



Mozgásba hoz



AZ AKTÍV ISKOLA PROGRAM SZAKMAI SZEMPONTRENDSZERE

Magyar Diáksport Szövetség
2024



Tartalom

1. Bevezetés, az Aktív Iskola program bemutatása	5
1.1. Az Aktív Iskola program háttere	5
1.2. Az Aktív Iskola program célja	5
1.3. Az Aktív Iskolává válás folyamata	6
1.3.1. Klubtagság	7
1.3.2. Arany, ezüst vagy bronz minősítés megszerzése	8
1.4. A kiadvány célja	9
2. Az Aktív Iskola program szakmai szempontjainak (indikátorainak) részletes bemutatása	10
2.1. A Minőségi diáksport dimenzió szakmai szempontjai	11
Rendszeres iskolai sportkör	12
Minden évfolyam számára elérhető iskolai sportkörök	13
Diákolimpiai részvétel	14
Diákolimpia®, résztvevők száma	15
Diákolimpia®, sportágak száma	16
2 diáksportfesztivál szervezése	17
Diákolimpia, pedagógusregisztráció	19
Iskolai sportnap	20
ESSD – Magyar Diáksport Napja	21
Diáksportbizottsággal való együttműködés	22
Sportiskolai kerettanterv	23
XFIT	24
ESSD-fókusztema tanórákon	25
Sporttábor	26
Külsős sportprogramon való részvétel	27
Sportági szövetségi programon való részvétel	28
JOKER – Minőségi diáksport dimenzió	29
2.2. A Minőségi testnevelés dimenzió szakmai szempontjai	30
NETFIT® eredmények rögzítése	31
NETFIT® mérések és eredmények kommunikációja a szülők felé	32
NETFIT® eredmények tantestületi kommunikációja	33
NETFIT® applikáció használata tanulókkal	34
Részvétel képzésen, workshopon	35
További külső továbbképzésen való részvétel	36

Pedagógusi önreflexiós kérdőív	37
NETFIT® mérések, iskola-egészségügy bevonása	38
NETFIT® értékelés, iskola-egészségügy bevonása	39
Fittségoktatási munkafüzet.....	40
Kisjátékok oktatása testnevelésórán.....	41
A társfigyelés és társellenőrzés módszerének alkalmazása testnevelésórán	42
Motiváló, pozitív érzelmeket előmozdító órai protokoll rendszeres alkalmazása testnevelésórán	43
JOKER – Minőségi testnevelés.....	44
2.3. Az Egészséges életmódot támogató környezet szakmai szempontjai	45
Mozgásra ösztönző környezet.....	46
Egészséges táplálkozásra ösztönző környezet	47
Szervezett túrázások	48
Egészséges Táplálkozás Hete.....	49
Ismerd meg futva a világot!	50
Egészséges, aktív életmód (kampányesemény-részvétel)	51
15 perces szabadtéri mozgásszünet.....	52
Tanórán kívül elérhető sportinfrastruktúra	53
Fejfrissítő Hét	54
Aktív Közlekedés Hete	56
Digitális, mozgásra ösztönző eszközök használata.....	57
Aktív, mozgásos tanulás	58
JOKER – Egészséges életmódot támogató környezet	59
2.4. A Partnerség és kommunikáció dimenzió szakmai szempontjai.....	60
Helyi partnerek feltérképezése	61
Együttműködés külső szervezetekkel.....	62
Félévenkénti tájékoztató az Aktív Iskola programról szülőknek.....	63
Rendszeres tájékoztató az Aktív Iskola programról szülőknek	64
Tájékoztató az Aktív Iskola programról pedagógusoknak.....	65
Tematikus osztályfőnöki óra	66
Aktív Iskola tanulói kérdőív	67
Iskolanyitogató program, nyílt napok	68
Nyitott foglalkozás szülőkkel.....	69
Családi nap	70
Mozgás tematikájú tantestületi program	71
Közösségi szolgálat a diáksport területén	72

Együttműködés másik iskolával	73
Jógyakorlat megosztása	74
JOKER – Partnerség és kommunikáció	75
2.5. A Tanulói bevonódás dimenzió szakmai szempontjai	76
Tanulók aktív részvétele a programok lebonyolításában	77
A Tanulói Csapat megalakulása – éves programterv	78
Tanulói Csapat, kreatív mozgásos esemény szervezése	79
Tanulói Csapat, programkommunikáció	80
Tanulói Csapat, diákportesemény szervezése	81
Tanulói Csapat, sportlehetőségek feltérképezése	82
Tanulói Csapat, aktív szünetek megvalósítása	83
Tanulói Csapat, szurkoló- toborzás	84
Tanulói csapat, tanulói igények feltérképezése	85
Az Aktív Iskola Tanulói Csapat sportfesztivált szervez felnőtteknek.....	86
Aktív Iskola Tanulói Csapat Hete	87
JOKER – Tanulói bevonódás	88

1. Bevezetés, az Aktív Iskola program bemutatása

1.1. Az Aktív Iskola program háttere

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) legfrissebb ajánlása szerint az életmódbetegségek megelőzése érdekében 5 és 17 éves kor között **átlagosan napi 60 perc testmozgás** végzése javasolt. Statisztikai adatok alapján az **iskoláskorúak 80%-a nem végez elegendő fizikai aktivitást** naponta Magyarországon.

Az iskoláskorú fiatalok az év közel felét (170-180 napot egy tanévben) és ébren töltött idejük jelentős részét (napi 6-7 órát) az iskolában, inaktív környezetben töltik. Az iskoláknak ezért kiemelkedő szerepet kell játszaniuk a fiatalok fizikai aktivitásra való ösztönzésében. Óriási a jelentősége annak, hogy az iskolai nap folyamán lehetőséget biztosítsunk a tanulók számára a fizikai aktivitásra, az iskoláknak vitathatatlan felelősségük van ebben a kérdésben.

A WHO által ajánlott mozgásmennyiség nem érhető el kizárólag a testnevelésórák megvalósulása által, fontos, hogy a teljes tanítási nap folyamán törekedjünk a fiatalok inaktívan töltött idejének csökkentésére.

Tudományos kutatások bizonyítják, hogy a rendszeres fizikai aktivitásnak nemcsak a testi és lelki egészségre van pozitív hatása. A mozgásban gazdag iskolai környezetben – amellett hogy a diákok **sokkal többet mozognak, sportolnak – jobb közösséget is alkotnak, jobban tanulnak,** és jobb jegyeket is szereznek, **kezdemenyezőbbekké válnak az iskolai programokban,** mindezek következtében pedig **szívesebben is járnak iskolába.** Aktív környezetben a tanulók magatartása, társas kapcsolata, ezáltal pedig **az iskolai légkör is javul.**

1.2. Az Aktív Iskola program célja

A Magyar Diáksport Szövetség (továbbiakban MDSZ) a fenti kihívásokra reagálva, korábbi programjaira építve, világ- és Európa-szerte létező programok tapasztalatait alapul véve hozta létre az Aktív Iskola programot.

A program célja az abba bevont intézményekben egy olyan közeg kialakulásának támogatása egy védjegyrendszer keretein belül, mely a felnövekvő generációt megfelelő – az egészséges fejlődés számára nélkülözhetetlen – mennyiségű és minőségű fizikai aktivitás végzésére ösztönzi, és ezáltal hozzájárul az inaktivitásból eredő rossz fittségi állapot javításához, a kedvezőtlen népegészségügyi hatások visszaszorításához, továbbá a tanulók egészséges testi és lelki fejlődéséhez, az egészséges életvezetéssel összefüggő kompetenciájuk fejlesztéséhez.

A program a 2022/2023. tanévben 74 iskolában (több mint 30 000 gyermeket elérve), a 2023/2024. tanévben 305 intézményben (130 000 tanuló bevonásával) valósult meg pilot jelleggel. A 2024/2025. tanévben **400 intézményben** indul el az Aktív Iskola program.

A MDSZ Aktív Iskola programot bemutató videója [EZEN](#) a linken tekinthető meg.

1.3. Az Aktív Iskolává válás folyamata

A védjegyrendszer létrehozását és bevezetését követően az iskolák egy minőségirányítási rendszerbe, egy klubba jelentkezhetnek, ahol **előre meghatározott területeken és szakmai szempontrendszer (indikátorok) mentén**, a saját adottságaikhoz, körülményeikhez igazodóan fejleszthetik és fokozhatják az intézménybe járó fiatalok fizikai aktivitását, a sportéletet és egyéb, az egészséget középpontba állító tevékenységeiket.

Az előre kitűzött szempontok (indikátorok) teljesítését követően elismeréseket (védjegy) kapnak.

Az Aktív Iskola védjegyrendszer az ábrán látható öt beavatkozási terület mentén fogalmaz meg szakmai szempontokat, mutatókat a programban részt vevő iskolák számára.



1. ábra: Az Aktív Iskola program célzott beavatkozásának területei

Az egyes beavatkozási területeken belül olyan szakmai szempontok kerültek megfogalmazásra, melyek megvalósítása hozzájárul a tanulók egészségtudatos életvezetésének kialakításához, aktivitásuk fokozásához.

Azok az iskolák, akik vállalják, hogy belépnek az Aktív Iskola programba egy többlépcsős fejlesztési és fejlődési folyamatba kezdenek a fenti 5 terület mentén (lásd lenti ábra), melynek eredményeként a klubtagságot követően attól függően milyen szakmai szempontokat teljesítettek, arany, ezüst vagy bronz szintű elismerést kapnak.



2. ábra: Az Aktív Iskola többlépcsős előmeneteli folyamata



A programhoz csatlakozó iskolák a tanév elején egy úgynevezett „kezdőcsomagot” kapnak mely kommunikációs elemeket (Aktív Iskola hirdetőtábla, plakátok, Aktív Iskola eseménynaptár, online kommunikációs elemek) és egyéb a programmegvalósításhoz kapcsolódó termékeket (pl. sportszerek tárolására alkalmas, ún. sportbox, matricacsomag) tartalmaz. Ezen túlmenően a társadalmi-gazdasági szempontból elmaradottabb helyzetben lévő iskolák támogatására már az első évben egy nagyobb értékű (200 000 Ft) sportszercsomagra bevált-
ható utalványt biztosít az MDSZ, ezzel is segítve a programban javasolt aktivitások megvalósulását.

1.3.1. Klubtagság

A programhoz való csatlakozást követően az első lépcső a **klubtagság megszerzése**, melynek eléréséhez/megtartásához minden iskola számára potenciálisan teljesíthető, egységesen **meghatározott követelményeknek kell egy adott iskolának egy adott tanévben megfelelnie**. A **klubtagság 2 évre szól**, amennyiben az iskola 2 egymást követő évben nem teljesíti az elvárt szempontokat, a klubtagsága megszűnik.

A klubtagság megszerzéséhez az alábbi táblázatban összefoglalt **15 szempontot kell az iskoláknak kötelező jelleggel teljesíteniük**.

A program KLUB szintű indikátorai
Rendszeres iskolai sportkör
Diákolimpiai részvétel
ESSD – Magyar Diáksport Napja
Iskolai sportnap ESSD-n kívül
2 diáksportfesztivál szervezése
Részvétel képzésen, workshopon
Pedagógus önreflexiós kérdőív
NETFIT® eredményrögzítés
NETFIT® eredmény-kommunikáció szülőknek
NETFIT® eredmények tantestületi kommunikációja
Mozgásra ösztönző környezet
Tájékoztatás az Aktív Iskola programról szülőknek
Tájékoztatás az Aktív Iskola programról pedagógusoknak
Helyi partnerek feltérképezése
Önkéntesség – Programszervezés tanulók által

1. táblázat: Az Aktív Iskola program KLUB szintű indikátorai

A **programhoz csatlakozás első évében** nincs lehetőség a magasabb szintű (bronz/ezüst/arany) minősítés megszerzésére, viszont **az erre vállalkozó iskolák a fenti szempontokon kívüli további szakmai szempontok (lásd 2. táblázat) teljesítésével pontokat szerezhetnek, pontokat gyűjthetnek és ezeket a tanév végén az Aktív Iskola program webshopjában beválthatják, „levásárolhatják”.**

Egyes szempontok esetén a szemponthoz tartozó pontérték sávozottan került meghatározásra, tehát a megvalósítás függvényében az iskoláknak eltérő pontérték adható.

Szakmai szempont megnevezése	Max. pont	Sávozott
Rendszeres tájékoztató Aktív Iskoláról szülőknek	100	–
Diákolimpia® – résztvevők száma	300	100–300
Diákolimpia® – sportágak száma	300	100–300
Diáksportfesztiválok számának növelése	700	50–700
További külsős továbbképzésen való részvétel	500	50–500
15 perces szabadtéri mozgásszünet	500	–
Fejfrissítő hét	300	–
Aktív Közlekedés Hete	300	–
Egészséges Táplálkozás Hete	300	–
Digitális, mozgásra ösztönző eszközhasználat	200	–
Aktív Iskola Tanulói kérdőív kitöltése a tanulók 70%-val	400	–

2. táblázat: Pontszerzésre lehetőséget biztosító szakmai szempontok újonnan csatlakozó (még nem KLUB-tag) iskolák számára

Abban az évben, amikor az iskolák először szereznek klubtagságot a csatlakozásuk óta, **500 extrapontra jogosultak**, amelyet a gyűjtött pontjaikkal együtt válthatnak be a webshopban.

1.3.2. Arany, ezüst vagy bronz minősítés megszerzése

A klubtagságot követő tanévben az iskoláknak lehetőségük nyílik arra, hogy újabb – alternatívan választható – szempontok megvalósításának vállalásával magasabb szintű elismerést kapjanak. Az egyes szakmai szempontokhoz, mutatókhoz – azok fontosságától, várható hatásától függően – pontértékek vannak rendelve. Az egyes szintek eléréséhez az iskoláknak meghatározott **összegű pontot kell gyűjteniük**, melyek minden tanév végén elismerésre kerülnek. A gyűjtött **pontok alapján kerül egy iskola adott tanévi munkája értékelésre, elismerésre. A megszerzett pontokat mindemellett az iskolák a tanév végén az Aktív Iskola program webshopjában beválthatják, „levásárolhatják”.**

Az arany, ezüst vagy bronz minősítést és elismerést egy iskola beavatkozási területenként is megkaphatja, ha egy adott területen eléri az adott szinthez tartozó pontértéket. Az iskola akkor kaphatja meg a teljes tevékenységrendszere kapcsán az adott védjegyminősítést és elismerést, ha mind az 5 beavatkozási területen elérte az adott szinthez tartozó pontértéket. A bronz minősítés megszerzéséhez 1000 pont megszerzésére, az ezüst minősítéshez 1500 pont megszerzésére, az arany minősítés megszerzéséhez pedig 2000 pont megszerzésére van szükség minden dimenzióban, azaz minden beavatkozási területen.

Elismerési szintek	Az adott szint teljesítéséhez szükséges pontérték
KLUB-tagság	–
Bronz	1000
Arany	1500
Ezüst	2000

1.4. A kiadvány célja

Ahogy ezt a fenti fejezetekben láthattuk, az Aktív Iskola klubtagságának eléréséhez kötelező KLUB szintű szempontok, ezt követően a szintlépéshez (bronz, ezüst és aranyfokozat eléréséhez) pedig további választható szempontok teljesítése szükséges. A szempontok iskolai lehetőségekhez igazított választhatósága **rugalmas lehetőséget biztosít az intézmény számára a folyamatos fejlődés megvalósításához.**

Jelen kiadvány célja az Aktív Iskola program szakmai szempontrendszerének bemutatása az intézmények programmegvalósításának megsegítése érdekében. Szeretnénk a kiadvány segítségével átláthatóvá tenni a programban részt vevő intézmények számára az egyes választható szempontokat és ezzel az év eleji programterv átgondolt megtervezéséhez és elkészítéséhez szeretnénk hozzájárulni.

2. Az Aktív Iskola program szakmai szempontjainak (indikátorainak) részletes bemutatása

Jelen fejezetben dimenzióként kerülnek bemutatásra az Aktív iskola program egyes szempontjai. A különböző dimenziókat a könnyebb áttekinthetőség érdekében eltérő színnel jelöltük. KLUB szintű, azaz a KLUB szint megszerzéséhez kötelezően teljesítendő szakmai szempont (indikátor) esetén a pontértéket jelölő mezőben a pontérték helyett a „KLUB” szót tüntettük fel.

2.1. A Minőségi diáksport dimenzió szakmai szempontjai



Rendszeres iskolai sportkör

Az iskola heti rendszerességgel iskolai sportköri foglalkozást működtet.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a megvalósuló sportköri foglalkozás(ok) heti rendszerességgel működik (működnek).

Célja, hogy a testnevelésórákon kívül olyan foglalkozás(ok)on vegyenek részt a tanulók, amelyek a délutáni időszakban, heti rendszerességgel biztosítják az élményszerű sportolás lehetőségét. A sportkör elsősorban azokat a tanulókat szólítja meg, akik az iskolán kívüli, egyesületi sportolásban nem vesznek részt.

Leírás: A sportköri foglalkozások felzárkóztató (fejlesztő), rekreációs és tehetséggondozási funkciót egyaránt elláthatnak a helyi lehetőségektől és igényektől függően. A heti rendszerességű foglalkozásokat tömbösítetten szervezett programok is kiegészíthetik (például különféle táborok formájában). Kiemelt feladat az iskolai és iskolák közötti sporteseményekre, sportfesztiválokra, sportversenyekre – különösen a Diákolimpiára – történő felkészítés. A sportköri foglalkozások megfelelő képesítésű szakember(ek) vezetésével, szakmai programterv alapján működnek.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Meg kell neveznetek:
 - az iskolai sportköri foglalkozást.
- Meg kell adnotok:
 - a heti óraszámot,
 - sportkörben részt vevő tanulók összlétszámát.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Linkgyűjtemény – módszertani anyagok

Minden évfolyam számára elérhető iskolai sportkörök

Az iskola heti rendszerességgel iskolai sportköri foglalkozást működtet minden évfolyam számára elérhető módon a mindennapos testnevelés keretein kívül.

(A „Rendszeres iskolai sportkör”-re épülő szempont)



300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a megvalósuló sportköri foglalkozás(ok) a mindennapos testnevelés órakeretén felül érvényesült(ek), minden évfolyam számára elérhetően.

Célja, hogy a testnevelésórákon kívül olyan foglalkozás(ok)on vegyenek részt a tanulók, amelyek a délutáni időszakban, heti rendszerességgel biztosítják az élményszerű sportolás lehetőségét. A sportkör elsősorban azokat a tanulókat szólítja meg, akik az iskolán kívüli, egyesületi sportolásban nem vesznek részt.

