

ÚJ

KÖZNEVELÉS

2023. ÁPRILIS | 79. ÉVF. 4. SZÁM



*Kovácsné
Körödi Zsuzsa*

és

*Christmanné
Dudás Diána*

munkaközösség-vezetők, Budaörsi Csillagfűrt Óvoda

PEDAGÓGUSMŰHELYEK



OKTATÁSI
HIVATAL

RADNÓTI MIKLÓS
Száll a tavasz...

Előhang az Eclogákhoz

Csúszik a jég a folyón, foltosra sötétül a part is,
olvad a hó, a nyulak meg az őzek lábanyomán már
kis pocsoltyákban a nap csecsemőnyi sugára lubickol.
Száll a tavasz kibomolt hajjal, heverő hegyek ormán,
tárnák mélyein és a vakondok túrta lyukakban,
fák gyökerén fut, a rügy gyöngéd hónalja tövében,
s csiklandós levelek szárán pihen és tovaszáguld.
S szerte a réten, a domb fodrán, fodros tavakon kék
lánggal lobban az ég.

Száll a tavasz kibomolt hajjal, de a régi szabadság
angyala nem száll már vele, alszik a mélyben, a sárga
sárba fagyottan, alélt gyökerek közt fekszik aléltan,
nem lát fényt odalent, sem a cserjén pöndörödő kis
zöld levelek hadait nem látja, hiába! nem ébred.
Rab. S a rabok feketén gyűrűző vad bánata csobban
álmaiban s föld és fagyos éj nehezült a szívére.
Álmodik és mellét nem emelgeti sóhaja sem még,
lent nem pattan a jég.

Néma gyökér kiabálj, levelek kiabáljatok éles
hangan, tajtékzó kutya zengj, csapkodd a habot, hall!
rázd a sörényed, ló! bömbölj bika, ríjj patak ágya!
ébredj már aluvó!

1942. április 11.



Közösen egyszerűbb

Szöveg: **Indri Dániel Janisz** főszerkesztő | Fotó: Dömölky Dániel

Több mint tíz éve dolgozom csapatban, és ez idő alatt azt láttam, hogy csakis úgy eredményes a munka, ha rendszeresen megosztjuk egymással gondolatainkat, problémáinkat, javaslatainkat, hiszen egy-egy ötletmorzsából bármikor szárba szökkenhet egy olyan megoldás, ami előbbre visz bennünket. Nincs ez másként a pedagógia területén sem, ahol szintén kiemelt jelentősége van az együtt gondolkodásnak. Erre a legkitűnőbb példa a különféle munkaközösségek munkája, a rendszeres megbeszélések tartása, legyen az tantárgyi munkaközösség, osztályozó értekezlet, netán diákönkormányzati megbeszélés.

E hónapban ezért a pedagógusműhelyek működését mutatjuk be. A címdoldalon *Christmanné Dudás Diána* és *Kovácsné Kóródi Zsuzsa*, a Budaörsi Csillagfürt Óvoda munkaközösség-vezetői szerepelnek, akik napról napra azon dolgoznak, hogy ne csak a kicsikkel, de kollégáikkal is minél gördülékenyebb legyen az együttműködés.

Pál Zsoltot, a zuglói Jókai Mór Általános Iskola humán és idegen nyelvi munkaközösségének vezetőjét feladatairól, illetve a kollégáival való együttműködésről kérdeztük. A Csata Utcai Általános Iskola intézményvezetőjével, *Borosné Borbély Beátával* az osztályozó értekezletekről beszélgettünk, *Németh Tibor*, a győri Kazinczy Ferenc Gimnázium és Kollégium intézményvezetője pedig a tantestület működéséről, a munkaközösségek hatékonyságáról és a szülői munkaközösség szerepéről mesélt lapunknak. Emellett megismerhetik az Újpesti Babits Mihály Gimnázium Iskolai Diák Bizottságának tagjait, illetve azt, miként működnek együtt a diákok és a pedagógusok az iskolát érintő fontos ügyek megvitatásában.

Érettségi változások rovatunkban a vizuális kultúra tantárgy várható változásait vizsgáltuk, *Van új a NAT alatt* rovatunkban pedig a mindennapos testnevelésről kérdeztük *Prof. Dr. Hamar Pált*, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem egyetemi tanárát. *Dr. Vanó Renátával*, az Oktatási Hivatal felsőoktatási elnökhelyettesével a felvételi eljárás jelenéről és jövőjéről beszélgettünk, *Innovatív Pedagógia* című rovatunkban pedig a Kalandok és Álmodások Szakmai Műhely élménypedagógiai foglalkozásait ismerhetik meg. *Lélekbúvár* rovatunkban *Csatlós Csilla* executive coach és *Dr. Farkas Péter* mentálhigiénikus szakember mesélnek a kiégés megelőzéséről, tüneteiről és arról, mit lehet tenni, ha már észleljük azokat.

Oktatás-nevelés rovatunkban *Juhász Rebeka* tanító bemutatja, miként lehet az énekórákra becsempészni a digitális eszközöket, *Vertike Anett* fejlesztőpedagógus pedig a tanulási nehézségekkel küzdők tehetséggondozásáról értekezik, hasznos gyakorlati példák segítségével. *Spori!* című rovatunkban ezúttal – rendhagyó módon – egy röplabdaedzővel, *Tóth Gáborral* beszélgettünk elhivatottságról, edzői affinitásról és sportpszichológiáról.

Cikkeink olvasásához kellemes időtöltést kívánok!



Új Köznevelés magazin

Alapító:

Emberi Erőforrások Minisztériuma

Kiadó:

Oktatási Hivatal (OH)

Felelős kiadó:

Brassói Sándor, az Oktatási Hivatal elnöke

Felelős szerkesztő:

Kamp Alfréd fősztályvezető

Főszerkesztő:

Indri Dániel Janisz

Szerkesztő:

Karkó Ádám, Vágóné Ugró Szilvia

Szerkesztőbizottsági tagok:

Kaposi József, Ötvös Zoltán, Sipos Imre

Olvasószerkesztő:

Gyimesné Szekeres Ágnes

Tördelőszerkesztő:

Pattantyus Gergely

Hirdetés: kozneveles@oh.gov.hu

Cikkeket az alábbi e-mail-címre várunk:

kozneveles@oh.gov.hu

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Meg nem rendelt cikkekért nem áll módunkban honoráriumot fizetni.

SZERKESZTŐSÉG:

Cím: 1074 Budapest, Rákóczi út 70-72.

E-mail: kozneveles@oh.gov.hu

Honlap: folyoiratok.oh.gov.hu/uj-kozneveles

Layout-tervek: Salt Communications Kft.

Fotók: Shutterstock.com

Címdal fotó: Indri Dániel Janisz

HU ISSN 2939-6050 (Online)

HU ISSN 2064-0625 (Nyomtatott)

[megj.: 2013-2021]

Terjedelem: 3 ív

Tartalom

BEKÖSZÖNTŐ

- 1 Indri Dániel Janisz: Közösen egyszerűbb

AKTUÁLIS

- 3 Átfogó taneszközfejlesztés a minőségi oktatásért
4 Megnőtt az érdeklődés az egyetemek iránt – interjú **dr. Vanó Renátával**, az Oktatási Hivatal felsőoktatási elnökhelyettesével

OKTATÁS-NEVELÉS

- 6 **ÉRETTSÉGI VÁLTOZÁSOK** > Vizuális kultúra
9 **Juhász Rebeka:** Digitalizált énekóra
12 **VAN ÚJ A NAT ALATT**
A testmozgás a legjobb gyógyír a szorongásra – interjú **Prof. Dr. Hamar Pállal**, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem egyetemi tanárával
14 **Vertike Anett:** Tehetséggondozás kicsit másként
18 **INNOVATÍV PEDAGÓGIA**
Az igazi élménypedagógia
21 **LÉLEKBÚVÁR**
Van megoldás a kiégésre! – interjú **Csatlós Csilla** executive coachsal és **Dr. Farkas Péter** mentálhigiénikussal

A HÓNAP TÉMÁJA: PEDAGÓGUSMŰHELYEK

- 26 Kooperatív munkaközösségek Budaörsön – interjú **Christmanné Dudás Diána** és **Kovácsné Kóródi Zsuzsa** munkaközösség-vezetőkkel (Budaörsi Csillagfürt Óvoda)
31 Egy jó vezető jelen van – interjú **Pál Zsolttal**, a Budapest XIV. Kerületi Jókai Mór Általános Iskola humán és idegen nyelvi munkaközösségének vezetőjével
34 Közös megegyezéssel lehet dönteni az osztályzatokról – interjú **Borosné Borbély Beátával**, a Csata Utcai Általános Iskola intézményvezetőjével
36 Számos feladata van egy nevelőtestületnek – interjú **Németh Tiborral**, a Kazinczy Ferenc Gimnázium és Kollégium intézményvezetőjével
38 A diákönkormányzatok a demokratikus nevelés végvárai – interjú **Kriza Márton** IDB-elnökkel, **Madarász Evelinnel**, az IDB programokért felelős tagjával, valamint **Balázs-Szakmári Csilla** és **Németh Máté** DÖK-segítő tanárokkal

A MI VILÁGUNK

- 41 **SPORI!**
„Nem akartam önmagam karikatúrája lenni” – interjú **Tóth Gábor** röplabdaedzővel
44 Kulturális ajánló
46 Iránytű
47 Évfordulók
48 Pályázatok

Átfogó taneszközfejlesztés a minőségi oktatásért

Okostankönyvek, digitális feladatgyűjtemények, nemzetiségi, valamint SNI-s tanulóknak kidolgozott kiadványok, továbbá az új *Nemzeti alaptanterv*nek megfelelő taneszközök is elkészültek az Oktatási Hivatal (OH) most zárult projektjében. Az **EFOP-3.2.2-VEKOP-15-2016-00001: A köznevelés tartalmi szabályozóinak megfelelő tankönyvek, taneszközök fejlesztése és digitális tartalomfejlesztés** című projekt az Európai Unió 6,483 milliárd forintos vissza nem térítendő támogatásából valósult meg.

Szöveg: **MTI, Indri Dániel Janisz**

A program fő célkitűzése olyan innovatív taneszközök fejlesztése, amelyek átfogó tankönyv-, digitális tartalom- és szolgáltatásfejlesztéssel hozzájárulnak a minőségi oktatáshoz. A tankönyvellátás megújítása mellett a digitális tanulást támogató Nemzeti Köznevelési Portált (NKP) is továbbfejlesztették, népszerűsítették a projektben.

Az NKP tartalmi és funkcionális fejlesztésének célja, hogy az infokommunikációs technológia szervesen beépüljön az oktatásba. A közismereti tantárgyak tanításához 126 komplex digitális tananyagcsomag, azaz okostankönyv készült el, amelyek többek között interaktív feladatokat, multimédiás elemeket, szimulációkat, hanganyagokat is tartalmaznak. Az esélyegyenlőség érdekében 85 SNI-okostankönyv is készült speciális, a célcsoporthoz igazodó megjelenítéssel. A portálon jelenleg több mint 200 okostankönyv érhető el, a tananyagcsomagok több mint 36.000 okosfeladatot tartalmaznak.

A projektben összesen 643 papíralapú taneszközt dolgoztak ki. Először a központi tankönyvfejlesztési programban kipróbált 106 újgenerációs tankönyv fejlesztése történt meg, majd a hozzájuk kapcsolódó 10 tantárgycsoportban 45 tanári kézikönyv készült el, amelyek használatával 156 egynapos módszertani képzésen 1003 pedagógus ismerkedett meg. 2020-tól az új *Nemzeti alaptanterv*nek megfelelően zajlott a tankönyvek fejlesztése. A projektnek köszönhetően egy országosan egységes, a köznevelés szinte minden területét lefedő taneszközrendszer áll rendelkezésre. 253 tétellel bővült a sajátos nevelési igényű tanulók számára kidolgozott kiadványok száma, biztosítva a tantárgyak és az évfolyamok teljes lefedettségét; a nemzetiségi tankönyvek száma pedig egyharmadával növekedett.

Az EFOP-3.2.2-VEKOP-15-2016-00001: *A köznevelés tartalmi szabályozóinak megfelelő tankönyvek, taneszközök fejlesztése és digitális tartalomfejlesztés* projekt 2016. szeptember 1. és 2023. március 31. között valósult meg.

A konferenciát megelőző sajtótájékoztatón *Maruzsa Zoltán* köznevelési államtitkár elmondta, hogy annak idején, 2013-ban az állam nagy fába vágta a fejszéjét a tankönyvfejlesztés és -terjesztés megújításával. Jelentős mérföldkő volt több piaci kiadó – a Nemzedékek Tudása Tankönyvkiadó (volt Nemzeti Tankönyvkiadó) és az Apáczai Kiadó – felvásárlása, melyet követően a Könyvtárellátó (KELLO) bevonásával megtörtént a tankönyvterjesztés megreformálása is. A gyártás biztonságát az állam az Alföldi Nyomda felvásárlásával erősítette meg.

A taneszközfejlesztés az évek során számos forrás bevonásával, hazai és európai uniós forrásokból, többszöri projekthosszabbítással valósult meg mintegy 10 milliárd forint értékben. A portfólió idén válik teljessé, hiszen már 1–12. évfolyamig az új *Nat*-nak megfelelő taneszközök állnak majd a pedagógusok és diákok rendelkezésére, beleértve a köznevelési és a szakképzési rendszer kiadványait is. A jegyzéken nem csak állami tankönyvek találhatóak meg, magánkiadók és egyházak is bekapcsolódhatnak, jellemzően nyelvkönyvekkel vagy hittankönyvekkel. A tankönyvjegyzéken 1259 darab, ingyenesen elérhető állami tankönyv szerepel. Az okostankönyvek fejlesztése is jelentős mérföldkő volt, amelyek jól vizsgáztak a koronavírus-járvány idején, mostanra pedig már több mint 200 okostankönyv és 36.000 feladat várja az érdeklődőket.

Sipos Imre, az Oktatási Hivatal tartalomfejlesztési és tankönyvkiadási elnökhelyettese elmondta, a tankönyvellátás 2019. december 1-jétől lett az Oktatási Hivatal feladata, a projektnek pedig az elmúlt években számos fontos mérföldköve volt, melyek keretében 330 közismereti tankönyv készült el; 153-mal nőtt a nemzetiségi és 253-mal az SNI tanulóknak készült tankönyvek száma. A tankönyveket sok képanyag, grafika, egységes tankönyvi megjelenés, színekódok, felfedeztető, tanulástámogató feladatok jellemzik, s megfelelnek a tartalmi szabályozóknak.

Az NKP megalkotása is kiemelt jelentőségű feladat volt, cél volt egy olyan webalapú szolgáltatás létrehozása, amihez mindenki korlátlanul hozzáfér, és melynek látogatottsága a tantermen kívüli, digitális munkarend alatt elérte a napi 160-180.000 látogatót, de ma is napi 80-100.000 látogató keresi fel a portált. Az okostankönyvek alapvetően azonosak a papírtankönyvekkel, de kiegészítő tartalmak is megtalálhatóak bennük.

Megnőtt az érdeklődés az egyetemek iránt

Kiemelkedően sokan szeretnék felsőfokú végzettséget szerezni a 2023/2024-es tanévben, mellyel párhuzamosan a felvételi követelmények is jelentősen megváltoztak a korábbi évekhez képest. Az emelt szintű érettségi már nem általános bemeneti feltétel, azonban továbbra is kiemelt fontosságú mind a jelentkezők kompetenciái, tudásszintje okán, mind a pontszámítás, mind a későbbi felsőoktatási tanulmányok vonatkozásában. Az egyetemek szerepe nőtt azáltal, hogy nagyobb részt vállalnak a hozzájuk felvételizni vágyó diákok felvételi követelményeinek meghatározásában. A felvételi eljárás jelenéről és jövőjéről beszélgettünk **dr. Vanó Renátával**, az Oktatási Hivatal felsőoktatási elnökhelyettesével.

Szöveg: Vágóné Ugró Szilvia



Az E-felvételiben 2023. február 15-ig kellett rögzíteni a felvételi kérelmeket. Hányan jelentkeztek a szeptemberben induló képzésekre? Hogyan változott a felvételizők száma az évek során?

A 2023. évi általános eljárás során kiemelkedően sokan, 126 449 fő jelentkezett magyar felsőoktatási intézményekbe. Ez a jelentkezői szám mintegy 27%-kal magasabb, mint az előző évi volt, de általánosságban elmondható, hogy egy évtizede nem volt ilyen sok jelentkező a felsőoktatási intézményekbe. Ez azt jelenti, hogy örvendetesen megnőtt az érdeklődés a felsőoktatási tanulmányok iránt, a fiatalok és a korábban a felsőoktatásba nem jelentkezők is felismerték a felsőoktatási tanulmányok fontosságát, illetve a magyar felsőoktatási intézmények értékeit.

A jelentkezési számok alapján melyek az idei évben a legnépszerűbb szakok és egyetemek?

A jelentkezési adatok elemzése alapján az látszik, hogy minden felsőoktatási intézmény fel tud venni megfelelő számú és felkészültségű hallgatót a 2023/2024-es tanévre. Az intézmények rangsorát az első helyes jelentkezők száma szerint vizsgálva természetesen a nagy egyetemek vezetnek, mint az előző években is. Közülük is kiemelkedik az ELTE a közel 18 ezer jelentkezőjével, de nagyon sokan szeretnének első helyen tanulni a Debreceni Egyetemen (11 351 fő), a Szegedi Tudományegyetemen (9 015 fő), és a Budapesti Gazdasági Egyetemen is (8 034 fő). Fontos kiemelni azt is, hogy a jelentkezők számának növekedése nem csak az említett nagy, széles oktatási portólióval rendelkező intézményekre volt jel-



lemző, hanem általános tendencia a budapesti és vidéki szakegyetemek, de gyakorlatilag minden intézmény vonatkozásában. Kiemelendő, hogy a vidéki egyetemeken az alapképzésre jelentkezők száma az országos átlagnál lényegesen magasabb arányban, mintegy 59%-kal nőtt a tavalyi évhez képest.

Fontos, hogy bizonyos hátrányos helyzetű térségekből az átlagnál szintén lényegesen magasabb a jelentkezők száma, aránya.

A jelentkezői preferenciákat vizsgálva azt látjuk, hogy a legtöbben a gazdaságtudományi, műszaki, bölcsészettudományi, az orvos- és egészségtudományi terület szakjai iránt érdeklődnek. Fontos kiemelni azt is, hogy jelentősen nőtt a pedagógusképzés alapszakjai iránti érdeklődés, illetve azt, hogy egyre többen szeretnének informatikai területen tovább tanulni.

A fentieknek megfelelően alakult a legnépszerűbb szakok „rangsora” is. Idén is, mint évek óta a gazdálkodási és menedzsment szak vezeti a szakok rangsorát. Itt azt is hangsúlyozni kell, hogy ez a képzés folyik a legtöbb helyen, ami hozzájárulhat a magas jelentkezési számhoz. A szakok rangsora ezt követően a következő: pszichológia, ápolás és betegellátás, kereskedelmi és marketing, mérnökinformatikus, óvodapedagógus, programtervező informatikus.

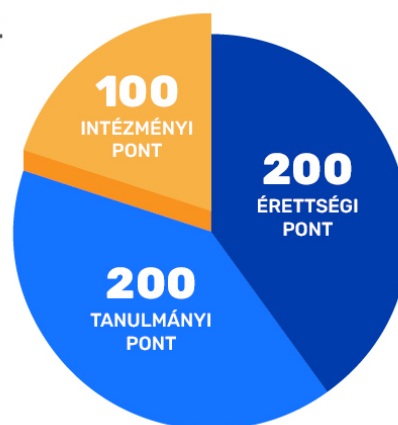
A korábbi évekhez képest változtak a pontszámítás szabályai. Milyen változások történtek ezen a területen, és milyen változások várhatóak még?

A 2023. évi felsőoktatási felvételi eljárás szabályai jelentősen megváltoztak a korábbiakhoz viszonyítva. A jogszabályi módosítások alapján megszűnt az emelt szintű érettségi általános kötelezettsége, illetve megszűnt a jogszabályi minimum ponthatár, amely alatt nem lehetett felvételt nyerni magyar felsőoktatási intézménybe. A felsőoktatási intézmények lehetőséget kaptak arra is, hogy eltekintsenek az emelt szintű érettségi követelményétől azokon a szakokon is, ahol ezt korábban meghatározták, illetve saját hatáskörben határozhattak meg minimális ponthatárt a jelentkezőik számára. Ez tehát azt jelenti, hogy jelentősen csökkent azoknak a szakoknak a száma, ahol kell emelt szintű érettségi a felvételi pontok kiszámításához, illetve már nem egységes az emelt szintű érettségi követelmény a különböző intézményekben az egyes szakokon.

2024-ben jelentős változások lesznek a pontszámítási rendszerben. Marad a 400+100 pontos rendszer, viszont megszűnnek a központonként meghatározott többletpontok, helyette intézményi pontok lesznek. Ezeket a felsőoktatási intézmények saját hatáskörben határozták meg, és már megnézhetők a www.felvi.hu honlapon. Ugyancsak változik az érettségi pontok számításának rendszere is, a felsőoktatási intézmények egy listából választva maguk dönthettek arról, hogy milyen érettségi vizsgatárgyakból számítják ki a pontokat. A tanulmányi pontok számítása során megszűnik a természettudományos tantárgy kötelező figyelembe vétele, ez is intézményi döntés alapján változhat, illetve az is módosul, hogy a tanulmányi pontok számításánál milyen érettségi tárgyat lehet figyelembe venni.

A felvételi pontszámítás újdonságai 2024-től

2024



TANULMÁNYI PONT

A felsőoktatási intézmények meghatározhatják a középiskolai eredményekhez egy (ötödik) középiskolai tantárgyat, és az érettségi átlaghoz egy érettségi vizsgatárgyat.

ÉRETTSÉGI PONT

A felsőoktatási intézmények szakonként határozzák meg az érettségi pont számításához szükséges két érettségi tárgy esetében a figyelembe vehető érettségi tárgyakat és azok szintjét.

Az emelt szintű és a középszintű érettségi eredmény átszámítása:
100% emelt szintű érettségi = 100 pont, 100% középszintű eredmény = 67 pont

INTÉZMÉNYI PONT

Az intézményi pontok körét a felsőoktatási intézmények határozzák meg, melyek a következők lehetnek: Emelt szintű érettségi vizsgaeredmény, nyelvtudás, felvételi vizsga, esélyegyenlőség, sporteredmény, kompetenctesztt, szakképesítés, munkatapasztalat, részképzésben való részvétel, felsőoktatási szakképzésben szerzett oklevél (stb...)

2024-től az intézmények meghatározhatják szakonként minimum ponthatárt.

Mindenki számára ajánljuk és javasoljuk, hogy nézze meg a **honlapunkon** a 2024-es pontszámítás leírását, az intézményi döntések ismertetését, hogy amennyiben 2024-ben akar jelentkezni a felsőoktatási tanulmányaira, akkor fel tudjon készülni a változásokra.

A Felsőoktatási Felvételi Főosztály hogyan készült az idei felvételi eljárásra, milyen folyamatok zajlanak most?

A Főosztály munkatársainak természetesen minden évben a jelentkezési időszak lezárása után van a legtöbb feladatuk, ellenőrizni kell a jelentkezőkről beérkező adatokat a közhiteles nyilvántartásokból, illetve ellenőrizni és hitelesíteni kell a jelentkezők által beküldött dokumentumokat is. Évente több százezer elektronikus dokumentum érkezik be a felvételi eljárással kapcsolatban, amivel foglalkozni kell. Folyamatos feladat az ügyfélszolgálat működtetése, illetve a kapcsolattartás a jelentkezőkkel és a potenciális jelentkezőkkel. Az ügyfélszolgálat hétfőtől péntekig áll a jelentkezők rendelkezésére telefonon, e-mailben, valamint az Oktatási Hivatal Maros utcai épületében működő Ügyfélszolgálaton személyesen.

Kiemelt feladata a kollégáknak emellett a 2024-es általános felvételi eljárásra való felkészülés, hisz a jogszabályi változások egy teljesen új belső eljárásrend kialakítását eredményezik.

Érettségi változások: VIZUÁLIS KULTÚRA

A közismereti érettségi vizsgatárgyak 2024. május-júniusi vizsgaidőszaktól érvényes vizsgakövetelményei

A felmenő rendszerben tanulók számára 2024-től kezdődően új, változó vizsgakövetelmények lépnek érvénybe. **Érettségi változások** című rovatunkban tantárgyanként vizsgáljuk meg a különböző, választható vizsgatárgyak jellemző változási szisztémáit, a jövőben érvényes strukturális ismereti eljárásait. Aktuális lapszámunkban a **vizuális kultúra** tantárgy változásaira koncentráltunk.

Szöveg: Karkó Ádám



2020-ban a *Nemzeti alaptanterv és Kerettantervek* bevezetését követően elkészültek a hozzájuk illeszkedő részletes érettségi vizsgakövetelmények is. A követelmények alapján először a 2023/2024-es tanévben, a május-júniusi érettségik alkalmával adnak számot tudásukról a vizsgázók.

A megújuló érettségi vizsgakövetelmények – általánosan interpretálva, az összes érettségire vetítve – korszerű értékelési módszereket határoznak meg, amelyekkel az eddiginél szélesebb teret adnak a diákok önálló problémamegoldásának és kreativitásának. Továbbra is megmaradt az érettségi vizsga kétszintű rendszere, amelyben a kötelező vizsgatárgyak sem változtak meg, így a vizuális kultúra egy nem kötelezően megszabott időpontra esik majd.

