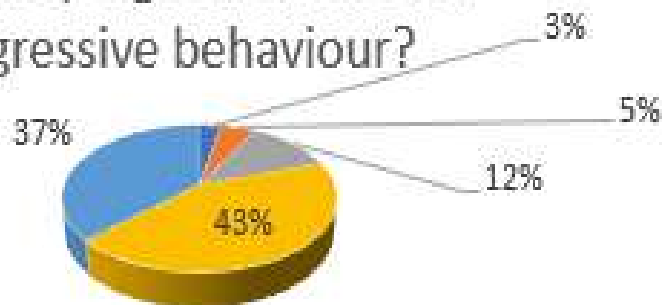
BASICALLY, THE PARALYMPIC GAMES ARE VERY MUCH RELATED TO HUMAN RIGHTS, BECAUSE IT WAS BECAUSE OF THEM THAT SOCIETY CHANGED AND LEARNED TO RESPECT THE OTHER. NOWADAYS THE HUMAN BEING CONTINUES TO HAVE SOME DIFFICULTIES TO UNDERSTAND THAT ALL PEOPLE HAVE THE SAME RIGHTS AND DUTIES. ME BEING THE FUTURE OF SOCIETY, I HAVE THE DUTY TO RECOGNIZE THESE RIGHTS AND EQUALITY. I HAVE THE DUTY TO RESPECT THE OTHER, AND MAINLY I HAVE THE DUTY TO PASS THIS SAME KNOWLEDGE TO OTHER, SO THAT MENTALITIES CHANGE AND DEVELOP, SO THAT DISCRIMINATION AND DISRESPECT END. WE WILL HAVE THESE VALUES ALSO IN OUR EVERYDAY LIVES.

A foglalkozások végén néhány személyes és viselkedési kérdés is elhangzott. Először azt kérdezték a tanulóktól, hogy általánosságban terjesztik-e a tudatosságot a sportszerűség fontosságáról társaik körében a sporttevékenységek során, és az eredmények összességében meglehetősen pozitívak voltak, a diákok túlnyomó többsége azt állította, hogy igen (59% egyetért, 13% pedig határozottan egyetért).

Students taking action to spread awareness on fair play during sport activities



Is anxiety a good excuse for aggressive behaviour?



- Strongly disagree
- Disagree
- Neither agree nor disagree
- Agree
- Strongly agree

THE ACTIVITIES RELATED TO PILLARS 2 AND 3 MADE ME THINK A LOT ABOUT THE GREAT POWER OF TEAMWORK, WHICH MANAGES TO BREAK DOWN OBSTACLES AND THE JUDGMENTS OF OTHERS.

IT TAUGHT ME DEDICATION, WHICH THESE EXTRAORDINARY ATHLETES CERTAINLY DO NOT LACK, BUT ALSO RESPECT AND FAIR PLAY.

Áttérve a zaklatás megelőzésére, a hallgatók 76%-a nyilatkozott úgy, hogy társaival együtt dolgozik a zaklatás epizódok elkerüléséért, ami a téma fontosságát tekintve mindenképpen kívánatos eredmény. Mindössze 5% állította, hogy nem próbálja megállítani ezeket az epizódokat, de a maradék 19% semleges, ami arra utal, hogy néhány lépést még tenni kell a zaklatás

megelőzésére. Általánosságban elmondható, hogy a szorongás általában nem indokolja az agresszív viselkedést a versenyeken: öt diákból négy (80%) egyetért vagy teljes mértékben egyetért azzal, hogy a szorongás nem szolgálhat kifogásként erőszakos cselekedetekre.

Amint azt a felmérés eredményei is mutatják, a diákok abban is egyetértenek, hogy mindennapi életükben fontos a kezdeményezőkézség (a tanulók 58%-a ért egyet, 27%-a teljesen egyetért, és mindössze 2%-uk nem ért egyet ezzel kapcsolatban). Abban is egyetértettek a hallgatók, hogy bizonyos, a testnevelési tevékenységek során elsajátított értékek segítik őket a jövőbeni pályafutásukban: az eredmények azt mutatják, hogy a válaszadók 88%-a úgy gondolja, hogy olyan képességek, mint a csapatmunka és a vezetés segítik majd őket a jövőben, ami megerősíti, hogy a tanulók nem csak sportolói szempontból értékelik a javasolt tevékenységek fontosságát, hanem emberi szempontból is.

SPORTS TEACH US TO WORK AS TEAMS, AS WELL AS RESPECT THOSE WE ARE PLAYING WITH AND AGAINST. IT TEACHES US VALUES SUCH AS PATIENCE AND MODESTY, AS WELL AS WORK ETHIC, AND PERSISTENCE, ALL OF WHICH CAN BE TRANSLATED TO OTHER AREAS OF LIFE.

A diákok kevésbé voltak magabiztosak abban, hogy szerintük a projekt javította-e képességeiket mások érzéseinek megértésében: a tanulók 39%-a nem tudott erről véleményt alkotni, 10%-uk pedig nem érezte úgy, hogy empatisz képességei fejlődtek.