Leírás: A sportköri foglalkozások felzárkóztató (fejlesztő), rekreációs és tehetséggondozási funkciót egyaránt elláthatnak a helyi lehetőségektől és igényektől függően. A heti rendszerességű foglalkozásokat tömbösítetten szervezett programok is kiegészíthetik (például különféle táborok formájában). Kiemelt feladat az iskolai és iskolák közötti sporteseményekre, sportfesztiválokra, sportversenyekre – különösen a Diákolimpiára – történő felkészítés. A sportköri foglalkozások megfelelő képesítésű szakember(ek) vezetésével, szakmai programterv alapján működnek.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Meg kell neveznetek az iskolai sportköri foglalkozást.
- Meg kell adnotok:
 - a heti összes óraszámot,
 - sportkörben részt vevő tanulók összlétszámát.
- Fel kell sorolnotok mely évfolyamok számára érhető el a sportkör.

Több sportkör működtetése esetén a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon kell megadni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Linkgyűjtemény – módszertani anyagok

Diákolimpiai részvétel

Az iskola Diákolimpia® eseményre nevezett és részt vett rajta.

KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola nevezett és részt vett az MDSZ vagy más sportszervezet által megszervezett hivatalos diákolimpiai eseményen.

Célja, hogy az iskola aktív részesévé váljon a diákolimpiai mozgalomnak, fesztivál- és versenyrendszernek.

Leírás: A diákolimpiai események szervezetten, a tanulók életkori sajátosságaihoz igazodva biztosítanak részvételi lehetőséget és egészséges versenykönyezetet a különféle fesztiválokon, sportversenyeken. A diákolimpiai részvétellel az iskola lehetőséget teremt tanulóinak az iskola képviseletére, más iskolák és tanulók megismerésére. Teret biztosítanak a testnevelésórák és az iskolai sportkörök alkalmával tanult készségek és kompetenciák alkalmazásának, az egészséges versenyszellem megélésének.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A Diákolimpia® online felülete
- Iskolai Sport Monitoring és Nevezési Rendszer
- Diákolimpia® nevezési rendszer felhasználói útmutató



Dokumentációs elvárás:

Vegyes típusú dokumentáció (űrlap és automatikus ellenőrzés az informatikai rendszer által):

- A Diákolimpia® online nevezési rendszere automatikusan ellenőrzi a regisztrációkat és adatokat szolgáltat a nevezési számokkal kapcsolatban.
- Amennyiben a FODISZ iskolai sport versenyrendszerében vagy a budapesti alapszintű diákolimpiai versenyek valamelyikén indulnak a tanulók, űrlap kitöltése szükséges az alábbi adatokkal:
 - Versenyrendszer megnevezése (FODISZ vagy Budapesti alapszintű diákolimpiai verseny)
 - Sportág megnevezése
 - Nevezett tanulók száma

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Diákolimpia[®], résztvevők száma

Az iskola legalább az érintett tanulói létszám 5%-ával vett részt a Diákolimpia[®] eseményen.

Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

Diákolimpián részt vett tanulók aránya:

5% = 100 pont

15% = 200 pont

25% = 300 pont



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola nevezett és részt vett az MDSZ vagy más sportszervezet által megszervezett hivatalos diákolimpiai eseményen a tanulói létszám legalább 5%-ával.

A szempont értékelése sávos pontozással történik. (5%-os arány elérésével 100, 15%-ot elérve 200, 25%-os arány felett 300 pont.)

Célja a Diákolimpia[®] mozgalom népszerűsítése, minél több tanuló bevonása aktív versenyzőként a versenyrendszerbe.

Leírás: A diákolimpiai események szervezetten, a tanulók életkori sajátosságaihoz igazodva biztosítanak részvételi lehetőséget és egészséges versenykörnyezetet a különféle sportversenyeken. A diákolimpiai részvétellel az iskola lehetőséget teremt tanulóinak az iskola képviseletére, más iskolák és tanulóik megismerésére. Teret biztosítanak a testnevelésórák és az iskolai sportkörök alkalmazásával tanult készségek és kompetenciák alkalmazásának, az egészséges verseny-szellem megélésének.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

A Diákolimpia[®] online felülete

Dokumentációs elvárás:

Vegyes típusú dokumentáció (űrlap és automatikus ellenőrzés az informatikai rendszer által):

- A Diákolimpia[®] online nevezési rendszere automatikusan ellenőrzi a regisztrációkat és adatokat szolgáltat a nevezési számokkal kapcsolatban.
- Amennyiben a FODISZ iskolai sport versenyrendszerében vagy a budapesti alapszintű diákolimpiai versenyek valamelyikén indulnak a tanulók, űrlap kitöltése szükséges az alábbi adatokkal:
 - Versenyrendszer megnevezése (FODISZ vagy Budapesti alapszintű diákolimpiai verseny)
 - Sportág megnevezése
 - Nevezett tanulók száma

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Diákolimpia®, sportágak száma

Az iskola legalább 3 különböző sportágban vett részt a Diákolimpia® eseményen.

Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

3 sportág = 100 pont
4 sportág = 200 pont
6 sportág = 300 pont



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola nevezett és részt vett az MDSZ vagy más sportszervezet által megszervezett hivatalos Diákolimpiai eseményen legalább 3 különböző sportágban.

Az Aktív Iskola program keretei között értelmezett diákolimpiai sportági lista elérhető a letölthető dokumentumok között.

Célja a Diákolimpia® mozgalom népszerűsítése, a tanulók minél több sportágban történő bekapcsolódása, versenyeztetése.

Leírás: A diákolimpiai események szervezetten, a tanulók életkori sajátosságaihoz igazodva biztosítanak részvételi lehetőséget és egészséges versenykörnyezetet a különféle sportversenyeken. A diákolimpiai részvétellel az iskola lehetőséget teremt tanulóinak az iskola képviselőit, más iskolák és tanulóik megismerésére. Teret biztosítanak a testnevelésórák és iskolai sportkörök alkalmazásának, az egészséges versenyszellem megélésének.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

A Diákolimpia® online felülete

Vegyes típusú dokumentáció (űrlap és automatikus ellenőrzés az informatikai rendszer által):

- A Diákolimpia® online nevezési rendszere automatikusan ellenőrzi a regisztrációkat és adatokat szolgáltat a nevezési számokkal kapcsolatban.
- Amennyiben a FODISZ iskolai sport versenyrendszerében vagy a budapesti alapszintű diákolimpiai versenyek valamelyikén indulnak a tanulók, űrlap kitöltése szükséges az alábbi adatokkal:
 - Versenyrendszer megnevezése (FODISZ vagy Budapesti alapszintű diákolimpiai verseny)
 - Sportág megnevezése

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Diákolimpiai sportágak listája az Aktív Iskola programban

2 diáksportfesztivál szervezése

Az iskola diáksportfesztiválokat szervez tanévente legalább 2 alkalommal.

KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a tanév során legalább két alkalommal, minimum 1 órás időkeretben, alkalmanként legalább 40 fő részvételével szerveznek sportfesztivált az alábbiak szerint:

1. általános iskolában: ha az alsó és a felső tagozaton legalább 1-1 fesztivál valósul meg (összesen 2 fesztivál/tanév, min. 40 fő/alk.);
2. középiskolában: ha a 9-10. és a 11-12. évfolyam számára legalább 1-1 fesztivál valósul meg (összesen 2 fesztivál/tanév, min. 40 fő/alk.);
3. 6 vagy 8 osztályos gimnáziumban: összesen minimum 2 fesztivál/tanév, min. 40 fő/alk.

A diáksportfesztiválokra vonatkozó további elvárásokat a „Mi tekinthető diáksportfesztiválnak? – minimális elvárások” című dokumentum tartalmazza.

Célja, hogy az iskola a diáksportfesztiválok szervezésével változatos, az életkori sajátosságokhoz igazodó, élménygazdag mozgástanulási lehetőségeket biztosítson a diákjainak.

Leírás: Az iskolai diáksportfesztiválok lehetőség szerint délutáni sportfoglalkozások keretében valósuljanak meg! A fesztiválok olyan, állomásonkénti szervezésben megvalósított mozgásesemények, amelyeken az adott korcsoport, tanulócsoport kerettantervi anyagának, sportfoglalkozásainak legjellemzőbb mozgáskészségei, játékaik jelennek meg nem kompetitív formában.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- DO60 Diáksportfesztivál (videó)
- Új lebonyolítási formák a testnevelésben és az iskolai sportban – A mozgás- és diáksportfesztiválok szervezési lehetőségei a köznevelési intézményekben
- TESIM.hu – fesztiválszervezési oldal



Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését. Ehhez kérjük, rögzítsd a fesztiváleseményt a Diákolimpia® online nevezési rendszerébe – <https://nevezes.diakolimpia.hu/>.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Linkgyűjtemény – módszertani anyagok
- Diáksportfesztivál-szervezési segédlet
- Diáksportfesztivál forgatókönyve – sablon
- Pecsételőfüzet (kétoldalas nyomtatásra, 2 pld./oldal)
- Diáksportfesztivál szervezése – tudnivalók röviden
- Mi tekinthető diáksportfesztiválnak? – minimális elvárások
- Sportfesztivál rögzítése a Diákolimpia® nevezési rendszerében – Felhasználói útmutató

Diáksportfesztiválok számának növelése
Az iskola diáksportfesztiválokat szervez évente legalább 3 alkalommal.

Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

3 fesztivál/tanév – 50 pont
4 fesztivál/tanév – 100 pont
5 fesztivál/tanév – 150 pont
6 fesztivál/tanév – 200 pont
7 fesztivál/tanév – 250 pont
8 fesztivál/tanév – 300 pont
9 fesztivál/tanév – 350 pont
10 vagy több fesztivál/tanév – 400 pont
Amennyiben a tanulók legalább felét eléri az esemény: +300 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a KLUB szinten elvárt, tanévente minimum 2 sportfesztivál-eseményen felül további fesztiválesemények szerveződnek a diáksportfesztiválokra vonatkozó minimális elvárások figyelembevételével.

Célja, hogy az iskolában szervezett diáksportfesztiválok száma növekedjen, lehetőleg minél több tanuló bevonásával.

Leírás: Az iskolai diáksportfesztiválok lehetőség szerint délutáni sportfoglalkozások keretében valósuljanak meg! A fesztiválok olyan, állomásonkénti szervezésben megvalósított mozgásesemények, amelyeken az adott korcsoport, tanulócsoport kerettantervi anyagának, sportfoglalkozásainak legjellemzőbb mozgáskészségei, játécai jelennek meg nem kompetitív formában. A sportfesztiválok segítségével változatos, az életkori sajátosságokhoz igazodó, élménygazdag mozgástanulási lehetőségeket biztosíthatunk a diákoknak. A fesztiválok esetében fontos és értékelt szempont az is, hogy minél több tanulót elérjünk vele (ne ugyanazon tanulók vegyenek részt a fesztiválokon).



Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését. Ehhez kérjük, rögzítsd a fesztiváleseményt a Diákolimpia® online nevezési rendszerébe – <https://nevezes.diakolimpia.hu/>.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Linkgyűjtemény – módszertani anyagok
- Diáksportfesztivál-szervezési segédlet
- Diáksportfesztivál forgatókönyve – sablon
- Pecsételőfüzet (kétoldalas nyomtatásra, 2 pld./oldal)
- Diáksportfesztivál szervezése – tudnivalók röviden
- Mi tekinthető diáksportfesztiválnak? – minimális elvárások
- Sportfesztivál rögzítése a Diákolimpia® nevezési rendszerében – Felhasználói útmutató

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- DO60 Diáksportfesztivál (videó)
- Új lebonyolítási formák a testnevelésben és az iskolai sportban – A mozgás- és diáksportfesztiválok szervezési lehetőségei a köznevelési intézményekben
- TESIM.hu – fesztiválszervezési oldal

Diákolimpia, pedagógus-regisztráció

Az iskola minden testnevelést tanító pedagógusa regisztrált a Diákolimpia® nevezési rendszerében.

100 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola minden testnevelést tanító pedagógusa rendelkezik regisztrációval.

Célja, hogy az iskola pedagógusai folyamatosan értesüljenek az iskolájukat is érintő diáksporteseményekről, az információk birtokában pedig tudjanak nevezni különböző eseményekre, versenyekre.

Leírás: A diákolimpiai eseményekre történő regisztráció, az adatok feltöltése és az eredmények követése a nevezési rendszerben (Iskolai Sport Monitoring és Nevezési Rendszer) történik. A rendszer elérhető itt: <https://sso.mdsz.hu/cas/login> és webes applikáció formájában a Google Play, illetve az Apple Store felületeiről.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Iskolai Sport Monitoring és Nevezési Rendszer
- Diákolimpia® nevezési rendszer felhasználói útmutató



Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését.

A Diákolimpia® online nevezési rendszere adatokat szolgáltat a pedagógusregisztrációkkal kapcsolatban.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Iskolai sportnap

Az iskola az ESSD-n kívül, évente legalább 1 alkalommal szervez egy iskolai szintű sportnapot.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola az Európai Diák-sport Napja eseményen felül, önálló, egész napos (legalább négy óra időtartamú) sportnapot szervez.

Célja, hogy az iskola minden évben szervezzen egy olyan iskolai szintű sportnapot, amely változatos és érdekes mozgáslehetőségeket, sporttevékenységeket, mozgásfesztiválokat és háziversenyeket kínál az iskola minden tanulójának részvételi lehetőségével.

Leírás: A sportnap a pedagógiai program részeként rendszeres, évente visszatérő esemény az iskola életében. A jellemzően egész napos program keretében megvalósuló eseményeken inkluzív módon, minden tanuló bekapcsolódhat valamilyen mozgásos tevékenységbe, ezzel segítve a mozgáshoz, sportoláshoz fűződő pozitív attitűd kialakulását.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbiak megadása/feltöltése szükséges:

- Esemény neve
- Esemény időpontja
- Kép (min. 1 db)
- Az esemény programelemeit felsorolhatod a megfelelő szövegmezőben, vagy feltölthetsz dokumentumot, amelyből kiderül, milyen programelemek valósultak meg a sportnapon.

Amennyiben a tanévben több sportnap is megvalósult, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon kell megadni!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

ESSD – Magyar Diáksport Napja

Az iskola a www.essd.eu honlapon regisztrált eseményt rendezett a Magyar Diáksport Napján.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola Európai Diáksport Napja eseményt regisztrál a www.essd.eu honlapon, az eseményt megvalósítja, és a beszámolóját is beküldi az ESSD online felületén.

Célja, hogy a Magyar Diáksport Napján (minden év szeptemberének utolsó péntekén), az Európai Diáksport Napjához (ESSD) csatlakozva, az adott év fókusztemájához kapcsolódó eseményt szervezzen a diákjai számára.

Leírás: A Magyar Diáksport Napjához kapcsolódó események a 2020/2021. tanévtől tematikaként is megvalósíthatók, ezzel pedig a pedagógiai program részeként rendszeres, évente visszatérő eseményt jelentenek az iskola életében. A legalább két órát felölelő program keretében az egészségtudatos gondolkodás és az iskolai mozgásos tevékenységek kerülnek a középpontba, ahol minden évben úgynevezett fókusztema keretezi a tartalmat. Ilyen fókusztema volt az elmúlt években például az egészséges énkép és mentális egészség vagy a vízfogyasztás népszerűsítése. Az esemény egyetlen előírt eleme, az adott évnek megfelelő futótáv teljesítése. Az ESSD-hez kapcsolódva az iskola annak a sokmillió diákot megmozgató mozgalomnak a tagjává válik, amely minden évben több mint 40 országban valósul meg, s amely hazánkban több mint 1300 iskolát mozgat meg.

Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését.

Az ESSD informatikai rendszere adatokat szolgáltat a regisztrációkról, illetve az oda feltöltött dokumentumairól.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Adott évi fókusztema eszköztára

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Az ESSD weboldala
- A korábbi évek fókusztemái az ESSD weboldalán DO60 Diáksportfesztivál (videó)

Diáksportbizottsággal való együttműködés

Az iskola aktívan közreműködik a körzeti diáksportbizottság (Budapesten: kerületi sportirodák, BDSZ) munkájában, diáksport-események lebonyolításában.

100 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola röviden dokumentálja, hogy miként járult hozzá a körzeti diáksportbizottság munkájához.

Célja, hogy az iskola aktívan működjön közre a körzeti diáksportbizottság munkájában, és segítse azt, továbbá vállaljon feladatot a különböző diáksportesemények lebonyolításában.

Leírás: A körzeti diáksportbizottságok feladata a körzeti diáksport szervezése és a diákolimpiai események lebonyolítása. A programban részt vevő iskolák aktív sportélete nem csupán az iskolán belülre korlátozódik, hanem az adott körzetben is érzékelhető. Ez az aktivitás a körzeti/kerületi diáksporteseményeken történő részvétel mellett azok szervezésében, helyszín biztosításában is megjelenik, amelynek előkészítése a diáksportbizottságok munkájában történő aktivitást feltételez.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Írd le röviden, miként járultatok hozzá a körzeti diáksportbizottság munkájához!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Sportiskolai kerettanterv

Az iskola sportiskolai kerettantervet épít be a pedagógiai programjába.

200 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a sportiskolai kerettantervet tartalmazza az iskola helyi tanterve.

Célja, hogy a köznevelési típusú sportiskolák vállalt, speciális többletfeladatait, sajátos pedagógiai tevékenységrendszerét elismerje a rendszer.

Leírás: A köznevelési típusú sportiskolák testnevelés- és sporttevékenységei jellemzői magasabb színvonalon valósulnak meg az átlagosnál. A testnevelés és sport területén biztosított többletfeltételek fontos elemét jelentik a programnak.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:
Nyilatkoznod kell arról, hogy az iskola tanterve tartalmazza a sportiskolai kerettantervet!

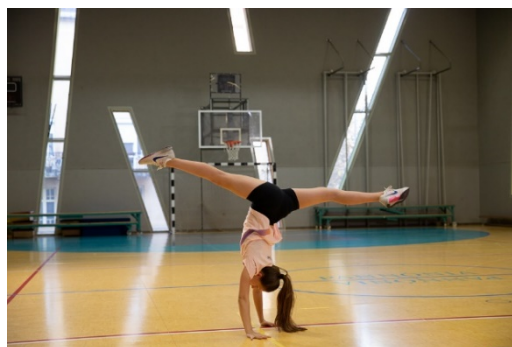
Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

XFIT

Az iskola legalább egy pedagógusa használja az XFIT mérési rendszert, és az eredményeket megbeszéli az érintett tanulókkal, szülőkkel, valamint a testnevelő tanári munkaközösséggel.

200 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola pedagógusa regisztrál az XFIT informatikai platformon: <https://xfit.mdsz.hu/public/>, itt legalább egy csoportot létrehoz, és a csoportjába sorolt tanulók készségközpontú fittségi állapotát leméri, az eredményeket az informatikai rendszerben rögzíti.

