



Ikt.sz. B/ U/ 226/ 2018

Tevékenység szakmai beszámoló

Tevékenység kódja, címe: VM.

Választható önállóan támogatható tevékenységek

A személyiség érését és a gyermek szocializációját elősegítő foglalkozás V/1 Háztartásban

Foglalkozásvezető (k) neve: Deák Imréné, Czene Mária

Célja: Életre való nevelés, és az egészséges életmód megismerése. Népi hagyományok felelevenítése.

Óraszám összesen: 13

A tevékenység időkerete: 1 óra

A tevékenység résztvevői köre, és tapasztalat: Magyarbánhegyes Lakóotthonban élő gyerekek vettek részt a tevékenységben. Jól érezték magukat a gyerekek.

A tevékenység helyszínének bemutatása, tapasztalat:

1. Magyarbánhegyes Tájház
2. Helyi orvosi rendelő
3. Helyi gyógyszertár
4. Helyi posta
5. Ételmíster és ruházati bolt
6. Kalocsa Rózsa Művelődési Központ

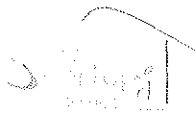
A tevékenység tematika egységenkénti célja, részóraszám, alkalmazott módszerek, a megvalósítás eredményei, tapasztalatai:

1. Régi népi hagyományaink megismerése, tárgyi eszközök megtekintése és kipróbálása. A népi hagyományok gazdag tárházából a gyermekek korának és fejlettségi szintjének megfelelően a gyermekek számára örömteli ingereket, élményeket adó és cselekvésre készítő elemek kiválogatása, azok beillesztése a nevelési folyamatba.
2. A helyi szakorvosi rendelő által üzemeltetett szolgáltatás, ahol a szakemberek minden beteget ellátnak. Eszközök bemutatása a szakasszisztens által.
3. Gyógyszerek kiváltása és nyomon követése.
4. A mindennapi életben előforduló szolgáltatók által kiküldött papírok, csekkek helyes kitöltése.
5. Az életre való nevelés a mindennapokban használt fizető eszköz helyes, takarékos beosztása, elköltése.

1. tematika egység/téma: 2*60

Népi hagyományok felelevenítése: Nemezelési technikával labda, virág, állat, készítése egyéni választás alapján. Csuhé felhasználásával kosárka, virág, állat készítése. Mai használatos tárgyak, dísz tárgyak, ajándék készítése.

Cél: Alapanyagok megismerése, felhasználásának eredete, technikája. Minél szélesebb körben megismerkedtek a gyermekek a természetes anyagok felhasználásával.



2. tematika egység/téma: 7*60

Háztartástan a mai világban: Közösségi tevékenységbe való bevonás, egy-egy tevékenységnek való elidőzés. Megismerni a mai világban elterjedt, korszerű eszközök helyes és biztonságos használatát felügyelettel. Termékismeret bővítése, a kreatív tevékenység bevonásával. Egészséges életmód kialakítása, életre való nevelés. PI: Egészségügyi problémákkal küzdő társainak diétásan előállított menü.

Megszokott mindennapi környezet, amelyben élnek és ott tudják hasznosítani a mindennapjaikban a foglalkozás során tanultakat.

Eszközök: Gáztűzhely, mosógép több funkciós robotgép, edénykészlet, evőeszközkészlet, 18 db-os étkészlet, mikró hullámú sütő, digitális mosógép. Tepsik, fakanál, Gofri sütő, Muffin sütő, kekszszütő, forma. Pohár készlet, mikrohullámú sütő, olajsütő, konyhai mérleg (Digitális), keverő tálak, mérőedények. Ezek a modern háztartási eszközök használatával megismerkednek a gyermekek. Megtanulnak főzni, sütni.

Elsajátítják a modern háztartási eszközök biztonságos kezelését.

3. tematika egység/téma: 4*60

Szocializáció elősegítése. Mindennapi tevékenységek elsajátítása: Normál és különleges gyermekeknek, és fiatal felnőtteknek az önálló életvitel elősegítése. Ezen tudás ismeretével segítsük a gyerekeket és fiatal felnőtteket a mindennapi életbe való beilleszkedéshez. A napi rutin kialakítása, orvosi ellátás, környezetünkben mi hol található. Ismereteik bővítése.

- Önálló életvezetés segítő gyakorlati tevékenysége.
- Háztartástan ismeretek

Részóraszám: 2 x 60 perc
7 x 60 perc
4 x 60 perc

A feldolgozás során alkalmazott módszerek:

1. Kimozdulás a mindennapi környezetből
2. Megismerhették a korszerű eszközökkel való gyógyítást.
3. Helyi gyógyszerár megismerése, látogatása
4. A mindennapokban használt nyomtatványok kitöltése.
5. Élelmiszer és ruházati bolt látogatása, megismerése
6. Megismerni a mai világban használatos modern eszközök helyes használatát.
7. Megfigyelés, bemutatás.