Hasonlóképpen, a diákok 31%-a semleges választ adott, amikor arról kérdezték őket, hogy úgy érzik, hogy a projekt

javítja-e azon képességeiket, hogy mások helyébe képzeljék magukat. Ennek ellenére 58%-uk azt állította, hogy úgy érzi, hogy a projekt tevékenységei pozitívan befolyásolták azt a képességüket, hogy megértsék mások nézőpontját.

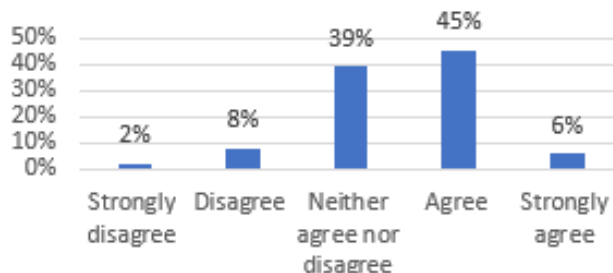
IT ALSO HELPS DEVELOP SOCIAL SKILLS, WHICH IS GREATLY NEEDED IN THE ADULT WORLD OF TODAY'S SOCIETY.

Magasabb azoknak a diákoknak az aránya, akik úgy gondolják, hogy ennek a projektnek köszönhetően javult a mások meghallgatásának képessége (66%), ami egyértelműen a megvalósítás kívánatos eredménye. Sőt, 71%-uk azt állította, hogy együttműködik osztálytársaival a konfliktusok megoldásában és minimalizálásában, és mivel a diákoknak mindössze 5%-a nem értett egyet ezzel a kérdéssel, ez a projekt egy másik nagyszerű eredményének tekinthető.

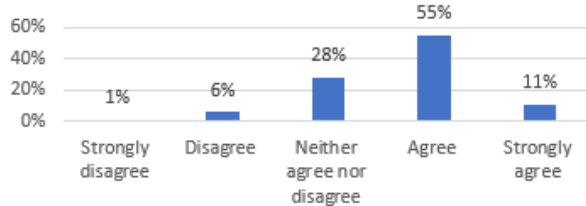
THIS WAS A GREAT ACTIVITY TO LEARN TO TRUST OTHERS THAN OURSELVES, AND BE ABLE TO RELY ON OTHER PEOPLE. IT ALSO HELPS DEVELOP SOCIAL SKILLS, WHICH IS GREATLY NEEDED IN THE ADULT WORLD OF TODAY'S SOCIETY.

THIS GROUP WORK WAS USEFUL, BOTH TO GET TO KNOW EACH OTHER BETTER AND TO KNOW HOW TO PUT OURSELVES TO THE TEST AMONG TEAMMATES IN CASE OF DIFFICULTY AND MAKE US MORE UNITED.

Did the project improve your ability of recognising other people's feelings



"I improved my abilities to listen to others"

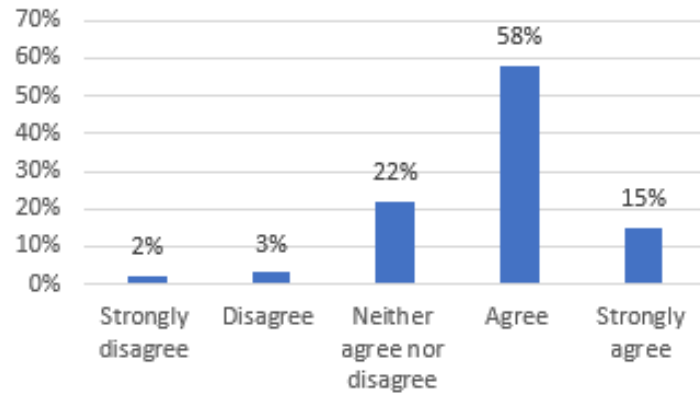


Végül, a diákok 73%-a nyilatkozott úgy, hogy a tanultakat a projekt tevékenysége során a mindennapi életében is alkalmazni fogja, ami egy másik jelentős eredmény, tekintve, hogy a modul nemcsak a tanulók sportolói fejlesztését célozza, hanem arra is törekszik, hogy pozitív hatással legyen az életükre.



I THINK SPORTS HELP US GAINING CONFIDENCE AND WE ARE ABLE TO WORK AND ACHIEVE THINGS DURING A STRESSFUL ACTIVITY. IT'S REALLY IMPORTANT IN THE REAL-LIFE AS WELL. SPORTS AND COMPETITIONS GIVE US GOOD EXPERIENCES HOW TO PERFORM WELL UNDER PRESSURE

"I apply what I learnt in my everyday life"



A diákok kétségtelenül nagyra értékelték a mindenre kiterjedő SOS oktatási modult. Örömmel fogadták az új tevékenységeket, amik lehetőséget kínáltak számukra a fejlődésre a távoktatás során is a nehéz időkben. Az SOS oktatási modulban tárgyalt témák iránti egyre növekvő érdeklődésük nemcsak a kérdőívre adott válaszaikból, hanem nyilatkozataikból is kitűnik. Lelkesedésük és az új tevékenységekben való részvételi hajlandóságuk létfontosságú volt a projekt sikeréhez.