Célja, hogy az intézményben testnevelést tanító pedagógus a sportban tehetséges tanulók felfedezése, a tehetséggondozási feladatok ellátása érdekében az XFIT tesztrendszert használja.

Leírás: A tehetséges tanulók felismerése, felfedezése, a tehetségkiválasztás és a tehetséggondozás a sportban multidimenzionális természetű, komplex folyamat. Számos tényező befolyásolja a képességek aktuális állapotát és a tehetség kibontakozását. Az XFIT a készségközpontú fittségi összetevők mérésére, azok változásának nyomon követésére és többszempontú (naptári és morfológiai életkor alapján történő) értékelésére kifejlesztett önkéntes, fittségi tesztrendszer. Célja a tehetségfelismerés és tehetségfejlesztés támogatása az iskolai testnevelésben és diáksportban a biológia fejlettségi szintjéhez alkalmazkodó értékelési rendszer biztosítása által, melyet online informatikai rendszer támogat. Az XFIT tesztrendszer azon szemléletmód átadását támogatja, melynek fókuszában a fejlesztési lehetőségek minden gyermek számára történő biztosítása és a rendszeres teljesítménymonitorozás áll, a lehető legtöbb sportban tehetséges gyermek megtalálása érdekében.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Belépés az XFIT online felületére
- Kézikönyv az XFIT készségközpontú tesztrendszer alkalmazásához
- Az XFIT tesztjeit bemutató videók, valamint a tesztrendszerrel szóló előadás

Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését.

Az XFIT informatikai rendszere adatot szolgáltat a regisztrált tanulókról. (A teljesítéshez legalább 1 tanuló minden mérési eredményének rögzítése szükséges.)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Felhasználói útmutató az XFIT online felületéhez
- Az XFIT online felületének használata – Összefoglaló 1 oldalban
- XFIT-brosúra
- XFIT-szórólap

ESSD-fókusztema tanórákon

A Magyar Diáksport Napja adott évi tematikája tanórákon vagy egyéb foglalkozásokon is megjelenik.

100 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha évfolyamonként legalább egy osztály esetében valamely tanórán/foglalkozáson megjelenik az adott évi tematika.

Célja, hogy a programban részt vevő iskolák beépítsék a Magyar Diáksport Napja adott évi tematikáját az adott év oktatási programjába.

Leírás: A Magyar Diáksport Napjához minden évben kapcsolódik egy, az egészségfejlesztést, mozgásban gazdag életvezetést támogató tematika. Ehhez a tematikához készülnek olyan segédanyagok, oktatási tartalmak, amelyek annak oktatási célú feldolgozását támogatják. Ezek segítségével a Magyar Diáksport Napja nem csupán a rendszeres testmozgás és sport értékeit népszerűsíti, hanem összekapcsolja azt egyéb ismeretekkel.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Az ESSD weboldala

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Röviden mutasd be a megvalósítást! Mutasd be, miképpen jelent meg a fókusztema a tanórán/foglalkozáson (mely osztályok, mely tantárgyak keretében, milyen módszerrel).

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Adott évi fókusztema eszköztára

Sporttábor

Az intézmény az iskola tanulói számára tanévenként legalább 1 darab többnapos mozgás- és/vagy sporttábort szervez.

200 PONT

A teljesítés feltétele: A mozgás- vagy sporttábor legalább 1 alkalommal megvalósul az iskola szervezésében és több napig tart (napközis vagy „ottalvós”).

Célja, hogy az iskola lehetőséget biztosítson mozgás- vagy sporttáborok szervezésével elsősorban a tanítási időszakon túli (esetleg azon belüli) hasznos időtöltésre.

Leírás: A mozgás- vagy sporttáborok az iskola mindennapi életénél sokkal kötetlenebb, a diákok érdeklődési köréhez sokkal inkább illeszkedő, változatos tevékenységek szervezésével biztosít tanulási, részvételi lehetőséget. A táborok atmoszférája, nemformális környezete fontos szerepet tölt be elsősorban a közösségi nevelés tekintetében. Egy-egy táborban tanult ismeretek és készségek gyakran hosszú távon is emlékeztetésekké maradnak.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- <https://www.vandortabor.hu/>
- <https://www.csodaszarvasprogram.hu/>
- <https://vandorviadal.hu/>



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A sporttábor alábbi adatainak megadása szükséges:

- Tábor neve
- Tábor kezdő időpontja
- Tábor végének időpontja
- Részt vevő tanulók száma
- A tábor szakmai tartalmának rövid bemutatása
- Kép (min. 1 db) (Nem kötelező)

A nyári szünetben megvalósult tábor esetén a tervezett adatok megadása is elégséges, fotó feltöltése nem feltétel.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Egészségfejlesztés a táborban
- Linkgyűjtemény – módszertani anyagok

Külsős sportprogramon való részvétel

Az iskola részt vesz legalább egy, külső partner által szervezett sporteseményen (pl. KIDS sportesemény, települési/kerületi sportnap, sportverseny).



100 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola röviden dokumentálja, hogy milyen külsős sportprogramon vett részt.

Célja, hogy a programban részt vevő iskola lehetőséget biztosítson tanulóinak az iskola épületén kívül megszervezett sporteseményen/sportversenyen történő részvételre.

Leírás: Az iskolák számára számos olyan, külső szervezetek (pl. KIDS, települési önkormányzat) szervezésében megvalósuló mozgás- vagy sportprogramon történő részvételi lehetőség kínálkozik, amelyekben hagyományosan jelen vannak az iskolák. Ezeken az eseményeken a diákok az iskolájukat képviselve jelennek meg, továbbá ezen események hozzájárulnak a pozitív mozgástapasztalatok, élmények megszerzéséhez. Az ide kapcsolódó szervezési, előkészítési feladatok és maga a részvétel erőforrásokat igényel, amit a programunk elismer.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Európai Mobilitási Hét
- <https://milliolepes.hu/>

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, a külső partner által szervezett sporteseményre/sporteseményekre vonatkozó adatok megadása szükséges:

- Sportesemény neve
- Sportesemény időpontja
- Részt vevő tanulók száma
- Sportesemény leírása
- Fájlfeltöltés: minimum 1 kép

Amennyiben több, külső partner által szervezett sporteseményen is részt vettek tanulóitok, úgy a felforralt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon kell megadni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Sportági szövetségi programon való részvétel

Az iskola részt vesz sportági szövetségek által szervezett intézményi vagy egyesületi programban.

100 PONT



A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele az iskola és a sportági szakszövetség között létrejött megállapodás.

Célja, hogy amennyiben az iskola partnerként részt vesz valamely sportági szövetség által szervezett, iskolákat célzó intézményi vagy egyesületi programban, akkor ezt a tanulóik számára biztosított többletlehetőséget az Aktív Iskola program elismerje.

Leírás: A különböző sportszövetségi iskolai programokban számos intézmény vesz részt országsszerte. Ezen programok rendszeres sportolási lehetőséget, szakszerű sportoktatási lehetőségeket biztosítanak az iskolába járó tanulói csoportok számára. A heti rendszerességű edzések, sportkörök és a sportinfrastruktúra rendelkezésre bocsátása jelentősen növeli az ilyen programokban részt vevő iskolák tanulóinak sportolási lehetőségeit.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- OTP Bank Bozsik-program
- Kézilabda az iskolában program
- Kölyök Atlétikai Program

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, a sportági szövetségek által szervezett programokra vonatkozó adatok megadása szükséges:

- Sportági szakszövetség neve
- Program megnevezése

Amennyiben több, sportági szövetség által szervezett programba is bekapcsolódtak tanulóitok, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon szükséges megadni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

JOKER – Minőségi diáksport dimenzió

JOKER

100 PONT



Mozgásba hoz

Van egy jó gyakorlatod a minőségi diáksport dimenzióhoz kapcsolódóan, de nem találsz a kínált szempontok között? Oszd meg velünk, és mi értékeljük, esetleg a jövőben beépítjük a rendszerbe!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Írd le az általad megvalósított gyakorlatot olyan formában, ahogyan a szakmai szempontok leírásai a rendszerben olvashatóak!

Szükséges adatok:

- Cím
- Rövid cím
- Cél
- Leírás
- Javasolt dokumentáció

2.2. A Minőségi testnevelés dimenzió szakmai szempontjai



NETFIT® mérések és eredmények kommunikációja a szülők felé

Az iskola a tanév során kommunikál a szülők felé a NETFIT® mérésekről, illetve eredményekről.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola tanévente legalább 2 alkalommal tájékoztatja a NETFIT® mérésben érintett tanulók szüleit valamilyen formában a NETFIT® mérésekről és/vagy eredményekről, és nyilatkozik a kommunikáció formájáról és időpontjáról.

Célja, hogy a szülő/gondviselő a NETFIT® (Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt) felmérésről és gyermeke fittségi tesztekben mutatott eredményeiről, valamint annak a tanuló egészségével való összefüggéséről tájékoztatást kapjon.

Leírás: A NETFIT® – mint országosan egységes egészségközpontú fittségmérési rendszer – a kapcsolódó informatikai szolgáltatásokkal lehetővé teszi, hogy a szülő/gondviselő személyre szabottan kapjon információt a gyermek fittségi állapotáról.

Fontos, hogy a mérést végző pedagógus valamilyen formában átadja a tanulói egyedi mérési azonosítót a szülő számára. Az azonosító segítségével a rendszerben történő regisztrációt követően a szülő beléphet a rendszerbe és megtekintheti gyermeke fittségi tesztekben nyújtott eredményeit, továbbá a regisztrációt követően minden évben e-mailen keresztül is megkapja gyermeke egyéni riportját. Erre a NETFIT® applikáción keresztül is lehetősége van, amely ingyenesen letölthető bármely telefonra a GooglePlay, illetve az App Store áruházból.

A NETFIT® mérések és eredmények kommunikációja többféle módon és időpontban is megtörténhet (lásd a levélsablonokat a segédletek között):

1. Tanév eleji tájékoztatás a szülői értekezleten (egyedi mérési azonosítók átadásával, amellyel a szülők regisztrálhatnak a rendszerbe és így hozzáférhetnek gyermekük adataihoz)
2. A mérési időszak kezdetén tájékoztató levél kiküldése KRÉTA rendszeren vagy e-mailen keresztül.
3. A mérési időszak végén, mérések befejezéséről, eredményekről való tájékoztatás a szülőknek, konzultációs lehetőség felajánlása.
4. Egyéni értékelési lap kinyomtatása és becsatolása a tanulók bizonyítványába.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Kézikönyv a Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT®) alkalmazásához
- NETFIT – Szülői felhasználói útmutató
- Az egészségközpontú fittség fejlesztése gyermek- és serdülőkorban. A fittségoktatás alapjai

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Meg kell adnotok, mely tantárgyak keretében, mely osztályokban valósítottátok meg az aktív, mozgásos tanulást.
- Mindegyik tantárgy esetében be kell mutatnotok egy megvalósított feladatot/gyakorlat/ötletet.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Szülői értekezleten kiosztható tájékoztató a NETFIT®-ról
- Szülői tájékoztató levél a NETFIT® mérések előtt (Krétába)
- Szülői tájékoztató levél a NETFIT® mérések után (Krétába)

NETFIT® eredmények tantestületi kommunikációja

Megvalósul a NETFIT® eredmények tantestületi szintű értékelése.

KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha legalább egy tantestületi értekezleten bemutatásra kerülnek az aktuális NETFIT® eredmények. (Aktuális NETFIT® eredmények alatt a legutolsó lezárt mérési időszak eredményeit értjük. Jellemzően ez a tantestületi értekezletet megelőző tanév eredményeit jelenti, de arra is van mód, hogy a tanév utolsó heteiben az adott tanévi mérések befejeztével az egészen friss adatokat tekintse át a tantestület.)

Célja, hogy a tantestület tagjai információt kapjanak a NETFIT® filozófiájáról, az eredmények egészséggel való összefüggéséről, továbbá az adott tanévi fittségmérési eredményekről, a diákok fizikai állapotának jellemzőiről.

Leírás: A NETFIT® – mint országosan egységes fittségmérési rendszer – a kapcsolódó tanügyigazgatási modul segítségével lehetővé teszi, hogy az iskola riportokat hívjon le az informatikai rendszerből (https://www.netfit.eu/public/pb_report.php), mely tartalmazza a NETFIT-tel lemért tanulók eredményeit.

Az iskolai szintű mérési eredmények közös áttekintésével a tantestület egésze képet kap az iskola tanulóinak fittségi állapotáról, annak változásáról, a szükséges fejlesztési irányokról, és mindez közös gondolkodást indíthat meg az egészségfejlesztéssel kapcsolatos intézményi szintű beavatkozási lehetőségekkel kapcsolatosan.

A riport megalapozza a testnevelés tantárgy keretein belül megvalósuló fittségfejlesztés fókuszát, kijelöli, hogy (akár egyéni szinten) mely képességek fejlesztésére kell nagyobb hangsúlyt fektetni a fittségoktatási folyamatban.

A NETFIT® mérésekkel kapcsolatos tanév eleji tájékoztatás segíti a szülők bevonását és az intézményi szintű beavatkozások megtervezését az adott tanév vonatkozásában.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Bejelentkezés a NETFIT® informatikai felületére



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, az aktuális NETFIT® eredményeket feldolgozó tantestületi értekezletre vonatkozó információk megadása / dokumentumok informatikai rendszerbe történő feltöltése szükséges:

- A tantestületi értekezlet dátuma
- Kolléga neve, aki a NETFIT® eredményeket bemutatta
- Fájlfeltöltés: bemutatott riport és/vagy előadás anyaga (min. 1 db fájl)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Szempontok a NETFIT®-eredmények bemutatásához a tantestületi értekezlet keretein belül
- Szülői értekezleten kiosztható tájékoztató a NETFIT®-ről
- Intézményi NETFIT®-eredményeket bemutató diasor tantestületi értekezletre

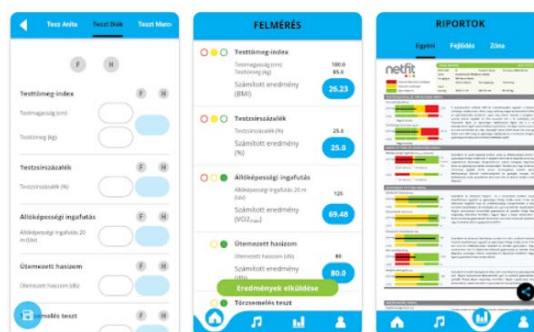
NETFIT® applikáció használata tanulókkal

A NETFIT® mérési eredmények legalább 10%-át tanulók rögzítik a NETFIT® applikáción keresztül.

Sávos pontozás

A rögzített mérési eredmények

- legalább 10%-át tanulók rögzítik: 100 pont
- legalább 25%-át tanulók rögzítik: 200 pont
- legalább 50%-át tanulók rögzítik: 300 pont



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a mérési eredmények legalább 10%-át a tanulók rögzítették az applikáción keresztül.

Célja, a tanulók bevonása az eredmények rögzítésébe, a NETFIT® mobilapplikáció használatának népszerűsítése a tanulók és pedagógusok körében.

Leírás: A NETFIT® applikáció segítségével nagymértékben csökkenthető a pedagógusok mérésekhez kapcsolódó adminisztrációs munkája. Segítségével a mérési eredményeket akár a helyszínen azonnal tudja rögzíteni a fittségmérést végző pedagógus, vagy a tanulók is tudják adminisztrálni a saját mérési eredményüket, amely a testnevelő jóváhagyása után válik véglegesé. Az alkalmazás ezáltal támogatja a tanulók bevonását a NETFIT® fittségmérésekbe, a NETFIT® applikáció letöltésével a tanulók is bármikor hozzáférnek eredményeikhez, saját riportjaikhoz. Az applikáció letölthető ingyenesen bármely telefonra a Google Play áruházból, illetve az App Store-ból.

Dokumentációs elvárás:

A szempont teljesítésének igazolása automatikus dokumentációval történik, az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi bizonyos feltételek teljesülését.

A NETFIT® informatikai rendszere folyamatosan adatot szolgáltat a NETFIT® applikáción keresztül rögzített mérési eredmények számáról.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Lásd: Hasznos linkek

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- NETFIT® applikáció tutorial – általános
- NETFIT® applikáció tutorial – tanári adatrögzítés
- NETFIT® applikáció tutorial – tanulói adatrögzítés

Részvétel képzésen, workshopon

A testnevelést oktató pedagógusok folyamatos módszertani fejlődésük érdekében részt vesznek tanévente legalább 1 szakmai képzésen/workshopon (legalább 1 fő), amelynek tudásanyagát belső műhelymunka keretein belül megosztják testnevelést oktató kollégáikkal.

KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a testnevelés- és sportoktatásban érintett kollégák közül legalább 1 fő elvégz egy szakmai képzést/workshopot/webináriumot (MDSZ vagy más szakmai szervezet által szervezett), majd a szerzett tudásanyagot műhelymunka keretein belül megosztja testnevelést oktató kollégáival is. (Az aktuális tanévben ezen felül minden további külső továbbképzés/workshopon való részvétellel plusz pontot ér, lásd: „További külső képzésen való részvétel” szempont.)

Célja, hogy az iskolai testnevelés- és sportoktatás minőségének fejlesztése érdekében a pedagógusok folyamatos önképzés segítségével bővítsék ismereteiket és módszertani kultúrájukat.

Leírás: A minőségi testnevelés- és sportoktatás feltételezi, hogy a foglalkozásokat magasan képzett, felkészült szakemberek vezetik. Az újszerű, innovatív oktatási módszerek, tervezési és tanulásértékelési eljárások, fejlesztő programok megismerése hozzájárul, hogy mind a diákok, mind a pedagógusok motiváltan vegyenek részt az órákon. A szakmai továbbképzések – legyen szó akkreditált pedagógus-továbbképzésről, szakmai webináriumról, konferenciáról vagy műhelymunkáról – ebben a folyamatban kiemelkedő szerepet töltenek be. Az elvégzendő képzések megvalósulhatnak az MDSZ és más szakmai szervezet szervezésében is, online vagy külső helyszínen, ahol az iskola jellemzően 1-2 pedagógussal képviselteti magát, amit később belső tudásmegosztással ismertetnek meg kollégáikkal.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A Magyar Diáksport Szövetség elérhető pedagógus-továbbképzései
- Pedagógus-továbbképzések jegyzéke



Dokumentációs elvárás:

Vegyes típusú dokumentáció (automatikus + űrlap):

A Magyar Diáksport Szövetség (MDSZ) által szervezett továbbképzéseken, workshopokon (ilyenek az Aktív Iskola programhoz kapcsolódó online webináriumok is) való részvételt az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi.