Vizuális ismeretek birtokában

A 2024-től érvényes érettségi rendszerben a vizuális kultúra vizsgakövetelményei a következők:

- A vizuális jelenségek megfigyelése, széles körű elemző vizsgálata, esztétikai és kommunikációs szempontok szerinti megítélése;
- a vizuális nyelv elemeinek ismerete és megfelelő használata az alkotó tevékenység során, valamint ezen ismeretek segítségével vizuális alkotások elemzése;
- a különböző köznapi és művészi vizuális közlésformák gyakorlati alkalmazása, továbbá sajátos és közös vonásainak bemutatása, sokrétű értelmezése, mérlegelő szemléletű megítélése;
- a köznapi vizuális kommunikáció során értelmezhető vizuális közlések létrehozása a közlés céljának megfelelő formában és alkalmas technikával, hagyományos, mozgóképi és/vagy digitális eszközhasználatlaltal;
- vizuális információk tudatos befogadása pontos vizuális megfigyelés és megfelelő értelmezés alapján;
- tárgyak, vizuálisan érzékelhető jelenségek ábrázolása, valamint elképzelt dolgok, más tantárgy tananyagtartalmaként megismert, természet- vagy társadalomtudományban jelen lévő, vagy más művészeti ág tevékenységrendszerében használt fogalmak kifejezése különböző vizuális eszközökkel;
- személyes érzések kifejezése változatosan használt vizuális eszközökkel;
- tárgyak, a köznapi vizuális környezet elemző vizsgálata, különböző szempontok szerinti megítélése és a tapasztalatok felhasználása tervezésben, alkotásban;
- a környezettudatos gondolkodás elveinek megjelenítése a környezetkultúra témakör jellemző alkotótervező tevékenységeiben;
- a képzetekben gazdag képi látásmód alkalmazása és ennek árnyalt vizuális kifejezése;
- időben és térben eltérő kultúrák és művészeti korszakok művészi értékeire vonatkozó ismereteinek bemutatása, értelmezése, elemzése és felhasználása saját célú alkotás létrehozásában;
- vizuális megjelenések kultúrák közvetítő szerepének megértése és bemutatása az egyetemes, európai és magyar művészet példáival, és a tanulságok felhasználása alkotásban;
- a magyar vizuális kultúra jelentősebb alkotásainak, alkotóinak ismerete és az ismeretek felhasználása alkotó munkában;

- a magyar népművészet, díszítőművészet, tárgy-kultúra, építészet jellemző példáinak ismerete és felhasználása változatos célú alkotó munkában;
- az adott feladatnak megfelelő képkalkoló technikák ismerete és használata alkotó munkában;
- a vizuális megjelenések leírása, elemzése és értelmezése során a reflexiók szemléletes és szakszerű megfogalmazása, szöveges és képi megjelenítéssel is;
- a vizuális kultúra tantárgy gyakorlati feladataiban megismert fogalmak, szakkifejezések helyes használata;
- vizuálisan feldolgozható problémahelyzetek önálló felismerése, kreatív megoldása, alkotói folyamat önreflektív bemutatásával, analóg és/vagy digitális prezentációs technikák használatával;
- különböző mediális produktum elemzése, összehasonlítása a vizuális jelrendszer, kommunikációs szándék és hatáskeltés szempontjából, és a tanulságok felhasználása saját célú digitális képkalkolásban;
- technikai képnél és digitális környezetben a manipuláció és a befolyásolás vizuális eszközeinek felismerése, értelmezése, bemutatása.

Színek és évek

Mind a 2017-es, mind a 2024-es érettségi vizsgakövetelmények esetében az emelt szintű vizsga tartalmi követelményeibe beletartoztak és beletartoznak a középszintű vizsga tartalmi követelményei. A 2024-től érvényes vizsgakövetelmények között az alábbi módosulások figyelhetők meg az előző követelményrendszerhez képest:

1 Alkotás: *Kontraszt, harmónia* témán belül középszintről kikerült a *Színharmóniák, szíkontrasztok (fény-árnyék, hideg-meleg, komplementer, magában való, szimultán, mennyiségi, minőségi) használata*. A *Rajzolás* témakörön belül közép- és emelt szintre bekerült, hogy *Egyszerű műszaki VAGY összetettebb műszaki jellegű rajz készítése [...] digitális eszközhasználatlaltal*. A *Festés, Kollázs és Nyomatás* témán belül emelt szinten megjelent a *Tudatosan, önállóan választott festészeti anyag- és eszközhasználat alkalmazása eltérő célú alkotó munkában. Kifejezési szándéknak megfelelő anyaghasználat texturális, fakturális hatás elérésére. Sokszorosító grafikai technikák felismerése és választott eljárás tudatos alkalmazása alkotó munkában*. A *Makettezés, Modellkészítés* témán belül emelt szinten pontosították a meghatározást: *Modell- vagy makettkészítés a kifejezési, ábrázolási szándéknak leginkább megfelelő anyaghasználat kiválasztásával*. A *További technikák* téma helyett két új téma jelent meg közép- és emelt szinten: *Plasztika és Digitális képkalkolás*.

A *Formaértelmezés – Anyag* témánál középszintre bekerült A *látvány mint modell elemeinek anyagszerűségben jelentkező különbségeinek szemléletes kifejezése*

választott eszközzel ismeret. A *Színértelmezés – Szín- és fényviszonyok* témán belül az emelt szintű követelmény a következőkre változott: *Látvány vagy elképzelés alapján tárgyak testességének, plasztikus formáinak árnyalt érzékeltetése fény-árnyék hatások segítségével*. A *Mozgásértelmezés* témán belül emelt szintről középszintre került az *Egyszerű mozgás fázisainak értelmező jellegű ábrázolása [pl. fázisrajz] szabadkézi rajzban, fotó vagy digitális képkalkoló technika alkalmazásával ismeret*, míg emelt szinten a *Mozgás, változás értelmező jellegű ábrázolása választott, adekvát eszközzel került be a követelménylistába*. A *Folyamat, mozgás, idő* témán belül emelt szinten kiegészült a követelmény: *Rövid mozgóképi közlés, kifejezés megtervezése (pl. képes forgatókönyv) és kivitelezése film, választott digitális mediális megjelenés, animáció technikájával*. A *Vizuális információ* témán belül emelt szintre bekerült a *Tájékoztató, közhasznú információ feldolgozása, szemléletessé tétele választott hagyományos, vagy digitális eszközhasználatlaltal követelmény*.

2 Befogadás: A *Térábrázolási módok* témán belül emelt szintre bekerült *Az elvont és kevert térábrázolási módok (pl. szürrealizmus, kubizmus) felismerése a képi kifejezésben követelmény*. A *Vizuális minőségek* témán belül emelt szintre bekerült egy új ismeret, a *Vizuális minőségek (pl. tónus/szín; alak/forma; textúra/faktúra/struktúra) differenciált megkülönböztetése szöveges közlésekben a vizuális kultúra gyakorlatban elsajátított szaknyelvének, fogalomrendszerének használatával*. A *Kép és szöveg* témán belül középszinten kiegészítették a *Kép és szöveg kölcsönhatásának elemző vizsgálata direkt közlések esetében követelményt*; az emelt szint esetében ez a *Kép és szöveg kölcsönhatásának elemző vizsgálata változatos mediális megjelenésekben leírásra módosult*.

A *Vizuális információ* témában emelt szinten megjelent a *Különböző mediális megjelenések összehasonlítása a vizuális információ kódolási jellegzetességeinek szempontjából követelmény*. A *Médiakategóriák* című téma középszintű követelményei között szerepel a korábbi emelt szintű követelmény leírása; emelt szinten szintén megmaradt a korábbi követelmény. A *Fotó, mozgókép* témában emelt szinten néhány kiegészítést tettek a követelménylista írói. A *Forma- és funkcióelemzés* esetében emelt szinten a következőképpen módosult a leírás: *Tárgyak, objektumok elemzése során adekvát vizsgálati szempontok árnyalt alkalmazása*. A *Művészeti ágak és Műfajok* témák emelt szintjére emelték a középszintű vizsgakövetelményeket, néhány konkrétum kiemelése változott. A *Stílusjegyek* témában középszintre került az *Adott művészettörténeti korszakra jellemző stílusjegyek alapján ismeretlen mű meghatározása, besorolása ismeret, míg emelt szinten az Ismert alkotók személyes stílusjegyeinek felismerése leírása adott példák alapján ismerete az elvárás*. A *Műelemző módszerek* témában emelt szintre bekerült a *Megadott szempontok alapján műalkotás-elemző vázlat (pl. a kompozíciót szemléltető vázlat) készítése követelmény*.

A középszintű vizsga részei

Gyakorlati vizsga I.			Gyakorlati vizsga II.	
120 perc	projektmunka*	portfólió**	15 perc	15 perc
Helyszíni alkotómunka			A portfólió bemutatása	A projektmunka bemutatása
20 pont	40 pont	40 pont	15 pont	15 pont
120 pont			30 pont	

* Projektmunka: A vizsgázó egy központilag megadott témájú vizuális projektmunkát készít el és a vizsgán bemutatja.

** Portfólió: A vizsgázó a korábbi munkáiból megadott szempontok szerint összeválogat egy gyűjteményt, és azt a megfelelő módon, bemutatásra alkalmas formában kiállítja.

Az emelt szintű vizsga részei

Gyakorlati vizsga	Szóbeli vizsga
240 perc	20 perc
Művészettörténet-műelemző és rajzi feladatsor	Két feladat kifejtése
120 pont	30 pont

3 Műtárgylista: A 352 tételből álló jegyzék az emelt szintű érettségi vizsga központi képanyagát tartalmazza. A befogadói ismeretek mérése során minden más, a listában nem szereplő alkotó, műtárgy, tárgy ismerete, konkrét felismerése nem követelmény. Bármely más műtárgy, tárgy is szerepelhet azonban a vizsgafeladatokban, abban az esetben, ha nem konkrét ismeret mérését szolgálja [pl. formaelemzés]. Emelt szintű követelmény a lenti listában szereplő alkotók ismerete, az adott művek felismerése és az adott műlistában szereplő művek kormeghatározása évszázados pontossággal. Abban az esetben, ha a listában szereplő tétel nem konkrét műtárgy (pl. egy Zsolnay porcelán), az adott tárgy meghatározó jegyei alapján a megfelelő kultúrában vagy korban történő elhelyezése a követelmény.

A XX. század második felének művészete, az Európán kívüli művészet és a magyar népművészet elvárt képi ismeretanyaga tételesen hiányzik a Műtárgylistából, mert ezeket önálló tételként kell szerepeltetni a szóbeli vizsga tételsorában. Így a vizsgázó önálló felkészülése során kell, hogy megismerje a vonatkozó ismeretanyagot. (pl. saját, vagy választott magyar tájegység tárgyi- és díszítőművészetének ismerete, egy szabadon választott XX-XXI. századi kortárs alkotó munkásságának ismerete a társadalmi reflexió tükrében, egy választott Európán kívüli kultúra jellemző vizuális jelenségeinek bemutatása stb.)

Részletek:

https://www.oktatas.hu/koznevelés/erettsegi/kozismereti_vizsgatargyak_2024tol

Részletes érettségi vizsgakövetelmények a 2012-es Nat alapján:

https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/erettsegi/vizsgakovetelmenyek2017/vizualis_kultura_vk.pdf

Részletes érettségi vizsgakövetelmények a 2020-as Nat alapján:

https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/erettsegi/vizsgakovetelmenyek2024/vizu_kult_2024_e.pdf

Digitalizált énekóra

Szöveg és fotó: **Juhász Rebeka**, tanító

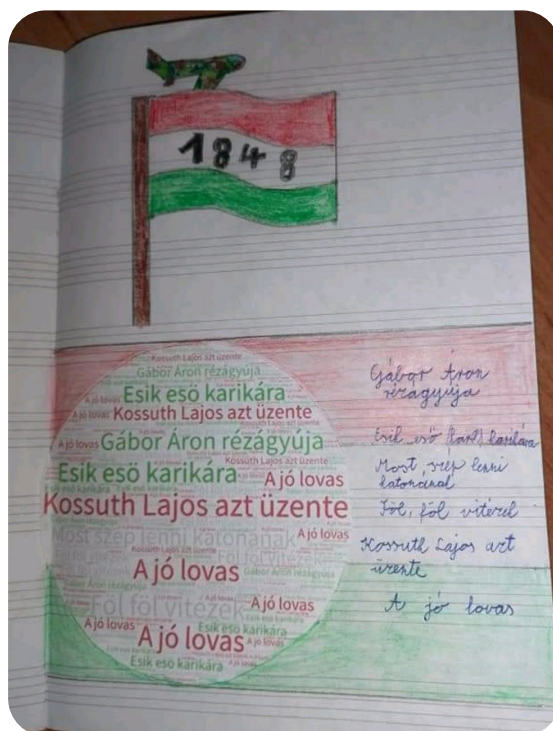
7 éve dolgozom pedagógusként. Tanítóként mindig fontos feladatnak tartottam, hogy tudásom a lehető leghatékonyabb módon adjam át a tanulóknak. Ének-zene szakos pedagógusként ez a mai világban olykor igazi kihívást jelent. Jelenleg kislánnyal vagyok itthon, korábban a Csupaki Református Általános Iskola pedagógusaként, majd a Veszprémben található Fenyves Otthon fogyatékos személyek otthonában nyílt lehetőségem kibontakoztatni tudásom, megvalósítani a digitális eszközökkel való tevékenységeket.

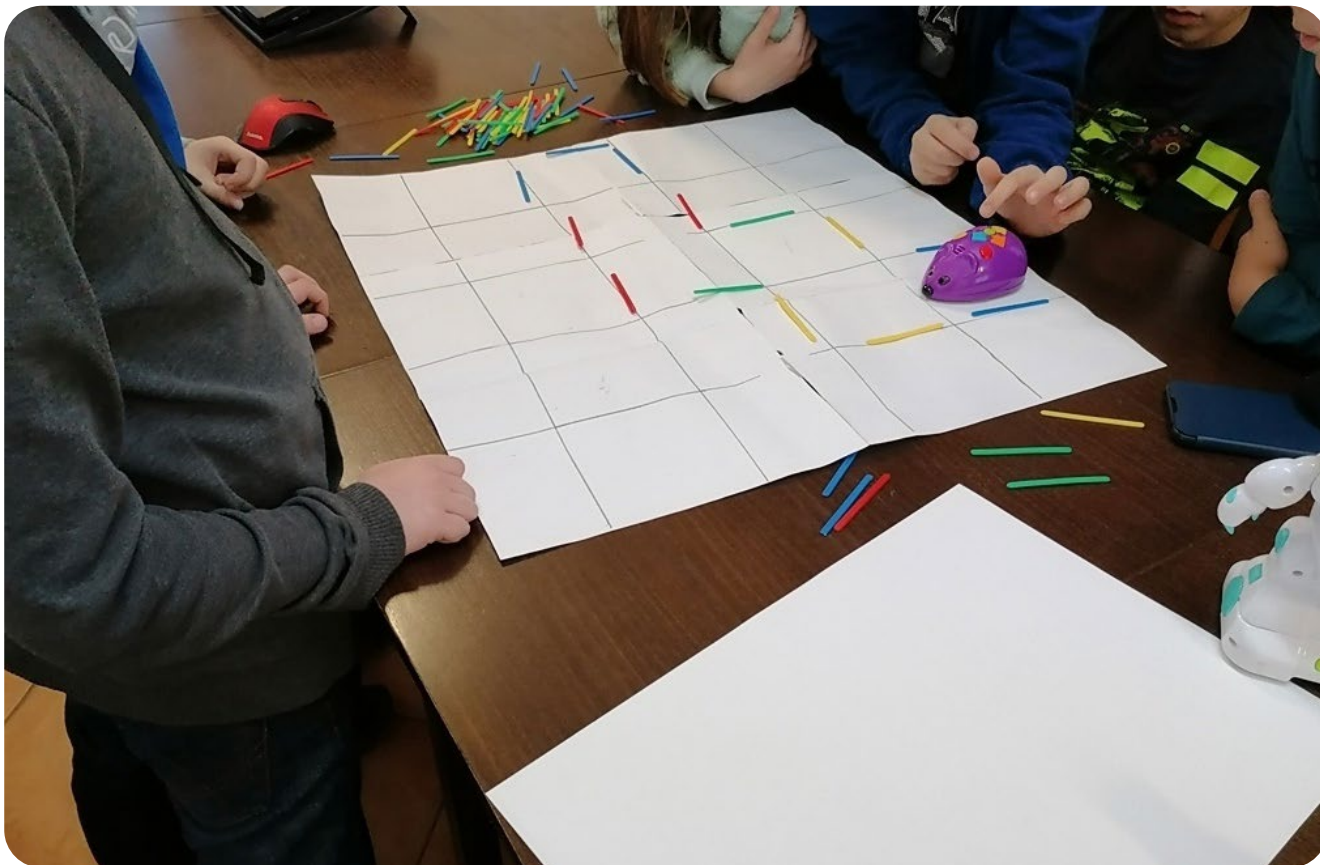
Munkám során törekszem a minél gyermekközpontúbb, könnyen megfogható és motiváló oktatásra. Ennek fényében született meg a gondolat, hogy a tanórákba bevonjam a digitális eszközöket a tananyag átadását segítvén. A tanórákat rengeteg tervezés és előkészület előzte meg, ezek voltak talán a legfontosabb mozzanatai az egész munkának. Kiválasztani a megfelelő eszközöket, a feladatokat az egyes tananyagokhoz igazítani úgy, hogy azok érthetőek, könnyen átláthatóak legyenek a gyerekek számára, mégis megvalósuljon a tanóra feladata. Igyekeztem úgy tervezni, hogy az óra mondanivalója ne szoruljon háttérbe, kezdetben ez okozta a legtöbb nehézséget. Feltérképeztem, hogy az adott korosztályok milyen digitális eszköz- és -alkalmazás-ismerettel rendelkeznek. Mi az, amit a mindennapokban is szívesen használnak, ami érdekes lehet számukra, ami elérhető mindannyiuknak. Lényeges volt megértetni a gyerekekkel, hogy nem játékról szól a dolog, tanulás a cél, az órákon továbbra is figyelemmel és fegyelemmel kell dolgozni. Elmondtam, hogy mindezzel szeretném érdekessé és izgalmassá tenni számukra az olykor kevésbé kedvelt témákat. Az általam választott munkaforma végül a csoportmunka lett, motiváló jelleggel, illetve ezáltal kívántam lehetőséget adni a szerepelni kevésbé szerető diákoknak az érvényesülésre ezen a tantárgyon belül is. Az eszközöket, használatukat a tanórák során fokozatosan vezettem be, ismerttettem meg a diákokkal. Alsó tagozaton egyszerű robotokat, a felsőtagozaton már applikációkat, szerkesztőprogramokat használtunk.

Korosztályonként és órátípusonként más-más eszközt és applikációt választottam. Alsó tagozatban nagy sikert aratott a Code & Go robotgéger, amely egy gombok segítségével, az irányokat (előre-hátra lépés, jobbra-balra fordulás) betáplálva navigálható kiséger, és amelyet más órákon is előszeretettel használtunk. Ez a kis robot viszonylag sok lépést képes megjegyezni, illetve részleteiben is betáplálhatóak az útvonalak, ezáltal több lehetőséget kínál egy-egy feladat tervezésére. Egy feladat során az irányokat egyes ritmusokhoz kapcsoltuk, és az általam letapsolt ritmusképlet alapján kellett az útvonalat betáplálni. A feladat menete módszertanilag teljesen megegyezik egy ritmusdiktálás menetével. A csoport feladata volt annak lejegyzése többszöri tapsolás után, majd a táblára és a füzetükbe is beragasztott „puska” szerint kellett a kiségerbe betáplálni az útvonalat. Helyes megoldás esetén – egy másik tan-



Fotó: Babják Tamás





órai feladat során elkészített pályán – a kisegér eljutott a sajtig, ez szolgálta az önellenőrzést. Az eszköz rengeteg lehetőséget és feladattípust kínál, akár minden órátípusban. Használatának bevezetéséhez fokozatos megismerést, illetve tanítói bemutatást alkalmaztam, felmérve ezzel, hogy érdeklődnek-e a gyerekek a készülék iránt, illetve ez a csoportok kialakítását, a későbbi csoportmunkát is segítette. Egy készülékkel dolgoztunk, ami nem jelentett problémát. Készítettünk saját kisegeret papírból, így a füzetbe került pályán a gyerekek maguk is végigvezethették, ellenőrizhették a lejegyzett megoldást. A kicsikkel ezt többnyire ellenőrzésjelleggel használtam, mivel tapasztalatom alapján a figyelmük sokszor a játék felé irányult, illetve nagy létszámú osztályokban az egyetlen robot azért kereteket szabott a lehetőségeknek. Ennek ellenére a módszert olykor sikerült becsempészni más tanórai részletbe, illetve más általam tanított tantárgy óráiba is.

A másik kedvelt robot az idősebb korosztálynál az Ozobot volt, amely színekkel és programozva is irányítható (előre-hátra halad, forgás, cikk-cakk, gyors-lassú haladás, fényjáték, várakozás, ismétlés). Mi az előbbit alkalmaztuk. Egy, a feladathoz készített pályán a színekkel felrajzolva kapta az aprócska robot az instrukciókat, melyek alapján haladt végig a kijelölt útvonalon. A kisegérhez hasonlóan sokoldalú szerepet tölthet be; ráhangolás, ismétlés, ellenőrzés, de akár új ismeret vagy értékelés órarészletben is alkalmazható, alapos előkészítés és gondos tervezés mellett. Ez az eszköz elég apró, de nagy pályát képes bejárni,

így csoportmunkában is tudtuk használni úgy, hogy az egyes megtervezett feladatokban csoportonként más-más szerep jutott „Ozoknak”, így vándorolt a robot a csoportok közt. Egy készülék állt a rendelkezésemre, így fő szerepkörben a digitális táblára kivetítve frontális jelleggel, illetve előre kiosztott feladatlap segítségével közös munkával tudtuk használni, a tanóra záró részében pedig mindig sikerült egy kis plusz időt szánni arra, hogy az érdeklődő diákok maguk is kipróbálhassák megszerzett tudásukat.

A robot lehetőségeit sikerült elég széles körben kihasználni, az egyszerű feladattípusoktól az egészen bonyolultakig. Például rendszerező, illetve ismétlő jellegű órán a kis robothoz kiegészítőket készítettünk egyes zeneszerzőkhöz, korszakokhoz, hangszerekhez kötve, és az életútjukat ábrázoló labirintuson, egy világtérképen vagy egy korábban tanult dal sorait helyes sorrendbe állítva kellett végignavigálni, táncoltatni. A pályák előzetes megtervezése sok időt vett, vesz igénybe, de az interneten több alap is fellelhető, ami nagy segítséget nyújt, így igazából csak a képzelet szabhat határt.

Felsőbb évesek körében a visszajelzések alapján a QR-kódos feladatok, rejtvények, saját szerkesztésű szövegek, az általuk tanórán készített videók voltak kedveltek. Készítettünk riportot zeneszerzőkkel (életrajz-összefoglalás), klipet tanult dalokhoz (feleletjelleggel), rövid filmet időutazásról a zenei korszakok között. Érdekes volt megfigyelni, hogy a gyermekek mennyire szívesen vettek részt ezekben a feladatokban, örömmel énekeltek egymással és egymás előtt, ami korábban a csodával ért fel ebben a korosztályban. Hatalmas

sikert aratott a szinte csak fiúkból álló osztályban, mikor egy ilyen jellegű órán lehetőség nyílt számukra egy rapper szerepbe bújni és koncertet adni a tanult dalokból. Ezen órák tervezésében az egymást követő alkalmak egymásra épültek, mivel egy-egy alkalom nem lett volna elegendő ezek megvalósítására. Több feladatot elkészítettem és előre kiosztottam, hogy ezzel se az órából menjen az idő. A tervezésbe a gyerekeket is bevontam, szintén egyfajta motivációjelleggel, illetve felmérve az igényeiket, meglévő ismereteiket.

A tanórák mindig felszabadult, jó hangulatban, mégis szervezeten zajlottak. A gyerekektől kapott visszajelzések pozitívák voltak. Lelkesen dolgoztak még a más-
kor kevésbé aktív tanulók is, maguk is rengeteg ötletet adtak. A tanórák végén mindig jutott idő az értékelésre, a tapasztalatok megbeszélésére, ami rendkívül sokat segített a továbbiak tervezésében. Sikert aratott arról is megbizonyosodnom, hogy a játékosítás ellenére az óra mondanivalója nem vész el, hanem épp hogy magasabb szinten sikerült átadni. Kollégáim hozzáállása kezdetben vegyes volt. A vezetők támogatták az elképzeléseimet, emellett lehetőséget adtak az informatikaterem használatára, ezzel segítve munkámat. A robotokat én biztosítottam. Néhányan joggal kételkedtek a sikerben, kezdetben én is bizonytalan voltam abban, mi is lesz a kimenetele az újításnak. Látva azonban a tanórák sikerét és a gyerekek lelkesedését, eredményeit, végül olyan is volt a kollégák közt, aki vett át ötletet, tanácsot kért tőlem egy-egy eszköz használatának lehetőségeiről. Sokat jelentett az a támogatás, hogy kollégáim megosztották, hol tartanak az egyes tantárgyakon belül

a tananyagban, így sikerült kapcsolatot teremteni más tantárgyakkal. Jó volt látni, amikor a gyerekek felfedezték a kapcsolatot és sikeresen felidéztek a korábban hallottakat, ez számukra is sikerélményt adott.

Az előkészületek során tájékoztattam a szülőket is, hogy ne érje őket váratlanul, ha a gyermek arról számol be otthon, hogy telefont, laptopot használunk az órán. Biztosítottam őket, hogy kizárólag tanuláshoz használjuk az eszközöket. A legtöbb feladattípushoz készítettem vázlatot, mely bekerült a gyerekek füzetébe, így a szülő is láthatta, mivel foglalkozunk, és ily módon a tanórai vázlat is biztosítva volt.