SOS CHECKLIST



PLAY FAIR
DRIVE YOUR STUDENTS TO FOLLOW THE RULES AND TO CHOOSE TO PLAY FAIR IN SPORTS




TALK !
TAKE THE TIME TO TALK WITH YOUR STUDENTS AT THE END OF THE ACTIVITIES: LISTEN TO THEIR INPUTS AND COLLECT THEIR FEEDBACKS



NO ONE IS LEFT OUT
MAKE SURE ALSO STUDENTS WHO GENERALLY TEND TO ISOLATE, TAKE PART IN THE ACTIVITIES



GENDER BALANCE
INVOLVE GIRLS IN ALL THE ACTIVITIES AND MAKE THEM FEEL VALUED



TEAM SPIRIT
ENSURE THAT EVERYONE IN THE GROUP HAS A ROLE, AND THAT THEY ALL STRIVE TOWARDS THE SAME GOALS



MORE THAN SPORT
INVOLVE STUDENTS IN EXTRACURRICULAR ACTIVITIES WHERE THEY CAN LEARN FIRST HAND THE POTENTIAL POSITIVE IMPACT OF SPORT. FOR EXAMPLE ORGANISING A SMALL EVENT ON SPORT & HUMAN RIGHTS



GET SKILLED
MAKE STUDENTS AWARE THAT THEY CAN DEVELOP AND FOSTER THEIR PERSONAL AND SOCIAL SKILLS THROUGH SPORT



FEEL BETTER
PROMOTE SPORTS AS A TOOL TO ENHANCE PHYSICAL AND MENTAL WELLBEING OF STUDENTS



SPORT FOR ALL
ENCOURAGE PEOPLE OF DIVERSE BACKGROUNDS AND ABILITIES TO JOIN AND PARTICIPATE. SPORT WELCOMES EVERYONE



BE OPEN TO DIALOGUE
INVITE YOUR STUDENTS TO SUGGEST FURTHER SPORT ACTIVITIES AND PINPOINT ISSUES THEY FACE IN AND OFF SCHOOL

KÖVETKEZTETÉSEK

Összességében elmondható, hogy az SOS oktatási modult a testnevelő tanárok és a diákok egyaránt nagy örömmel fogadták. Látták a modul lehetőségeit és újszerűségét a testnevelés új megértéséhez. Mind a testnevelő tanárok, mind a diákok visszajelzései azt a célt szolgálták, hogy az SOS oktatási modult a kedvezményezettek igényeihez igazítsák és tökéletesítsék.

Mindhárom pillérnek voltak interdiszciplináris és egymással összefüggő tevékenységei, amelyeket ennek a jellemzőnek a szem előtt tartásával valósítottak meg. Az SOS online platformon a tevékenységek megvitatása lehetővé tette a testnevelő tanárok és oktatók számára, hogy kommunikáljanak és javítsák a tevékenységeket. Ezen túlmenően az SOS online platform hasznos volt a feladatokról lelkesen kommentelő diákok közvetlen visszajelzéseinek összegyűjtésére.

Ezért az SOS oktatási modul SOS kártyapaklijával és feladataival felülről lefelé és alulról felfelé irányuló megközelítés eredménye. Míg az SOS kártyacsomagot és a tevékenységeket kezdetben szakértők készítették el; mind a testnevelő tanárok, mind a diákok visszajelzéseit, észrevételeit összegyűjtöttük a megvalósítási szakaszban. Ezért ez az eszköztár az elmélet és a gyakorlat közötti folyamatos kölcsönhatás eredménye. Éppen ezért az SOS oktatási modul Európa bármely középiskolájában megvalósítható. Megtervezték, tesztelték, a kontextusokhoz igazították és újrafogalmazták.

Remélhetőleg - alkalmazva - ez a modul háromszoros célt szolgál majd; ötvözi a sport egészségjavító erejét a társadalomra gyakorolt potenciálisan pozitív hatásával, valamint az életvitel és a pályaalakulási készségek oktatásával. Az SOS oktatási modul rugalmas. Az SOS kártyapakli iránymutatást ad az egyes témák lefedésére vonatkozóan, így a testnevelő tanárok új tevékenységeket hozhatnak létre.

Végül, ez a modul segít a diákoknak megérteni a sport jelentőségét a társadalomban - nem csak az általa fokozható fizikai és szellemi előnyök miatt, hanem az emberi jogok előmozdításában és a fejlődésben játszott szerepe miatt is, valamint lehetőséget kínál az élethez és a pályaalakuláshoz szükséges készségek elsajátítására. Valójában az SOS tanítási modulnak ez a mindent átfogó szerepe fog hozzájárulni a testnevelés oktatásának az iskolák tanterveiben való jobb elismeréséhez.