Nem MDSZ-szervezésű továbbképzés/workshop esetében űrlap kitöltése szükséges:

- a képzés/workshop szervezője
- a képzés/workshop megnevezése
- a képzés/workshop időpontja
- a képzés/workshop tematikája
- résztvevők száma az iskolából

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

További külső továbbképzésen való részvétel

A tanévben a klubtagsághoz elvárt 1 db szakmai továbbképzésen felül további külső képzés(ek)en vesz(nek) részt a testnevelést tanító pedagógus(ok).

Sávós pontozás:

2 db/tanév = 50 pont	7 db/tanév = 300 pont
3 db/tanév = 100 pont	8 db/tanév = 350 pont
4 db/tanév = 150 pont	9 db/tanév = 400 pont
5 db/tanév = 200 pont	10 db/tanév = 450 pont
6 db/tanév = 250 pont	11 vagy több = 500 pont

A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele, hogy az iskola röviden dokumentálja, a megadott szempontok alapján, a testnevelést tanító pedagógus(ok) további külső továbbképzésen való részvételét.

Célja, hogy az iskolai testnevelés- és sportoktatás minőségének fejlesztése érdekében a pedagógusok folyamatos önképzéssel bővítsék ismereteiket és módszertani kultúrájukat.

Leírás: A minőségi testnevelés- és sportoktatás feltételezi, hogy a foglalkozásokat magasan képzett, felkészült szakemberek vezetik. Az újszerű, innovatív oktatási módszerek, tervezési és tanulásértékelési eljárások, fejlesztő programok megismerése hozzájárul, hogy mind a diákok, mind a pedagógusok motiváltan vegyenek részt az órákon. A szakmai továbbképzések, legyen szó akkreditált pedagógus-továbbképzésről, konferenciáról vagy műhelymunkáról, ebben a folyamatban kiemelkedő szerepet töltenek be. A szempont célja, hogy a klubtagsági szinten elvárt legalább 1 külső továbbképzésen való részvételen túl többletponttal elismerjük azon képzéseken/workshopokon való részvételeket is, amelyeken a testnevelést tanító pedagógusok még részt vettek az aktuális tanévben. A külső továbbképzéseken megszerzett ismereteket a képzésen részt vett pedagógus műhelymunka / belső tudásmegosztás keretében a kollégái számára továbbadhatja.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A Magyar Diáksport Szövetség elérhető pedagógus-továbbképzései
- Pedagógus-továbbképzések jegyzéke



Dokumentációs elvárás:

Vegyes típusú dokumentáció (automatikus + űrlap):

Az informatikai rendszer automatikusan vizsgálja, hogy az iskola pedagógusai milyen, MDSZ által szervezett továbbképzéseket végeztek el.

Nem MDSZ-szervezésű továbbképzésen való részvétel esetében az alábbi információkat tartalmazó űrlap kitöltése szükséges:

- a továbbképzés megnevezése,
- a továbbképzés tematikája,
- résztvevők száma az iskolából.

Amennyiben több, nem MDSZ-szervezésű továbbképzésen is részt vettek a testnevelést tanító kollégák, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlap kitöltése szükséges.

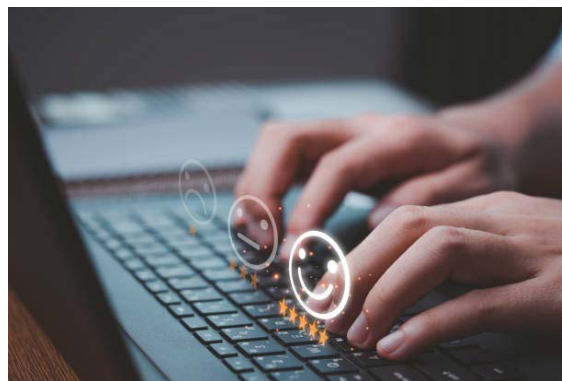
Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Pedagógusi önreflexiós kérdőív

A tanév év elején a testnevelést tanító pedagógusok legalább 80%-a kitöltötte a Minőségi testnevelés önreflexiós kérdőívet.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a testnevelés- és sportoktatásban érintett kollégák legalább 80%-a kitöltötte a kérdőívet.

Célja, hogy a testnevelést tanító pedagógusok egy kérdőív segítségével reflektáljanak saját pedagógiai gyakorlatukra, alkalmazott módszereikre, ezen keresztül pedig támogatást kapjanak szakmai fejlődésükhöz.

Leírás: A minőségi testnevelésre fókuszáló önreflexiós kérdőív kitöltése hozzájárul ahhoz, hogy kiderüljön, az iskola pedagógusainak pedagógiai gyakorlatában, módszertani kultúrájában milyen erősségek és fejlesztendő készségek tapasztalhatók. A kérdőív az önfejlesztést szolgálja, és a korszerű szakpedagógiai elvek mentén szerveződik. Az egyéni pedagógiai gyakorlat átgondolásával lehetőség van a testnevelés- és diák-sportoktatás során alkalmazott módszerek, eljárások kiszélesítésére, módosítására.

Dokumentációs elvárás:

Kérdőív kitöltése Google Forms-ban, melyet alapadatoknál megadott testnevelők e-mail-címére a rendszeren keresztül kell kiküldeni.

Az informatikai rendszer automatikusan ellenőrzi a kérdőívkitölések megtörténtét.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Pedagógusi önreflexiós kérdőív (előzetes megtekintésre, pdf)

NETFIT® mérések, iskola-egészségügy bevonása

Az iskola-egészségügyi szakemberek méri a NETFIT® testösszetétel és tápláltsági állapot profilját.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele, hogy az iskola bemutatja, hogyan történt meg az iskolaegészségügyi szakemberek bevonása a NETFIT® mérésekbe legalább a Testösszetétel és tápláltsági profil kapcsán.

Célja, hogy alakuljon ki együttműködés a testnevelést tanító pedagógusok és az iskola-egészségügyi szakemberek között a NETFIT® mérések kapcsán.

Leírás: A túlsúly és az elhízás komplex problémájának, kezelésének jellege és a mérésnek szenzitivitása miatt javasolt, hogy az iskola-egészségügyi szakemberek végezzék el a tápláltsági állapot és testösszetétel profil méréseit, majd az eredményeket megosztva a pedagógussal, azokat a felelős pedagógus rögzítse a NETFIT® felületén. Az érintett mérések többségét (testtömeg, testmagasság, BMI) az iskolai védőnő egyébként is méri a tanulónál kétfévente az iskolai szűrővizsgálatok alkalmával. A NETFIT-nél használt eszközök megosztásával, az érintett szereplők kommunikációjával viszonylag könnyen kialakítható az együttműködés a mérések kapcsán. A túlsúly/elhízás területén tapasztalt romló tendencia megfékezése csak közös felelősségvállalással, a testnevelő pedagógus, az iskola-egészségügyi szolgálat és a szülő együttműködésével valósulhat meg.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az űrlap szöveges mezőjében kell bemutatni, miként valósult meg az együttműködés az iskola-egészségügyi szolgálat képviselőjével!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

NETFIT® értékelés, iskola-egészségügy bevonása

Az iskola-egészségügyi szakemberek bevonása az iskolai NETFIT® eredmények tantestületi értékelésébe.

100 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskolaegészségügyi szakember részt vesz a NETFIT® eredmények tantestületi értékelésén.

Célja, hogy alakuljon ki együttműködés a testnevelést tanító pedagógusok és az iskola-egészségügyi szakemberek között a NETFIT® eredmények feldolgozása, értékelése kapcsán.

Leírás: Fontos szempont, hogy a túlsúlyos/elhízott tanulók minél komplexebb segítségnyújtást kapjanak, amely sokszor túlmutat a testnevelést tanító pedagógus kompetenciáján, így az iskola-egészségügyi szakemberek bevonása javasolt. Az együttműködés során a testnevelést tanító pedagógus az adott tanuló esetében tájékoztatja a NETFIT® vizsgálat eredményéről az iskola-egészségügyi szolgálat szereplőit, különösen ha az egészség szempontjából nem megfelelő a fittségi eredmény, túlsúly/elhízás áll fenn. Ennek intézményi szintű megvalósítási módja lehet, ha az iskola-egészségügyi hálózat valamely tagjának jelenléte biztosított az éves iskolai NETFIT® eredményeket feldolgozó tantestületi ülésen. Ezáltal megerősíthető a közös felelősségvállalás és a további fejlesztési javaslatok.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az űrlapon a NETFIT® eredmények értékelésével foglalkozó tantestületi értekezlet dátumát, valamint az iskolai-egészségügyi szolgálat képviselőjének értekezleten betöltött szerepét szükséges bemutatni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Fittségoktatási munkafüzet

A pedagógus támogatja a fittséggel kapcsolatos elméleti ismeretek átadását a Fittségoktatási munkafüzet használatával.

300 PONT

A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele, hogy a pedagógus letölti és használja a Fittségoktatási munkafüzetet legalább két osztály tanulóival a tanév során.

Célja, a fittséggel kapcsolatos ismeretek átadásának támogatása, a NETFIT® tesztek alapján fokozott fejlesztés szükséges zónába került tanulók célzott támogatása.

Leírás: Az elhízás és/vagy a kedvezőtlen fittségi állapot jelentős egészségügyi kockázati tényező, amely növeli az esélyét annak, hogy egyes betegségek, betegségcsoportok (szív- és érrendszeri megbetegedések, 2-es típusú cukorbetegség, metabolikus szindróma stb.) a későbbiekben kialakuljanak. Éppen ezért a NETFIT® eredmények alapján fokozott fejlesztés szükséges zónába tartozó tanulók esetében kiemelkedően fontos, hogy a fittségoktatási és fejlesztési folyamatban a pedagógusok rávilágítsanak a fittség és az egészség kapcsolatának jelentőségére, és konkrét fejlesztési javaslatokat fogalmazzanak meg az érintettek számára (akár szülővel, iskolai védőnővel együttműködve). A Fittségoktatási kézikönyv (elérhető a hasznos linkek között) az elméleti ismereteken túl gyakorlati megoldásokat és ötleteket nyújt a pedagógus számára a javaslatok elkészítésére, ezen túlmenően a Fittségoktatási munkafüzet (melyhez tanári kézikönyv is tartozik) is támogatja a pedagógust a fittségoktatásban.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A Fittségoktatási munkafüzet használata során szerzett tapasztalataitok alapján az űrlapon az alábbi kérdésekre kell választ adni:

- Hány tanulónál használtátok a Fittségoktatási munkafüzetet?
- Röviden írd le a munkafüzet használatával kapcsolatos tapasztalataitokat!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Fittségoktatási munkafüzet I. – Az általános iskola felső tagozatos tanulói számára
- Tanári kézikönyv a „Fittségoktatási munkafüzet I. – Az általános iskola felső tagozatos tanulói számára” című munkafüzet alkalmazásához

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Az egészségközpontú fittség fejlesztése gyermek- és serdülőkorban. A fittségoktatás alapjai (Fittségoktatási kézikönyv)
- NETFIT® – Mit tegyek, hogy fittebb legyek? (VIDEÓ; 6 perc, 9 mp)

Kisjátékok oktatása testnevelésórán

A tanév során a testnevelő tanárok 3 új kisjátékot tanítanak a tanulóknak.

Sávós pontozás:

- 3 db kisjáték bemutatásáért 300 pont
- 4 db játékleírásért 400 pont
- 5 vagy több kisjáték bemutatásáért 500 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a testnevelést oktató pedagógusok osztályonként legalább 3 új kisjátékot tanítanak meg a tanulóknak a tanév során, és a kitöltési sablonban az iskola legalább 3 db feladatleírást rögzít.

Célja, hogy megismertessük a gyerekeket a kisjátékokkal, így hatékonyabb és fokozatos oktatási folyamaton keresztül juttassuk el őket a felnőtt szabályokkal, létszámmal keretezett „nagyjátékokig”.

Leírás: A hatékony játékoktatás az egyik legfontosabb fejlesztő tevékenységet jelenti az iskolai testnevelésben és sportban. A játékok alkalmazásakor jónéhány szakmai szempont figyelembevételre lenne szükséges. Az egyik ilyen szempont, hogy az órán alkalmazott játékok jellemzőinek illeszkedniük kell az adott osztály tudásszintjéhez. További szempont, hogy a játékban használatos technikai elemeknek és taktikai nehézségnek ugyancsak optimálisnak kellene lennie az adott tanulócsoport számára. Az elmúlt évtizedekben a testnevelésben és a sportoktatásban egyaránt nagy hangsúlyt kaptak az úgynevezett kisjátékok (kispályás játékok), hiszen az egyszerűsített játékhelyzetekben hatékonyabb tanulást tesznek lehetővé. A kisjátékok jellemzője, hogy kisebb területen, kisebb létszámban, könnyített szabályokkal és könnyített játékhelyzetekben segíti a fejlődést. A kisjátékok során jellemzően 2–4 fős csapatokban zajlik a játék, amely segíti, hogy a pillanatnyilag gyengébb technikai és taktikai felkészültséggel rendelkező diákok is fontos részévé váljanak a csapatoknak. A tudományos kutatások is egyértelműen rámutattak, hogy ilyen környezetben

1. sokszorossá válik az egy-egy tanuló által használt technikai elemek lehetősége,
2. könnyebben és gyorsabban megértik a játékosok a különböző játéksituációkat,
3. sokkal többször tudnak aktívan játékba avatkozni,
4. nagyobb fizikai terhelést kapnak a tanulók,
5. autentikus helyzetben történik a technikai fejlődés,
6. a játékhelyzet miatt motiváltabbak a tanulók a részvételben.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- az oktatott kisjáték leírását igazoló sablon kitöltve (legalább 3 játékleírással),
 - a megvalósítást igazoló 3 db kép.
- Kérjük, olyan formában történjen a feladatleírás, hogy azt utána más pedagógus is megértse és használni tudja!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Sablon a dokumentációhoz

A társmegfigyelés és társ-ellenőrzés módszerének alkalmazása testnevelésórán

Az iskola testnevelés tanító pedagógusai az 5. évfolyamtól felfelé osztályonként 3 különböző társmegfigyelési feladatot adnak a tanulóknak.

300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola testnevelő tanárai a felső tagozattól kezdődően különböző társmegfigyelési feladatokat adnak a diákoknak, és legalább 3 különböző társmegfigyelésről (kitöltött feladatlapról) fotót tölt fel az iskola. Elvárás továbbá, hogy a feltöltött fotók legalább 3 különböző osztály munkáját jelenítsék meg.

Leírás: A társ általi megfigyelési, ellenőrző vagy értékelő tevékenység jelentősnek tekinthető személyiségfejlesztési tényező a testnevelésben. Ebben a folyamatban a tanulók párokban vagy kisebb csoportokban, meghatározott szempontok alapján figyelik meg egymás tevékenységét. A módszert rendszeresen segítik rövid feladatlapok, amelyek a megfigyelés szempontjai mellett tartalmazhatják azok megítélését is. Kezdetben a társmegfigyelések alkalmazását mennyiségi szempontok köré érdemes szervezni. Ilyenkor a társ végrehajtásainak ismétlésszámát, sikerességét figyelik és rögzítik a tanulók. Ha ebben gyakorlottá válnak, akkor minőségi megfigyelési szempontokat is kaphatnak, mint például egy technikai elem végrehajtásának vezető művelete, vagy a tanár által adott végrehajtási szempont. Az általunk javasolt háttéranyagok több példán keresztül is bemutatják a módszer gyakorlati megvalósítását, amely alapján a pedagógus szabadon módosíthatja, alakíthatja módszerét. Fontos, hogy a diákoknak először megtanítsuk a legalapvetőbb tudnivalókat:

1. Mi az a társmegfigyelés?
2. Mi a célja a társmegfigyelésnek?
3. Mit kell megfigyelni?
4. Hogyan érdemes megfigyelni?
5. Mit csináljunk a megfigyelésből származó információkkal?
6. Hogyan kell kitölteni a megfigyelési lapot?



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbiak feltöltése szükséges:

- Kitöltött sablon, mely a tanulók által használt minimum 3 feladatleírást tartalmazza.
- 3 fotót egy-egy tanulók által kitöltött feladatlapról, továbbá 3 fotót 3 különböző osztályról miközben társmegfigyelés zajlik.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

A társmegfigyelés történhet zárt környezetben, amikor csak az adott feladat végrehajtására kell koncentrálni. Ez egyszerűbb helyzet, mint a nyitott környezetben, játék-, illetve versenyhelyzetben történő megfigyelés.

Motiváló, pozitív érzelme- ket előmozdító órai proto- koll rendszeres alkalma- zása testnevelésórán

**Az iskola testnevelő pedagógusai osztályonként havi rendszerességgel alkalmaznak 1-1 új, motiváló, pozitív érzelme-
ket előmozdító órai protokollt a testnevelésórákon.**

200 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola testnevelő pedagógusai osztályonként havi rendszerességgel alkalmaznak egy új módszert egy osztály esetében (megfelelő, ha ugyanazt alkalmazza minden osztálynál).

Célja, pozitív tanulási környezet kialakítása motiváló órai protokoll és aktív órakezdés rendszeres alkalmazásával.

Leírás: A kutatások egyértelműen igazolták, hogy mozgásgazdag, sportos életmód ritkán alakul ki akkor, ha a testnevelésórán negatív tanulási környezetben zajlanak. A pozitív érzelmi bázis felépüléséhez pedagógiai és pszichológiai értelemben egyaránt elengedhetetlenek azok a szokások, rituálék, amelyek a testnevelésórákhoz kapcsolódnak. A hagyományos testnevelés egyik ilyen eleme, amikor az óra végén a diákok a tanár előtt sorakoznak, a tanár értékeli, majd elköszön, és a diákok kivonulnak a teremből. Ez a megoldás azonban ritkán ad lehetőséget személyesebb hangvételű eszmecsatálásra, élményfeldolgozásra, nevelési helyzetek átbeszélésére. Cél, hogy az egyirányú kommunikáció helyett gyakran legyen lehetőség egy rövid (3-5 perc) beszélgetésre, közös problémamelemzésre, kérdésekre és a tanulók véleményének, megéleéseinek átbeszélésére. Ide kapcsolódhat egy-egy, az órával kapcsolatos rövid (2-3 kérdést tartalmazó) kérdőív kitöltése is. (Pl. „Hogy érzed, mennyit fejlődöttél a mai órán?”, „Hogyan értékeled a mai órai munkád?”, „Mennyire voltál a mai alkalommal motivált?”, „Mennyire éreztél magad a mai órán együttműködőnek a pároddal?”, „Melyik feladat tetszett a legjobban?”). Az aktív órakezdések is tökéletesen megteremtik a pozitív, motiváló környezetet. Számos egyéb ötlet is kínálkozik erre a célra.