Úgy gondolom, a mai digitális világban felnövő gyerekek számára egy olyan tantárgyat, mint az ének-zene – és persze minden más is –, nem egyszerű feladat érdekessé és könnyen befogadhatóvá tenni. Ezek az eszközök, feladattípusok segítettek kézzelfoghatóbbá és izgalmassá tenni az órákat. Az eszközök anyagi vonzatai nehézséget okozhatnak, de szerencsére egyre több ingyenesen elérhető applikáció van már az interneten, illetve az országban több eszköz is vándorol az intézmények közt, elérhetőek különböző pályázatok, melyeknek érdemes lehet utánajárni. Jelenleg is szemmel tartom, követem a lehetőségeket, tervezve a későbbiekre. Az oktatás világába visszatérve szeretném tovább kutatni a lehetőségeket, illetve a gyógypedagógia irányába is feltérképezni, kibontakoztatni elképzeléseimet, bővíteni tudásomat.



A testmozgás a legjobb gyógyír a szorongásra



Interjú Hamar Pál egyetemi tanárral

A mindennapos testnevelés, a testi és lelki egészség harmóniája és a testkép lehetséges problémái sokak számára olykor ördögtől valónak tűnhetnek, azonban korántsem szabad így megítélni e fontos tantárgyat az intézményi keretek között. *Van új a NAT alatt* című rovatunkban ezúttal a testnevelés tantárgy fontosságáról, lényegiségéről és elengedhetetlen mivoltáról volt alkalmunk kérdezni **Prof. Dr. Hamar Pált**, a Magyar Testnevelő Tanárok Országos Egyesületének elnökét, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem egyetemi tanárát, a *Nemzeti alaptanterv (Nat) Testnevelés és egészségfejlesztés tanulási terület kidolgozóját*, a *Testnevelés* című monografikus tankönyv íróját.

Szöveg: Karkó Ádám | Fotó: Varga Ferenc



Milyen célja volt a mindennapos testnevelés tantárgy bevezetésének? Miért fontos a naponta végzett testmozgás?

A mindennapos testnevelést a 2012/2013-as tanévben vezették be felmenő rendszerben, amelynek komoly előzményei voltak, ugyanis már az 1990-es években téma volt a naponta végzett testnevelés bevezetése iskolai keretek között. A motivációnk a fiatalok drámaian rossz egészségi és edzetségi állapotának, illetve fizikai inaktivitásának a jeleiből fakadt, hiszen a tanulók nagyon rossz eredményeket produkáltak évről évre a felméréseken. Ezért már az elődeim, s később jómagam is azon munkálkodtunk – és munkálkodunk –, hogy a rossz arányszámok pozitív irányba váltoozzanak.

A mindennapos testnevelés bevezetése mellett nem csupán a fiatalok fizikumának gyenge állapota állt érvként, hanem a fokozatosan romló affektív, vagyis érzelmi-akaratú jellemzőik is. Sajnálatos, de a fiatalok körében egyre több a pszichoszomatikus eredetű probléma, ami a sok stresszből és szorongásból adódik. Mindezeknek a megoldására a mindennapos testnevelés nagyon jó gyógyír lehet, sőt az értelmi fejlődésre is pozitív hatással van.

Milyen tapasztalatokról tud beszámolni az elmúlt tíz évben végzett elméleti és gyakorlati módosításokkal kapcsolatban a testnevelés tantárgy esetében?

A mindennapos testnevelés bevezetésekor jól érzékelhető volt a változtatás jótékony hatása, annak ellenére is, hogy tíz évvel ezelőtt sokkal komolyabb infrastrukturális nehézségek között kellett dolgozniuk a testnevelőknek, mint napjainkban. A 2020-as évben jelentkező koronavírus-járvány viszont mindezt a jól felépített, jól működő rendszert szétzilálta, ami komoly visszalépést jelentett a testmozgás, a fizikai aktivitás terén is.

Mennyiben változtatott a 2020-as Nemzeti alaptanterv és a hozzá illeszkedő kerettantervek megjelenése a testnevelésórák tekintetében?

Egyrészt érdemes kiemelni a *Testnevelés és egészségfejlesztés* tanulási területnek a megnevezését, ami látszólag formai dolog, de mégiscsak tartalmi kérdés. Ennek a jelentősége abban áll, hogy a testnevelésnek egy kiterjesztett értelmezése nyert teret. A testnevelőtanároknak – most már deklaráltnak, a Nat-ban is feltüntetve – olyan feladatai is előtérbe kerültek, amelyek által már nem csupán a klasszikus testneveléssel összefüggő teendőket fogják össze, hanem az egészségfejlesztéssel kapcsolatos célokat, feladatokat és követelményeket is. Ilyen például a higiénés

nevelés vagy a káros szenvedélyek elkerülésének lehetőségei. Persze mindez nem azt jelenti, hogy az évi 180 óras testnevelés tantárgy óraszám csökkenne, csupán egy erőteljes szemléletváltásról van szó.

Másrészt fontos változás történt a sportági mozgásformákban is. A testnevelés tradicionális témakörök tartott sportágak kiegészültek az újonnan jövő mozgásformákkal. Példaként hozható, hogy az elmúlt időszakban felértékelődött a küzdősportok jelentősége, a dzsúdó, a grundbirkózás vagy a karaté.

Harmadrészt érdemes arról is beszélni, hogy a heti öt testnevelésóra lehetővé teszi az újszerűséget, az innovációt, vagyis a fiatalok által egyre inkább kedvelt extrém sportok vagy a különféle outdoor-mozgásformák gyakorlását. Nagy vívmány a mindennapos testnevelés, de nagy felelősség is egyben, ugyanis évi 180 tanórát valós tartalommal megtölteni komoly feladat.

Milyen szakmódszertani képzéssel találkozhatnak a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemre jelentkező leendő testnevelő tanárok?

A köznevelésnek és a felsőoktatásnak markáns része az informatika, mivel az új generáció beleszületik a digitalizációs ismeretekbe. Vannak olyan tevékenységek, amelyek tantárgyköziséget – vagyis transzverzális tantárgyi ismereteket – hoznak létre, amelyek a különböző tantárgyak közötti összefüggést teremtik meg. Ilyen téren a hallgatóknak már vannak olyan ismeretek, amiket ők hoznak magukkal az életből, mint például azok az eszközök, amelyek élettani paramétereket mérnek. Ez pedig óriási segítség lehet a sportolás során.

Nőtt az egyetemre jelentkezők száma a mindennapos testnevelés bevezetése óta?

Általában csökkent a pedagógusképzésre jelentkezők száma, viszont ebben az évben kiemelkedő elmozdulást figyelhattunk meg, ugyanis körülbelül 30 ezerrel többen jelentkeztek valamelyik magyar felsőoktatási intézménybe. A testnevelőtanár-képzés leképezi azt, amilyen viszonyokat a mindenkor tanárképzésben láthatunk. Sokkal több testnevelőtanárra lenne szükség ahhoz, hogy az új Nat-ban leírtak ténylegesen is megvalósulhassanak. Emellett azt se feledjük, hogy megemelkedett a testnevelés tantárgy óraszám. Az elmúlt 10 évben a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem tanárképzésére jelentkezők száma csökkenő tendenciát mutatott, ám reményeink szerint a következő tanévre többen jelentkeznek majd.

Mivel változott a testnevelés tantárgy strukturális felépítése, miként módosulnak a 2023/2024. tanévtől az érettségi vizsgák?

A testnevelésben is komoly problémát okozott, hogy a köznevelést és a szakképzést szétválasztották. A szakképzésben ugyanis már nincsen mindennapos testnevelés, márpedig én váltig állítom, hogy a gyerek attól függetlenül, hogy milyen iskolatípusba jár, még gyerek marad. A testnevelés-érettségit ugyanolyan vívmánynak – és helyes dolognak – tartom, mint a min-

dennapos testnevelést. Kimondva és kimondatlanul tudjuk jól, hogy egy tantárgy presztízsét az is befolyásolja, hogy az adott tantárgyból lehet-e érettségi vizsgát tenni.

Maga a testnevelés érettségi rendszerét jól kidolgozott-nak látom, hiszen vannak elméleti és gyakorlati vizsgarészei is. Évekre visszamenően azt lehet megállapítani és a tapasztalatokból leszűrni, hogy ebből a tárgyból is bevált a kétszintű érettségi rendszere. Ezért sem gondolom, hogy a jövőben lényegi változásokat kellene hozni a testnevelés mint érettségi vizsgatárgy esetében.

Számíthatunk a közeljövőben újabb specifikus módszertani változtatásokra, esetleg valamilyen innovációra a testnevelés tantárggyal kapcsolatban?

Érdemes tisztázni, hogy a testneveléssel szemben milyen aktuális társadalmi elvárások fogalmazódnak meg. Egyfelől, amit fontosnak tartok, hogy a testnevelés élethosszig tartó fizikai aktivitást alakítson ki. Tehát olyan környezetet, s ezzel együtt olyan élményeket kell generálnia, ami az iskola falai közül kilépve is a testedzésre inspirálja a diákot. Ez nem feltétlenül magas szintű sportolást jelent, hanem éreznie kell a tanulóknak, hogy a sportolás, a testedzés a mindennapi életének szerves része.

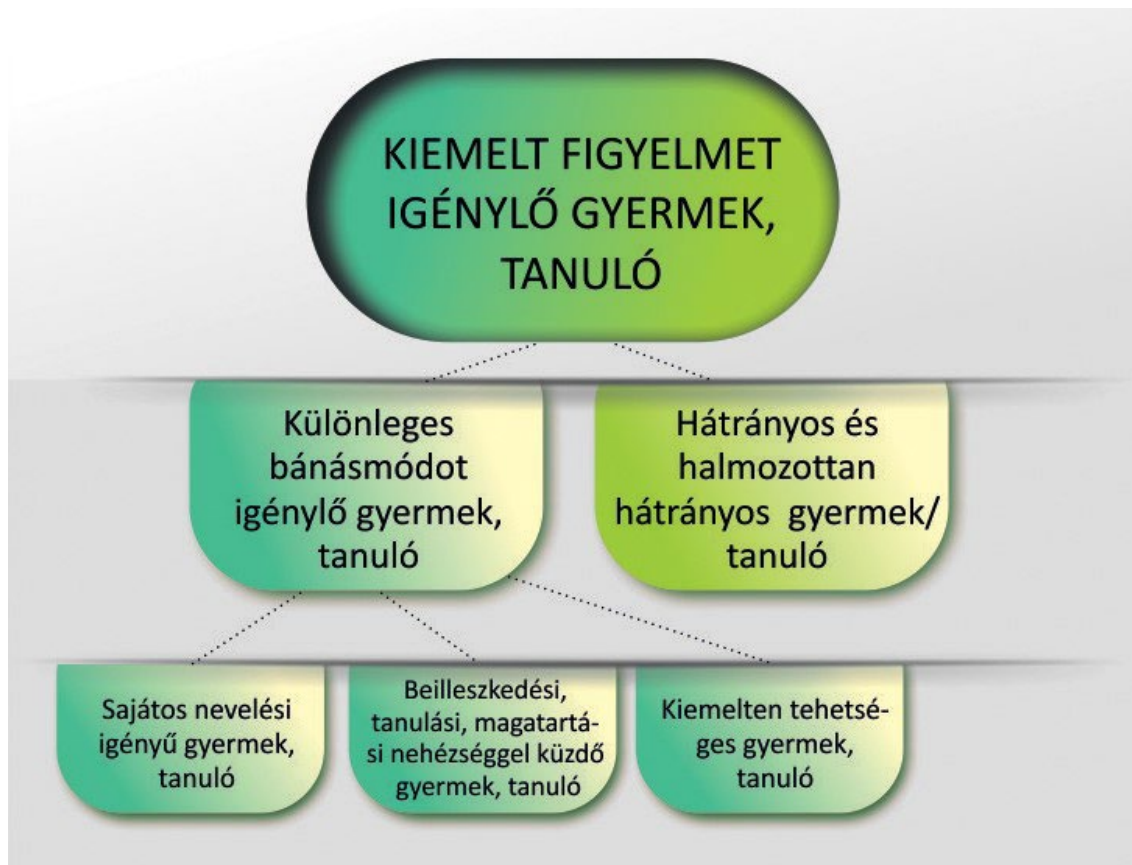
Másfelől a testnevelés esetében is szilárd tartalmi alapokat kell lefektetni ahhoz, hogy azokra a megfelelő módszereket, az odaillo innovatív eljárásokat ráépíthessük. Ahogyan minden tantárgy esetében – például magyar irodalom sincs *József Attila* nélkül –, a testnevelés tantárgy kapcsán is elmondhatjuk, hogy vannak tartalmi sajátosságai, mint például a labdajátékok és azok szabályai, valamint ezek elméleti és gyakorlati megismerése. Természetesen az ezekhez kapcsolódó teljesítmények és azok értékelései sem megkerülendők.

Egy harmadik szegmense ennek a kérdésnek a honvédelmi nevelés és a testnevelés közös pontjainak a felismerése, amelyeken keresztül rendet és fegyelmet tanulhatnak a diákok. De alapvetően a NAT tartalmaz ilyen témaköröket, például a sportlövészetre vonatkozó megtanulandó és megtanulható ismereteket.

És végül fontos kiemelni, ténútra visz az a gondolkodásmód, ha valamire ex cathedra kijelentik, hogy azt nem szeretik a gyerekek, mert elavult. Az, hogy egy adott tananyagot szeret-e a gyermek, kizárólag azon múlik, hogy a pedagógusnak milyen a személyisége és milyen módszereket használ. Ha jól működik, amit tesz a pedagógus, akkor a testnevelés is szerethető, ha nem működik jól, akkor a legkedveltebb mozgásformák is nem kedvelté válhatnak.

Tehetséggondozás kicsit másként

Szöveg: **Vertike Anett**, tanító, fejlesztőpedagógus [Cserepka János Magyar–Angol Két Tanítási Nyelvű Baptista Általános Iskola, Gimnázium, Sportiskola, Technikum, Szakgimnázium és Szakképző Iskola, Pécs]



1. ábra: Kiemelt figyelmet igénylő gyermek, tanuló (Forrás: http://okt.ektf.hu/data/szlahorek/file/kezek/03_david_04_15/323az_integraci_nemzetkzi_s_hazai_gyakorlata.html)

Iskolánk, a pécsi Cserepka Iskola évtizedek óta támogatja a sporttehetségeket, a fenntartó- és vezetőváltást követően azonban új célkitűzések is helyet kaptak munkánkban. *Dr. Szabó Attila* igazgató a tehetséggondozás kibővítésére ösztönözte a tantestületet. Kollégám, *Ács Eszter* (tanító) volt az, aki vállalta a feladat koordinálását és az ezzel kapcsolatos szakirodalmak felkutatását. Ennek során szembesültünk azzal, hogy Magyarországon nagyon kevés erre vonatkozó gyakorlat van. A tehetségazonosítás pedig egyelőre felderítésre váró terület.

„Legújabbban a köznevelésről szóló törvény módosítása 2012-ben a »Kiemelt figyelmet igénylő gyermek, tanuló« kategóriát alkalmazva azonosítja azokat a tanulói csoportokat, akik esetében az együttnevelés és/vagy különnevelés kérdése felmerülhet. (Lásd: 1. ábra).”¹

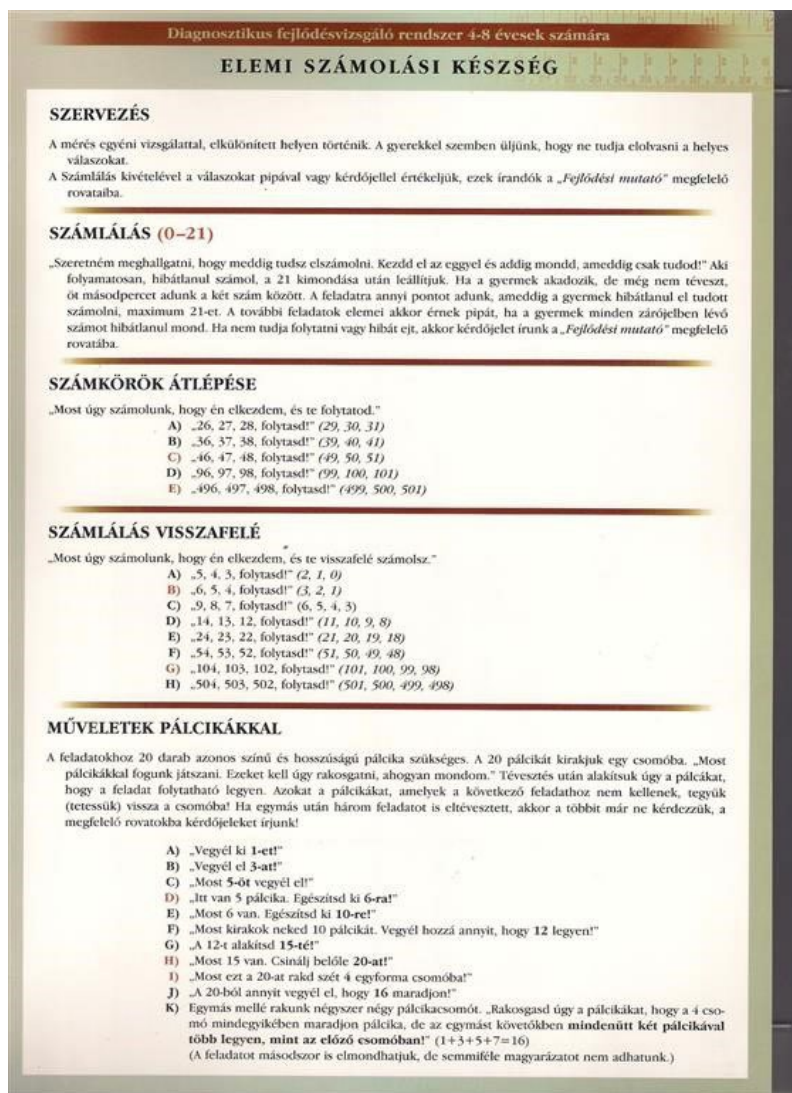
¹ http://okt.ektf.hu/data/szlahorek/file/kezek/03_david_04_15/323az_integraci_nemzetkzi_s_hazai_gyakorlata.html

Az ábra szemlélteti az integráció folyamatában kiemelkedő fontosságú tanulói csoportokat. A kiemelten tehetséges tanulókat a különleges bánásmódot igénylő gyermekek alcsoportjába sorolja. Meglátásom szerint a sajátos nevelési igényű (SNI) és a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel (BTMN) diákoktól való elkülönítésük tükrözi az oktatásban tapasztalható átjárhatóság hiányát. Miért ne lehetne tehetséges egy SNI-gyerek valamely területen?

„Sokan hangsúlyozzák emellett azt is, hogy gyakran az összes betűt és számot pillanatok alatt megtanulja, ahogy akár hosszabb verseket is, tökéletesen összeszövi és kivon fejből számokat, gyakorlatilag minden részletet képes megjegyezni akár műszaki területen is, tanulási nehézsége nincs.”²

Magyarországon tapasztalataim alapján a fejlesztés, felzárkóztatás kap kiemelt figyelmet. A tehetséggondo-

² <https://sohatobbeautizmus.hu/okos-ertelmes-de-furcsagyerek/>



2. ábra: Elemi számolási készség vizsgálata; DIFER 4–8 évesek számára (Forrás: http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/56_az_elemi_szmls_kszsg_felvttele_s_rtkelsnek_mdja.html)

zás még az átlagos diákok esetében is döcögős. Ennek több oka lehet. A sokszor 30 fős osztálylétszámok miatt a csoporton belüli súlyos magatartási zavarral rendelkező gyerekekre nem jut kiemelt figyelem, és sokszor a felszereltség hiánya is gondot jelent.

Kollégámmal, Ács Eszterrel megtapasztalva a témát illető hiányosságok felderítésére egy teamet hoztunk létre. Eszter saját osztályában már elkezdte a tehetség-gondozást, de mindketten éreztük, hogy az utat nekünk kell kijárnunk, új módszereket kidolgozva.

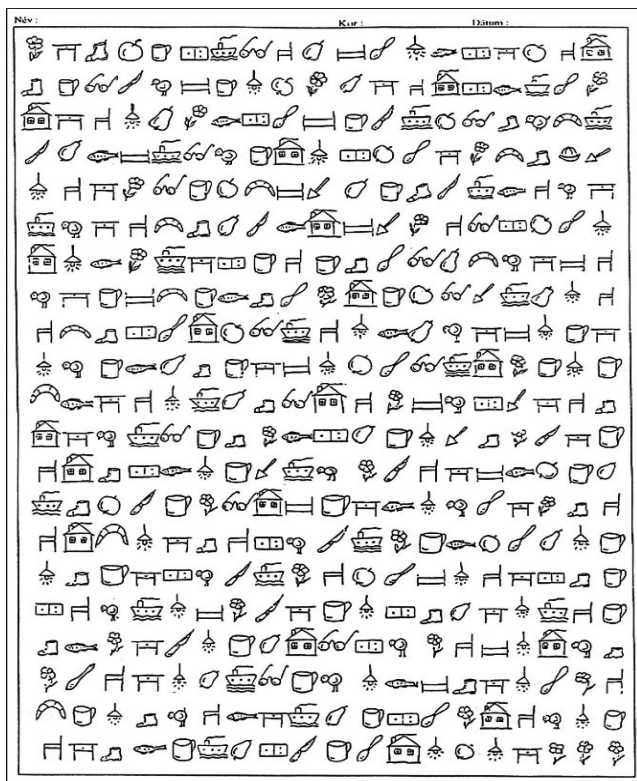
Nekem két kiindulópontom volt. Az egyik, hogy a hozánk érkező sport- és angol tagozatos diákok már ezen területek egyikén tehetséget mutatnak. A sport és az idegen nyelv pedig számos más területre is pozitív hatással van. A másik, hogy fejlesztőpedagógusként különböző módszerekkel tanultam meg felismerni a tanulási nehézségeket. Ezeket a módszereket alkalmazva viszont nemcsak a gyengeségekre, hanem az erősségekre is rá lehet világítani.

A sport fejlesztő hatásairól *Moldoványi Tibor* írt az *Új Köznevelés* 2015/1–2. számában.³ Mindemellert szülőként és pedagógusként is tapasztalhatjuk, hogy a rendszeres testmozgás nemcsak a testünket, hanem az agyunkat is felfrissíti. Segítségével fejleszthető gyermekeink feladattudata, -tartása, figyelme, szabálykövetése és az idegrendszerre is pozitív hatást gyakorol.

A nyelvtanulás fejleszti az elmét, ezt kutatásokkal is bizonyították. A beszédre és az artikulációra gyakorolt jótékony hatása mellett javítja a koncentrációs készséget, illetve a munkamemóriát. Ennek eredménye, hogy az ilyen jellegű emelt szintű oktatásban tanulók más területeken is tehetséget mutatnak.

A tanulási nehézségekre, esetleges súlyosabb problémák kimutatására pedagógusként – a gyakorlati tapasztalatok mellett – több eszköz is a rendelkezésünkre áll. Ezek azonban rávilágíthatnak a tehetségterületekre a különböző területeken tapasztalt kiemelkedő eredmények által, tehát a tehetségek azonosításában nyújthatnak segítséget.

³ <https://folyoiratok.oh.gov.hu/uj-kozneveles/kepesssegfejlesztes-es-sportvalasztas>



3. ábra: „Szék-lámpa” teszt (Forrás: http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/942_a_figyelem_vizsglata_tesztek.html)

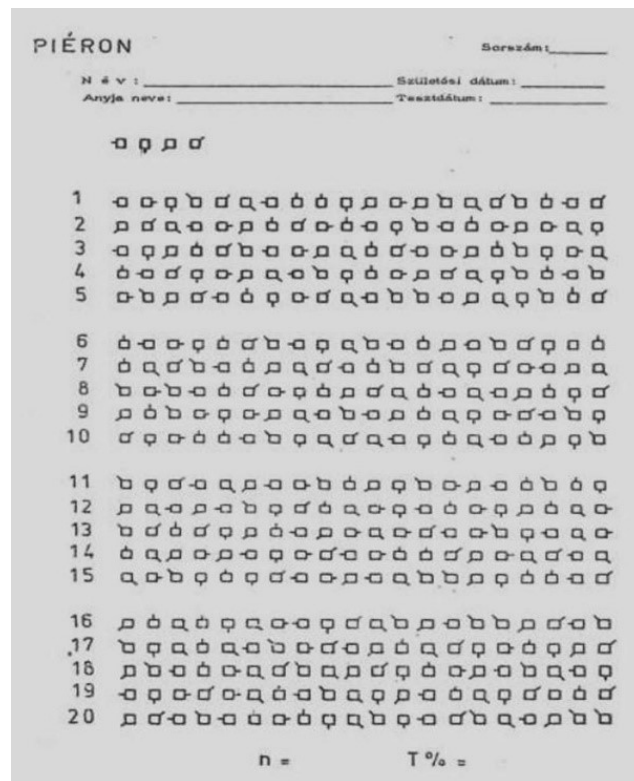
A Diagnosztikus fejlődésvizsgáló rendszer (röviden DIFER) minden általános iskolában megtalálható, az első évfolyamba lépő tanulókat vizsgáljuk vele. Olyan teszteket tartalmaz, amelyek írásmozgás-koordináció, beszédhallgatás készsége, relációszókincs, elemi számolás, tapasztalati következtetés, tapasztalati összefüggés-megértés, szocialitás diagnosztikus értékelésére alkalmasak. Rövidebb változata szintén ezekre a területekre fókuszál.

Tekintve például az elemi számolási készséget felmérő feladatlapot, láthatjuk, hogy széles skálán mutathat eredményeket.

A DIFER mellett rengeteg más mérőanyag is megtalálható az interneten, melyekkel különböző részképességekre fókuszálhatunk.