- Közös, új elköszönési rituálé bevezetése.
- Beszélgetőkör egy-egy tanulási helyzetre, érdekes történetre vagy nevelési helyzetre (esetleg konfliktusra) vonatkozóan.
- Az órán megélt egy-egy jó élmény társak előtti megosztása egy-egy kifejezés formájában.
- Egy-egy pozitív élmény nonverbális kifejezése.
- Öngratuláció, vállveregetés egy-egy nagyszerű teljesítmény miatt.
- Önértékelés plakát segítségével az óra végén.
- Pozitív társas megerősítés (pl. párokban: ma nagyon tetszett, ahogy a páros munkában...).
- Rövid feladatlapok, kérdőívek kitöltése
- Észlelt fáradási/erőfeszítési skála alapján történő egyéni visszajelzés
- Kilépéskor az órai munka önértékelése Smiley-poszteren



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Annak leírása, hogy milyen motiváló protokollt/módszert alkalmaztak a testnevelésórákon,
- 5 db kép a megvalósult módszer alkalmazásáról.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

JOKER – Minőségi testnevelés

JOKER

100 PONT



Mozgásba hoz

Van egy jó gyakorlatod a minőségi testnevelés dimenzióhoz kapcsolódóan, de nem találsz a kínált szempontok között? Oszd meg velünk, és mi értékeljük, esetleg a jövőben beépítjük a rendszerbe!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Írd le az általad megvalósított gyakorlatot olyan formában, ahogyan a szakmai szempontok leírásai a rendszerben olvashatóak!

Szükséges adatok:

- Cím
- Rövid cím
- Cél
- Leírás
- Javasolt dokumentáció

2.3. Az Egészséges életmódot támogató környezet szakmai szempontjai



Mozgásra ösztönző környezet

Az iskola olyan környezetet alakít ki, tart fenn és folyamatosan fejleszt, amely a tanulókat testmozgásra ösztönzi a tanórán kívüli időszakokban.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola röviden dokumentálja, hogy az előző évhez képest hogyan fejlesztette tovább az iskolai környezetét a tanulók mozgásra való ösztönzése érdekében.

Célja, hogy az iskola infrastrukturális környezetének és eszközparkjának alakításával segítse a tanulók tanórákon kívüli fizikai aktivitás-szintjének növelését.

Leírás: Az iskola infrastrukturális környezete hatást gyakorol a diákjainak intézményen belüli fizikai aktivitására. Ez nem csupán a meglévő sportinfrastrukturális lehetőségek maximális kihasználását jelenti, hanem az iskola egyéb beltéri (pl. folyosók, lépcsők, aula) vagy kültéri helyszíneinek (pl. kert, egyéb udvari helyszínek), csengetési rendjének (15 perces mozgásszünet) mozgásra ösztönző jellegének kiépítését. Tipikus példák a különböző lépcsőfelfestések, udvar- és falfelfestések (ugróiskolák, kapuk, célfelületek), mozgásos kihívásokat tartalmazó fali plakátok, folyosói matricák. A testmozgásra ösztönző iskolai környezet kialakításának lehetőségeiről és a kapcsolódó jógyakorlatokról az Ötletárunkban olvashatnak az érdeklődők.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Környezet fejlesztésének bemutatása az adott tanévre vonatkozólag.
- Minimum 1 db kép

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- ESSD – Adj teret a mozgásnak! (2021)
- Mozgásra ösztönző iskolai környezet – Eszköztár

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- TESIM.hu – Játék- és feladatbank
- Jógaalapú mozgásprogram az iskolai testnevelésben
- Oktatófilm a jógaalapú mozgásprogram iskolai alkalmazásához DVD

Egészséges táplálkozásra ösztönző környezet

Az iskola olyan környezetet alakít ki, tart fenn és folyamatosan fejleszt, amely a tanulókat a mozgáson túl is egészséges életvezetésre ösztönzi (pl. egészséges táplálkozás).

Sávos pontozás:

- 1 területen való megfelelésért 100,
- 2 területen való megfelelésért 200,
- 3 vagy több megvalósított elem esetén 300 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola rögzíti és feltölti az egészséges táplálkozásra ösztönző környezet fejlesztését igazoló dokumentumokat. A megadott hat lehetőség közül legalább egyet szükséges megvalósítani.

Célja, hogy az iskola környezetének alakításával támogassa és ösztönözze a tanulókat az egészséges életmód, különösen az egészséges táplálkozás kialakításában.

Leírás: Az egészséges táplálkozás kialakításában fontos szerepe van az iskolának. A táplálkozási szokások változtatása és megfelelő kialakítása az iskolában példamutatással, edukációval és az iskolai szabályok megváltoztatásával lehetséges. Az egészséges táplálkozásra nevelés komplex megközelítésben a leghatékonyabb. Ide tartozhat a tanrendbe beépített, vagy akár a tanórákon kívüli foglalkozások (előadások, szakkörök, projektfeladatok) megvalósítása, különféle edukációs kezdeményezésekhez (pl. MDOSZ GYERE® programja) való csatlakozás. Különféle ösztönző plakátok kihelyezése az iskolában minél több helyszínén – de különösen az étkezőben, büfé mellett – észrevétlenül befolyásolja a tanulók ismereteit és választásait. A tanulók által készített plakátoknál nincsen jobb reklám! Komplex egészségfejlesztési programok működtetésével (iskolai program, iskolagyümölcs program), iskolakert/közösségi kert fenntartásával az iskola rengeteget tesz hozzá a tanulók egészség táplálkozásának kialakításához. Nemcsak a közétkeztetésben, hanem az iskolai büfében, automatákban is az egészséges árukínálatot javasolt kialakítani (lásd: az NNGYK, volt OGYÉI, ajánlást). A tanórák alatti folyadékpótlás engedélyezésével, vízbárok kialakításával, vízzel teli kancsók kihelyezésével a tanteremben nagyban hozzájárulhatunk a tanulók megfelelő mennyiségű napi vízfogyasztásához. A komplex egészségfejlesztési szemlélet magában foglalja az összes érintett – a gyermekek mellett a pedagógusok, szülők – tájékoztatását, bevonását is.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Legördülő menüből kell kiválasztani, hogy melyik lehetőség valósult meg, majd a kért tartalmú fájl feltöltésével kell igazolni azt.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Linkgyűjtemény – egészséges táplálkozás

VÁLASZTHATÓ TEVÉKENYSÉGEK

1. Egészséges táplálkozással kapcsolatos tudásbővítést, szemléletformálást célzó tanórai vagy tanórán kívüli foglalkozások tartása (elvárt dokumentáció: óravázlat feltöltése)
2. 5 egészséges táplálkozást támogató plakát kihelyezése az iskolában lehetőség szerint a teljes tanév idejére (elvárt dokumentáció: kép(ek) róla)
3. Iskolakert / közösségi kert működtetése az iskolában (elvárt dokumentáció: kép róla)
4. Komplex egészségfejlesztési program működtetése az iskolában (elvárt dokumentáció: rövid leírás és/vagy dokumentum feltöltése)
5. Iskolabüfé árukínálatának az NNGYK ajánlásához igazítása (elvárt dokumentáció: igazgatói nyilatkozat feltöltése a megfelelésről)
6. A tanulók folyadékpótlásának ösztönzése (pl. tanórák alatti folyadékpótlás engedélyezett, vízbárok működnek, vízzel teli kancsók osztálytermekben) (elvárt dokumentáció: rövid leírás, kép(ek) róla)

Szervezett túrázások

Az iskola túrát szervez az iskolaközösség számára (pl. gyalogtúra, biciklitúra, sárkányhajózás, vízitúra) tanévente legalább két alkalommal.

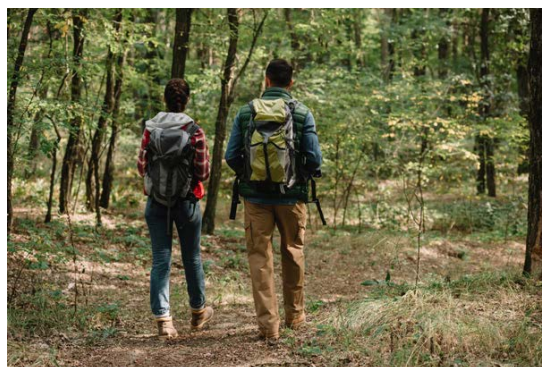
Sávós pontozás:

- 2 túra szervezése esetén 100 pont
- 3, 4 vagy 5 túra esetén 200 pont
- 6 vagy több megvalósított túra esetén 300 pont jár a szempont teljesítéséért.

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola tanévente legalább két alkalommal (ősz és tavasz) szervez túrát az iskolai közösség számára, legalább 2 évfolyam számára elérhető módon, minimum 20 fő részvételével.

Célja a rendszeresített túrázásokon keresztül a tanulók aktív kikapcsolódásának támogatása a természet erejével.

Leírás: A túrázás a természetbeni feltöltődés legjobb módja. Nemcsak egészséges kikapcsolódás, hanem kiváló stresszoldó és közösségépítő tevékenység is. A túrázás során megemelkedik a pulzusszám, az anyagcsere felgyorsul, és több kalóriát is égetünk el, mint egy sima terepen történő séta során, ezáltal sokkal komplexebben hat a szervezetre. A túrázás kicsiknek és nagyoknak egyaránt felejthetetlen élményt adhat, olyan élővilággal, környezettel találkozhatnak, amely garantáltan felüdüléssel tölti el a természetjárókat. A túrák során érdemes a tanulók tudását gyarapítani az állat- és növényvilághoz kapcsolható ismeretekkel, valamint fejleszteni a tájékozódási képességeiket (térképen), hiszen a mobiltelefon is lemerülhet! Ügyeljünk arra, hogy a tanulók kondíciójának megfelelő túrautatót és túrahosszt válasszunk, amely kihívást is jelent számukra, ugyanakkor nem haladja meg a képességeiket. A túralehetőségről plakátokkal, közösségi médiában közzétett felhívásokkal tájékoztassátok a tanulókat!



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi túrával kapcsolatos adatok megadása szükséges:

- Időpont
- Mely évfolyamok számára került meghirdetésre?
- Részt vevő tanulók száma
- Esemény rövid leírása
- Fotók (min. 1 db)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Egészséges Táplálkozás Hete

Az iskola megvalósítja az Egészséges Táplálkozás Hetét.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során legalább egy héten keresztül, minden évfolyam részvételével megszervezi az Egészséges Táplálkozás Hetét.

Célja: Az egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretek átadása, különös tekintettel a helyes táplálkozásra és a megfelelő folyadékfogyasztásra.

Leírás: A gyermekkori túlsúly és elhízás jelentős mértékben befolyásolja a tanulók mentális és fizikai állapotát, ezen felül hosszú távú hatásai a mindennapi életünkre is kihatással lehetnek. Ezért fontosnak tartjuk az egészséges táplálkozás alappilléreinek megismertetését a tanulókkal, valamint felhívni a figyelmet a megfelelő folyadékfogyasztásra a Happy-hét keretein belül. Ezen ismeretek tudatában az optimális testösszetétel elérésében is pozitív hatások érhetőek el gyermek- és felnőttkorban egyaránt, valamint a koncentráció és figyelem fenntartásában is jelentős javulás tapasztalható. A témahét célja, hogy a tanulók minél változatosabb, élményszerűbb programokon (pl. egészséges reggeli készítése, vízfogyasztásra buzdító kampányvideó, élményközpontú vizespalackos testnevelési játékok, kalóriaszámlálás, kvízfeladatok stb.) keresztül, akár tananyaghoz kapcsolódóan, széles körű ismereteket szerezzenek az egészséges táplálkozás témakörében szülők, tanárok és külső partnerek bevonásával.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, az egészséges táplálkozás hete megvalósításával kapcsolatos információk megadása szükséges:

- Egészséges Táplálkozás Hete kezdődátuma
- Hét programjainak rövid bemutatása
- Képfeltöltés (min. 2 db)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Iskolai Sport Monitoring és Nevezési Rendszer
- Diákolimpia® nevezési rendszer felhasználói útmutató

Ismerd meg futva a világot!

Az iskola megvalósítja az „Ismerd meg futva a világot!” kihívást.

300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola megvalósítja a minimum egyhetes „Ismerd meg futva a világot!” kihívást, legalább két évfolyam bevonásával.

Célja: A tanulók és a pedagógusok olyan közös aktivitásra ösztönzése, melyen keresztül felfedezhetik a világ különböző pontjait, valamint a tantárgyköziség támogatása.

Leírás: Az „Ismerd meg futva a világot!” kihívás keretein belül a tanulók (és pedagógusok) elsődleges feladata, hogy a tanórák közötti szünetekben meghatározott területen köröket fussanak/gyalogoljanak (pl. iskolakör, pályakör), „kilométereket” gyűjtsenek. Egy kör az iskola által meghatározott távot jelent km-ben (pl. 1 kör = 1 km, vagy 1 kör = 20 km), függetlenül a futópálya valódi hosszától. A cél, hogy az iskolától indulva az osztály közösen gyűjtött kilométerei alapján „virtuálisan” minél több városba (nevezetes helyre) jussanak el a világban a kihívás minimum egyhetes időtartama alatt. Amennyiben a tantestület bármely tagja fut, az kétszeres szorzóként számolható, az iskolai igazgató futása pedig a meghatározott km-érték háromszorosát jelenti. A kihívás lehetőségét biztosít a tantárgyközi kapcsolatok erősítésére is (pl. vaktérkép használata, nevezetességek megismerése, mértékegységek, matematikai alpműveletek, történelmi ismeretek stb.).



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, a kihívással kapcsolatos információk megadása szükséges:

- A program kezdőnapja
- A program zárónapja
- Bevont osztályok
- Hány méter volt egy futókör az iskolákban?
- Összesen hány kört tettek meg a bevont tanulók az iskolában?
- Fájlfeltöltés: 3 kép a megvalósulásról (pl. kitöltött sablonok és eseményfotók)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Ötlettár az „Ismerd meg futva a világot!” kihívás megvalósításához

Egészséges, aktív életmód (kampányesemény-rész- vétel)

Az iskola részt vesz külső partner által szervezett egészséges, aktív életmóddal kapcsolatos kampányeseményen.

Sávós pontozás:

- 1 kampányeseményen való részvétel esetén 100 pont
- 2 vagy több különböző kampányeseményen való részvétel esetén 200 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola röviden dokumentálja hogyan járult hozzá az egészséges, aktív életmóddal kapcsolatos kampányeseményen való részvétel a tanulók egészséges életmódhoz való elköteleződéséhez.

Célja, hogy az iskola felhívja a figyelmet és népszerűsítse a mozgás, egészséges életmód fontosságát a különböző kampányeseményekhez való csatlakozásával.

Leírás: Az iskolák részére számos olyan, külső szervezetek által szervezett kampányesemény (pl. Milliő lépés az iskoláért, Európai Mobilitási Hét, Kihívás Napja, Autómentes Nap stb.) kínálkozik, amelyekhez csatlakozhat, annak értékeit képviselheti és továbbíthatja az iskolai közösség számára. Ezeken az eseményeken való részvételével az iskola bemutatja elköteleződését a különböző egészséges életmóddal kapcsolatos kampánytémák iránt, legyen az a mentális egészség fontosságának kiemelése, az aktív közlekedés támogatása, vagy a rendszeres fizikai aktivitás népszerűsítése. A cél, hogy a tanulók attitűdje is pozitív irányba formálódjon, és az egészséges életmód iránt elkötelezettek legyenek.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- A kampányesemény neve
- Időpont
- Az iskola részt vevő tanulóinak száma
- Az esemény rövid leírása

Amennyiben több eseményen is részt vettek az iskola tanulói, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon szükséges megadni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Európai Mobilitási Hét
- Milliő lépés az iskoláért
- Kihívás Napja

15 perces szabadtéri mozgásszünet

Az iskola minden tanuló számára lehetővé tesz minden tanítási napon egy minimum 15 perces szabadtéri mozgásszünetet, sporteszközök biztosításával.

Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a csemetési rendbe építve, minden tanítási napon egy legalább 15 perces mozgásszünet valósul meg, minden tanuló számára elérhető módon.

Célja, hogy az iskola a közismereti órák közötti szünetekben, mozgásra ösztönző környezet segítségével növelje a tanulók napi fizikai aktivitási szintjét.

Leírás: Az iskola úgy alakítja a napi csemetési rendjét, hogy minden tanulónak legyen lehetősége minden tanítási napon legalább egy alkalommal egy 15 perces összefüggő, szabadtéri mozgásszüneten részt venni. A mozgásszünetekben a tanulók – kihasználva az iskola infrastrukturális lehetőségeit (iskolaudvar, sportpálya, játszótér, eső esetén tornatermek vagy folyosó, aula) – aktívan, mozgással tölthetik az idejüket a szabad levegőn. A mozgásszünetek lehetőséget teremtenek arra is, hogy a diákok önállóan vagy pedagógus segítségével szervezzenek különböző játékokat, használjanak sporteszközöket (szabadtéri játékeszközök, labdák, frizbi, kooperatív ernyő, stb.). Az ún. sportboxok arra szolgálnak, hogy onnan a diákok eszközöket kölcsönözzenek maguknak a szünetek idejére. A sportboxok tartalmára és azok felhasználási lehetőségére vonatkozó ötleteket a *Mozgásra ösztönző iskolai környezet – Eszköztár* című dokumentumban találhatnak az érdeklődők.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TESIM.hu portálon elérhető Játék- és feladatbank



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi információk megadása szükséges:

- Nyilatkozás a megvalósulásról.
- Mutasd be, hogyan valósítjátok meg az Aktív szüneteket!
- Fájlfeltöltés (min. 1 db kép)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásra ösztönző iskolai környezet – Eszköztár

Tanórán kívül elérhető sportinfrastruktúra

Az iskola a tanórákat megelőzően és/vagy azok végeztével – egy meghatározott időszakban – biztosítja a mozgásra/sportolásra használható eszközöket és helyszíneket a tanulók számára.



200 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola rövid dokumentációt készít arról, hogyan valósította meg a tanórák előtt és/vagy tanórák után a reggeli és/vagy délutáni időszakban mozgásra/sportolásra használható eszközök és helyszínek biztosítását.

Célja, hogy az iskola az infrastruktúrája és eszközparkja segítségével biztosítsa a tanulók számára az ajánlott napi testmozgásmennyiség teljesíthetőségét, változatos és életkoruknak megfelelő formában, a tanítási időn kívül.

Leírás: A tanulók az egészséges éréshez és fejlődéshez szükséges napi fizikai aktivitásukat jellemzően az iskolában (testnevelés-órák alatt és a szünetekben), játszótéren, parkokban, illetve az iskolán kívüli edzések során szerzik meg. Az iskola infrastruktúráját (udvar, sportpálya, tornaszoba, tornaterem, játszótér) és eszközparkját felkínálva, jó lehetőséget tud teremteni arra, hogy a tanulókat a tanítási időn kívül is mozgásra ösztönözze, akár önállóan, akár pedagógus irányítása mellett (a tanórák előtt reggel vagy tanórák után a délutáni időszakban).

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TESIM.hu portálon elérhető Játék- és feladatbank

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Röviden mutasd be, hogyan biztosítja az iskola a tanulók számára a tanítási időn kívül az eszközök és helyszínek használatát! (Képfeltöltésre van lehetőség, de nem kötelező.)

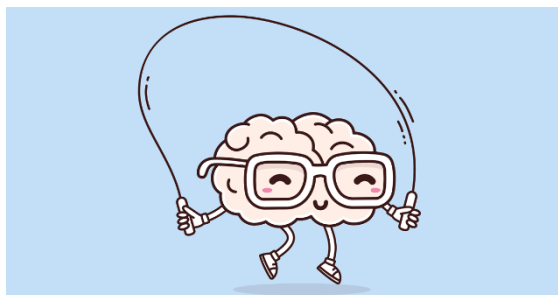
Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásra ösztönző iskolai környezet – Eszköztár

Fejfrissítő Hét

Az iskola megszervezi tanévente 1 alkalommal a Fejfrissítő Hetet (közismereti tanórák megszakítása aktivitással)

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során legalább 1 héten keresztül minden tanítási napon, minden évfolyamon megvalósítja a Fejfrissítő Hetet, vagyis a közismereti tantárgyak alkalmával rendszeresen pár perces mozgásszüneteket tart.

Célja, hogy a közismereti tanórákon javuljon a koncentráció, így az oktatás hatékonysága. Emellett csökkenjen a tanulók egyhuzamban inaktívan töltött ideje és stresszszintje, ami hozzájárul a jobb testi-lelki egészséghez.

Leírás: A Fejfrissítő Hét a közismereti tanórák 3-5 perces, irányított megszakítása fizikai aktivitással vagy relaxációs gyakorlatokkal. A megszakításokra a tanóra alatt bármikor sor kerülhet, amikor a tanár azt alkalmasnak látja. A tanóra mozgással történő megszakításának levezetésére számos ötletet kínál Eszköztárunk.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Fejfrissítés Béres Alexandrával (videó)
- Fejfrissítés / Fejszámolás – Mutasd, melyik több! (videó)
- Fejfrissítés / J vagy LY? (videó)
- Fejfrissítés / Mozogj a számok helyett! (videó)
- GoNoodle.com
- 37 Brain Breaks for Kids: Quick, Easy and Educational

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi információk megadása szükséges a Fejfrissítő Héttel kapcsolatosan:

- Fejfrissítő Hét kezdődátuma
- Megvalósítás bemutatása
- Fájlfeltöltés (min. 1 db kép)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Fejfrissítő Hét – Eszköztár
- Mozgásalapú tanulási lehetőségek a közismereti tárgyak oktatásában – ötletár az aktív tanuláshoz

Kerékpártároló

Az iskola biztonságos tárolót biztosít a közlekedési eszközök (kerékpár/roller) számára az iskolába aktívan közlekedőknek.

100 PONT



A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele, hogy az iskola fotó formájában dokumentálja az aktív közlekedést biztosító tároló(ka)t.

Célja, az iskolába való aktív közlekedés feltételeinek biztosítása a tanulók és a tanárok számára.

Leírás: Az aktív közlekedés jelentős szerepet játszik a tanulók és tanárok napi fizikai aktivitásában. Az aktív közlekedés nem csak a tanulók tanulmányi eredményére és egészségére, de a környezetre is jó hatással van. Sajnos az elmúlt évtized során az aktív közlekedés jelentősen visszaesett, elsősorban biztonsági okokból. A biztonságos eszköztároló kialakítása részben ezen kíván javítani.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Képek feltöltése a kerékpártárolóról (min. 1 db).

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Aktív Közlekedés Hete

Az iskola megvalósítja a mozgásos tartalmak integrációját a közismereti tantárgyakba (pl. projektoktatás, aktív házi feladat).

Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során legalább 1 héten keresztül, minden évfolyam részvételével megszervezi az Aktív Közlekedés Hetét.

Célja: Az iskolába való aktív közlekedés népszerűsítése a szülők, a tanulók és a tanárok felé.

Leírás: Az aktív közlekedés jelentős szerepet játszik a tanulók és tanárok napi fizikai aktivitásában. Az aktív közlekedés nem csak a tanulók tanulmányi eredményére és egészségére, de a környezetre is jó hatással van. Sajnos az elmúlt évtizedben az aktív közlekedés jelentősen visszaesett, elsősorban a szülők biztonsági aggályai, a gépjárművek elterjedt használata és kényelmi szempontok miatt. Az Aktív Közlekedés Hetének megszervezésével ezen kíván a program javítani. A témahét megszervezéséhez segítséget nyújt az Eszköztárunk („Aktív Közlekedés Hete – Eszköztár” címen elérhető a Háttéranyagok + segédletek között).

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Active Travel – Toolkit for Schools

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi információk megadása szükséges:

- Aktív Közlekedés Hete kezdődátuma
- Megvalósítás bemutatása
- Fájlfeltöltés: (min. 1 kép)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Aktív Közlekedés Hete – Eszköztár
- Nyomtatható pecsételőfüzet

Digitális, mozgásra ösztönző eszközök használata

Az iskola ösztönzi a digitális, mozgásra ösztönző eszközök és platformok használatát az aktív iskola koncepciójának megvalósítása érdekében (pl. lépésszámláló, mozgásos applikáció)



Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

200 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a megvalósult programot mint „jógyakorlatot” (pl. digitális témahét) bemutatja és feltölti az Aktív Iskola program informatikai platformján.

Célja, hogy az iskola a tanulók fizikai aktivitás-mennyiségének növelése és az inaktív idejének csökkentése érdekében, megismertesse a tanulókkal azokat a digitális eszközöket és platformokat, melyeket biztonságosan és hatékonyan tudnak a tanórán kívűl, a mindennapokban is használni.

Leírás: A „Z” generáció fiataljai számára a digitális eszközök használata a mindennapok részét képezi. Megfelelő felhasználás esetén az eszközök az egészség szolgálatába állíthatók, és a testmozgást ösztönözhetik. Az eszközök és ezek biztonságos, sokoldalú és hasznos felhasználásának megismertetése akár a testnevelésórák keretein belül (pl. projektmunka formájában), akár egy „digitális témahét” keretein belül is megvalósulhat. Az eszközök növelhetik az aktivitás iránti motivációt, (kontrollált felhasználás esetén) segíthetik a fittséggel kapcsolatos ismeretek elsajátítását, az önszabályzott tanulás megvalósulását, az egyénhez illeszkedő terhelés alapelveinek megismerését. Fontos, hogy a tanulók kontrollált környezetben ismerjék meg és megfelelően használják a digitális eszközöket, és ebben az iskola támogassa őket.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi, a digitális eszközök használatán alapuló programra vonatkozó adatok megadása szükséges:

- Az esemény időpontja
- A megvalósult program leírása
- A megvalósításhoz használt digitális eszközök/platformok
- Megvalósítás során készült fénykép (nem kötelező)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Digitális Témahét – eszköztár

Aktív, mozgásos tanulás

Az iskola megvalósítja a mozgásos tartalmak integrációját a közismereti tantárgyakba (pl. projektoktatás, aktív házi feladat).

200 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola mozgásos tartalmakat integrál legalább két közismereti tárgy oktatásába (tantárgyanként legalább két osztályban minimum 3 alkalommal a tanév során).

Célja, hogy ne csak a testnevelés és egészségfejlesztés műveltségi területen, hanem más műveltségi területeken is jelenjen meg mozgásos aktivitás, ezáltal is hozzájárulva a tanulók testmozgás iránti pozitív attitűdjének kialakításához.

Leírás: Fontos, hogy a mozgást eszközként használjuk a közismereti tárgyak oktatása során is, és a mozgásos tartalmak közismereti tárgyakba történő integrációja megvalósuljon. Az új ismeretek elsajátítását és gyakorlását egyaránt segíti, ha az információkat több érzékszervi csatornán keresztül közvetítjük a tanulók számára. Az ismeretek mozgáshoz kapcsolása élménydús, változatos tanulási környezetet teremt, segíti a figyelem megteremtését és fenntartását.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Fejfrissítés/Fejszámolás – Mutasd, melyik több! (videó)
- Fejfrissítés/J vagy LY? (videó)

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi információk megadása szükséges:

- mely tantárgyak keretében, mely osztályokban valósult meg az aktív, mozgásos tanulás
- mindegyik tantárgy esetében egy megvalósított feladatot/gyakorlat/ötletet bemutatása

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásalapú tanulási lehetőségek a közismereti tárgyak oktatásában – ötlettár az aktív tanulás-hoz

JOKER – Egészséges életmódot támogató környezet

JOKER

100 PONT

Van egy jó gyakorlatod az egészséges életmódot támogató környezet dimenzióhoz kapcsolódóan, de nem találsz a kínált szempontok között? Oszd meg velünk, és mi értékeljük, esetleg a jövőben beépítjük a rendszerbe!



Mozgásba hoz

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Írd le az általad megvalósított gyakorlatot olyan formában, ahogyan a szakmai szempontok leírásai a rendszerben olvashatóak!

Szükséges adatok:

- Cím
- Rövid cím
- Cél
- Leírás
- Javasolt dokumentáció

2.4. A Partnerség és kommunikáció dimenzió szakmai szempontjai



Helyi partnerek feltérképezése

Az iskola a testmozgással vagy sporttal kapcsolatos tevékenységének bővítése érdekében feltérképezi a lehetséges helyi/térségi partnereket.

KLUB



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a kitöltött sablont feltölti az informatikai rendszerbe. KLUB szinten csak a lehetséges partnerek minél szélesebb körű felkutatása a feladat, az együttműködés létrejötte nem feltétele a szakmai szempont teljesülésének.

Célja, hogy az iskola a testmozgással és sporttal kapcsolatos tevékenységi körének bővítése érdekében feltárja a potenciális együttműködő helyi/térségi partnereket.

Leírás: Az iskolai együttműködések nagymértékben hozzájárulhatnak az oktatási-nevelési feladatok eredményesebb és változatosabb megvalósításához – így a mindennapos testnevelés és a diáksport működtetéséhez. A helyi/térségi szinten működő (sport)szervezetek és sportszolgáltatók, a helyi civil szervezetek, az önkormányzat, az iskolai egészségügyi szolgáltató, az iskolai alapítvány mind potenciális partnerek lehetnek abban, hogy a lehetőségeikhez mérten hozzájáruljanak akár a tehetséggondozási, akár a rekreációs jellegű iskolai tevékenységekhez.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A potenciális partnerek adatait tartalmazó Excel-fájlt (1 dbxlsx-fájl) feltöltése szükséges.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Potenciális helyi partnerek listája – sablon (xlsx)

Együttműködés külső szervezetekkel

Az iskola hosszútávon együttműködik legalább egy külső partnerrel.

A „Helyi partnerek feltérképezése” című indikátorra épülő szempont.



Sávós pontozás:

- 1 külső szervezettel való együttműködés esetén 300 pont
- 2 külső szervezettel való együttműködés esetén 400 pont,
- 3 vagy több külső partnerrel való együttműködés esetén 500 pont

A teljesítés feltétele: A teljesítés feltétele, hogy az együttműködés 1 tanéven túl valósul meg.

Célja, hogy az iskola a testmozgással és sporttal kapcsolatos tevékenységi körének bővítése érdekében alakítson ki hosszú távú együttműködést egy külső helyi szervezettel.

Leírás: Az iskolai együttműködések nagymértékben hozzájárulhatnak az oktatási-nevelési feladatok eredményesebb és változatosabb megvalósításához – így a mindennapos testnevelés és a diáksport működtetéséhez. A helyi/térségi szinten működő (sport)szervezetek és sportszolgáltatók, a civil szervezetek, az önkormányzat mind potenciális partnerek lehetnek abban, hogy a lehetőségeikhez mérten hozzájáruljanak akár a tehetséggondozási, akár a rekreációs jellegű iskolai tevékenységekhez.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az intézményekkel együttműködő külső szervezetre/szervezetekre vonatkozóan az alábbi adatok megadása szükséges:

- Nyilatkozás a megvalósulásról.
- Partner megnevezése
- Az együttműködés tárgya

Amennyiben több szervezettel létesít az intézmény együttműködést, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon szükséges megadni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Együttműködési megállapodás külső szervezettel – sablon

Félévenkénti tájékoztató az Aktív Iskola programról szülőknek

Az iskola a programhoz való kapcsolódásról, feladatokról és előrehaladásról félévente tájékoztatja a szülőket.



KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a tanév során az iskola legalább 2 alkalommal tájékoztatja a szülőket az Aktív Iskolával kapcsolatos tevékenységekről, az intézményben megvalósuló programokról és lehetőségekről, a program előrehaladásáról (pl. SZMK-n keresztül, iskolai honlapon, közösségimédia-felületeken). Javaslatunk szerint az első tájékoztatóra a tanév elején, a programterv elkészülte előtt kerülhet sor, míg a program előrehaladását bemutató második tájékoztató optimális időpontja a tanév második félévének első heteiben lehet.

Célja, hogy a szülők – mint az iskola közvetlen partnerei – folyamatos tájékoztatást kapjanak a programhoz kapcsolódó tevékenységekről, eseményekről, ezen keresztül pedig a legfontosabb támogató partnerként vegyenek részt a megvalósításukban.

Leírás: A szülői közösség az iskola legfontosabb partnere, bevonásuk, aktivizálásuk a program működéséhez elengedhetetlen. A partnerség fontos eleme a rendszeres tájékoztatás, amely megtörténhet a Szülői Munkaközösség/Tanács (SZMK) tagjain keresztül, KRÉTA-rendszeren keresztül, az iskolai honlap, közösségimédia-felület használatával. Fontos, hogy az információ minél több szülőhöz, gondviselőhöz eljusson. A tájékoztatás kiterjed az iskola programhoz való csatlakozására, a megvalósuló programokra, azok eredményeire. További fontos elem az önkéntes szülői támogatás, segítségnyújtás, bekapcsolódás lehetőségeinek feltárása és felhasználása.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:
Annak leírása, milyen formában valósult meg a szülői tájékoztatás.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Aktív Iskola lettünk! – szülői tájékoztató broszúra

Rendszeres tájékoztató az Aktív Iskola programról szülőknek

Az iskola a programhoz való kapcsolódásról, feladatokról és előrehaladásról rendszeresen tájékoztatja a szülőket.



Újonnan csatlakozók számára is választható szempont.

100 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a KLUB szinten elvárt félévi tájékoztatáson túl a tanév során az iskola még legalább 4 alkalommal tájékoztatja a szülőket az iskolai honlapon, közösségimédia-felületen keresztül az Aktív Iskolával kapcsolatos tevékenységekről, az intézményben megvalósuló programokról és lehetőségekről, a program előrehaladásáról.

Célja, hogy a szülők – mint az iskola közvetlen partnerei – folyamatos tájékoztatást kapjanak a programhoz kapcsolódó tevékenységekről, eseményekről, ezen keresztül pedig a legfontosabb támogató partnerként vegyenek részt a megvalósításukban.

Leírás: A szülői közösség az iskola legfontosabb partnere, bevonásuk, aktivizálásuk a program működéséhez elengedhetetlen. A partnerség fontos eleme a rendszeres tájékoztatás, az iskolai honlap, a közösségimédia-felületek/-csoportok használata egyik leghatékonyabb és leggyorsabb elérési út a szülőkhöz, gondviselőkhöz. A tájékoztatás kiterjed az iskola programhoz való csatlakozására, a megvalósuló programokra, azok eredményeire. További fontos elem az önkéntes szülői támogatás, segítségnyújtás, bekapcsolódás lehetőségeinek feltárása és felhasználása.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Online tájékoztatásra szolgáló link megadása.

És/vagy

- Képernyőkép vagy tájékoztatásra szolgáló dokumentum feltöltése.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Tájékoztató az Aktív Iskola programról pedagógusoknak

Minden tanévben a tantestületi értekezleteken megvalósul a program előrehaladását és feladatait feldolgozó napirendi pont.



KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha a tanév során legalább 2 alkalommal a tantestület megvitatja a programmal kapcsolatos előrehaladást, továbbá a programhoz kapcsolódó feladatokat, a program kínálta lehetőségeket és előnyöket.

Célja, hogy az iskola minden pedagógusa elköteleződjön az Aktív Iskola koncepció mellett, és váljon részesevé az ahhoz kapcsolódóan megvalósuló programoknak.

Leírás: Az iskolai koordinátor a tanév során a tantestületi értekezleteken minden pedagógus számára tájékoztatást nyújt a program előrehaladásáról, a megvalósult és a soron következő feladatairól. Javaslatunk szerint az első tájékoztatóra a tanév elején, a programterv elkészülte előtt kerülhet sor, míg a program előrehaladását bemutató második tájékoztató optimális időpontja a tanév második félévének első heteiben lehet. A beszámoló célja az iskola minden pedagógusát érintően a program iránti elköteleződés kialakítása, a pedagógusok programhoz való kapcsolódási pontjainak bemutatása, továbbá a felmerülő kérdések és a megoldandó problémák feltérképezése és megvitatása, valamint az ösztönzés a programban rejlő lehetőségek kihasználására. A beszámolókhöz ajánljuk a munkatervsablon használatát, a program az alapján történő bemutatását.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Megvalósulás ismertetése (pedagógusok tájékoztatásának formája, tartalma)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásalapú tanulási lehetőségek a közismereti tárgyak oktatásában – ötlettár az aktív tanuláshoz

Aktív Iskola tanulói kérdőív

A tanév során 5. évfolyamtól felfelé lehetőség az összes osztály kitöltötte az Aktív Iskola tanulói kérdőívet.

200 PONT



A teljesítés feltétele: Az 5–12. évfolyamok tanulóinak legalább 70%-a kitöltötte a tanulói kérdőívet, és a kitöltők között minden évfolyam reprezentálva van.

Célja: A tanulók aktivitási szokásainak, szubjektív iskolai jóllétének, valamint az iskolai testnevelésórákról és sportfoglalkozásokról alkotott véleményének feltérképezése és az iskolai szintű eredmények visszamutatása.

Leírás: A közoktatási rendszerekben működő minőségbiztosítás egyik jellemzője, hogy a pedagógusok és szülők mellett a tanulók véleményét, vélekedéseit is bevonják az elemzésekbe. Ezen információk hozzásegítik az iskolákat ahhoz, hogy a diákok nézőpontjait is megértsék, és olyan beavatkozásokat, változtatásokat eszközöljenek, amelyek pozitív folyamatokat indítanak el az oktatás-nevelés területén.