„A *részképességek* azok az alapvető képességek, amelyek segítségével a magasabb rendű pszichés funkciókat differenciáltan ki tudjuk alakítani – pl. a beszédet vagy a gondolkodást –, és a fejlődés egy későbbi szakaszában ezek képezik az olvasás, az írás, a számolás és az adaptív viselkedés alapját. A részképesség-gyengeségek korai felismerésével és befolyásolásával megakadályozhatjuk vagy enyhíthetjük az iskolai tanulási és magatartási zavarokat, elősegíthetjük a tehetség kibontakozását.”⁴

⁴ <https://www.flaccus.hu/ovodapedagogia-161/a-reszkepessegek-jatekos-fejlesztese-766>



4. ábra: „Kis” Pieron teszt (Forrás: http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/942_a_figyelem_vizsglata_tesztek.html)

Az ehhez kapcsolódó mérést szolgáló anyagok a tehetségek azonosításában is segítséget nyújthatnak.

A folyamat során legelőször a figyelemre vonatkozó mérőanyagot végeztetem el diákjaimmal.

Ez a „Szék-lámpa” teszt. Ennek elvégzésekor egy általam megnevezett tárgyat kell a gyerekeknek áthúzással megjelölniük, adott idő alatt, soronként haladva. Amennyiben valaki kiemelkedő eredményt produkál, úgy egy másik napon a „kis” Pieron-teszt következik.⁵

Ezek segítségével a figyelemzavaros és a kiemelt koncentrációs képességgel rendelkező tanulók is meghatározhatóak.

A következő terület, amelyet felmérek elsőseimnél, az emlékezet. Ezen belül a

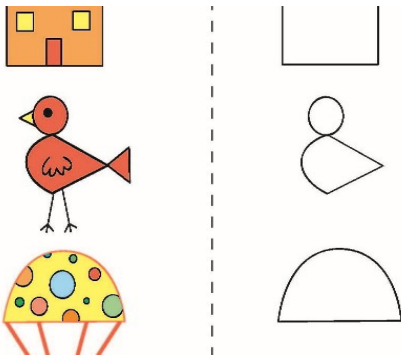
- „**Motorikus** emlékeztést, amely a szokások és a mozgási készségek képződésében fejeződik ki.
- **Képszerű** (vizuális) emlékeztést, amely érzéki benyomásokon alapul, pl. valamely ember arcvonásainak a megjegyzésére, felidézésére tesz képessé.
- **Auditív** (hallási) emlékeztést, amely az akusztikus információkat rögzíti és idézi fel.

⁵ http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/942_a_figyelem_vizsglata_tesztek.html

- **Értelmi-logikai** emlékeztetést, amely szóbeli jellegű, logikai összefüggéseket megragadó folyamat.
- **Emocionális** emlékeztetést, amely az érzelmek felidézésében nyilvánul meg.⁶

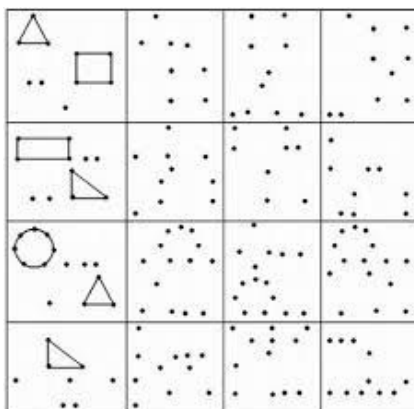


Pl.: Rövid megfigyelés után, kérdésekre a képre vonatkozó válaszok megfogalmazása. Mi van a szivárvány felett? Milyen állatokra emlékszel?⁷



A bal oldali képek rövid megfigyelése után az ábrákat letakarjuk. A feladat a jobb oldalon lévő képek kiegészítése, színezése emlékezet alapján.⁸

A vizuális észlelés méréséhez külön feladatlapot kapnak a gyerekek.

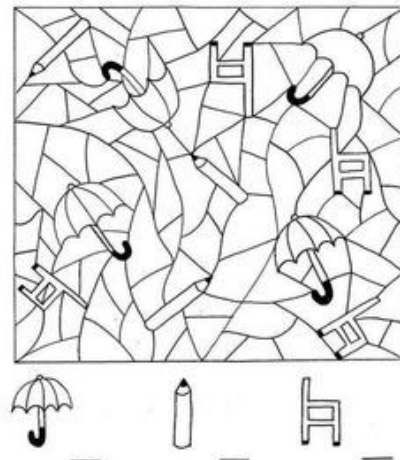


⁶ http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/A_pedagogiai_diagnosztika_elmleti_s_gyakorlati_tartalmi_megjtsaV2/1012_az_emlkezet_tpusai.html

⁷ <https://sniikt.wordpress.com/2020/03/04/vizfigyemlekvazlat/>

⁸ <http://csemetekinics.blogspot.com/2014/11/memorai-jatekok-kulonbozo-temaban.html>

A rész-egész viszonyát alak-háttér differenciálására vonatkozó ábrákkal nézzük meg.⁹



Az auditív észlelésnél a szerialításra helyezünk kiemelt figyelmet.¹⁰

„Szerialitás: A hangok, zajok sor-sorozat sorrendjének azonosítása, reprodukciója. Például: „kinyílt a fürdőszobaajtó, zubog a víz, a testvérem fürdeni fog” szavak mondatba rendezése.”¹¹

A felsorolt példákkal azt szeretném megerősíteni, hogy a rész-képességek mérésére, fejlesztésére irányuló feladatok kiválóan alkalmasak a tehetségek szűrésére, azonosítására. Legfőbb előnyük, hogy mindenki számára elérhetőek.

Iskolánk jelen pillanatban a hozzánk érkező első évfolyamos tanulóknál ezek segítségével végzi a tehetségterületek szűrését. Ezt követi a szülői kérdőív, majd a tehetséggondozás további lépései, melyet kollégám, Ács Eszter készít el a felmenő évfolyamokra.

Tapasztalataink alapján a szakköri tevékenység, a versenyekre való felkészítés nem tekinthető tehetséggondozásnak. Maga a fogalom is egy összetettebb, hosszú távra tekintő folyamatot sugall. Ebből kiindulva a tehetségek azonosítása fontos mérőszámok számít, ezért kiemelkedő, hogy iskolánkban már 6 éves kortól lehetőség van erre. Tekintve, hogy 12 évfolyamos oktatást biztosítunk, lehetőségünk van ennyi időn keresztül a tehetséggondozó programban részt vevő tanulókkal együtt dolgozni. A nyelvi és a sporttagozatos osztályok előnyt jelentenek ebben a komplex folyamatban, hiszen számos más területre is kihatnak a tehetséggondozásban, úgymond keresztthatást gyakorolva. Célunk, hogy a sport mellett számtalan más tehetségterületre fókuszáló rendszert dolgozzunk ki, ezekre az alapokra építkezve.

⁹ <https://hu.pinterest.com/pin/32932641007101002/>

¹⁰ <https://hu.pinterest.com/bohmerika/diszlexia/>

¹¹ https://disz.blog.hu/2013/03/18/mi_az_auditiv_eszleles_es_a_beszedeszleles

Az igazi élménypedagógia

Az igazi élménypedagógia nem az élményalapú tanulásról, hanem az élményalapú nevelésről szól. A Kalandok és Álmodások akkreditált továbbképzés már tizenöt éve elérhető a pedagógusok számára, mégis sokan nem ismerik. Innovatív Pedagógia rovatunk következő cikkében **Bányai Sándorral**, a Pécsi Tudományegyetem címzetes docensével, a Kalandok és Álmodások Szakmai Műhely vezető trénerével beszélgettünk arról, hogy mit jelent az igazi élménypedagógia, kikkel dolgoznak együtt és miért van ennek a módszernek létjogosultsága a mai köznevelésben.

Szöveg: **Vágóné Ugró Szilvia**



Fotó: Fogarasi-Kocsis Julianna

„Ezt a szép bőröndöt tele fogom rakni, s mivel nem akarok mindig ott maradni, amikor megszólal majd a vekkeróra, átváltom napomat mától szebbre, jóra!” Ez az idézet *Aranyosi Ervin Álmodozás* című versében olvasható. A versrészlet kiválóan megragadja a Kalandok és Álmodások pedagógusoknak szóló, akkreditált továbbképzés lényegét, melyet **Bányai Sándor** és csapata immár több mint 20 éve tart. A harmincórás képzés keretében számos feladattal, játékkal töltik meg a pedagógusok „bőröndjét”, melyet, ha bevisznek a hétköznapi munkájukba, bizony szebbé, jobbá és tanulságosabbá tehetik vele az óráikat. Ha pedig a bőrönd tartalmát egyetlen szóval kellene összefoglalni, azt mondanánk: élménypedagógia. Az élménypedagógia az a módszer, melyet a képzést vezető csapat minden foglalkozásán alkalmaz. De tévedés lenne azt hinni, hogy a Kalandok és Álmodások csak egy újabb akkreditált képzés és csak a pedagógusoknak szól.

Sándor arra a kérdésre, hogy mire alkalmazható ez a módszer, azt felelte: „az élménypedagógiai módszer óvodáskorúaktól a szépkorúakig alkalmazható és mi alkalmazzuk is”, majd nagy hangsúllyal hozzátette: „nyilván életkori sajátosságokat figyelembe véve, korcsoportonként más célkitűzésekkel tartjuk a foglalkozásokat”. És ez igaz is, hiszen – bár a fő profiljuk a pedagógus-továbbképzés – sok éve tartanak foglalkozásokat óvodásoknak, iskolásoknak, tantestületeknek, és öt éve már a Református Egyház nyári Bárka Táborain is részt vesznek. Rendkívüli hangsúlyt fektetnek arra, hogy megtalálják az életkori sajátosságoknak megfelelő foglalkozási módokat, így, hogy óvodásoknál a rövidebb gyakorlatokat, kamaszoknál a kalandosabb feladatokat helyezik előtérbe, amelyek alkalmanként

magasabb fizikai aktivitást igényelnek – szabadterén, ha lehet, erdő vagy tó partján tartják a foglalkozásokat – az idősebbeknél pedig akár egy asztalt körülülve végzik a gyakorlatokat.

Az élménypedagógia módszerét a Kalandok és Álmodások két tréner, *Kovács Nikoletta* és **Bányai Sándor** Pittsburghben, a *Pressley Ridge* ösztöndíjasaként ismerhette meg sok évvel ezelőtt. Ez az alapítvány 190 éve foglalkozik veszélyeztetett és halmozottan hátrányos helyzetű gyerekekkel, és a módszer is elsősorban ezen gyerekek támogatásának céljából alakult ki. Az élménypedagógiát (experiential education), amely tapasztalati úton történő nevelést jelent, a Kalandok és Álmodások 2004 óta használja. Itt nem valamilyen tevékenységalapú tanóráról van szó, vagy tevékenységalapú tudásátadásról. Az élménypedagógia nevelésről és nem tanításról szól. Bár sokan használják ezt a kifejezést manapság, az igazi élménypedagógia nem tudást ad át, hanem megtapasztaltat és nevel a cselekvéseken keresztül. A módszer másik fontos mozzanata emellett a feldolgozás. Tehát nemcsak tevékenykednek, hanem a tevékenységet, a tapasztalatszerzést minden esetben közös feldolgozás követi, melyet facilitátor vezet. Tehát nem egy spontán tevékenységről van szó, hanem céltudatosan megtervezett, felépített nevelési folyamatról. A Kalandok és Álmodások Szakmai Műhely fő célját ennek kapcsán pedig **Bányai Sándor** ekképp fogalmazta meg: „A céljaink ugyanazok most is, mint régen: önállóan gondolkodó, felelős és szabad állampolgárok nevelése. Ezt szeretnénk szolgálni minden táborunkkal, rendezvényünkkel, ezt célozzák a pedagógusoknak megtartott akkreditált továbbképzéseink is.”

A gyerekek az élménypedagógiai foglalkozásokon olyan tapasztalatokat szereznek, amelyeket a későbbiekben a tanterem ajtaján kívül is használni tudnak. A pedagógusoknak pedig segítség lehet ez az önismeretben és a komfortzóna elhagyásában is, hiszen a képzés során nem kivétlenül nézik meg, hogyan kell egy játékot játszani, hanem elvégzik a feladatot, azért, hogy tudják, hogy mit él át a gyerek a játék közben. A foglalkozások másik sajátossága még, hogy – az életkori sajátosságoknak megfelelően – keretmesébe vannak illesztve a feladatok, mely azt a célt szolgálja, hogy a gyerekeknek könnyebb legyen belépni és benne maradni a történetben. Ez azért is nagyon fontos, mert sok esetben halmozottan hátrányos helyzetű és sajátos nevelési igényű gyerekek vesznek részt a gyakorlatokban. Nekik a figyelmük szétszórtsága miatt, a társakkal való viszony vagy pont ennek a viszonynak a hiánya miatt nem könnyű jelen lenni vagy aktívan bekapcsolódni a folyamatokba. A vezetőtréner ezt így fogalmazta meg: „Az élménypedagógia alapvetően kimotozik a komfortzónából, ezeket a feladatokat nem mindig könnyű megcsinálni. Itt nem lesz azonnal sikerélmény vagy felcsattanó taps. Akár kudarcokon keresztül is vezethet az út. De természetesen a kudarcokból is tanulni kell, hiszen a kudarc is az életünk része, nem lehet anélkül felnőni.”

A fentiek mellett ezen a képzésen a résztvevők – életkoruktól függetlenül – még egy nagyon fontos dolgot megtanulnak: konkrétan azt, hogy hogyan kell csapatban együtt dolgozni, mert az élménypedagógiának csapatépítő-jellege is van. Szinte mindegyik gyakorlat legalább páros kommunikációs helyzetre épül, de van, hogy csoportoknak, és van, hogy az egész osztálynak kell együtt dolgoznia. A feladat elmondása után a résztvevők először megtervezik, hogyan hajtják végre a feladatot, ily módon már rögtön a feladat elején meg tapasztalhatják azt, hogy bizony többen többféleképpen értelmezhetik ugyanazt a hallott szöveget. Többek között emiatt is van, hogy a résztvevőknek általában együtt kell tervet készíteni a feladat megoldására és együtt kell megoldani is azt. Ebből kifolyólag együtt fognak hibázni, együtt fogják újra megpróbálni. Közös lesz a siker és ha úgy alakul, közös lesz a kudarc is.

Arra a kérdésre, hogyan épül fel egy foglalkozás, vannak-e ismétlődő elemei, Bányai Sándor nem egy tematikát kapott elő a táskájából, vagy kezdte el sorolni annak részeit – „Bevezetés, Gyakorlat, Feldolgozás, Levezetés” –, hanem egy konkrét feladaton keresztül mesélte el, hogy mi is ezeknek a foglalkozásoknak a lényege. Elmondta, hogy a feladatokhoz mindig nagyon egyszerű eszközt választanak, olyat, amely nem szab anyagi korlátokat a megvalósításnak. Jelen esetben egy filctoll, rákövetve madzagok. Először ezt a „varázstárgyat” kell megkeresni a tanteremben. Ezt követően elbeszélgetnek arról, hogy mire lehetne használni, ha nem filctoll lenne. Ezután azt a feladatot kapják a gyerekek, hogy egy asztalra rögzített papírra rajzoljanak egy napot úgy, hogy nem lehet a filctollhoz hozzáérni, csak a madzagokat foghatják, és ily módon közösen mozgatva a filcet, kell egy nagyon egyszerűnek tűnő rajzot készíteni. Ha belegondolunk, igazából ez a rajz nem is olyan egyszerű, hiszen számos problémát vet fel: merre álljon a napcska, kire mosolyogjon, hogyan állják körbe az asztalt.



Fotó: Demján Izabella, Bányai Sándor



Fotó: Demján Izabella, Bányai Sándor



Fotó: Demján Izabella, Bányai Sándor



Fotó: Demján Izabella



Fotó: Demján Izabella, Bányai Sándor



Fotó: Demján Izabella, Bányai Sándor

De itt még nincs vége a feladatnak. Ezután le kell tenniük a filctollat és meg kell tervezniük, át kell beszélniük, hogyan fognak a lapra egy házat rajzolni úgy, hogy nem szólhatnak meg. Ez is komoly tervezőmunkát igényel. Ha a ház elkészül, akkor ismét leteszik a filctollat, és ismét megbeszélik, hogyan fognak mellé egy fát rajzolni úgy, hogy mondjuk három gyereknek be van kötve a szeme, és csak egy beszélhet, konkrétan az, aki irányít. Ha pedig a fa is elkészült, akkor leülnek és megbeszélik a feladatot, de nem arról beszélnek, hogy hány ablakot rajzoltak, miért nem mosolyog a nap, vagy hogy a fa egyik ága kicsit hosszabbra sikeredett. Arról beszélnek, hogy hogyan kommunikáltak, ki irányított, hogyan tudták elfogadni a másik vezetését, vagy hogy mivel tudott egy-egy résztvevő hozzájárulni a feladat megvalósításához. Tehát egy élménypedagógiai feladat egyedi lépéseket követ, a könnyebbtől a nehezebb felé haladnak, mindig egy kicsit nehezítve, növelve a teherbírást, de csak annyira, hogy megvalósítható legyen a gyakorlat, csak ne legyen könnyű. Minden esetben van tervezés a gyakorlat előtt és van feldolgozás a végén. Bányai Sándor összefoglalásként így fogalmazott: „Alapjában véve ugyanarra épül valamennyi gyakorlat: a fokozatosságra, a tervezés-végrehajtás-feldolgozás monoton körére, amely attól nem lesz monoton, hogy a facilitátor mindig megnöveli a kihívás szintjét, ezáltal újra és újra kimozdítja a résztvevőket a komfortzónából.”

Ezek után talán már nem is annyira kérdés, hogy miért számít az élménypedagógia innovációnak annak ellenére, hogy már 20 éve tartanak akkreditált képzéseket a pedagógusoknak. Innovatív, nemcsak a sajátos feladatai miatt, hanem amiatt is, mert ez a módszer, illetve ez a képzés a legegyszerűbb tárgyi eszközökkel, a nevelést és a problémamegoldást teljesen más megvilágításba helyezve színesíti a pedagógusok eszköztárát, a gyerekeknek pedig játékos formában az élethez és a hétköznapihoz ad útbaigazítást. Egyszerűnek tűnő, ám mégis mérvadó problémákra ad választ, mint a kudarc túrás, a másokkal való feladatmegoldás, a tervezés, a megoldás keresése az egyre nehezedő feladatokra. S miközben a pedagógusok játszanak és tapasztalatokat gyűjtenek arról, hogyan lehet egy-egy feladatot bevinni az iskola falai közé, más információkhoz is hozzájutnak: feszegethetik a saját határaikat, saját kudarc túrésüket, és megtapasztalhatják a kollégáikkal való együttműködést valami teljesen más nézőpontból, és ezek a tapasztalatok, melyeket egy képzés során szereznek a felnőttek, vagy egy tanóra vagy egy tábor keretében a diákok, mind olyanok, amelyekre ma is szükség van a köznevelésben.



Van megoldás a kiégésre!

Nem csak a pedagógusok körében fordul elő a kiégés, de az tény, hogy azok, akik napi szinten emberekkel foglalkoznak, akik a munkájukhoz a személyiségüket is hozzáteszik, veszélyeztetettebbek a kiégésre. A „bournout” egy létező probléma, melynek kapcsán sokszor már csak drasztikus tüneteknél kérünk segítséget, pedig a prevenció itt is nagyon fontos lenne. **Csatlós Csilla** executive coachcsal és **Dr. Farkas Péter** mentálhigiénikus, emberi erőforrás tanácsadó, egyetemi oktatóval beszélgettünk a kiégés megelőzéséről, tüneteiről és arról, mit lehet tenni, ha már észleljük azokat.

Szöveg: **Vágóné Ugró Szilvia**



Mit jelent az, hogy coaching? Csilla, Ön hogyan vált szakértővé, és mely területekkel foglalkozik egy coach?

Csatlós Csilla: A coaching egy egyéni teljesítménynövelő módszertan, az a lényege, hogy kihozzuk az adott emberből azt a többletet, ami benne van, de bizonyos okoknál fogva ez nem érvényesül, nem jelenik meg a munkájában vagy a magánéletében. Alapvetően egy olyan módszertan, ami beszélgetésen, kérdéseken alapul és arra koncentrál, hogy a jelenben mit csinál az adott ember, és mely dolgokon kell változtatnia ahhoz, hogy annak hatása legyen a jövőjére. Nem a múlttal foglalkozik, nem tanácsadás, bár aki az üzleti életben végez coachmunkát, annál előfordul a tanácsadás is. A coaching módszer lényege, hogy megoldásokat segítünk találni annak, aki hozzánk fordul a jelenlegi élethelyzetében lévő problémájával, azoknak az erőforrásoknak a felhasználásával, amelyekkel saját maga rendelkezik.

Én úgy lettem burnout-szakértő, hogy a 2015-ös évtől kezdve igen sokat szerepeltem a kiégéssel és annak prevenciójával kapcsolatban a magyar sajtóban, majd könyvet is írtam erről 2018-ban. Ennek következményeként – mivel azóta is szinte csak ezzel a területtel foglalkozom – szakértőként tart nyilván a szakma és az ügyfelek is.

Péter mentálhigiénés tárgyakat tanít a Pannon Egyetemen. Kiket oktat, és nekik miért fontos tisztában lenniük a témával?

Dr. Farkas Péter: A Pannon Egyetem képzési repertoárjában több helyen megtalálható a mentálhigiénikus vonal. Egyrészt a pedagógusképzésben is megjelenik, illetve van már egy mentálhigiénés közösség- és kapcsolatépítő mesterképzési szak, ahol kifejezetten erre a területre specializálódó tudást próbálunk meg átadni a hallgatóknak. A mentálhigiéné mint szemlélet már a huszadik század végétől megjelent a magyar oktatásban, de csak a huszonegyedik század második évtizedétől kezdett önálló szakmává válni, ezért gondolta a Pannon Egyetem vezetése, hogy e szakmára való felkészítést fontos lenne mesterszakként is elindítani. Ez az egyetemi képzés hiánypótló, mert a segítő szakmákat illetően is vannak lefedetlen területek, mint az oktatás, az egészségügy, ahol megjelennek ugyan a pszichológusok, pszichiáterek, terapeuták, de mégis ezekre a területekre is kellenek még olyan szakemberek, akik a mentálhigiénés többlettudásukkal akár a pedagógusokat, a szülőket, az egészségügyi dolgozókat segítik.

Mi a kiégés definíciója és melyek a tünetei? Milyen lépéseket tud tenni valaki, ha észreveszi a kiégés tüneteit saját magán?

Csatlós Csilla: A kiégés egy több síkon bekövetkező probléma, de ami viszonylag könnyen érzékelhető, az az, hogy a kiégett személy folyamatosan fáradt, és ha elmegegy szabadságra, pihenni, akkor sem múlik a fáradtsága. Emellett azok, akik a ki-



Fotó: Monáth Éva fotográfus

égés állapotában vannak, nem is tudják letenni a munkát, görcsösen meg akarnak felelni, kapaszkodnak a munkába, a feladatokba. Ahogyan a fáradtság egyre jobban fokozódik, azzal párhuzamosan elindul egy viselkedésbeli változás is, ami először visszahúzódként, fásultságként, elcsendesedésként jelenik meg, majd ahogy halad előre a folyamat, ez átfordul cinizmusba, kötekedésbe, negativizmusba. Sokaknál túlérzékenységek is megjelennek, tehát túl érzékenyen reagálnak olyan helyzetekben, amelyek nem annyira markánsak, mint ahogy azt ők észlelik. Hosszabb távon pedig megjelenik az önértékelési zavar, mert az előbb elsoroltak miatt gyakrabban hibázik az adott személy, érzi és szembesül vele, hogy csökken a teljesítménye. A pedagógusoknak ezekhez megvan az a nagy nehézsége is, hogy tükörként ott vannak a gyerekek, tehát azonnal kapnak visszajelzést, hogyha valami nem úgy működik, ahogy korábban. Ugyanis ha a munkatelési teljesítmény csökken, és a gyerekek észlelik, hogy van egy negatív folyamat, onnantól kezdve önértékelési problémák is megjelennek, ezzel az adott személy még negatívabb spirálba kerül. Ezek miatt nagyon fontosnak tartom, hogy a legelején, amikor az érintettek már nem tudnak pihenni, esetleg pszichoszomatikus tünetek jelentkeznek, akkor álljanak meg és kezdjenek el vele foglalkozni. Nem kellene megvárni a munkaképesség romlását, a teljesítménycsökkenést, az esetleges elbocsátást, felmondást, azért sem, mert a kiégés a korai fázisban nagyon jól visszafordítható.

Dr. Farkas Péter: A mentálhigiéne is azok körében a legnépszerűbb, akik már felfedezték magukban, hogy tenni szeretnének önmagukért, környezetükért. Ebből adódik, hogy az önismeret fejlesztése az, ami első lépésként megjelenhet a kiégés tüneteinek kezelésére. Oktatói munkám során azt a visszajelzést szoktam kapni, hogy ha van például egy jó pedagógusi munkacsoport, akkor az nagyon sokat segít, illetve a vezetők hozzáállása is nagyban hozzájárul ahhoz, hogy egyáltalán felfedezzék magukon a tüneteket. De hozzátenném, hogy sajnos sokszor van egy poláris gondolkodás a kiégéssel kapcsolatban, mert sokan már rögtön kiégésre gondolnak, ha fáradtak, vagy éppen nem az elvártaknak megfelelően sikerül egy-egy feladatuk elvégzése. Ezért tegyük hozzá, hogy a kiégés és a kudarcélmény teljesen más szinten jelenik meg. Az önvizsgálatnak és egy közösségnek, amely figyel tagjaira, nagy jelentősége lehet a megelőzésben és a gyors reagálásban.