A kérdőív kitöltési időszakának lezárultát követően az iskola megkapja a tanulói választakat feldolgozó saját PDF-riportját.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Iskolai Sport Monitoring és Nevezési Rendszer
- Diákolimpia® nevezési rendszer felhasználói útmutató

Dokumentációs elvárás:

A kitöltöttségi adatokat az informatikai rendszer automatikusan nyomon követi.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Szülői tájékoztató a tanulói kérdőívvel kapcsolatban (pdf)
- Szülői tájékoztató a tanulói kérdőívvel kapcsolatban (docx)
- Tanulói kérdőív (előzetes tanulmányozásra, pdf)

Iskolanyitogató program, nyílt napok

Az általános iskola az iskolanyitogató programok, a középiskola a nyílt napok során mozgásprogramokat szervez, és bemutatja az Aktív Iskola programot, illetve az iskolában elérhető mozgásprogramokat.



200 PONT

A teljesítés feltétele: A szempont akkor teljesül, ha az intézmény az iskolanyitogató program (vagy a nyílt nap) keretein belül bemutatja az Aktív Iskola programot, és mozgásos programot biztosít a leendő tanulók számára. Mindezt az iskolanyitogató program (vagy nyílt nap) felhívásának, programjának informatikai rendszerbe való feltöltésével igazolja.

Célja, hogy az iskola a fizikai aktivitás iránti elköteleződését, ennek értéként való kezelését közvetítse a leendő tanulói és a leendő tanulóinak szülei felé.

Leírás: Egy közösség számára fontos, hogy a közösség tagjai azonos értékrendet képviseljenek. Az Aktív Iskola programhoz csatlakozó iskolák számára a fizikai aktivitás egy alapérték. Az iskola leendő tanulói és szülei felé ezért már az iskola bemutatásakor közvetíteni kell ezen érték iránti elköteleződést azáltal, hogy az iskolanyitogató programok (nyílt napok) során az iskola bemutatja az Aktív Iskola programot, továbbá ehhez kapcsolódóan mozgásos programot szervez az iskolanyitogató program (nyílt nap) keretein belül. Az informatikai rendszerből letölthető az Aktív Iskolát, ennek koncepcióját bemutató brosúra és szórólap. Az iskolanyitogató programok keretein belül megvalósítható mozgásprogramokhoz egy letölthető ötlettár szolgál segítséggül.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- program megvalósulásának bemutatása
- Fájlfeltöltés: iskolanyitogató program / nyílt nap tervezetét (meghívó vagy képernyőfotó a honlapról)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Aktív Iskola lettünk! – szülőt tájékoztató brosúra

Nyitott foglalkozás szülőkkel

Az iskola évente legalább 1 nyílt foglalkozást szervez a szülők aktív részvételével, amelybe beépíti a fesztiválmódszertani elemeket.

300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az intézmény a tanév során legalább egy alkalommal nyílt mozgásos eseményt szervez a szülők aktív bevonásával, részvételével, melybe beépíti a fesztiválmódszertan elemeit, és az esemény alapadatait az informatikai rendszerbe felviszi, a megvalósulás bizonyítékeként 3 fényképet feltölt.

Célja az iskola, a szülők és a gyermekek közötti együttműködés javítása, közös értékrend kialakítása, a szülőknek – mint a nevelés kulcsszereplőinek – bevonása az Aktív Iskola programjaiba, ezáltal pedig a fizikai aktivitás iránti elköteleződés kialakítása.

Leírás: Az iskoláskorú gyerekek nevelésében és szocializációjában a szülők szerepe kulcsfontosságú, a szülők mintaként szolgálnak gyermekeik számára. Fontos ezért, hogy az Aktív Iskola program keretein belül olyan programok is megvalósuljanak, melyek az egész család számára lehetőséget biztosítanak az élményközpontú testmozgásra. A fesztivál jellegű foglalkozások lehetőséget kínálnak a résztvevők számára – képességeitől függetlenül – az aktív és élményközpontú részvételre. A szülők, tanárok, diákok közös aktivitása támogatja a fizikai aktivitás iránti közös elköteleződést és azt, hogy az aktivitásra a gyermek, a pedagógus és a szülő egyaránt értéknek tekintsen. Az esemény megtervezéséhez és lebonyolításához segítségül szolgálhat az informatikai felületről letölthető fesztiválszervezési kézikönyv, továbbá a mintaként szolgáló, letölthető fesztivál-forgatókönyvek.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A szülők számára szervezett nyitott foglalkozásra/foglalkozásokra vonatkozóan az alábbi adatok megadása szükséges:

- Az esemény időpontja
- Az esemény helyszíne
- Részt vevő tanulók száma
- Részt vevő szülők száma
- Fényképek az eseményről (min. 3 db)

Amennyiben több foglalkozást szerveztetek, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében meg kell adni.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásalapú tanulási lehetőségek a közismereti tárgyak oktatásában – ötlettár az aktív tanuláshoz

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- Új lebonyolítási formák a testnevelésben és az iskolai sportban – A mozgás- és diáksportfesztiválok szervezési lehetőségei a köznevelési intézményekben (Fesztiválszervezési kézikönyv pdf formátumban)

Családi nap

Az iskola mozgástematikájú családi napot szervez évente legalább 1 alkalommal a szülők bevonásával.

200 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során legalább egy alkalommal mozgás tematikájú családi napot szervez a szülők bevonásával.

Célja, a szülők bevonása az iskolai életbe, a szülőkkel való kapcsolat szorosabbra fűzése számukra is biztosított mozgásélményen keresztül.

Leírás: A család az elsődleges szocializációs közeg a tanulók életében, családtagjaik azok, akik jelentősen befolyásolják életvezetésük kialakítását. Fontos szempont, hogy az iskola jól tudjon együttműködni a szülőkkel a nevelési tevékenység során, ugyanakkor sokszor bizonyos témákban érdemes a szülők szemléletformálását is elősegíteni (pl. megfelelő mennyiségű mozgás, egészséges táplálkozás és ezek megfelelő elérésének biztosítása a gyermekek számára). Egy jól szervezett, mozgás tematikájú családi nap megfelelő eszköz arra, hogy a szülőkkel való kapcsolatot megerősítse az iskola, valamint hogy a különböző program-elemek segítségével szemléletüket, hozzáállásukat formálja. Ráadásul a tanulóknak hatalmas élmény a családtagokkal együtt minőségi időt tölteni az iskolán belül. Legyenek akár szülő-tanár-gyerek mérkőzések, sport-fesztivál jellegű események, egészséges életmód tematikájú motivációs előadások, a közösségépítés és élmény garantált.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A szülők részvételével magvalósított családi napra vonatkozóan az alábbi adatok megadása szükséges:

- Az esemény időpontja
- Az esemény helyszíne
- Résztevők (tanulók és családtagjaik) száma
- Fotók (min. 1 db)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- TESIM.hu – Játék- és feladatbank

Mozgás tematikájú tantestületi program

Az iskola szervez évente 1 db, dedikáltan mozgás tematikájú tantestületi értekezletet / közös fizikai aktivitást.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során minimum egy alkalommal mozgás tematikájú tantestületi értekezletet / közös fizikai aktivitást szervez.

Célja az iskolai közösség elköteleződésének kialakítása a fizikai aktivitás iránt. A tanári, pedagógusi közösség azonos értékrendjének kialakítása.

Leírás: Egy közösség számára fontos, hogy a közösség tagjai azonos értékrendet képviseljenek. Az Aktív Iskola programhoz csatlakozó iskolák számára a fizikai aktivitás egy alapérték. Az aktivitásnak, az eziránti elköteleződésnek az iskola teljes szellemiségét át kell hatnia, ezért fontos, hogy minden, az iskolában tanító pedagógus az aktivitást alapértékként kezelje. Az aktivitás iránti elköteleződést fokozhatja, ha a pedagógus megfelelő információval rendelkezik a fizikai aktivitás, a rendszeres testmozgás pozitív hatásaival kapcsolatban. Egy mozgás témájú tantestületi értekezlet lehetőséget biztosít az aktivitás jelentőségével kapcsolatos információk átadására, a közös fizikai aktivitás pedig a saját mozgásélmény megtagasztalására, ezáltal segítheti a teljes tantestület elköteleződését az Aktív Iskola program iránt.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A mozgás tematikájú tantestületi értekezlet alábbi adatainak megadása szükséges:

- Az esemény időpontja
- Az esemény helyszíne
- Részt vevő pedagógusok száma
- Értekezlet témája / közös fizikai aktivitás bemutatása
- Fényképek az eseményről (min. 3 db)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mintaprezentáció mozgás tematikájú tantestületi értekezlethez (ppt)

Közösségi szolgálat a diáksport területén

A középiskolai oktatást nyújtó intézmény együttműködési megállapodással rendelkezik a releváns megyei diáksportszövetséggel/-egyesülettel a közösségi szolgálat megvalósítására.



100 PONT

A teljesítés feltétele: A közösségi szolgálatra vonatkozó együttműködési megállapodás valamely diáksportszervezettel.

Célja, hogy a programban részt vevő középiskolák tanulói számára biztosított legyen a diáksportban is megvalósítható közösségi szolgálat.

Leírás: A közösségi szolgálat a diákok önkéntes tevékenységére építve lehetővé teszi, hogy a társadalom számára is hasznos tevékenységeken keresztül szerezzenek önkéntes tapasztalatot a diákok. Ez a tevékenység a diáksport rendszerében is hasznosítható. Érdekes, változatos, a középiskolások számára is vonzó alternatív a különböző diáksporteseményeken történő önkéntes segítség.

Dokumentációs elvárás:

Nyilatkozattétel az informatikai rendszerben arról, hogy az intézmény rendelkezik együttműködési megállapodással a releváns megyei diáksportszövetséggel/-egyesülettel a közösségi szolgálat megvalósítására.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Együttműködés másik iskolával

Az iskola másik iskolával együttműködve közösen valósít meg mozgásos programokat.



Sávós értékelés:

- Amennyiben az iskola egy, az Aktív Iskola programhoz csatlakozott másik iskolával valósítja meg a programo(ka)t: 200 pont
- ha nem Aktív Iskolával működik együtt: 100 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola tanévente legalább 2 mozgásos programot (pl. barátságos röplabda bajnokság, közös fesztiválszervezés) egy másik iskolával közösen tervez meg és bonyolít le.

Célja, a programban részt vevő iskolák együttműködésének, hálózatba szerveződésének erősítése, a tapasztalatcsere segítése, valamint a program népszerűsítése még nem Aktív Iskolákban.

Leírás: Az Aktív Iskola program egyik legfontosabb célkitűzése, hogy a programban részt vevő iskolák részére lehetőséget kínáljon az együttgondolkodásra, tapasztalatcsere-re. A közösen megvalósított mozgásprogramok során az intézményeknek lehetősége lesz az erőforrások közös használatára, módszertani fejlődésre, esetleg közös pályázatokra.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Együttműködő Aktív Iskola neve (legördülő listából az Aktív Iskola kiválasztható) / Együttműködő NEM Aktív Iskola neve
- Együttműködés rövid ismertetése

Amennyiben több iskolával zajlik együttműködés, úgy a felsorolt adatokat mindegyik tekintetében egy külön űrlapon szükséges a fenti információk megadása.

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

Jógyakorlat megosztása

Az iskola a programmal kapcsolatos jógyakorlatait megosztja/közzé teszi az Aktív Iskola hálózat számára.

Sávós értékelés:

- Az MDSZ felkérésére történő online tudásmegosztás: 200 pont
- „Jógyakorlat dokumentációja – sablon” kitöltésével és feltöltésével jógyakorlaton formájában történő megosztás: 100 pont

A szempont teljesítéséért legfeljebb 300 pont érhető el.

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola a tanév során legalább 1 alkalommal online vagy személyes formában bemutatja a programmal kapcsolatos jógyakorlata(i)t másik, a programban részt vevő intézményeknek vagy a megadott sablon feltöltésével közzé teszi azt.

Célj a programban részt vevő iskolák együttműködésének, hálózatba szerveződésének erősítése, a tapasztalatcsere segítése és a szakmai fejlődés támogatása.

Leírás: A program megvalósítása során szerzett tapasztalatok nagy segítséget jelenthetnek más, főként újonnan csatlakozott iskolák számára. A jógyakorlatok megosztása történhet egyrészt az MDSZ munkatársainak felkérésére online módon (például szakmai webináriumon való részvétel vagy az Aktív Iskola program honlapján történő megosztás) 200 pontért, vagy a letölthető segédanyagok között elérhető „Jógyakorlat dokumentációja – sablon” kitöltésével is (100 pont). Utóbbi a bemutató felkérések alapját is adhatja. A jógyakorlat bemutatása olyan részletességgel valósuljon meg, hogy annak alapján mások által is megvalósítható legyen az adott program (pl. teljes fesztiválforgatókönyv, óravázlatok, egészségkvíz, témahetek leírása a konkrét programelemekkel, összefoglaló videó linkje). Több jógyakorlat megosztására is lehetőség van, szereszhető pontok száma maximálisan 300.



Dokumentációs elvárás:

A jógyakorlatokra vonatkozóan az alábbi információk megadása szükséges:

- A megosztás módja
- A jógyakorlat ötletes címe
- Fájlfeltöltés: „Jógyakorlat dokumentációja” sablon és/vagy a jógyakorlathoz kapcsolódó egyéb dokumentumokat!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Jógyakorlat dokumentációja – sablon

JOKER – Partnerség és kommunikáció

JOKER

100 PONT



Mozgásba hoz

Van egy jó gyakorlatotok a partnerség és kommunikáció dimenzióhoz kapcsolódóan, de nem találjátok a kínált szempontok között? Oszd meg velünk, és mi értékeljük, esetleg a jövőben beépítjük a rendszerbe!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:
Írd le az általad megvalósított gyakorlatot olyan formában, ahogyan a szakmai szempontok leírásai a rendszerben olvashatóak!

Szükséges adatok:

- Cím
- Rövid cím
- Cél
- Leírás
- Javasolt dokumentáció

2.5. A Tanulói bevonódás dimenzió szakmai szempontjai



Tanulók aktív részvétele a programok lebonyolításában

Az iskola tanulói – tanári mentoráció mellett – részt vesznek az iskolai sportesemények, mozgásos aktivitások szervezésében, lebonyolításában.



KLUB

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha tanévente legalább 4 alkalommal az iskolai sportönkéntes diákok aktívan segédkeznek az események lebonyolításában (sportfesztiválon állomást vezetnek, programhelyszín berendezése stb.).

Célja, hogy az iskolában kialakuljon egy olyan kis létszámú diákközösség, amely a program mellett elköteleződve aktivizálja társait, és olyan események megvalósításában vállal szerepet, amelyek mozgásra ösztönzik a diákokat.

Leírás: A diákok bekapcsolása az Aktív Iskola programba több szinten megvalósítható pedagógiai feladat. A kutatások és a tapasztalatok azt mutatják, hogy a társas ösztönzés és mintaadás az egyik legerősebb motiváció a fizikailag aktív, sportos tevékenységekbe történő bekapcsolódásra. Az Aktív Iskolában a programhoz kapcsolódó mozgásos események, aktivitások lebonyolításában a diáktársak önkéntes szerep- és felelősségvállalása motiváló tényezőként hat a diáktársak előtt is.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Dokumentációs elvárás:

Kérjük, add meg azon eseményre/eseményekre vonatkozóan, melyek lebonyolításában a tanulók aktívan segédkeztek az alábbi adatokat:

- Fotófeltöltés
- Röviden mutasd be az iskolai önkéntes tanulók miként, mely alkalommal, hányan segítették az iskolai sportélet szervezését! A szempont teljesítési feltételének megfelelően 4 esemény dokumentálása szükséges.

Amennyiben a tanulók többféle sportesemény, mozgásos program lebonyolításában is aktívan részt vettek, úgy eseményenként külön űrlap kitöltése szükséges!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

A Tanulói Csapat megalakulása – éves programterv

Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.

500 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola rövid dokumentációval bemutatja a megalakuló Aktív Iskola Tanulói Csapat részvevőit, működését, és éves programtervüket a megadott sablonon keresztül.

Célja, hogy az iskolában formálisan is kialakuljon egy olyan kis létszámú diákközösség, amely a program mellett elköteleződve aktivizálja társait, és olyan események megvalósításában vállal szerepet, amely mozgásra ösztönzi a diákokat.

Leírás: A diákok bekapcsolása az Aktív Iskola programjába több szinten megvalósítható pedagógiai feladat. A kutatások és a tapasztalatok azt mutatják, hogy a társas ösztönzés és mintaadás az egyik legerősebb motiváció a fizikailag aktív, sportos tevékenységekbe történő bekapcsolódásra. Az aktív iskolában a mozgásszünetekben, valamint a tanórán kívüli szabadidős tevékenységek során a diáktársak által szervezett aktivitások jelentik ennek fő terepét. Az aktivitásokat irányító ún. Aktív Iskola Tanulói Csapatba 4. évfolyamtól felfelé 1-2 fő tanuló csatlakozását javasoljuk, akik legalább 1 fő kijelölt mentorpedagógus mellett tevékenyednek. A tervezett éves munkájukra vonatkozóan az Aktív Iskola Tanulói Csapat éves programtervet készít, amelyhez segédletet is biztosítunk („Az Aktív Iskola Tanulói Csapat éves munkaterve – sablon”).

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az alábbi dokumentumok elkészítése/feltöltése szükséges:

- a Tanulói Csapat tagjainak neve és osztálya
- a Tanulói Csapat mentorpedagógusának neve
- fájlfeltöltés:
- sablonban elkészített programterv (min. 1 db).

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Az Aktív Iskola Tanulói Csapat éves programterve – sablon

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói Csapat, kreatív mozgásos esemény szervezése

Aktív iskola tanulói csapat tanévente legalább 1 kreatív mozgásos eseményt, programot szervez és valósít meg.



Sávós értékelés:

- Egy, a Tanulói Csapat által szervezett és megvalósított kreatív mozgásprogram: 200 pont,
- 2 vagy több megvalósított mozgásprogram: 400 pont

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves program tervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola bemutatja, hogy a Tanulói Csapat milyen kreatív mozgásos esemény(ek)e)t szervezett, és a kitöltött sablont feltölti.

Célja, hogy az Aktív Iskola Tanulói Csapat egy kreatív mozgásos esemény szervezése és lebonyolítása által fejlessze szervezési, vezetési kompetenciáit, valamint minél több tanulót aktivizáljanak a program megvalósításán keresztül.

Leírás: Az Aktív Iskola tanulói csapat, mint közösség számára a programok, események megtervezése, megszervezése és lebonyolítása a közös munka középpontjában áll. Ezeken a közösségi programokon csúcsosodik ki mindaz, ami mozgatja a csapatot, és az is, amelyen élményt jelent az iskola többi tanulójának, nem beszélve a pedagógusokról és az iskola többi munkavállalójáról. Éppen ezért javasolt kellően átgondolni, megvitatni, mi is legyen az az esemény (pl. flashmob, tanár-diák fesztivál, új sportágak bemutatása), ami az adott tanévben a zászlóshajója lesz az Aktív Iskola Tanulói Csapat tevékenységének, és úgy elhelyezni az éves programban, hogy minél többen és aktívabban tudjanak részt venni rajta.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Kreatív mozgásos események száma
- Fájlfeltöltés 1.: kitöltött sablon
- Fájlfeltöltés 2.: 2-2 fotó a megvalósult programokról!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Kreatív mozgásprogram szervezéséhez

Tanulói Csapat, program-kommunikáció

Aktív iskola tanulói csapat folyamatosan kommunikálja az Aktív Iskola program eseményeit.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves programtervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha a Tanulói Csapat röviden ismerteti a program keretében folytatott kommunikációját, a kitöltött sablont feltölti.

Célja: Az iskolapolgárság tájékoztatása az Aktív Iskola eseményeiről, aktualitásairól.

Leírás: Az Aktív Iskola program rendszerben képes hatással lenni a tanulók és a pedagógusok mindennapjaira, aminek egyik eleme a program megvalósulásával kapcsolatos folyamatos kommunikáció. A Tanulói Csapat mindenkor feladata, hogy online és offline kommunikációs csatornákon keresztül számoljon be a program előrehaladásáról, a tanév során rendszeresen informálja a tanulókat és pedagógusokat, továbbá – nem mellékesen – kérje ki a véleményüket, motiválja őket a részvételre és egyéb aktivitások elvégzésére. Hatékony kommunikációs eszközként szolgálhat, ha az iskola sulirádiót, iskolaújságot működtet, amelynek aktív szerkesztői a Tanulói Csapat tagjai is.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

A sablondokumentum kitöltésével mutassátok be, milyen formában, milyen tartalommal valósította meg az Aktív Iskola Tanulói Csapat az általa szervezett mozgásos aktivitások és/vagy az Aktív Iskola program más eseményeinek kommunikációját.

A legjobb, ha a beszámolót a Tanulói Csapat tagjai készítik el.

Töltsd fel az elkészített dokumentumot, valamint fotót, egyéb fájlt a megvalósulásról

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Folyamatos kommunikációhoz

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói Csapat, diáksport-esemény szervezése

Az Aktív Iskola Tanulói Csapat aktívan, önállóan részt vesz iskolai szintű diáksportesemények szervezésében és lebonyolításában tanévente legalább 2 alkalommal (ESSD, OSD, iskolai sportnap, European Mile).



Sávós pontozás:

- Ha a Tanulói Csapat a tanév során 2 diáksportesemény szervezésében és lebonyolításában vett részt: 300 pont
- 3 diáksporteseményen való közreműködésért: 400 pont
- 4 vagy több sportesemény szervezésében és lebonyolításában való részvétel: 500 pont

A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves program tervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha a tanulói csapat röviden ismerteti, hogy mely iskolai szintű diáksportesemény szervezésében és lebonyolításában vett részt, és a kitöltött sablont feltölti.

Leírás: Az Aktív Iskola programban számos olyan egész iskolát érintő diáksportesemény szerepel, ami kiváló lehetőséget teremt a tanulók bevonására az esemény megszervezése és lebonyolítása során. A tanulók bevonására a kezdeti ötleteléstől kezdve a konkrét tervezésen át, magán a lebonyolításon túl egészen az eseményt követő értékelésig számos lehetőség nyílik, és szeretnénk is bátorítani mindenkit, hogy minél több feladatban találja meg akár az Aktív Iskola tanulói csapat, akár más tanulók bevonásának a helyét. Fontos azonban kiemelni, hogy a tanulók bevonásának szintjét és mélységét számos tényező befolyásolja: életkor, érzelmi és szociális érettség, szervezői tapasztalat, a segítő pedagógus felkészültsége, tapasztalata a tanulókkal való együttműködésben, az iskola általános hozzáállása az önkéntességhez, stb. Az Aktív Iskola Tanulói Csapat részvétele az adott esemény megszervezésében és lebonyolításában kihívást jelentő, de teljesíthető feladatokat jelentsen a résztvevőknek. Azt javasoljuk a szempont megvalósításánál, hogy egy-egy programelemet a Tanulói Csapat önállóan, a szervezéstől, a lebonyolításon át az értékelésig valósítsa meg (pl. iskolai sportnapon belül házi sportbajnokság – csocsó, foci stb.).

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Az űrlapon add meg, hogy a tanév során hány iskolai szintű diáksportesemények szervezésében és lebonyolításában vett részt a Tanulói Csapat, és töltsd fel a szakmai szemponthoz kapcsolódó, kitöltött dokumentumsablont, amely bemutatja, hogy a Tanulói Csapat hogyan, milyen tevékenységeken keresztül működött közre a diáksportesemények megvalósításában.
- Tölts fel a megvalósult program(ok)ról 2-2 fotót is!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Részvétel nagy esemény szervezésében

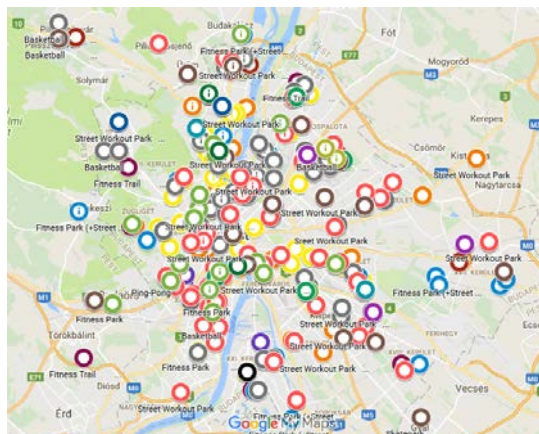
Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói Csapat, sportlehetőségek feltérképezése

Az Aktív Iskola Tanulói Csapat összegyűjti és közzéteszi az iskola körzetében elérhető sportolási lehetőségeket.

200 PONT



A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves program tervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola digitális formában (kép) dokumentálja az elérhető sportolási lehetőségeket, a kitöltött sablont feltölti.

Célja, egy olyan adatbázis létrehozása, amelyből az iskolába járó tanulók megismerhetik a környék sportolási lehetőségeit.

Leírás: Az Aktív Iskola programban az Aktív Iskola Tanulói Csapat afféle olvasztótégelye a sporttal kapcsolatos közösségi tevékenységeknek, tudásnak. Ennek fontos eleme egy olyan lokális tudásbázis létrehozása, ahol a környéken fellelhető sportolási lehetőségek vannak összegyűjtve. Ez lehet sportegyesület, amatőr sportklub (pl. fitnesszterem), szabadtéri kondipark, játszótér, futballpálya, uszoda, stb., egyszerűen bármi, ami a tanítási időn túl mozgásos aktivitásra ad lehetőséget a tanulóknak (és közvetve a családjuknak). Javasoljuk, hogy a Tanulói Csapat tagjai készítsenek erről egy helyszín-ajánló poszttert/térképet, amit az iskola közterében láthatóvá tesznek.

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- a kitöltött dokumentumsablon és
- a térképről, posztterről! készült egyéb fájl feltöltése

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Sportolási lehetőségek gyűjtéséhez

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói Csapat, aktív szünetek megvalósítása

Aktív Iskola Tanulói Csapat rendszeresen közreműködik az aktív szünetek megvalósításában.

400 PONT

A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves program tervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha tanévente 10 (lehetőség szerint havonta legalább 1) alkalommal aktívan közreműködik az Aktív Iskola Tanulói Csapat a mozgásszünetek szervezésében.

Célja, a tanórák közötti szünetek mozgásos, aktív eltöltése, ami jótékonyan hat az agyműködésre, a közösség és az iskola általános hangulatára egyaránt.

Leírás: A tanórák mozgásos értelemben inaktív jellegének mozgásos játékokkal, feladatokkal történő megszakítása számos, klinikailag bizonyított pozitív hatással jár. Felgyorsul a keringés, ezáltal több oxigén jut az agyba; az örömteli, fel szabadult, közös játék olyan hormonokat szabadít fel, amelyek jó érzéssel töltik el az embert, végső soron segíti a nap további teljesítményét. Az aktív szünetek megvalósítása remek példa erre, ráadásul ez kiváló terep az Aktív Iskola Tanulói Csapat bevonására is. A szünet során rendelkezésre álló 15, esetleg 20 perc sokkal hatékonyabban kihasználható, ha az szervezeten történik, legyen szó a ki- és elpakolásról, a játéktérület kijelöléséről, egyéb szervezési feladatokról. Az aktív szünetek lehetnek általánosak (pl. a sportbox szabad használata), de lehetnek tematikusak is (pl. Aktív Iskola Tanulói Csapat szervezésében „tollaslabdát levegőben tartó minibajnokság”), ráadásul a különböző aktivitás ötletek kipróbálására is lehetőséget adhatnak. Hasznos lehet, ha a Tanulói Csapat feltérképezi a tanulótársak körében, hogy milyen aktivitásokra van igényük, milyen programokon vennének részt szívesen a szünetekben.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- tanulói csapat által szervezett aktív szünetek számának megadása
- a sablondokumentum kitöltésével annak bemutatása, milyen mozgásos aktivitásokat szervezett az Aktív Iskola Tanulói Csapat az aktív szünetekben. (Legalább 10 mozgásszünet programjáról kellett gondoskodnia a Csapatnak.)
- Fényképfeltöltés (eseményenként 1-1)

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásra ösztönző iskolai környezet – Eszköztár

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói Csapat, szurkoló- toborzás

Aktív Iskola Tanulói Csapat iskolai szurkolókat toboroz sporteseményekre.

200 PONT

A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves programtervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola digitális (kép, videó) formában dokumentálja hogyan valósult meg a szurkolói toborzás a Tanulói Csapat közreműködésének eredményeként.

Célja, az iskolai közösség erősítésének támogatása a szurkolótábor létrehozása által, a sport mint érték közvetítése, a nemzeti öntudatra nevelés erősítése.

Leírás: A fontosabb sportesemények (pl. Eb, vb, Diákolimpia®, tanulótárs fontos verse) cél és lehetőséget adnak a sportolónak és az értük szorítóknak a közösséghez tartozás, a másik iránti elköteleződés élményének megélésére. A tanulótársak, pedagógusok közös szurkolása során lehetőséget teremtünk a kulturált szurkolói magatartás elsajátítására is. A szurkolói csapat tevékenysége megvalósulhat személyes részvétellel, de akár szurkolói videó, poszter, transzparens elkészítésével is támogathatják kedvenceiket a tanulók. A Diákolimpián részt vevő tanulótársak támogatása kiemelt fontosságú az iskolai közösségépítés szempontjából is.



Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Töltsd fel a kitöltött dokumentumsablont, valamint
- tölts fel egy fotót vagy rövid videót, esetleg egyéb dokumentumot a Tanulói Csapat által toborzott szurkolótábor tevékenységéről!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Szurkolók toborzásához

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Tanulói csapat, tanulói igények feltérképezése

Aktív Iskola Tanulói Csapat feltérképezi és begyűjti az iskola mozgásos tevékenységeivel kapcsolatos tanulói igényeket és ötleteket.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szempont megvalósításának előfeltétele, hogy az iskola Tanulói Csapatot szervez, akikkel éves programtervet készít (lásd „Az iskola létrehoz egy sport általi önkéntességgel foglalkozó csapatot – az Aktív Iskola Tanulói Csapatot –, amely éves programtervet készít.” című szempont). A szakmai szempont akkor teljesül, ha az iskola rövid dokumentációval bemutatja miként valósult meg a tanulói igények és ötletek feltérképezése a tanulói csapat által, és feltölti a kitöltött sablont.

Célja az iskolapolgárság igényeinek megismerése, ötletek és javaslatok gyűjtése a mozgásos programok kapcsán, amiket a Tanulói Csapat felhasználhat a további tevékenysége tervezésénél.

Leírás: Az Aktív Iskola Tanulói Csapat szerepe több szempontból is különleges az Aktív Iskolává válás során. Ezek közül az egyik legfontosabb, hogy információs csatornát képez az iskola tanulói és az iskola működtetői, valamint a pedagógusok között. Ez az információáramlás optimális esetben kétirányú, hiszen csak ebben az esetben várható el, hogy az Aktív Iskola koncepciója fenntarthatóan megvalósuljon. Ennek a legkézenfekvőbb megvalósulása az iskolapolgárság ötleteinek, igényeinek, javaslatainak feltérképezése, összegyűjtése. Ez történhet online és offline módon (Google Forms, javaslatdoboz, stb.), és célszerű bevonni a már működő iskolán belüli megoldásokat (pl. DÖK-e-mailek). Fontos, hogy az összegyűjtött javaslatokat a Tanulói Csapat értékelje és felhasználja a programjaik további tervezéséhez, ezért ajánlott a tanév elejére időzíteni a szempont megvalósulását.

Informatikai rendszerből elérhető hasznos linkek:

- A TE IS Program kiadványai

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Az igények feltérképezéséhez kapcsolódóan a kitöltött dokumentumsablon, esetleg további kép, egyéb dokumentum feltöltése

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Tervezési sablon az Aktív Iskola Tanulói Csapat számára – Igényfelméréshez, ötletgyűjtéshez

Az Aktív Iskola Tanulói Csapat sportfesztivált szervez felnőtteknek

Az Aktív Iskola Tanulói Csapat sportfesztivált szervez a tantestület és a szülők aktívizálásával.



300 PONT

A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az Aktív Iskola Tanulói Csapat a tanév során legalább egy alkalommal, minimum 1 órás időkeretben, sportfesztivált szervez a tantestület és a szülők számára.

Célja, a Tanulói Csapat szervezésében a teljes iskolai közösség mozgásra ösztönzése kreatív, változatos és élményközpontú aktivitások biztosításával.

Leírás: Az Aktív Iskola Tanulói Csapat Hete a tanév zárásaként biztosítja a felszabadult, élménnyel teli mozgásos aktivitásokat a tanulók számára, ezen túlmenően a Csapat is megmutathatja egész éves munkájának gyümölcsét. A Tanulói Csapat tagjai törekedjenek olyan mozgásprogramok, aktivitások szervezésére (amelyeket a tanév során akár már korábban meg is valósítottak), ahol a tanulók és a tantestület aktivizálása is egyaránt előtérbe kerül, valamint tükrözik az Aktív Iskola program egész tanévet átívelő sokoldalúságát és komplexitását. Javasoljuk, hogy a Tanulói Csapat tartson irányított, mozgásos aktivitásokat a szünetekben, vagy szervezzen tanár-diák mérkőzéseket, sportfesztiválokat. A közös élmények szerzésére jó lehetőség egy Just Dance verseny, vagy egy tánco, Görkori-Roller Disco. A „No Házi” programelem során pedig egész héten mentesülhetnek a tanulók a házi feladatok alól, amennyiben mozgásos feladatokkal váltják ki azokat. Zárhatjátok a hetet egy különleges futófesztivállal, mint a Color Run, és díjazhatjátok a tanév során kiemelkedő sporteredményeket vagy a témahetek során meghirdetett versenyek legjobbait is. A lehetőségek tárháza és a gyerekek kreativitása végtelen, bízzatok a gyerekekben, és segítsétek őket a megvalósításban! Ne feledjétek év végén kiemelni és megjutalmazni őket a közösségért tett munkájukért!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- Dokumentumsablon feltöltése, mely tartalmazza, milyen módon valósította meg a Tanulói Csapat a felnőtteket megmozgató sportfesztivált. (A legjobb, ha a beszámolót a Tanulói Csapat tagjai készítik el.)
- Legalább 1 fotó az eseményről

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Mozgásalapú tanulási lehetőségek a közismereti tárgyak oktatásában – ötlettár az aktív tanuláshoz

Aktív Iskola Tanulói Csapat Hete

Az Aktív Iskola Tanulói Csapat tanévente 1 alkalommal megvalósítja az Aktív Iskola Tanulói Csapat Hetét.

300 PONT



A teljesítés feltétele: A szakmai szempont akkor teljesül, ha az Aktív Iskola Tanulói Csapat a tanév során megszervezi az Aktív Iskola Tanulói Csapat Hetét.

Célja a Tanulói Csapat szervezésében a teljes iskolai közösség mozgásra ösztönzése kreatív, változatos és élményközpontú aktivitások biztosításával.

Leírás: Az Aktív Iskola Tanulói Csapat Hete a tanév zárásaként biztosítja a felszabadult, élménnyel teli mozgásos aktivitásokat a tanulók számára, ezen túlmenően a Csapat is megmutathatja egész éves munkájának gyümölcsét. A Tanulói Csapat tagjai törekedjenek olyan mozgásprogramok, aktivitások szervezésére (amelyeket a tanév során akár már korábban meg is valósítottak), ahol a tanulók és a tantestület aktivizálása is egyaránt előtérbe kerül, valamint tükrözik az Aktív Iskola program egész tanévet átívelő sokoldalúságát és komplexitását. Javasoljuk, hogy a Tanulói Csapat tartson irányított, mozgásos aktivitásokat a szünetekben, vagy szervezzen tanár-diák mérközéseket, sportfesztiválokat. A közös élmények szerzésére jó lehetőség egy Just Dance verseny, vagy egy táncos, Görkori-Roller Disco. A „No Házi” programelem során pedig egész héten mentesülhetnek a tanulók a házi feladatok alól, amennyiben mozgásos feladatokkal váltják ki azokat. Zárhatjátok a hetet egy különleges futófesztivállal, mint a Color Run, és díjazhatjátok a tanév során kiemelkedő sporteredményeket vagy a témahetek során meghirdetett versenyek legjobbait is. A lehetőségek tárháza és a gyerekek kreativitása végtelen, bízzatok a gyerekekben, és segítsétek őket a megvalósításban! Ne feledjétek év végén kiemelni és megjutalmazni őket a közösségért tett munkájukért!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

- A sablondokumentum kitöltésével annak bemutatása, milyen módon valósult meg az Aktív Iskola Tanulói Csapat Hete. (A legjobb, ha a beszámolót a Tanulói Csapat tagjai készítik el.)
- Legalább 3 fotó az eseményorozatról!

Informatikai rendszerből letölthető háttéranyagok, segédletek:

- Nincs

JOKER – Tanulói bevonódás

JOKER

100 PONT



Mozgásba hoz

Van egy jó gyakorlatotok a tanulói bevonódás dimenzióhoz kapcsolódóan, de nem találjátok a kínált szempontok között? Ossz meg velünk, és mi értékeljük, esetleg a jövőben beépítjük a rendszerbe!

Dokumentációs elvárás:

Online űrlap típusú dokumentáció:

Írd le az általad megvalósított gyakorlatot olyan formában, ahogyan a szakmai szempontok leírásai a rendszerben olvashatóak!

Szükséges adatok:

- Cím
- Rövid cím
- Cél
- Leírás
- Javasolt dokumentáció