Csatlós Csilla: Mindennél fontosabb az önreflexió. Az, hogy saját magamra figyeljek, szembesüljek saját magammal és észrevegyem, hogy nem úgy reagálok dolgokra, mint korábban, hogy nem vagyok olyan, amilyen voltam. Ezek mindennél fontosabbak, mert hiába támogató a munkahely, a család, ha én nem vagyok tisztában azzal, hogy mit művelek saját magammal, akkor nagy eséllyel a külső körülmények változása sem fog semmit eredményezni. Vannak visszatérő klienseim, akik már egyszer átestek rajta és megtanulták, hogyan keletkezik a kiégés. Ők sokkal hamarabb észlelik a tüneteket magukon, mint a legelső alkalommal és sokkal hamarabb kérnek segítséget, ha elakadnak. Ez azért fontos, mert sokan már csak akkor kérnek segítséget, ha már drasztikus változások következnek be a személyiségben, teljesítményben, és onnan sokkal nehezebb az út visszafelé. Ezért tartom nagyon fontosnak én is a prevenciót ebben a témában, különös tekintettel arra, hogy még mindig sokan hisztinek és a munkakerülés eszközének tartják a kiégést.

Kik az érintettek? Nagyobb arányban veszélyeztetett a társadalom egy adott csoportja? Amennyiben igen, miért?

Dr. Farkas Péter: Elsőként a szellemi foglalkozásúaknál jelenhet meg a kiégés, illetve olyan szakmabelieknél, akik mindennapi kapcsolatban vannak más emberekkel, hiszen ezek az emberi kontaktok lelkileg nagy veszélynek és megterhelésnek tehetik ki őket, mert nemcsak a foglalkozásukat kell végezniük, hanem eközben a saját személyiségükkel is „dolgozniuk” kell.

Csatlós Csilla: Én sokat coacholok vendéglátási területen is, ott ugyanúgy lehet súlyosan kiégett kollégát találni, mint a szellemi munkát végzők között. A kiégés a tartósan kezeletlen munkahelyi stressz okozta tünetegyüttes – ez a hivatalos leírása –, de ez a megfogalmazás nem foglalkozik azzal, hogy az egyénnek mekkora szerepe van ennek az egész folyamatnak a kialakulásában. Maximálisan tudom igazolni azt, hogy az egészségügy, az oktatás, a segítő szakmák dolgozói a legvesélyeztetettebbek a kiégésben, de persze bármilyen más szakmában is jelentkezhetnek a kiégés tünetei. Vannak kutatások, melyek azt igazolják, hogy veszélyeztetettebbek azok

a húszas, harmincas éveikben járó nők, akik első gyermekük után visszatérnek a munkába, és gyakrabban észlelik a kiégést azoknál is, akiknek külső kontrollós a személyiségük, tehát akik szorongóbbak, konfliktuskerülőbbek, zárkózottabbak.

Csilla évek óta coachingol pedagógusokat is. Jellemzően milyen problémákkal keresik meg?

Csatlós Csilla: Általában akkor keresnek fel engem, amikor már észlelik a tüneteket magukon. Nagyon jó tesztek vannak ma már, amivel gyakorlatilag pár tucat kérdés megválaszolásával lehet egy körülbelüli képet kapni arról, hogy tényleg a kiégés tünetei jelentkeztek-e, vagy csak arról van szó, hogy az illető túlhajtotta magát és egyszerűen fáradt. Akik hozzám érkeznak, elsősorban mind azt fogalmazák meg, hogy megváltozott a viszonyuk a gyerekekhez, merthogy hozzájuk óriási türelem, empátia kell. A kiégés egyik vezető tünete lehet, hogy az érzékenységük mások problémái, gondjai iránt jelentősen csökken. Már nem annyira odafigyelőek, empatikusak mások felé, mint korábban, és a gyerekek azonnal visszatükrözik, ha ez a helyzet kialakul.

A pedagógusok viszonylag jelentős számban produkálnak pszichoszomatikus tüneteket; sokaknak van migrénje, emésztőrendszeri problémája és alvászavara, amelyek már egy előrehaladottabb állapotra utalnak. Nagyon fontos, hogy meglegyen az az elválasztás, amelyre Péter korábban utalt; hogy minden olyan esetben, amikor a pszichoszomatikus tüneteket nem lehet semmiféle betegséggel igazolni, akkor a következő az legyen, hogy ezek lelki alapon keletkeznek és másként kell velük foglalkozni, keresni kell a valós kiváltó okokat. Ha már túl van az illető minden vizsgálaton és még mindig rosszul van, akkor ott kell, hogy legyen az a gondolat, hogy talán ez pszichoszomatikus tünet és ez alapján kellene vele foglalkozni. Emellett gyakori jelenség, hogy nem érzik támogatónak a környezetüket, tehát nincs pozitív visszajelzési kultúra, nincsenek jó csapatok. Amíg egy cég nagy hangsúlyt fektet arra, hogy legyenek csapatépítő tréningek, egyéni fejlesztések, addig egy oktatási intézményben ez általában nem jelenik meg, pedig ebben a munkakörben is nagy szükség lenne rá.

Dr. Farkas Péter: Az önismereti és mentálhigiénikus kurzusokon a hallgatók sokszor felhozzák a fent említett problémákat. Ez természetesen nagyon pozitív hozzáállás, csak az a baj, hogy még ők sem látják, hogyan lehetne egy olyan közösséget támogató szakmai csapatot kialakítani, ahol együtt tudnak gondolkodni a megoldási módokon.

Mennyiben lehet eltérő egy cégvezető és egy iskolaigazgató problémája, tünetei?

Csatlós Csilla: Alapvetően nincs eltérés. Mindegy, hogy az adott illető cégvezetőként vagy iskolaigazgatóként kezd kiégni, gyakorlatilag ugyanazokkal a tünetekkel találja szembe magát. Mindkét munkakörben vezető szerepet töltenek be, felelősséggel tartoznak másokért, gyors döntéseket hoznak, folyamatosan jelentős stressz alatt állnak. Az iskolaigazgató helyzete talán annyiban nehezebb, hogy nem állnak rendelkezésére a sokszor egyszerű és jól működő megoldások, mint a meetingek, csapatépítések, azok a dolgok, amelyeket az üzleti életben már réges-régen használnak. Viszont, ha ezek nincsenek is meg egy intézményben, akkor sem akadályozza senki a pedagógusokat, hogy időt töltsenek együtt, szervezzenek délutánokat, két-három hetente időt szánjanak arra, hogy beszélgessenek egy-egy problémáról, vagy megbeszéljenek egy-egy ügyet, érzést. Minden olyan szituáció, amelyben meg tudják osztani a problémáikat, könnyítene a helyzetükön. Arról nem is beszélve, hogy sok esetben, ha benne ülünk egy problémában, arra nekünk nincs rálátásunk; de ha elmondjuk valaki másnak, aki egy másik „székben” ül, az a problémát jobban látja – és azt is, hogy mi a megoldás.

Dr. Farkas Péter: A kurzusaim során gyakorlatorientált feladatokat kell a hallgatóknak elvégezniük, többek között mentálhigiénés projekteket kell megtervezniük és megvalósítaniuk. Ezen projektek célja, hogy a saját közösségükben egy olyan egymásra odafigyelő közösséget hozzanak létre, amely a későbbiekben is együtt tud működni. A megvalósuló projektek visszajelzései alapján azt a következtetést vonhatjuk le, hogy nehéz „felrázni” a pedagógusokat, hiszen egy olyan rendszernek a tagjai, ahol nagyon kis lépésekkel lehet haladni. Következtetésképpen, ha



Fotó: Csatlós Csilla

elérnénk azt, hogy a pedagógusok ezeknek a jelentőségét felmérjék, akkor lehetne a mentális egészségükben jelentős változást elérni, de egyelőre azt látjuk, hogy ezen „kis” lépések megtételeihez sincs energiájuk a pedagógusoknak. A mentálhigiéné-kusi szemléletmóddal és tudással rendelkező szakemberek lennének – és reméljük lesznek – azok, akik olyan alternatívát, lehetőséget, környezetet teremtenek, ahol tényleg szabadon kibontakozhatnak az innovatív ötletek.

Nemrég elhatározták, hogy 30x1 órás díjmentes coachingot tartanának pedagógusoknak. Pontosan milyen elgondolásból született meg az ötlet és hogyan tervezik véghez vinni?

Csatlós Csilla: A koronavírus-járvány kapcsán elég jól megtanultunk mozogni az online térben, tehát annak, hogy egy időben több tucat emberrel beszélgessünk a kiégés és a megoldások témaköre kapcsán, semmi akadálya nincsen. Innen jött nekem az ötlet, hogy hozzunk létre olyan alkalmakat, amelyek szervezeten, egy-egy alkalommal zajlanak és online be lehet kapcsolódni előre meghirdetett linkeken, melyeket egy **weboldalon** tervezünk meghirdetni. A cél az, hogy beszélgessünk, foglalkozzunk a témával, és tapasztalják meg a résztvevők, hogy milyen, amikor együtt nekiülünk valaminek, együtt beszélgetünk valamiről, és hogy milyen felszabadító ereje van annak, amikor közösen nekiállunk akár csak egy-egy témának, és onnan mindenki haza tud vinni egy-két gondolatot, amelyet másnap-tól be tud építeni a saját életébe. Lépjünk el a problémafókuszról, mert én is azt tapasztalom, hogy a pedagógusok, akik hozzám érkeznek, teljes mértékben problémafókuszban vannak, tehát az egész gondolkodásmódjuk arra koncentrál, amire nincs igazán ráhatásunk. De ha azt néznénk, hogy „mi az, amitől én jobban lennék”, és arra keresnénk a konkrét megoldásokat, akkor el lehetne sajátítani egy másfajta gondolkodásmódot, amellyel meg lehetne találni a válaszokat. Ez nem egy hosszú coachingfolyamat lesz, hanem egy együtt gondolkodó alkalmanként másfél órás workshop, ahol elmondjuk az egész folyamatot, feltehetik a kérdéseiket, és másfél óra után mindenki valamiféle azonnal használható munícióval távozik.

Csilla Kiégés helyett című könyvét a határok meghúzásával kezdi. Mondana néhány gyakorlatban is alkalmazható példát, jó gyakorlatot, módszert a kiégés megelőzésére?

Csatlós Csilla: Nagyon fontos, hogy reálisan lássuk magunkat. Akkor is lássam a sikereimet, ha benne vagyok egy negatív szituációban, azt, hogy mit értem el, és ne azzal foglalkozzak, hogy mi az, ami még nincs meg. Fontos az egyensúlyok helyreállítása is. Tehát ha valaki már a kiégés azon fázisában van, amikor folyamatosan fáradt, nincs kedve bemenni tanítani, akkor vissza kell nyerni az egyensúlyt, vissza kell térni azokhoz a tevékenységekhez, amelyekről tudja, hogy korábban feltöltöttek. Mondjuk, ha korábban az illető mozgott, és most már nem, akkor kezdjen el újra mozogni, vagy ha rengeteget olvasott, de már nem olvas, akkor kezdjen újra olvasni. Azok, akik ki vannak égve, egytől egyig arról számolnak be, hogy bizonyos, számukra kedves tevékenységeket az utóbbi hónapokban elhagytak az életükből, legyen szó mozgásról, olvasásról, vagy ami a legrosszabb, a szociális kapcsolataikról. Ami még szintén fontos, az az időmenedzsment. Én mindig leíratom a segítséget kérővel, hogy melyek azok a dolgok, amelyekkel elcsúsznak, és mindegyiknél megnézzük, hogy mi az oka a késésnek, mi az oka annak, hogy halogatnak, vagy nem csinálnak meg valamit, amit megígértek valakinek. Emellett keresni kell azokat az emberi kapcsolatokat is, amelyek építő jellegűek, vagy új dolgokat kell tanulni, képzésre, szupervízióra járni. Ha ezek már nem segítenek, akkor pedig a legfontosabb, hogy kérjenek segítséget.

Dr. Farkas Péter: Apró, de nagyon fontos dolog lehet mindezek felett, hogy ha nap végén leülünk és átgondoljuk, hogy mi az a négy-öt jó dolog, ami történt velünk aznap. Ezzel ugyanis meg tudjuk erősíteni a minket ért pozitív dolgokat és tudatosítjuk azt is, hogy a napunk nemcsak „küzdelem” összessége volt, hanem értek pozitív hatások is. Ha ezt valaki hónapokon keresztül például naplószerűen leírja, majd visszanezi, az is adhat egy olyan erőt, amelyből a rosszabb napokon töltekezni lehet.

A HÓNAP TÉMÁJA

Pedagógusműhelyek





Kooperatív munkaközösségek Budaörsön



A Budaörsi Csillagfürt Óvodában nem egy, hanem négy munkaközösség is van. Éves tervet készítenek, félévi beszámolókat tartanak, és van, hogy csak egy spontán jött ötlet mentén valósítanak meg programokat. A gyerekek érdekeit szem előtt tartva, szakmailag folyamatosan megújulva, közel húsz éve működtetnek munkaközösségeket. **Christmanné Dudás Diánával**, az Egészséges életmód Munkaközösség vezetőjével, és **Kovácsné Kóródi Zsuzsával**, a Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösség vezetőjével beszélgettünk arról, ők hogyan vezetik a munkaközösségeiket, és hogyan dolgoznak együtt az óvodában és a városi rendezvényeken.

Szöveg: **Vágóné Ugró Szilvia** | Fotó: Indri Dániel Janisz

Interjú Christmanné Dudás Diánával, az Egészséges életmód Munkaközösség vezetőjével

Mit jelent egy óvodában az, hogy munkaközösség? Mi a munkaközösség-vezető feladata?

A munkaközösségek alapvetően a gyerekek érdeklődése köré szerveződnek, a feladatmeghatározásuk is ehhez igazodik, illetve fontos az is, hogy egy óvónőnek melyek az érdeklődési körei, mert ezek alapján alakítják ki a munkaközösségeket az óvodában. A munkaközösség-vezetőnek az a feladata, hogy az adott munkaközösséget összetartsa, a munkacsoport tagjainak munkáját koordinálja, kiosssa a feladatokat. Ő írja meg a munkacsoport éves tervét is – természetesen a többi óvónővel egyeztetve – év elején, év végén pedig az értékelést, valamint félévkor is számot ad a munkaközösség elvégzett munkájáról. Az, hogy mi kerül az éves tervbe, nagyban összefügg az óvoda pedagógiai programjával és az intézmény éves tervével. Ezek mellett a munkaközösség-vezető feladata az is, hogy folyamatosan képezze magát a saját területén.

Ki lehet munkaközösség-vezető, milyen gyakran és ki jelöli őket?

Gyakorlatilag bármelyik óvónő lehet munkaközösség-vezető, aki ezt elvállalja. Alapvetően a kollektíva dönti el, hogy ki kapja ezt a feladatot, oly módon, hogy javaslatot tesz, kit szeretne vezetőnek, majd az adott ember eldönti, hogy vállalja-e a megbízást. Én pontosan tizedik éve vagyok munkaközösség-vezető. Most az Egészséges életmód Munkaközösség vezetője vagyok, de korábban más munkacsoportokat is vezettem.

Hány pedagógus van ebben a munkaközösségben? Milyen gyakran tartanak megbeszéléseket?

Öten vagyunk ebben a munkaközösségben, mi vagyunk a felelősök az egészséges életmód témakörhöz kapcsolódó feladatokért, de a megvalósításba minden óvónő bekapcsolódik. A megbeszélések gyakorisága változó, év elején és év végén mindenképp tartunk egy-egy megbeszélést, a többi tanácskozást rendszerint a tervezett programok előtt szoktuk megtartani, de gyakran előfordul az is, hogy utána is összeülünk a tapasztalatokat átbeszélni. Arra is szokott példa lenni, hogy óvodán kívül, teljesen más témában találkozunk, ott valahogy az óvodáról kezdünk el beszélgetni és támad egy jó ötletünk, amelyet aztán megvalósítunk.

Mi a feladata Önnek, mint az Egészséges életmód Munkaközösség vezetőjének az óvodában, és hogyan történik a feladatok kiosztása a munkaközösségen belül?

Minden év elején első lépésként megbeszéljük, hogy a vezető és a tagok vállalják-e a következő évben is a munkaközösségi feladatokat, részt szeretnének-e venni benne továbbra is. Ezután megbeszéljük



Fotó: Vágóné Ugró Szilvia

a munkaközösség céljait, feladatait és a programokat, melyeket az adott évben meg szeretnénk valósítani. Kiemelném, hogy a mi munkaközösségünk annyira összeszokott és rugalmas, hogy több olyan spontán programot is megvalósítunk év közben, ami az éves tervbe nem volt betervezve. A tavalyi évhez hasonlóan idén is több futamot szerveztünk a gyerekek számára. Ezek a futamok az óvodai programokhoz és a csoportok projektjeihez kapcsolódtak, és mozgásos, élményközpontú, interaktív játékokat, feladatokat jelentettek. Idén a gyerekek kedvence a *Csillag futam* volt, amely során úrhajóval „bejártuk” a Naprendszert, természetesen mozgásba ágyazva. Az egyik gyerek ezt a feladatot így fogalmazta meg: „Meteorzáport csináltunk labdával, és vigyázni kellett, hogy ne essen ránk”, egy másik óvódás pedig ezt mondta: „A Szaturnusz gyűrűjéből köveket szedtünk, és sokat úrhajóztunk, és még a Holdon is ugráltunk.” A *Csillag futam* mellett tartottunk még *Nemzeti vágtát* március 15-éhez kapcsolódóan, *Mikulás futammal* vártuk a Mikulás érkezését, az udvari környezetben pedig egy *Hógolyó futamot* is terveztünk.

Feladatom még a már említett féléves értekezleten az addig elért céljainkat értékelni a kollektíva előtt, majd ez alapján megvalósítani a következő félév mun-



káját. A féléves értekezlet után van, hogy az éves tervet kiegészítjük, módosítjuk, mint ahogy idén is tettük; az eredeti tervben a kollégáknak terveztünk *Karácsonyi futamot*, de mivel többen betegek voltak akkor, végül húsvéti *Nyuszi futam* lett belőle.

A feladatok kiosztásakor mindig megnevezünk egy felelőst az adott programhoz, de a munkacsoport együtt valósítja azt meg. Az adott program előtt tájékoztatjuk a kollektívát is, hogy például lesz egy *Sportnap* a következő félévben, így ők ehhez hozzá tudnak szólni, be tudnak kapcsolódni a szervezésbe. A gyerekek minden programelem végén kapnak egy kis ajándékot vagy oklevelet, ezek előkészítése, beszerzése, koordinálása is a munkaközösség vezetőjének a feladata.

Vannak olyan programok, ünnepek az óvodában, melyek megrendezése az Egészséges életmód Munkaközösség feladata?

Minden évben vannak állandó programok egy-egy ünnephez, témahéthez kapcsolódóan. Ilyen állandó program például a *Zsiráfkupa*, amely egy városi rendezvény, egy focitorna. Ezen a programon minden évben részt vesz a mi óvodánk is. Ezt a programot a mi feladatunk lebonyolítani; szólni az óvónőknek, szülőknek, elvinni a gyerekeket az eseményre, majd hazahozni őket. Ugyanilyen állandó program a már említett Sportnap,

melynek különlegessége, hogy ez igazából egy családi sportnap, ilyenkor a szülők is bejöhetnek az óvodába, ők is versengenek. De vannak témahetek is, mint az *Egészség hét*, amelynek része a *Kézmosás világnapja*, illetve valami mozgásos tevékenység, és ezen a héten jönnek külsős előadók is, mint a *Teddy Doktorok* és a *fogorvos*. A Teddy Doktorok valójában orvostanhallgatók, akik egy program keretében látogatnak el óvodákba azért, hogy játékos formában megismertessék a gyerekekkel az orvosi vizsgálatok mikéntjeit, miközben ők maguk megtanulnak bánni a kisgyerekekkel, a fogorvos pedig a szájhigiénével kapcsolatos információkat osztja meg a nagyobb ovisokkal.

Mindezek mellett a mi munkaközösségünk igazán spontán is tud lenni. Gyakran előfordul, hogy bekapcsolódunk más munkaközösség programjába is egy-egy ötlettel. A Föld napjára is kitaláltunk egy futamot, hasonlóan a Márton-napon megvalósított *Liba futamhoz*, vagy az *Űrfutamhoz*, amely szintén nem volt betervezve, csak annak apropóján valósult meg, hogy a Planetárium eljött az óvodába előadást tartani. Az elmúlt tíz évben soha nem volt ugyanaz a program, mindig igyekszünk színesíteni, változatos feladatokat összeállítani. Habár minden évben vannak fix programok, az azokkal járó feladatok mindig mások. Ez a mi munkánkat is színesíti és a gyerekeknek is változatosságot jelent.



Fotó: Budaörsi Csillagfűrt Óvoda

Interjú Kovácsné Kóródi Zsuzsával, a Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösség vezetőjével

Milyen jogszabályok mentén működnek a munkaközösségek egy óvodában? Milyen munkaközösségek működnek jelenleg a Budaörsi Csillagfürt Óvodában?

A szakmai munkaközösségeket a nemzeti köznevelésről szóló törvény szabályozza. Ez alapján egy nevelési-oktatási intézményben legalább öt pedagógus, legfeljebb tíz munkaközösséget hozhat létre. Mi ezzel a lehetőséggel éltünk is, így a Csillagfürt Óvodában van Egészséges életmód Munkaközösség, Környezeti munkaközösség, Művészeti munkaközösség, és van Önértékelés munkaközösség is. Ezeknek a munkacsoportoknak a munkájába bevonjuk a dajka néniket és a gondnok bácsit is.

Milyen az együttműködés óvodán belül a munkaközösségek között?

A munkaközösségek a programjait rendszeresen egyeztetik, hiszen fontos, hogy ne egy hónapban valósuljon meg minden megtervezett programelem. Először leülnek a munkaközösség-vezetők és megbeszélik, hogy ki mikor, milyen programot szeretne megvalósítani, majd az általuk összeállított éves terv az óvodavezetőhöz kerül. Az óvodában vannak évente ismétlődő programok, mint a Föld napja, Mikulás, Víz világnapja,



melyek megvalósulásáért egy-egy munkaközösség a felelős, de fontosnak tartjuk a komplexitást, tehát hogy mindenki tegye hozzá a saját részét, minden pedagógus kapcsolódjon be a munkába. Nincsenek élesen elválasztva a feladatok, gyakran ötletelünk közösen is.

A Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösség milyen feladatokat lát el és a munkája hogyan kapcsolódik az óvodai Egészséges életmód Munkaközösség munkájához?

Itt Budaörsön nagyon jó szakmai munka folyik nemcsak az óvodákon belül, hanem az óvodák között is. Én utazó gyógytestnevelőként több óvodába járok. A hasonló szakterületen dolgozó gyógytestnevelők alkotják a Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösséget. Ez a munkaközösség teljesen más, mint az óvodai munkaközösség. Munkaközösség-vezetőként én városi feladatokat látok el azzal a céllal, hogy összefogjam a város óvodáiban dolgozó gyógytestnevelőket és koordináljam a mozgásfejlesztést az óvodákban. Ez gyakran nem egyszerű feladat, hiszen 11 óvodának a csoportjait, a gyermekeit, a tornatermi lehetőségeit kell összefésülni. Emellett feladatunk a gyerekek szűrése is év elején mozgatószervrendszeri és mozgásfejlettségi szempontból. Az eredmények alapján alakítjuk ki a csoportokat, akiknek aztán az év során foglalkozásokat tartunk. A mi munkánk annyiban más, mint mondjuk egy fejlesztőpedagógus munkája, hogy mi csoportban dolgozunk a gyerekekkel és általános mozgásfejlesztést végzünk, így mindenki megkapja a lehetőséget, hogy úgy kerüljön általános iskolába, hogy iskolaérett a mozgása.

Én egyébként a Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösség vezetője vagyok és emellett a Csillagfürt Óvoda Egészséges életmód Munkaközösség tagja is, ami azt jelenti, hogy az óvodai munkaközösség feladataiban is részt veszek. De itt Budaörsön nemcsak a gyógytestnevelőknek van munkaközössége, hanem a fejlesztőpedagógusoknak, pszichológusoknak, a német nemzetiségi pedagógusoknak is. Ezeknek is az a célja, hogy az óvodák közötti kapcsolatokat biztosítsák.

Hány óvónő a tagja ennek a munkaközösségnek? Hogyan kapcsolódik ez a munkacsoport a város programjaihoz, hétköznapjaihoz?

A Városi Gyógytestnevelés és Mozgásfejlesztés Munkaközösségnek jelenleg 3 gyógytestnevelő a tagja, és az a fő célja, hogy a város óvodáit gyógytestnevelés szempontjából ellássa, tehát mindegyik óvodában legyen gyógytestnevelés. Emellett létezik a Budaörsi Mozgás Munkaközösség is, amelynek az óvodai Egész-



séges életmód Munkaközösség és a gyógytestnevelők is a tagjai, és amelynek *Pappné Gazdag Zsuzsanna* a vezetője. Ennek a munkacsoportnak a legfőbb célja a tudásátadás, ismeretterjesztés, tudásmegosztás, bemutató foglalkozások szervezése. Az élményalapú testnevelést szeretnék népszerűsíteni ezzel az óvodákban – és remélhetőleg később majd az iskolákban is. Évente négy ilyen bemutató foglalkozás van, melyeket vagy óvónők vagy gyógytestnevelők tartanak. Ezeken bárki részt vehet, mert olyan, mint egy jógyakorlat, egy tudásmegosztás, hiszen az az óvónő, aki részt vesz a bemutató foglalkozáson, a látottakat, a tapasztalatait tovább tudja adni a kollégáinak. Legutóbb pont a mi óvodánkban volt élménytestnevelést bemutató tornafoglalkozás, ahol eszközként csipesz és zokni segítségével tartottunk bemutatót. Valamint ennek a munkaközösségnek egy állandó programja a minden évben megrendezett *Mozgásfesztivál*, ennek pedig az a célja, hogy azok a gyerekek is megismerkedjenek az élményalapú testneveléssel, akik a hétköznapi életben az intézményünkben nem találkoznak vele.

Az óvodások lételeme a mozgás, és az élménytestnevelés pont arról szól, hogy a játékba építjük bele a gyerekek mozgásfejlesztését, és ezt a kicsik imádják. Ez egy teljesen más szemlélet, ami nem csak a rendgyakorlatokról szól, nem csak az történik, hogy körbe futnak és tapsra leguggolnak. Ez más szemléletet igényel a pedagógusoktól is. Ez a módszer egy kapcsolódási lehetőség a munkaközösségek között.

Van esetleg olyan különleges tornaszere, eszköze, melyet az élménytestneveléshez használ és jógyakorlatként szolgálhat másoknak?

Igen, van, *Böbszi*. 2022. augusztus végén az egyik budai szelektív hulladéklerakóban elhelyezett textiles zsák tetején kucorgott kidobva egy nagy méretű puha plüsskutya, amelyik olyan esdeklő tekintettel nézett rám, hogy felkaptam, hazavittem, kimostam, fertőtlenítettem – mindezt azzal a szándékkal, hogy beviszem az óvodába. Persze kiplakátoltam a helyszínen, hogy nálam tartózkodik, arra az esetre, ha véletlenül felejtődött volna ott, de senki nem jött érte. Elköteleztem állatvédőként azt a lehetőséget láttam meg benne, hogy sorsával, történetével érzékenyíteni tudom a gyerekeket a kidobott, otthontalan állatok sorsára, felhívhatom figyelmüket az állattartás felelősségeire. Böbszi beköltözött a tornaterembe és a gyerekek szívébe, ő lett a mi kedvencünk, a terápiás kutya, hiszen bármiikor meg lehet simogatni, hozzá lehet bújni, lehet vele jókat játszani, de sokszor beszélünk arról is, hogy vajon mit gondolhat egyes dolgokról, esetekről. Segítségével a gyerekek külső szemlélőként tekinthetnek egy-egy helyzetre, így Böbszi gyakran segít megoldani mondjuk egy konfliktushelyzetet is. Játszunk vele, de nem játéknak tekintjük, vigyázunk rá, ahogyan egy élő állattal is tennénk. Szerves része lett tornatermi életünknek, és vele egy nagyon hasznos elemmel bővült az én pedagógiai eszköztáram is.



Egy jó vezető jelen van

Ahhoz, hogy valaki iskolán belül munkaközösség-vezető legyen, nincs szükség tanfolyamra vagy egyéb plusz végzettségre. Viszont ahhoz, hogy valaki jól végezze ezt a munkát, a kollégák elfogadják, a vezető támaszkodhasson rá, ahhoz jelen kell lennie az intézmény életében, bele kell folynia feladatokba, látnia kell a munkaközösség előnyeit, szakmai hozadalmait. A zuglói Jókai Mór Általános Iskola humán és idegen nyelvi munkaközösségének vezetőjével, **Pál Zsolttal** beszélgettünk arról, hogy miért olyan hatékony az ő munkacsoportja, és milyen feladatokat lát el vezetőként egy tanév során.

Szöveg: **Vágóné Ugró Szilvia**



Milyen feladatokat lát el jelenleg a Jókai Mór Általános Iskolában?

Elég sokrétű az, amivel foglalkozom az iskolán belül. Egyrészt osztályfőnök vagyok, ez a harmadik osztályom. Emellett egy komplex művészeti stúdiót vezetek, ez a *Jókai Stúdió*, ahol két területet fogunk össze, a zenét és a színpadi játékot. Amikor idekerültem lassan tíz évvel ezelőtt, kellett, hogy legyen az intézményben énekkar, amelyet végül én vezettem, de e mellé szerettem volna színjátszó kört is működtetni. Mivel hiszek a komplex művészetpedagógia létjogosultságában, ezért elkezdtem az egyiket a másikhoz közelíteni, ami azt jelentette, hogy énekkaron a népzene mellett elkezdtünk könnyűzenét, musicaleket is énekelni, a színjátszósokkal pedig a darabok mellé tettünk zenét, elindultunk a musicalek felé. Ez a folyamat öt évvel ezelőtt csúcsosodott ki, amikor a *Valahol Európában* vittük színpadra úgy, hogy a szülők, nagyszülők jóvoltából profi hangosítást, fényeket, effekteket alkalmazhattunk. Ez annyira megdobta a gyerekek motivációját – mivel másfél éves munka után mutattuk be a darabot –, hogy utána a heti énekkart és heti színjátszót megdupláztuk. Ezek délutáni foglalkozásként ma is zajlanak, én vezetem őket. Délelőtt pedig magyart, éneket, valamint dráma és színház tantárgyat is tanítok, valamint munkaközösség-vezető is vagyok. Reggel hétkor megérkezem az iskolába, és általában este hétig itt vagyok.

Mit jelent egy általános iskolában az, hogy munkaközösség? Mi a munkaközösség-vezető feladata?

Amikor valaki kikerül az egyetemről, akkor úgy indul, hogy „ide nekem a világot, majd én megváltom”! Én is így indultam, teszem hozzá. De azóta egyre fontosabbnak tartom, hogy egyedüli harcosként ezt nem jó csinálni, mert bármikor történhet bárkivel bármi, és így az a tudás, amit egyedül ápol, elveszik. Egy munkaközösségnek az a fő feladata, hogy a tagjait segítse, erősítse úgy, hogy senkit nem hagy magányos farkasként küzdeni a pályán, hanem össze tudja fogni azokat a tudáselemeket, amivel mindenki a saját tantárgya területén rendelkezik, hogy egy kicsit interdiszciplináris módon közelítse azokat a diákok felé. A vezetőnek pedig



Fotó: Bursits Mariann

” Egy munkaközösségnek az a fő feladata, hogy a tagjait segítse, erősítse úgy, hogy senkit nem hagy magányos farkasként küzdeni a pályán ”



Fotó: Vadászi Éva

az a fő feladata, hogy koordinálja ezt a folyamatot, hogy azonos tantárgyakat tanító pedagógusok között legyen kooperáció, párhuzamosan tudjanak haladni az azonos tantárgyat tanító kollégák.

Ki lehet munkaközösség-vezető? Ön mióta vezeti a humán és idegen nyelvi munkaközösséget?

Az lehet munkaközösség-vezető, akit felkér az intézmény vezetősége, és akit a munkaközösség megválaszt. Nekem ez a második évem munkaközösség-vezetőként. A mi munkacsoportunk teszi ki a tantestület húsz százalékát, szerintem a mi csapatunk a legnagyobb. Van egy zseniális munkaközösség-vezető-helyettesem is, aki összefogja az angolosokat. Nemrég egy fantasztikus angol estét hoztak össze, ami igazán színvonalas volt. A gyerekek nagyon jól haladnak nálunk a nyelvtanulással, több gyerek már nyelvvizsgázott.

Milyen munkaközösségek működnek még az iskolában?

A Jókaiiban jelenleg öt munkaközösség működik. Van munkaközössége az alsós osztályfőnököknek, van a tanórán kívüli nevelés munkaközössége, amelyikbe a napközis, a délutános kollégák tartoznak. Van a természettudományos tantárgyakat tanítóknak munkaközössége, ide tartoznak a matekot, földrajtot, biológiát, kémiát, fizikát és az újonnan bejött természettudományt tanító kollégák. Van továbbá a testnevelést tanító kollégáknak is munkaközössége, valamint a humán és idegen nyelvi munkaközösség, azaz a miénk, amelynek a vezetője vagyok. Ide tartozik a legtöbb tantárgy: az etika, a magyar nyelv és irodalom, az ének, a rajz, a digitális kultúra, a történelem, a nép- és honismeret és az angol.

Mi a feladata a humán és idegen nyelvi munkaközösségnek, és milyen feladatokat lát el Ön vezetőként?

Humán és idegen nyelvi munkaközösségként legfőbb feladatunk a gyerekek szellemi nevelésének az előtérbe helyezése és szem előtt tartása, hogy minél műveltebb, minél szélesebb látókörrel rendelkező, minél tudatosabb nyelvhasználó – akár anyanyelven vagy idegen nyelven – gyerekeket neveljünk. Minden, ami hozzánk tartozik, azt megpróbáljuk a diákoknak úgy átadni, hogy abból egy használható tudást tudjanak generálni, hiszen azt be kell látni, hogy az életre készítjük fel őket. Annyira sok műveltségi tartalommal rendelkezünk, hogy „lezárt tudást” már nem tudunk nekik adni, hanem csak egy kulcsot a számos információhoz. Az is a fő feladatunk, hogy megtaláljuk, milyen kulcsot adjunk. Vezetőként ezért nemcsak abban van feladatomban, hogy az azonos tantárgyakat tanítókat összeköszsem, hogy megbeszéljük, milyen tankönyvekből tanítsunk, hanem az is a feladatomban, hogy meglássam azokat a pontokat, ahol a más tantárgyakat tanítók is kapcsolódni tudnak a munkájukban, tehát, hogy hogyan tanítsa a rajztanár is a magyart, vagy a magyartanár is az éneket.

Feladatunknak tartjuk a belső tudásmegosztást is, hiszen a kollégák beiskolázása nem biztos, hogy megvalósítható, vagy időhiány, vagy az anyagi forrás hiánya miatt. De fontos, hogy ha valaki rendelkezik új, friss tudással, azt megossza a többiekkel. Évente, félévente ehhez kapcsolódóan szoktunk megnézni egy filmet, tavaly a *Mielőtt megismertelek* című film volt, mely kapcsán az SNI-s, BTMN-es tanulók neveléséről beszélgettünk, illetve arról, hogy miként érdemes kommunikálni a halmozottan hátrányos helyzetű gyerekekkel. De megnéztük a *Whiplash* című filmet is, amely kapcsán arról beszélgettünk, hogy meddig mehet el tehetséggondozásban egy tanár, mi az, amit még megtehet, hogy fejlődjön a diák, és mi az, amit már nem szabad. Ezekből a filmnézésekből aztán nagyon jó ötletbörzék alakultak ki.

Általában iskolai szinten a szervezeti kultúránk része, hogy mindenki különféle feladatokat vállal, tehát megvan, hogy mi az igazgatónő feladata, és ő holisztikusan látja az egész intézményt; megvan, hogy a két igazgató-helyettesnek mi a feladata, és ők sem csak a saját területükre látnak rá – alsó vagy felső tagozaton –, hanem az egyes szakterületekre is. És ez nagyon jó koncepciója az intézményünknek. Tehát mindenkinek megvan a saját feladata, amit vállal, és ebben próbálunk a legjobban eljárni. Így működünk munkaközösségen belül is. A mi feladatunk a kimeneti és bemeneti mérések lebonyolítása is. Ehhez kapcsolódóan például év elején kiválasztunk egy adott szövegértési feladatsort, azt az adott évfolyamon dolgozó kollégák megírattják, ennek az eredményét látjuk, és viszonyítani tudunk, hogy hol van hátrány, melyik osztályban van lemaradás. A kollégák feladata, hogy kitöltessék a feladatlapokat, az enyém pedig, hogy analizáljam. Ugyanígy mérjük fel a helyesírási tudásukat is, de szoktunk mérni szövegalkotást, vagy hangos olvasást is. Az angolosoknál van egy olyan bemeneti mérés, amelynek az eredménye alapján bontják csoportokba a gyerekeket ötödik osztályban, emiatt ők talán többet értekeznek. Év közben



Fotó: Tokovics Dóra



Fotó: Pál Zsolt

mindezek mellett számos megemlékezés és ünnepség megvalósításában segídek.

Milyen az együttműködés a munkacsoportja tagjai között? Milyen gyakran tartanak megbeszéléseket, és ezeknek a megbeszéléseknek mi a céljuk?

Az év elején van egy kezdő, év végén pedig egy záró értekezletünk. Emellett a Google Classroomot használjuk kapcsolattartásra. Az információk ott áramlanak, a feladatokat ott osztjuk meg, felkerült oda az éves munkaterv is, abban is ott dolgozunk együtt. Tehát a feladatokat év elején az értekezleten meghatározzuk, év közben pedig az online térben egyeztetve valósítjuk meg. Év végén, az évvégi értekezleten átnézzük a tervezett és megvalósított feladatokat, reflektálunk, értékelünk. A versenyek lebonyolítása is így történik, év elején mindenki választ, hogy melyik versenyt vállalja, melyikért lesz ő a felelős, de a nevezéseket általában én intézem, én ezt vállaltam. De persze, ha valami kérdés felmerül, nem várunk arra, hogy legyen értekezlet, hanem összeülünk. Például az igazgatónő kezdeményezésére van hetedik évfolyamon egy tanulmányi vizsga, hogy a gyerekek szokják a vizsgaszituációt, hogy ne csak felvételin találkozzanak vele; ennek kapcsán, ha a tételeket át kell, hogy beszéljük, akkor összeülünk és megvitátjuk. Tehát ha felmerül egy kérdés vagy probléma, amit jobb személyesen körbejárni, akkor összeülünk.

Vezetőként mennyire látja hatékonyak és szükségesnek egy iskolában munkacsoportokat működtetni?

Több szempontból szükségesnek tartom a munkacsoportok működtetését. A belső tudás megosztása miatt például feltétlenül fontos, azért, hogy tudjuk egymást tanítani. Az jó lenne, ha még többet tudnánk bejárni egymáshoz órát látogatni. Szerintem a legfontosabb, hogy egymást lássuk, egymástól tanuljunk, illetve az, hogy gyerekekről tudjunk beszélgetni, és ezeket

munkacsoportokban lehet megvalósítani legcélravezetőbben. A napközis munkacsoporttal nagyon szoros kapcsolatban vagyunk; szükséges is, hogy a munkacsoportok is kooperáljanak egymással.

A munkaközösség-vezetőként szerzett tapasztalatait mennyire tudja beépíteni az osztályfőnöki és tanári munkájába? Segíti a hétköznapi munkában az, hogy egy munkaközösség tagja, vagy az, hogy egy munkaközösség vezetője?

Mindenképpen. Tantestületi szinten jönnek az információk, melyeket tudok kamatoztatni. Az nekem segítség, ha egy-egy óra kapcsán érkeznek információk a gyerekekről, vagy ha én látok valamit, azt meg tudom osztani. Mondjuk, ha van egy jó tanítástechnikám, ami működik egy adott osztálynál, akkor azt tovább tudom adni, vagy ha hallom valakiről, hogy hogyan közelít hatékonyabban egy osztályhoz, akkor azt én be tudom építeni az óráimba. Teljes mértékben segíti a napi munkát az, ha valaki egy munkaközösség tagja vagy vezetője. Ahogy a gyerekeket kooperációra, együttműködésre neveljük, úgy egy tantestület is csak úgy tud működni, ha együtt dolgozik. Ahogy én látom, a mi vezetőségünk is így gondolkodik. Az igazgatónő volt a mentorom, amíg gyakorlaton voltam, és amit tőle vagy a vezető tanáraitól kaptam, illetve azokat a művészeti készségeket, amiket az alsós igazgatóhelyettestől tanultam, mind beépítettem a napi munkámba, az elveimbe. Ezekért nagyon hálás vagyok, mert ezek visznek előre a munkában osztályfőnökként és tanárként egyaránt.



Közös megegyezéssel lehet dönteni az osztályzatokról

Diákéveink nagy kérdései között szerepelt, vajon magatartásból megbukhatunk-e. Bár sokunk erre a kérdésre – szerencsére – nem kapott választ, és a kérdés is elsikkadt az évek során, azonban az továbbra is érdekes maradt, mi alapján dől el, hogy kinek milyen osztályzat jut a magatartás- és a szorgalomjegyek kiosztásakor. A Csata Utcai Általános Iskola intézményvezetőjével, **Borosné Borbély Beátával** beszélgettünk arról, hogyan zajlik egy osztályozó értekezlet, valamint azt is megtudtuk, hogy a magatartás- és szorgalomjegyeket nem egy bódénál osztogatják, hanem a jó osztályzatokért igazán meg kell dolgozni.

Szöveg: Karkó Ádám



Mi történik egy osztályozó értekezleten? Kik vannak jelen rajta, illetve milyen forgatókönyv szerint zajlik az értékelés?

Iskolánkban alsó és felső tagozaton külön tartjuk az osztályozó értekezleteket. Alsó tagozaton jellemzően a tanítók, míg felső tagozaton az osztályfőnökök és a szaktanárok vannak jelen, továbbá az intézményvezető mindkét tagozaton részt vesz, s mellette jelen vannak az alsó tagozaton az alsós, felső tagozaton a felsős intézményvezető-helyettesek, valamint az osztályfőnökök.

Intézményünkben félévkor és év végén tartunk osztályozó értekezleteket. Az osztályfőnöki munkaközösség vezetője rendszeresen aktualizálja azt a beszámoló szempontsort, amely mentén az értékelések történnek.

A beszámoló során kiemelten foglalkozunk olyan statisztikai adatokkal, mint például a tanulói nemek aránya, az érkezett diákok száma, a különböző tanulási nehézségekkel küzdők száma, valamint hogy hány napközise van az intézménynek. Továbbá ebbe a szempontsorba tartozik bele a hiányzások száma vagy a nevelői és tanulmányi munka kiemelt célkitűzései, s azoknak teljesülése, illetőleg az osztályközösségi élet, a dicséretnek vagy az elmarasztalások, a diákok motivációja, vagy a tehetséggondozás sikeressége. Foglalkozunk az értekezleten – a szempontok szerint – a kiemelkedő tanulókkal, akik kitűnőek lettek, és persze azokkal a tanulókkal is, akik nem teljesítették a tantervi követelményeket. A megbeszélés során minden osztályfőnök beszámol arról, hogy a szempontok szerint mely diák milyen eredményeket produkált, majd ismerteti az általa megállapítottakat, tájékoztatást ad kollégáinak, majd – amennyiben kérdés merül fel valamivel kapcsolatban – a kollégák megvitatják azt.

Milyen szempontok szerint döntenek el, hogy az adott diáknak milyen magatartás- és szorgalomosztályzatot adnak?

Mindig a pedagógiai program alapján értékelünk. Alsó tagozaton a tanító nénik határozzák meg, milyen osztályzatot kapnak a gyerekek. Felső tagozaton jellemzően az osztályban tanító szaktanárok véleménye határozza meg többségében azt, hogy melyik diák milyen magatartás- és szorgalom osztályzatot kap.

A magatartás osztályozása során figyelembe vesszük a házi feladatok betartását: például a diák órai és a szünetekben tanúsított viselkedését, fegyelmeztségét, a hiányzásainak számát. A szorgalom értékelése során pedig megnézzük tanulmányi teljesítményét, felszerelésének teljességére, az elkészült vagy éppen elszalasztott házi feladatokra koncentrálnunk, valamint a tanórai szorgalmára figyelünk, illetve a munkához való viszonyát, többletfeladatok végzését az önfejlesztéshez például a versenyeken való részvételt is figyelembe vesszük.

Amennyiben valamelyik diák esetében a szaktanárok nem értenek egyet az osztályfőnök és több szaktanár véleményével, úgy szavazás útján döntünk arról, melyik tanuló milyen osztályzatot kapjon. Különböző érvek hangozhatnak el egy ilyen megbeszélés során, hiszen ha az osztályozó értekezleten részt vevő tanárok nagy része valamiért rosszabb osztályzatot adna egy gyereknek, úgy megvédheti az osztályfőnöke, aki megoszthatja, milyen aktuális nehézségekkel küzd abban az adott pillanatban a tanuló. Különböző nehézségek határozhatják meg egy diák teljesítményét, így a lelki és családi problémákat is jellemzően az osztályozó értekezleteken vitatjuk meg a pedagógusokkal. Amennyiben a szavazás fele-fele arányban oszlik meg, úgy az osztályfőnöknek van súlyozott szavazata, gyakorlatilag olyan, mintha ő kétszer szavazna, tehát végül is az osztályfőnök szava fog dönteni minden esetben.

Mivel mint intézményvezető mindig jelen vagyok az értekezleteken, így rögtön tudunk reagálni, megoldást találni a felmerülő problémákra.

A diákokat is bevonják olykor az osztályozás lehetőségébe?

Az osztályfőnökök olyanformán vonják be a diákokat, hogy előzetesen kikérik a véleményüket, hogy ők milyen magatartás- és szorgalomjegyeket adnának maguknak. Tapasztalatunk az, hogy a diákok túlnyomó többsége általában rosszabb fényben tünteti fel magát, mint amilyen valójában, ezért az értekezletek során arra is koncentrálnunk, hogy biztassuk a diákokat egy jobb érdemjeggyel, pozitív megítéléssel.

Egy értekezleten mennyire nehéz objektívnek maradni? Vannak olyan helyzetek, amikor mindenképp a tanári szubjektivitásra kell hagyatkozni?

Igyekszünk objektív módon – például a megadott szempontsorból figyelembe véve – eredményre jutni, de vannak olyan helyzetek vagy tanulók, akik esetében érdemes kis mértékben a szubjektivitásra hagyatkozni. Mindig önmagához mértén mérjük a gyerekek képességeit, így a magatartás és szorgalom esetében hasonlóképpen hozunk „ítéletet”.

Mennyire jellemző egy értekezlet során, hogy a tanulók lelkiállapotáról is szót váltanak, megvitatják a felmerülő kérdéseket?

Ez a kérdés nem csupán az osztályozó értekezleten van jelen. Egy tanév során a két osztályozó értekezlet



mellett három negyedéves magatartás- és szorgalomértékelésről is tartunk megbeszélést, viszont azt fontos megjegyezni, ha bármikor felmerül valamilyen probléma, akkor természetesen arról akár rögtön egyeztetünk a kollégákkal a tanáriban vagy egy kisebb megbeszélés összehívásával.

Másféle értekezleteket is összehívunk, hogy az aktuális megbeszélendő témákat ott megvitassák?

Minden hónap első hétfőjén nevelőtestületi munkaértekezletet tartunk, ahol az elmúlt hónap eseményeit értékeljük, beszéljük meg, és a következő hónap aktuális feladatait egyeztetjük. A kibővített vezetőségi értekezleten a munkaközösség-vezetők, valamint az intézményvezető-helyettesek és jómagam veszünk részt. Ezen az értekezleten jellemzően a szakmai feladatokat egyeztetjük. Minden hétfőn 9 órakor leülünk a vezetőség tagjaival, megbeszéljük azokat a momentumokat, amelyek tanulságként állnak az elmúlt héten, s egyeztetjük a következő heti feladatokat.

Van olyan eset, amikor az osztályozó értekezleten nem jutnak dűlőre, annak ellenére sem, hogy az intézményvezető is jelen van a megbeszélésen?

Szerencsére nem, hiszen az osztályfőnöknek gyakorlatilag két szavazata van, így mindenképp eldől, milyen osztályzatot kap a tanuló. Ha egyáltalán nem jutunk dűlőre egy kérdésben és az osztályfőnök sem kíván élni mindkét szavazatával, akkor javasolni szoktam, hogy még egyszer vessünk pillantást az érvekre és ellenérvekre, így a végén mindig megegyezünk.

Komolyabb viták tehát nem szoktak kialakulni?

Nem igazán. Olyan eset előfordult már, hogy egy diáknak osztályfőnöki figyelmeztetése volt, s az osztályfőnök hármásra értékelte az adott diák magatartását az első negyedéves magatartásértékeléskor. Ha azonban a második negyedéves, azaz a félévi magatartásértékelésnél az osztályfőnök úgy látja, hogy a gyerek magatartása javult, úgy jobb osztályzatot is szerezhethet a tanuló. Ha mégsem értenek egyet, akkor vita alakulhat ki az osztályzat kérdésével kapcsolatban, ám ezek a viták is hamar megoldódnak. Általában szavazással döntjük el az ilyen eseteket is, ahol szintén élhet a dupla szavazatával az osztályfőnök.



Számos feladata van egy nevelőtestületnek



Diákéveink során számtalanszor álltunk ózdkodva a tanári szoba előtt, várva a számunka éppen „fontos” tanárt, akit arra kértünk, napoljuk el a megbeszélte dolgozatosot. Általában mindig félve néztünk be, s kutattuk, hogy a tanári szoba milyen rejtelmeket és titkokat tarogathat azok számára, akik még sosem látták belülről. Ma már tudjuk, hogy akkora titkok még sincsenek benne, hiszen a tanári kar, a tantestület munkája – ahogyan látjuk pedagógusaink munkáját – nyílt lapokkal mutatkozik meg az érdeklődők előtt. A tantestületek működéséről, a munkaközösségek hatékonyságáról és a szülői munkaközösség szerepéről **Németh Tiborral**, a győri Kazinczy Ferenc Gimnázium és Kollégium intézményvezetőjével beszélgettünk.

Szöveg: Karkó Ádám

Mit érdemes tudni a Kazinczy Ferenc Gimnázium és Kollégiumról, és mióta látja el az intézményvezetői tisztséget?

A gimnázium mindig is állami fenntartású intézmény volt. A helyi zsidó polgárság – már régóta – szeretete volna leánygyermekait is iskolába járattni. Bár akkoriiban erre alig volt lehetőségük, leginkább a bencéseknel tudtak osztályozó vizsgát tenni a tanulólányok, de az intézménybe – nyilvánvaló okokból – nem járhattak. Az akkori polgármester, *Venesz Jenő* azonban Győr díszpolgárává avatta *Apponyi Albert* vallás- és közoktatásügyi minisztert 1906-ban, mire Apponyi, meghallva a kéréseket, iskolát alapított. A Dunántúl első Felsőbb

Leányiskolája pedig 1908-ban megkezdte működését. 1913-tól viszont már mint Leánygimnázium működött az iskola, amikor már az új – a napjainkban is használt – épületben indulhatott el az oktatás. Az iskola 1933-tól Apponyi Albert nevét vette fel 1932-es halála után – ezzel tisztelegtek az alapító előtt –, s egészen 1948-ig viselte a Gróf Apponyi Albert Magyar Királyi Leánygimnázium nevet. 1948 és 1949 között Győri Leánygimnázium néven működött tovább az intézmény, majd 1950-tól *Kazinczy Ferenc* nevét vette fel az iskola. A névfelvételtől kezdve alapvető feladatának érzi az iskola az anyanyelv ápolását és óvását. 1966-tól indult el a Szép magyar beszéd verseny.

Jómagam a gimnázium falai között nevelkedtem, itt érettségiztem, majd az egyetem elvégzése után tanárként tértem vissza a gimnáziumba, ahol 1984-től igazgatóhelyettes voltam, 1995-től pedig az iskola intézményvezetője vagyok.

Milyen speciális oktatási lehetőségeket nyújt a gimnázium az odavagyók számára? Jelenleg hány diák tanul Önöknél?

Az előbb említett történelmi pillanattól kezdve az itt tanító kollégák mindig is kiemelt szerepet szántak az idegennyelv tanításának. Angolból és németből már sok éve emelt szintű osztályokat indítunk. Régebben tagozatként indítottuk az idegen nyelvi osztályokat, akkoriban még orosz is lehetett tanulni. Később ezek speciális osztályokká váltak, ahol angolul, németül és franciául tanulhattak a gimnázium diákjai. Mindemellett van egy nyelvi előkészítő osztályunk is, ahol emelt óraszámban tanulják a diákok az angol és a német nyelvet, négyből két osztályunk pedig nyolc évfolyamos képzésben van.

Jelenleg 906 tanuló jár az iskolánkba, illetve 18 olyan tanuló is van, akik egyéni tanrend szerint tanulnak. Céljaink között szerepel, hogy olyan gyerekeket kétszítsünk fel a jövőre, akiknek nem probléma egy idegen nyelven való megszólalás, így az utóbbi években az sem meglepő, hogy a diákok jelentős hányada már külföldi felsőoktatási intézménybe adja be jelentkezését. Eddig nagyjából a tanulók tíz százaléka ment külföldre tanulni – körülbelül 140 diák végez nálunk évente –, ez a szám idén, ha minden igaz, gyarapodott.

A végzős gyerekek jelentős része – 25-30 tanuló – orvostudományi képzésre vagy fogorvosi képzésre jelentkezett, míg az elmúlt évekhez képest most kevesebben adták be a jelentkezésüket valamelyik jogi egyetemre.

Hogyan épül fel a gimnázium tantestülete?

Tantestületünk körülbelül 65 és 75 fő között mozog. Alapvetően egy szoros kollegiális alapon működő tantestületünk volt, ahol már régóta a tantárgyankénti munkaközösségekben látjuk el a munkát. Egy gimnáziumi nevelőtestület alapvetően az adott szakos tanárokból épül fel, illetve nálunk nagy létszámban – ahogy korábban említettem – vannak jelen a nyelvtanárok.

Milyen feladatokat kell ellátnia egy tantestületnek, illetve mikor és miről szoktak értekezni? Hogyan kell elképzelni egy tantárgyi munkaközösséget?

Azonkívül, hogy a gyerekeket nevelni és oktatni kell, a nevelőtestület kapcsolatot tart a családokkal, a gyerekek szüleivel. Emellett minden olyan nevelési feladatot ellát, amik tanórán kívül történnek, így például a kirándulásoktól kezdve a színházlátogatáson keresztül a kiállítások megtekintéséig, de a különféle együttműködésekhez köthető kapcsolattartásért, vagy a hanglejtőteremtő, csoportteremtő összejövetelekért mind a nevelőtestület felelős.

A nevelőtestület tagjainak számos kötelező értekezleten kell részt venniük, így például az alakuló értekezleten, a nyitó értekezleten, félévi és év végi értekezleten kell jelen lenniük a kollégáknak. Legalább kéthetente össze kell hívunk a tantestületet az aktuális témák megbeszélése végett. Nevelési értekezletet hívunk össze akkor is, ha jellemzően egy adott nevelési problémával, mint például a kompetenciamérések eredményeinek elemzésével kell foglalkoznunk. És persze kiemelten fontos, hogy a legtöbb energiát a saját tanulóink nevelésére és oktatására fordítjuk. Mindezen kívül természetesen osztályozó értekezleteket is tartunk – mint minden iskolában.

Milyen kapcsolatot ápol az iskola a szülői munkaközösséggel? A szülőknek is van beleszólásuk adott nevelési- oktatási kérdésekbe?

Az iskola nagyon baráti kapcsolatot ápol – és ápol mindíg is – a szülői munkaközösséggel. Hosszú időn keresztül iskolaszék működött az intézményben, ahol az önkormányzat képviselői, a szülők és a kollégáim voltak jelen. Ez nagyon komoly és kollegiális alapon működött. Többségében olyan szülők voltak tagjai, akik nem csupán szakmai szempontból segítettek nevelői munkánkat, hanem akár anyagilag is hozzájárultak az iskola működéséhez, illetve kiemelt közéleti szereplők voltak.

Miután ez felbomlott, a szülői munkaközösség rendszerét kezdtük el mi is használni. Jelenleg a 25 osztályban két-két szülő látja el a munkaközösség feladatát, így nagyjából 50 szülőt sorolhatunk ebbe a munkaközösségbe, akik segítik a tanári és egyéb szakmai feladatokat. Bármilyen rendezvényt szervez az iskola, amelybe bevonja a szülőket is, akkor ők készséggel és legjobb tudásuk szerint vesznek részt a rendezvények vagy események lebonyolításában.

Azt fontos megjegyezni, hogy a szülői munkaközösségnek természetesen vannak olyan javaslatai, amelyeket a nevelőtestület igyekszik a legjobb tudása szerint megfogadni. Minden évben vannak szülői értekezletek, és mellette négy fogadóóra is van, valamint minden egyes kollégának minden héten van egy időpontja, amikor szívesen fogadja a szülők kéréseit, panaszait és tanácsait, tehát igyekszünk egy állandó párbeszédet kialakítani a pedagógusok és a szülők között.



A diákönkormányzatok a demokratikus nevelés végvárai

Diákjaink demokratikus nevelése napjaink kiemelt feladata és célja. Ennek támogatására jöttek létre a magyar köznevelési intézményekben a diákönkormányzatok, amelyek a helyi, iskolai élet döntéseit segítik és támogatják. Az Újpesti Babits Mihály Gimnázium Iskolai Diák Bizottságának (IDB) tagjait kérdeztük munkájukról: **Kriza Márton** IDB-elnököt, **Madarász Evelint**, az IDB programokért felelős tagját, valamint **Balázs-Szakmári Csilla** és **Németh Máté** IDB-segítő tanárokat. Az első két kérdésre az IDB tagjai adtak választ, a többit az IDB-t segítő tanárok válaszolták meg.

Szöveg: **Karkó Ádám** | Fotó: Újpesti Babits Mihály Gimnázium



Milyen alapvető feladatokat lát el az iskolai diákönkormányzat? Mennyire hatékonyan végzik e tevékenységet az Önök iskolájában?

Kriza Márton: Az iskolai diákönkormányzat fő feladata az iskolai programok lebonyolítása, azaz a tervezések, az előkészületek és kivitelezések megvalósítása. Gyorsan, hatékony kommunikációval szervezi meg a programokat, az iskolai hagyományokra alapozva, azonban mindig újításokkal, eredeti ötletekkel kiegészítve.

Mennyiben jelentőségteljes a diákönkormányzat munkája, véleménye, kritikája az iskolai döntéshozatalban?

Madarász Evelin: Iskolánkban az iskolai diákönkormányzatnak jelentős szerepe van a döntések meghozatalában. Van fórumunk a véleményünk kinyilvánítására, és mindig megkérdézzük minket különböző, az iskolát érintő döntési helyzetekben, hogy egyetértünk-e egy döntéssel vagy sem. Ilyenformán van módunk befolyásolni az iskola életét.

Hogyan lesz valakiből a diákönkormányzat munkáját segítő pedagógus? Volt már valamilyen kötődésük a DÖK-höz?

Balázs-Szakmári Csilla: Esetemben van kötődés, hiszen amikor diákként ide jártam, aktívan részt vettem az iskola közösségi életében és különböző programok szervezésében, például a gólyatábor vagy a színjátszó csoport megszervezésében.

Németh Máté: Tanárként – amióta itt vagyunk – mindketten igyekszünk részt venni a diákélet szervezésében, a korábban említett táborok létrehozásában, vagy a farsangi és más programok megvalósításában. Ennek következtében alakult úgy, hogy néhány évvel ezelőtt „megörököltük” ezt a feladatkört, lehetőséget.

Mennyire népszerű a diákok körében a politikai érdeklődés, a demokratikus jogrend megismerése?

Ez tanulónként nagyon eltérő, és nem is biztos, hogy az iskolában alakul ki elsődlegesen. Sok esetben az otthoni légkör az, aminek következtében egyes – az iskolánkban egyébként igen nagy számú – közösségek aktívabban érdeklődnek a közélet iránt. Végzősök esetében ez – a demokratikus jogrend megismerése – nagyobb hangsúlyt is kap, a tananyag kapcsán, valamint választási éveken ez már számukra is aktuálissá válhat. Összességében azt mondanánk, hogy többségében van politikai érdeklődés és nyitottság a párbeszédre ezen a téren.

Milyen feladatokkal jár a diákönkormányzatot segítő pedagógus munkája? Van valamilyen feladatkiosztás a diákok között, és Önök csupán ellenőrzik őket, vagy javarészt Önökre támaszkodik a szervezet?

A feladatkörünk igen sokrétű és széles körű. Alapvetően meghatározóak az éves munkatervben foglalt és vállalt kötelezettségeink. Olyan programokra gondolhatunk itt, mint a farsang, a diáknap vagy a gólyatábor. Ezek mind elég sok energiát és időt vesznek igénybe, hiszen ha egy diáknapra gondolunk, ott több mint 600 gyerek programját kell koordinálni. Ez csak úgy működik, ha a feladatok egy részét delegáljuk a gyerekeknek. Bizonyos programokban nagy rutinjuk van már, az idei diáknapnál például egy szabadteri, állomásokból, szellemi és fizikai megmérettetésekből összerakott akadályversenyt szerveztünk az egyik évfolyam számára. Ezt gyakorlatilag teljes egészében rá tudtuk hagyni az IDB programfelelős csoportjára, akik ezt profi módon megszervezték. De például az iskolai gólyatábor, ami nálunk *Gólyafészkek* néven zajlik, részünkről nagyobb munkát igényel, hiszen ennek vannak olyan finansziális és más egyéb keretei, amelyek miatt a legtöbb kérdésben nekünk kell döntenünk. Természetesen a tábor programjait itt is főként az IDB-s diákok alakítják.

Ezekon felül sok egyéb, kisebb volumenű esemény van még, amiben az iskolai IDB-nek fontos a szerepe. Ilyen például, amikor nyílt napok alkalmával a beérkező gyerekeket és szülőket az IDB tagjai kalauzolja végig az intézmény épületében. Idén ezt a gyerekek játékos formában szervezték meg, amiről pozitív visszajelzések érkeztek. Hasonló segítséget nyújtanak a felvételi napjainkon is. Részt veszünk – korábban heti rendszerességgel, idén kampányszerűen – a +1 szendvics akcióban, ami hajléktalanok számára gyűjt élelmiszert. Ennek a koordinációja is a diákoké. Az említetteken túl a sulirádió, egy-egy program népszerűsítése, a Mikulás-nap megszervezése, különféle, az iskolánkat bemutató imázsvideók elkészítése mind-mind a gyerekek munkáját dicséri.

Talán azt mondanánk, hogy a feladatok ütemezése, koordinálása, delegálása, átlátása, tervezése az, ami elsősorban hozzánk tartozik, a megvalósításban viszont inkább a gyerekek tudnak nagyobb részt vállalni. Ez persze nem jelenti azt, hogy a tervezésből nem veszik ki a részüket, igyekszünk minden év elején egy hosszabb IDB-délutánt tartani, ahol átbeszéljük az egész évet. Ez ilyenkor nemcsak információátadás, hanem egy közös gondolkodás is.

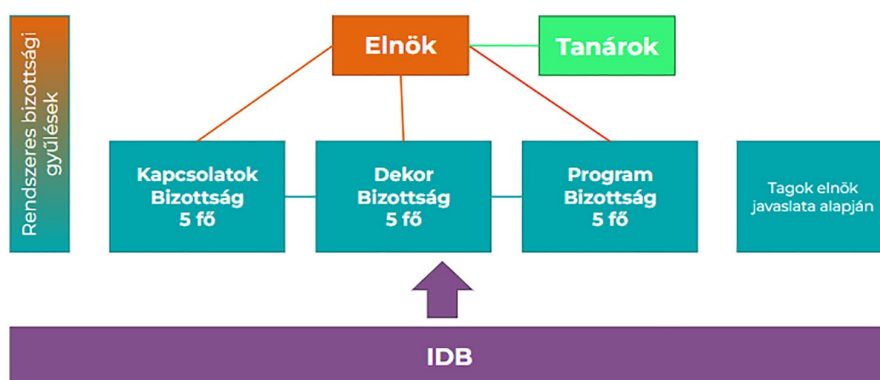
A szervezetben van feladatmegosztás. Az IDB-n belül ugyanis megalakult három bizottság, amelyek különböző feladatkörökkel és tagokkal rendelkeznek, ezek pedig lefedik az egész iskolai diákéletet. Az egyik bizottság a programokért felel. Minden iskolai diákéletet érintő IDB-s program szervezését ők végzik, fő feladatuk, hogy a diákságban rejlő lehetőségeket felmérjék és „toborozzanak” segítőköt a különböző rendezvényekre, ötleteljenek a lebonyolítás módjáról és a megvalósítás lehetőségeiről.

A második bizottság iskolánk kapcsolataiért felel. Fontos célkitűzésük a közvetlenebb kapcsolat megteremtése a diákok között, illetve különböző pályázatok és források segítségével a lehetőségeink kibővítése. A harmadik bizottság pedig az iskolai dekorációért felel.

Nekünk tanároknak szükséges, hogy egy-egy IDB-s tevékenységnél folyamatosan kommunikáljunk az aktuális felelőssel. Nem ellenőrzésnek mondanánk ezt, inkább, ha valahol elakad a folyamat, akkor igyekszünk segíteni, támogatni azt.



Szerveződési szintek





Önök szerint mik a diákképviselet szépségei és árnyoldalai?

Kezdjük az árnyoldalakkal. A nyári szünetről visszatérve nagy lelkesedéssel vágunk bele az új tanévbe, főként az IDB-ben rejlő lehetőségeket előtérbe helyezve. Az év elején ehhez hasonló lendületet látunk a gyerekeken is, ötletek és tervek garmadájával. Ám nagy belső feszültséget okoz az, hogy ahogy elkezdődik a tanév, sajnos az energiánk és a szabadidőnk rohamosan csökken. Ezek a programok persze fel is töltenek, de alapvetően nem kevés munka van velük, és év közben be kell látnunk, hogy ami az év elején nem tűnt irreálisnak, azt nem minden esetben tudjuk megvalósítani. Nem egyszerű megélni, hogy rengeteg lehetőséget látunk magunk előtt, amelyekhez igazítunk sok tervet, de az egyéb iskolai kötelezettségek miatt ezekre sok esetben nem marad kapacitás.

Szerencsére az árnyoldalakat ellensúlyozza az a sok élmény, rácsodálkozás, érték, ami ezt a „munkát” körüllegi. A már említett gólyafészek kapcsán fantasztikus megélni, hogy tizenöt-tizennyolc éves fiatalok mekkora felelősséggel, örömmel és gondoskodással foglalkoztatnak kisebb gyerekeket annak érdekében, hogy az a három nap felejthetetlen legyen számukra. Szinte minden alkalommal megdöbbenünk azon, hogy egy-egy program megszervezését mekkora hozzáértséssel és figyelemmel végzik el magas színvonalon. De mindezeken túl talán a legnagyobb élményt az jelenti, hogy ezek a gyerekek igazi közösségi emberek, és hogy ennek a közösségi létnek a megélése óriási energiákat szabadít fel és igazán emlékezetes pillanatokot teremt. Az például maradandó élmény, amikor egy tábor végén a tábort szervező 50-60 diák a szervezőtanárokat bevonva spontán közösségi táncokba kezd.

Hogyan látják, ha egy diák aktív tagja a diákönkormányzatnak, úgy a későbbiekben is jelentős közéleti szerepvállalója lesz egy másik – például egyetemi – szervezetnek?

Hogyne, nagyon is van rá esély, hiszen az IDB-s programok kapcsán olyan készségeket tudnak elsajátítani, amelyeket tanórák keretein belül nem tudnak megtenni. Olyanokra gondolunk, mint a kommunikáció, a rendezvényszervezés, a gyerekek mentorálása, a kooperatív munka, a kreatív feladatkészítés, a szabadtéri játékok és a vetélkedők levezetése. Ezek a programok, események mind kiválóan alkalmasak arra, hogy a gyerekek érzelmi intelligenciáját erősítsék. Például, ha egy bátortalan, megszeppent ötödikes gyermek ismerősök nélkül megérkezik a gólyatáborunkba, a szervező diákok feladata, hogy empatikusan közeledve igyekezzenek integrálni ezeket a gyerekeket a közösségbe.

Ezek a készségek a jövőben is sokat segíthetnek abban, hogy egy-egy közösség – legyen szó egyetemi vagy munkahelyi közegről – proaktív, lelkes és felelősségteljes tagjaivá váljanak. Tudunk példát arra, hogy az IDB-ben éveken át aktív tag a későbbiekben a felsőoktatási intézményének hallgatói közösségében hasonló szerepet tölt be. A visszajelzéseik alapján meghatározó volt számukra az IDB-ben eltöltött időszak.



SPORII!

„Nem akartam önmagam karikatúrája lenni”

Spori! című rovatunkban hónapról hónapra olyan fiatal sportolót szólaltatunk meg, akik az évek során kitartó munkával egyre feljebb és feljebb jutottak választott sportágukban, ezúttal viszont egy röplabdaedzővel volt alkalmunk beszélgetni. Karrierjének kezdete egészen Dunaújvárosig nyúlik vissza, s életének különböző fázisaiban először sportolóként, majd másodédként tevékenykedett, végül e sport iránti szeretete és tudása szerint felkérték a békéscsabai női röplabdacsapat vezetőedzőjének. **Tóth Gábor** röplabdaedzővel beszélgettünk elhivatottságról, edzői affinitásról és sportpszichológiáról.

Szöveg: Karkó Ádám

Tóth Gábor Dunaújvárosban kezdte röplabdakarrierjét. 1997-ben találkozott először a sporttal, ahogyan fogalmaz, egy banális félreértés okán, ugyanis a Dunaújvárosi Arany János Általános Iskolában – ahol Gábor iskolás éveit töltötte – különféle szakkörök közül lehetett válogatni. Leginkább a futball vagy a kézilabda irányába húzott a szíve, „mert a labda volt az, ami gyerekként mindig is nagyon vonzott.” De – ha lehet így fogalmazni – rosszkor volt jó helyen, hiszen kézilabdaedzésre készült, ám egy röplabdaedzésre ment el. Ott *Szentirmai László* úgy gondolta, hogy érdemes lenne foglalkoznia a sporttal, mert volt hozzá affinitása, jól állt neki, ügyes volt benne. S ugyanő volt az is, aki kapcsolatban volt a Dunaiferr Sportegyesülettel, ahol számos szakosztály mellett megtalálható volt – mindmáig – a röplabda is. Így került Gábor a városi és megyei amatőr versenyektől a már versenysportolói keretek között működő utánpótláscsapatba, ahol *Kelemen István* trenírozta. Nála tanulta meg a röplabda minden csinját-bínját.

Szakközépiskolai éveit a – mai nevén – Dunaújvárosi SZC Hild József Technikum, Szakképző Iskola és Szakiskolában töltötte. „Kiemelkedő pedagógusként és sportnagyapaként tekintettem *Liszi Ferenc* testnevelőtanárra. Ő volt az, aki nagyon sok fiúból nevelt férfit, s megtanította számunkra, mit jelent a hűség, a bizalom, a lojalitás és a csapatszellem” – mesélte Gábor. „Ők hárman voltak azok a pedagógusok az életben, akiknek nagyon sokat köszönhetek, és hálás vagyok minden erőfeszítésükért és kitartásukért.” Gábor a középiskola második osztályába járt, amikor felnőtt szerződést kapott többedmagával, így a profi pályafutása már igen fiatalon elkezdődhetett.



Fotó: Imre György



Fotó: Imre György

Az élet viszont másképp alakult számára. A fiatal edző egy román csapatnál játszott az első osztályban, amikor azt érezte, hogy elérte azt a célt, amit kitűzött magának az induláskor. „Jó szezonokat futottam, jól teljesítettem, minden tökéletesen haladt előre. A válogatottba is mindig bejutottam, ezért vártam, hogy továbbjuthassak, hogy valami változzon, hogy valami új történjen. De hát nem jött semmiféle újdonság” – magyarázta Gábor. „Felismertem, hogy ez nincs rendjén, és bizonyára mást akarhat tőlem az élet. Elhatároztam, hogy nem leszek önmagam karikatúrája játékosként.”

Felmondott a klubnál. Ezt követően Svédországban töltött hat hónapot egy félamatőr klubnál, ahol nagyjából a fizetése volt az egyetlen motivációja, ezért inkább hazaköltözött Magyarországra, ahol viszont egy légüres térben érezte magát; nem tudta, mihez kezdjen a jövőben. „Ez nem olyan, hogy ha valamit leraktál az asztalra, akkor már rögtön minden klub sorban áll, hogy téged akar” – tette hozzá Gábor.

Egy sportkomplexumban vállalt munkát „kávéfőzőként”. És végtére is, szerencséje volt, hiszen számos röplabdához közel álló edző, sportoló vagy újságíró fordult meg a kávézóban, így nemsokára a második kerületi Pénzügyőr Sportegyesület utánpótláscsapatának lett az edzője. Bár igazán jól érezte magát, élvezte az edzői létet, de már nem akart visszamenni játszani. S hogy, hogy nem, kapott egy telefonhívást *Sasa Nedeljković*től, aki a békéscsabai női röplabdacsapathoz hívta másod-edzőnek. „Nem gondolkodtam rajta, hogy elfogadjam-e vagy sem. Ez egy lehetőség volt, amit nem szabadott elszalasztani, mert ha az ember elszalasztja a felkínált lehetőségeket, akkor aligha fog az élet újakat kínálni.”

A 2016/2017-es szezonban nagy sikereket ért el a csapat, de Gábor szeretett volna még feljebb jutni. Egy évvel később az MTK-tól keresték fel, ahol elkezdhet-e vezetőedzői képességeit kipróbálni, elképzeléseit véghez vinni. „Az edzői ars poeticám, hogy azoknak az embereknek, játékosoknak, akik velem dolgoznak, sikeresnek kell lenniük a sportban és az életben egyaránt. Az a feladatom, hogy sikeressé tegyem a csapatomat.” 2020-ig maradt az MTK vezetőedzője, ám a koronavírus-járvány keresztülhúzta a csapat számításait, így Gábornak is változtatnia kellett. Mivel nem akart felhagyni edzői munkálkodásával, ezért mint vezetőedző visszatért Békéscsabára (BRSE), ahol azóta is folytatja edzői feladatkörét.

A fiatal, tapasztalt edző szerint az edzői léthez hozzátartozik az is, hogy olykor pszichológusként gondolkodjon az ember. Szerinte munkájában gyakran kell ellátnia pszichológusi feladatkört, egyszerűen kötelező foglalkoznia játékosainak lelki gondoljaival és terheivel is. „Nagyon jó elmondani, ha éppen megnyertünk egy meccset, azonban az odáig vezető út nagyon sok hétköznapon át vezet. Mindenkinek vannak problémái, a sportolóknak ugyanúgy, mint annak, aki beül az irodába. Az sem segít a dolgon, hogy férfiként kell – ami valljuk be, nem mindig egyszerű – megértenem a női csapat minden tagjának egyéni problémáját, s ugyanígy van ez visszafelé is, nekik sem feltétlen a legegyszerűbb engem megérteniük” – fejtette ki Gábor.

Úgy gondolja, hogy minden játékosnak, illetve az edzőnek is saját világlépe van. Ezek gyakran nem egyeznek, de mindig találniuk kell egy metszéspontot, amiben egyetértenek, amiben közös az érdekük. Az edzőnek –

mondja Gábor – az a feladata, hogy meggyőzze a játékosait arról, hogy nem ellenük akar dolgozni, hanem értük, vagy sokkal inkább velük. Ezt többféleképpen meg lehet tenni, de az talán biztos, hogy a racionális érvek nem mindig a legkézenfekvőbb motivációs tényezők egy csapat életében. A racionalitás a sport világában nem vállalható, csak egy szelete a világnak, ami az egyéni érdekekről szól. A játékosait leginkább intuitív módon igyekszik meggyőzni. Jól ismeri őket, tudja, milyen nehézségekkel küzdenek. „Ilyen helyzetben nincs olyan, hogy a magam igazáról kell meggyőznöm valakit, ez képtelenség” – tette hozzá.

Az egyéni motiváció tehát sokkal árnyaltabb képlet. Gábor magát nagyon jól tudja motiválni magasztos célokkal, mint a csapatsporttal, ahol egymás hátának feszülve küzd a csapat egy közös célért. Számára ez ad erőt sokszor, de mivel nem vagyunk egyformák – mondja –, ezért vannak olyanok, akiket ilyen célokkal aligha lehet motiválni. „De nekem mint edzőnek – s ezzel együtt »mint pszichológusnak« – meg kell találnom azt a triggeret a játékosban, amitől ő »megindul«, amitől a legtöbbet beleadja a játékba.” Gábor egyébként nagyon sokat foglalkozott a sportpszichológiával is, aminek a legfontosabb célja és feladata, hogy a csapatot egy közös irányba terelje. Ennek pedig megvannak a maga alapelemei, mint például a közös idő, amivel a csapat mélyítheti az önképét. „Ha nem töltenek együtt elég

időt a játékosok, akkor az egész semmit sem ér. Úgy nem lehet csapatot építeni, ha nincsenek együtt az emberek. Fontos, hogy együtt legyünk mindig, hogy a pályán is érezhető legyen, ott van mindenki, akire számíthatok” – magyarázta Gábor.

Gábor beszélt arról is, hogy csapata milyen sikereket ért el az utóbbi időben. „Közép-európai sikernek tartom a Mevza-kupagyőzelmet. Az elődöntőt a Mladost Zagreb ellen nyertük meg, ahol a lányok heroikusan küzdöttek. A döntőt Szlovéniában játszottuk a Nova KBM Branik Maribor ellen, idegen környezetben. Annak ellenére is mindent beleadtak a lányok, hogy a döntő előtt egy héttel a Vasassal szemben elvesztettük a Magyar Kupát.” Hozzátette: ennek a két kupaküzdelenek a háttéréből kitetszik, hogy a BRSE nagyon jó mentális állapotról adott tanúbizonyságot, hiszen annak ellenére, hogy a Magyar Kupa döntőjében veszítettek, talán sokkal erősebbé váltak a külföldi környezetben, ahol bizonyíthattak a szlovénekkel szemben. Gábor – aki bizakodóan beszélt végig – szerint komoly riválisai egymásnak a Vasassal. Kiemelte, hogy a koronavírus-járvány miatt volt, hogy az egész csapat megbetegedett, ezért nem tudtak megjelenni a bajnoki döntő mérkőzésen, „tehát ez egy hullámvölgyekkel és -hegyekkel tarkított út; van még hova fejlődünk, van miért edzenünk, de nagyon jó irányba tart a békéscsabai női röplabdacsapat.”



Fotó: Lovász Krisztián



Kulturális ajánló

Összeállította:
Vágóné Ugró Szilvia

► KIÁLLÍTÁS

Nógrádból a halhatatlanságba – MADÁCH 200

Kétszáz éve született a magyar és a világirodalom üstökös csillaga: *Madách Imre*, akinek tragikusan rövid élete szinte csak a történelmi Nógrád vármegyéhez kötődik. De ki volt ez a rejtőzködő vidéki nemes, aki egy kis szlovák faluban, Alsósztrégován megírta a magyar irodalom legismertebb, legtöbbet vitatott, mégis a legtöbbet játszott drámai költeményét? Miből táplálkozott költészete, gondolatisága, eszmerendszere?

A balassagyarmati Palóc Múzeum tárlata bemutatja a költő életútját erősen meghatározó családi kötelékeit, az 1848–49-es szerepvállalását, közéleti, politikai tevékenységét. Felsorakoztatja a sokoldalú művész: a költő, a drámaíró, a szónok, a képzőművész Madách életének emléktárgyait, irodalmi és képzőművészeti alkotásait. Hét fennmaradt olajképéből hat eredetiben látható. A kiállításon megszólalnak versei, politikai röpiratai, s a *Tragédia* ismerős sorai ismeretlen nyelveken. A kiállítás legszínesebb része a másfél évszázada reneszánszát élő *Tragédiát* bemutató tér. Több mint 40 művész készített teljes illusztrációsorozatot a műhöz rézmetsetek, grafikák, tusrajzok, fametszetek, festmények formájában. Találhatók a tárlaton alkotások *Haranghy Jenőtől, Nagyajtay Teréz, Kass János, Farkas András, Réti Zoltán* képein át a kortárs alkotásokig. A *Tragédia* színpadi sikertörténetéhez *Németh Antal* – rendező, a két világháború között a Nemzeti Színház igazgatója – hagyatékából is állítottak ki klasszikus és modern díszlet- és jelmezterveket, színpadi maketteket.

További információ: <https://palocmuzeum.hu/kiallitasok/idoszaki-kiallitasok/madach-200-nogradbol-a-halhatatlansagba/>



► VÁROSNÉZÉS

Eger városa

Eger város Heves vármegye megyeszékhelye. A közel hatvanezer lélekszámú város az Eger-patak völgyében, a Bükk-vidék délnyugati szélén található, mind összesen másfél óras autóútra Budapesttől. Egerről talán a legtöbbünknek *Gárdonyi Géza Egri csillagok* című regénye, a Bazilika vagy a jó borok jutnak eszébe. Ennek a gyönyörű, természeti és történelmi kincsekben gazdag városnak ma is létjogosultsága van, hogy családi programok, osztálykirándulások úticélja legyen. Egerben járva, akár gyerekekkel is kiváló program a Dobó István Vármúzeum megtekintése, ahol számos programon vehetnek részt az odalátogatók, és állandó kiállítások is várják az érdeklődőket. De nemcsak a várban találhatunk kedvünkre való programot, hanem a váron kívül is. Egerben található a *Szépasszonyvölgy*, ahol az egri borospincék hangulata mellett az egri borokat is megkóstolhatjuk, hiszen az egri bikavéren kívül még számos minőségi bort készítenek ezen a borvidéken. A színházkedvelők is kedvükre válogathatnak, ha Eger városában járnak; a felnőtteknek a *Gárdonyi Géza Színház*, a kisebbeknek pedig a *Harlekin Bábszínház* kínál remek előadásokat. És ha már mindent megnéztünk a városban – ami rendszerint nem egy nap alatt valószínűsíthető meg –, akkor a várostól csupán néhány kilométerre található Demjénbe ellátogatva felfedezhetjük a *Cascada Barlang és Élményfürdő* varázslatos világát, melyet az *Avatar* film ihletett, vagy felkereshetjük az egerszalóki *Nosztalgia Fürdőt*, amely bár fedetlen medencékkel rendelkezik, ennek ellenére télen a mínuszokban is látogatható. Ha pedig van még egy-két napunk, hogy megismerjük az országot ezen gyöngyszemét, akkor érdemes Egerből átutaznunk Abádszalókra, ahonnan indulva akár gyerekekkel is körbeciclizhetjük a Tisza-tavat.

Bővebb információ: <https://varos.eger.hu/>

► FESZTIVÁL

Tűzokfesztivál Dévaványán

A Tűzokfesztivált 2023. május 6-án rendezik Dévaványa Sterbetz István Tűzokvédelmi Látogatóközpontjában, ahol a Nagy-Sárrét természeti értékeit tekinthetjük meg, illetve szakmai és kulturális programokon vehetünk részt a nyílt nap során. A Tűzokfesztiválon szakemberek mutatják be a Dévaványai-Ecsegi puszták természeti értékeit, illetve olyan színes programokon lehet részt venni, mint a botanikai túra, a madármegfigyelés és a madárgyűrűzési ragadozómadár védelmi bemutató, illetve a solymász-, az íjász- és a csikós bemutató. A rendezvényén természetismereti vetélkedőn is részt vehetnek az érdeklődők, illetve a különleges tűzoksört és a bográcsban főtt bivalypörköltet is meg lehet kóstolni. A program 2023. május 6-án 9 és 17 óra között ingyenesen látogatható.

További információ: <https://bit.ly/3mQYoNK>



► FILM

Blokád

Magyar filmdráma, 2022

A *Blokád* című filmben Antall József alig fél évvel beiktatása után élete legnehezebb próbatételével találja szemben magát. Taxisok tüntetnek az Országháznál a drasztikus benzináremelés ellen. A demokráciából hamar kiábrándulva blokád alá vonják a várost, majd hamarosan az egész országot. Az ellenzék melléjük áll és forradalomra buzdít. A köztársasági elnök, a sajtó, a közhangulat velük szimpatizál, a karhatalom pedig magára hagyja a népszerűtlen intézkedések miatt népszerűtlen kormányt. Antall József, az egykori '56-os forradalmár hirtelen a barikád másik oldalán találja magát. Magára maradtan, frissen műtve, egy kórteremben. Mit tegyen, hogyan, milyen eszközökkel lesz képest ezt a helyzetet megoldani?

A film nemcsak a taxisblokád négy napjának krónikája: a kulisszák mögötti küzdelmekbe, alkukba, és a válságot kezelő, a demokráciáért küzdő miniszterelnök magánéletébe enged bepillantást.

Bővebb információ: <https://bit.ly/3N8sZ3K>



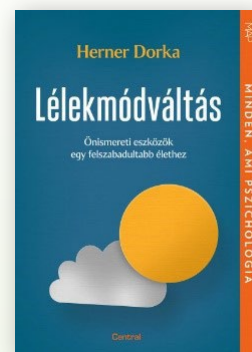
► KÖNYV

Herner Dorka: Lélekmódváltás

Centrál Könyvek, 2023

Sokan nem értjük még magunkat sem – vajon mi a bajunk, mikor elvileg elégedettek lehetnénk? Úgy látjuk, hogy másoknak sokkal súlyosabbak a gondjaik, miközben azt érezzük, hogy bennünk van a hiba, vagy abban, amit csinálunk, amiért nem tudunk felszabadultabb életet élni.

Herner Dorka pszichológus, coach, ötgyerekes anyuka. A *Lélekmódváltás* a második könyve, melyben saját példáin, de bárkinek ismerős, hétköznapi helyzeteken keresztül mutatja be, hogyan tudja átugrálni az élet kátyúit – vagy ha bele is esik egybe, hogyan oldja meg, hogy ne dagonyázzon már ott sokáig.



► SZÍNHÁZ

10. Színházi Olimpia

A hagyomány és a korszerűség jegyében, illetve az ókori olimpiák szellemében 1995-ben Görögországban életre hívott színházi találkozó. Az alapítók neves rendezők és drámaírók, görög, japán, amerikai, spanyol, angol, orosz, német és brazil alkotók voltak. A világszínház egyik legnagyobb és legrangosabb eseménye időről időre egy-egy városban, országban talál otthonra. A 2023-as magyarországi olimpia a Színházi Olimpiai történetének 10. eseménye.

A 10. Színházi Olimpia eseményein április 1-jétől július 1-ig – Budapesten és szerte Magyarországon – a világ színházi életének olyan meghatározó alkotóinak előadásai láthatók, mint *Theodórosz Terzopoulos*, *Suzuki Tadashi*, *Romeo Castellucci*, *Krystian Lupa*, *Szlava Polunyin*, *Heiner Goebbels*, *Silviu Purcărete*, *Eugenio Barba*, *Tiago Rodrigues*, *Alessandro Serra*, *Christoph Marthaler*, *Liu Libin*, *Declan Donnellan*, *Ivan von Hove* és sokan mások... Ezeket túl tánc-, báb- és utcaszínházi előadások, összesen mintegy hétszázötven program várja az érdeklődőket. Az olimpia központi eseményei a szervező budapesti Nemzeti Színházban, a IX. Madách Nemzetközi Színházi Találkozó, a MITEM keretében láthatók. Emellett a programhoz kapcsolódóan szerveznek találkozót, fesztiválokat és önálló programokat is.

Teljes programnaptár: <https://bit.ly/3Ln8mQe>





Iránytű

Összeállította:
Vágóné Ugró Szilvia

Május 20-ig tart az óvodai beiratkozás

Minden gyermeknek, aki augusztus 31-ig betölti 3. évét, szeptembertől legalább napi négy órában óvodai nevelésben kell részesülnie, hogy időben elkezdődhessen közösségbe szoktatása és felkészítése a majdani iskolakezdeményezésre. A felvételt a szülőnek, gondviselőnek szükséges kérelmeznie. Az Oktatási Hivatal (OH) levélben hívta fel az érintett szülőket, gondviselőket figyelmét a határidőkre, tudnivalókra. A kötelező felvételt biztosító köznevelési intézmények listája és a körzethatárok az OH honlapján **itt érhetők el**. Adott településen a beiratkozás módjáról és pontos idejéről az óvoda, illetve az önkormányzat ad tájékoztatást. A bölcsődék legkésőbb 2023. április 15-éig jelezték az OH-nak, ha az óvodaköteles korba lépő gyermek – a jogszabályban meghatározott esetben – további egy évig bölcsődéi ellátásban vesz részt. Ekkor nincs szükség óvodai beiratkozásra, de javasolt, hogy a szülők egyeztessenek a bölcsődével. Nem kell beiratkozni akkor sem, ha a gyermek a kötelező óvodai nevelést a területileg illetékes pedagógiai szakszolgálattal jogviszonyban, korai fejlesztés és gondozás keretében teljesíti.

Ha a gyermek óvodakötelezettségét vagy tankötelezettségét Magyarország területén kívül teljesíti, azt a szülőnek be kell jelentenie a hivatalnak. A bejelentéshez használható űrlap az OH honlapján **itt érhető el**, és elküldhető ügyfélkapus hitelesítéssel elektronikusan vagy postán a következő címre: Oktatási Hivatal, Köznevelési Nyilvántartási Főosztály, 1363 Budapest, Pf. 19.



Idén is zökkenőmentesen indult a tankönyvrendelés

A 2023/2024. tanévi tankönyvrendelés idén is akadálytalanul indult el április elején. Az iskolák a szokásos módon április végéig adhatják le a rendelést a Könyvtárellátó Nonprofit Kft. (KELLO) felületén: összesen 36 kiadó 2313 különböző kiadványából rendelhetnek a megjelent új köznevelési és szakképzési tankönyvjegyzékről. A tankönyvjegyzéken található több mint 2300 taneszköz megfelelő választási lehetőséget biztosít a pedagógusoknak és az intézményeknek ahhoz, hogy saját igényeik szerint alakítsák ki az általuk használt tankönyvek körét. Első alkalommal a 2013/2014. tanévben az első évfolyamra beiratkozott tanulók számára biztosított a kormány ingyen tankönyveket, ezt követően pedig felmenő rendszerben bővítette az érintettek körét. Mostanra elmondható, hogy valamennyi magyar tanuló ingyen kapja a tankönyveket. A megújult *Nemzeti alaptanterv* (NAT) bevezetése a 2023/2024. tanévben lezárul, ekkora már valamennyi tanuló az új NAT szerint fogja teljesíteni a tantervi követelményeket. A 2023/2024. tanévben a 4. a 8. és 12. évfolyam új fejlesztései, tankönyvei is elkészültek, ezáltal teljessé vált valamennyi, a NAT 2020-hoz igazodó tankönyvcsalád.

Átadták a Balázs János-díjakat

A világszerte április 8-án ünnepelt nemzeti roma nap alkalmából Balázs János-díjakat adtak át a roma kultúráért és oktatásért, a hátrányos helyzetű emberek felzárkózásáért tevékenykedők számára 2023. április 11-én a Belügyminisztériumban. *Fülöp Attila*, a tárca gondoskodáspolitikáért felelős államtitkára azt hangsúlyozta, a díjazottak életútja azt üzeni mindenki számára, hogy a felzárkózás nem magától értetődő, hanem kemény, verejtékes munka eredménye, továbbá nem egyszemélyes harc, hanem csapatmunka. Ezt a csapatmunkát támogatja egyebek mellett a kormány gazdaságpolitikája, a „segély helyett munka” elve, a gyermekházakat, a tanodahálózatot és roma szakkollégiumokat tartalmazó intézményrendszer, a Felzárkózó települések programmal.



Forrás: ladanymuzeum.hu

Karacs Teréz

▶ 1808. április 18. – 1892. október 2.

Szöveg: **Bencze-Illés Emese**, angol-történelem szakos tanár

Karacs Teréz pedagógus és író, a magyar nőnevelés történetének meghatározó alakja 215 évvel ezelőtt, 1808. április 18-án egyszerű polgári családba született Pesten. Édesanyja *Takács Éva* (1779–1845) író, nagyjapja *Takács Ádám* (1733–1797) református lelkész, üknagyapja *Nagygyenyői Besenyői*

György (1675–1749) református bibliafordító, a mai Szlovákiában elhelyezkedő Mátyusföld esperese volt, így mondhatni, számára a tudás és műveltség iránti vágy családi vonás volt.

Írói tehetsége révén került a reformkori Magyarország gondolkodóinak körébe. Az 1830-as és 1840-es években gyakorta publikálta műveit, amelyek kezdetben szépirodalmi folyóiratok hasábjain megjelenő versek és műfordítások voltak, később pedagógiai és politikai nézeteit közlő cikkeket jelentetett meg. Ugyanez idő tájt Máramaroszigeten egy bizonyos Kállay családnál vállalt házvezetőnői munkát, amely ekkoriban megélhetési forrást jelentett számára. Ez az időszak később meghatározó fontosságúnak bizonyult életében, ugyanis itt keltette fel érdeklődését a tanítónői pálya, és itt kötött ismeretséget a később *Teleki Blanka* mellett dolgozó *Leövey Klárával* is.

Mindezen élmények hatására és hosszas önképzés után végül az 1846/47-es tanévben elindította nőnevelő intézetét Miskolcon. Karacs Teréz nőnevelő intézete elsősorban az alsóbb társadalmi rétegek leányait célozta meg az arisztokrácia helyett. Elméleti síkon elismerte a nők és férfiak egyenjogúságát, azonban ezzel párhuzamosan a lányok oktatása során a kor adottságait figyelembe véve, gyakorlatias szemszögből közelítve a mindennapi életre igyekezett felkészíteni diákjait. A növendékekre mint „jövendő családanyákra” tekintett, így a képzés szerkezetét és tartalmát is ehhez igazította. A tananyag részét képezték a női kézimunkák, mint például a szabás és a varrás, továbbá a fehérnemű készítésének fortélyai.

Habár Karacs Teréz nőnevelő intézete igen gyakorlatias szemléletű volt, lévén *Johann Heinrich Pestalozzi* (1746–1827) svájci származású pedagógus művei nagy hatást gyakoroltak gondolkodására, nem feledkezett meg a fiatal lányok szellemi és lelki értelemben vett növekedésének elősegítéséről sem. Különösen fontosnak vélte, hogy diákjai számára esélyt nyújtson a műveltség elsajátítására, így az intézményben folyt francia nyelv-, zene-, szépírási- és táncoktatás is.

Mindezzel szinte egy időben nyitott Teleki Blanka grófnő is nőnevelő intézetet Pesten, melynek elsődleges célközönsége az arisztokrácia leányai voltak. A grófnő nagy igyekezettel próbálta Karacs Terézt megnyerni saját nőnevelő intézete számára, azonban kudarcot vallott, mivel Teréz nem vállalta az általa felajánlott pozíciót. Vélhetőleg nem szerette volna feladni saját elképzeléseit, amelyekeken keresztül szélesebb rétegben emelhetette fel a magyar nőket. Továbbá a grófnő által alapított intézmény igen magas tandíjjal működött, ami különösen érzékenyen érinthette Terézt, mivel ő is szegényebb sorból származó polgárleánynak kezdte meg életét. Nézeteivel nem fért össze, hogy tudását csak az anyagi privilégiumokkal születő felső körök leányai számára tegye hozzáférhetővé. Mindenképpen a magához hasonló háttérrel rendelkező leányok felemelésén szeretett volna elsősorban munkálkodni.

Az általa alapított miskolci nőnevelő intézetet – amelynek ma is létező jogutódja a miskolci Zrinyi Ilona Gimnázium – 1859-ig vezette. Ezután a kolozsvári felső leányiskolát igazgatta 1863-ig, ugyanezen évtől kezdve a Teleki családnál volt nevelőnő egészen 1865-ig. Ezt követően 1877-ig házitanítóként működött Pesten, ekkor ugyanis elköltözött Kiskunhalasra. Végül 1885-ben Békésre költözött. Itt kezdte meg papírra vetni visszaemlékezéseit.

Karacs Teréz – habár alacsonyabb társadalmi körök gyermeke volt, s a történészek szemében vélhetően ezért gyakorta kerül a vele egy tudományterületen tevékenykedő Teleki Blanka grófnő árnyékába a nőnevelés kérdésében – bátran kijelenthetjük, hogy a demokratikusság elvének gyakorlati alkalmazásában egyedi nézeteinek köszönhetően meghaladta mind arisztokrata kortársnőjét, mind korát. Azon elképzelésével, mely szerint a tudás és a tudás megszerzésének lehetőségei nem sajátíthatók ki csupán az anyagi értelemben vett szerencsés társadalmi rétegek számára, a maga nyugodt és egyszerű módján csendes szabadságharcot vívott egy olyan jövőbeli Magyarorszáért, ahol születéstől és családi háttértől függetlenül egyformán joga van minden gyermeknek a hasznos és minőségi tudás megszerzésére. Mely üzenet különösen fontos kell, hogy legyen számunkra itt, a 21. századi Magyarországon.

Felhasznált irodalom

Pukánszky B. (2013): *A nőnevelés története*. Gondolat, Budapest.

Magyar életrajzi lexikon, Karacs Teréz

<https://www.arcantum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-magyar-eletrajzi-lexikon-7428D/k-760F2/karacs-terez-761D0/>



Pályázatok

Összeállította: **Vágóné Ugró Szilvia**

30. Országos Jubileumi Diákkfilmszemle – fiatal filmek bemutatkozása

A POLIFILM Műhely Alapítvány és az Aranytíz Kultúrház 30. alkalommal rendezi meg a filmmel és videóval foglalkozó ifjú alkotók részére az Országos Diákkfilmszemlét 2023. augusztus 21–27. között. A filmszemle 1994 óta bemutatkozási lehetőséget biztosít általános iskolás, középiskolás és fiatal filmek (egyetemisták) részére, saját korosztályi környezetükben mutathatják be legújabb filmes munkáikat a nagy nyilvánosság és a szakmai közönség előtt.

Nevezési határidő: 2023. augusztus 1.

Díjazás: Az alkotások megítélése is a pozitív megerősítés irányába hat, és a díjazásban is minden arra érdemes munkát dicséretben, oklevéllel, tárgyi és pénzjutalomban részesítenek. A versenyszellem helyett egymás munkáinak megismerésére, új szakmai barátságok születésére helyezik a hangsúlyt. A szemle rendezői fontosnak tartják, hogy a filmezéssel foglalkozó fiatal generációk megismerjék egymást, hogy a jövőben is együtt tudjanak működni szakmai pályafutásuk alatt.

További információ: <https://bit.ly/3N958Rv>

KÖRFORGÁS – vers-, mese- vagy cikkíró pályázat felnőtteknek

A *Szitakötő* gyerekfolyóirat alkotói pályázatot hirdet KÖRFORGÁS címmel. Forog a Föld, kering a Nap körül, váltakozik éjjel és nappal, egymást követik az évszakok, mindig megújuló körforgásban. A holdciklustól a számítógépes iteráción és a körkörös gazdaságon át a történelmi és szellemi revolúcióig a körforgás számos formájával találkozhatunk. Forog a balett-táncos, a légszavár, a körhinta, a pénz – de mégis mindegyik másként mozog. Ebben a témában várják a didaktikus stílust nagy ívben kerülő, a 8 éven felüli olvasókat megszólító verseket, meséket, prózákat és ismeretterjesztő cikkeket. Az ismeretterjesztő cikkek a természettudomány vagy a társadalomtudomány szempontjából is tárgyalhatják a témát.

Beküldési határidő határideje: 2023. június 5.

A beérkező műveket folyamatosan olvassák, minden pályázónak elektronikus úton válaszolnak. A szer-

kesztőség által kiválasztott művek megjelennek a *Szitakötő* folyóiratban, és az országos oktatási program segédanyagaként sok ezer hazai és határon túli diákhoz és pedagógushoz jutnak el.

Terjedelmi határok:

- VERS: 16 soros
- MESE: 2800 leütés szóközzel együtt
- CIKK: 3200 leütés szóközzel együtt

Díjazás: A sikeres pályázók szerzői honoráriumot és további publikálási lehetőséget kapnak.

További információ: <https://bit.ly/3HwVlBt>

Pályázati felhívás a Kárpát-medencei Tehetségkutató Alapítvány programjában való részvétellel

A Kárpát-medencei Tehetségkutató Alapítvány tehetségeket támogató programja első lépéseként várja olyan Kárpát-medencei, kiemelkedő tehetségű, 14 és 30 év közötti, nappali tagozatos képzésben részt vevő fiatalok jelentkezését, akik:

- kimagasló tanulmányi eredménnyel rendelkeznek,
- országos, illetve nemzetközi tanulmányi, művészeti és sportversenyeken dobogós helyezést értek el,
- kutatási eredményeiket publikálták,
- motiváltak, szorgalmasak, kitartóak, elkötelezettek céljaik megvalósításában,
- bár nem vettek részt, illetve nem szereztek dobogós helyet tanulmányi versenyeken, de úgy érzik, kiemelkedően tehetségesek.

Az Alapítvány által kiválasztott fiatal tehetségek egyénre szabott támogatásban részesülnek. Ennek során minden diák azt kapja, amire leginkább szüksége van a tehetsége kibontakoztatásához, mely minden esetben tartalmaz mentori támogatást. (Ezen túl esetlegesen részesülhet ösztöndíjban, támogatják képzéseit és konferenciamegjelenéseit, részvételét kulturális és sportprogramokon) a nagy nyilvánosság és a szakmai közönség előtt.

Jelentkezni a <https://kmta.hu/> oldalon, a regisztráció menüpontban lehet.

Határidő: a jelentkezés folyamatos

További információ: <https://bit.ly/3As8zLL>

Régebbi lapszámainkat, cikkeinket megtalálják a



folyoiratok.oh.gov.hu
weboldalon



OKTATÁSI
HIVATAL

nkp

Tanulócsoportok
száma

2545

Hány okosfeladatsor
érhető el?

4800

Hány okosfeladat
érhető el?

54 569

Többek között az alábbi,
új NAT szerint
átdolgozott
okostankönyvek
érhetőek el a portálon:

- Magyar nyelv 7., 11.
- Irodalom 7., 11.
- Matematika 7., 11.
- Történelem 7., 11.
- Földrajz 7-8.
- Biológia 7-8.
- Kémia 7-8. I. kötet
- Fizika 7-8.
- Digitális kultúra 7., 11.
- Vizuális kultúra 7., 11.
- Etika 7.

18 258

okosfeladatot
készítettek
a felhasználók

2019

okosfeladatsort
készítettek
a felhasználók

161 900

a legmagasabb
egyéni látogatói szám
egy nap alatt

19 545

feladatot osztottak ki
a regisztrált pedagógusok
a tanulócsoportokban

67 481

regisztrált felhasználó
a portálon