A megvalósítás eredményei:

Önálló életvitelre motiváció, az érett személyiség kialakulásának alapjai letették. Családi életre való alkalmasság – háztartás önálló vezetése. Mindennapi háztartási tevékenységek, feladatok elvégzése. A gyermekek lehetőségei az élet minden területére, bővült önfenntartó képesség fejlődött.

A környezetük számára pozitív kisugárással közvetítik a néphagyomány által megtapasztalt értékeket. Érdeklődéssel, szeretettel fordulnak a néphagyományok, népszokások felé. Ismerik a jeles napokhoz, ünnepekhez kötődő népszokásokat. Megértik a népi nyelvezet sajátosságait, kellő ismerettel rendelkeznek a népi mondókák, dalok, mesék tárházából. Alapvető ismereteik vannak a tárgyi hagyományokból, a népi díszítőművészetből.

A megvalósítás tapasztalatai:

Hasznos időtöltés volt, tapasztalatokat bővítettek, érdeklődésük felkeltődött. Eszközök biztonságos használata felügyelettel megfelelő. Termékismeret bővítése a kreatív tevékenységek bevonásával. Életre való nevelés, és az egészséges életmód kialakítása. Egészségügyi

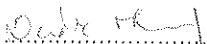



problémával küzdő társainak diétásan előállított menü. Termékválaszték ismertetése a diétás menühöz.

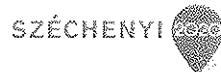
Nem csak a modern, de a minden napokban használatos eszközök használata gyakorlatiasan. A megszerzett tapasztalatok elsajátítása után a megszokott környezetben alkalmazott gyakorlat. Kialakult a hasznos szabadidő fejlesztő hatású kitöltésének igénye.

Örömmel, szívesen játsszák az ünnepekhez kapcsolódó játékokat, énekeket, verseket, alakoskodásokat. Szívesen nézegetnek népi alkotásokat, hallgatnak népzenet. Nyitottak és érzékenyek környezetük esztétikai értékei irányt. Kreativitásuk és nyelvi kifejezőképességük az életkoruknak és egyéni képességeiknek megfelelő. Motoros koordinációjuk, ritmikus mozgásuk a hagyományok által megismert dalok, zenék, énekes játékok megismerése és alkalmazása révén kialakult. Esztétikai érzékük megfelelő a népművészeti tárgyak készítése, díszítése által.

Dátum: 2018.12.20.


Foglalkozásvezető aláírása


Foglalkozásvezető aláírása



Ikt.sz: B/ 41-....335....2018.

Tevékenység szakmai beszámoló

Tevékenység kódja, címe: V2, Pajtás- négy lábú segítőink

Foglalkozásvezető (k) neve: Chis Krisztián

Célja: Általános célok: - egyes résztvevők zárkózottságának, elszigetelődésének csökkentése; szociális képességek fejlesztése,

Óraszám összesen: 14

A tevékenység időkerete: 7 x 2 óra (45 perc)

A tevékenység résztvevői köre, és tapasztalat: 8, lakásotthonban nevelkedő fiatal.

A tevékenység helyszínének bemutatása, tapasztalat: Békés Város Állatmenhely, Békési Lakásotthonok.

A kutyával való foglalkozás spontán hatásai

A stressz enyhítése- kutyák társaságában nyugodtabbá válnak a gyermekek, melynek hatására a problémamegoldó képesség javul. A vérnyomást normalizálják. A gyerekek sokkal felszabadultabban oldanak meg nehéz feladatokat is a kutya társaságában, hiszen a kutya jelenléte leveszi róluk a terhet, azt hogy a teljesítés a fő cél.

Társra találás- ragaszkodó és kitartó társat találhatnak benne, ha jól bánnak velük, hiszen kutyáink feltétel nélkül elfogadnak bennünket. Ha a gyermek szeretettel közeledik az állat felé, minden találkozás után egyre jobban tapasztalhatja a kutya barátságát. A kutya egyre többet kezdeményez kapcsolatot a gyermekkel, egyre többet csóválja farkát és utasításaira is figyelni kezd.

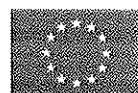
Szociális katalizátorok- a kutyák szociális katalizátorokként vesznek részt, hiszen megkönnyítik a kapcsolatteremtést, de több konfliktust is előidézhetnek, hiszen vannak nem állatszerető emberek, akiket már a kutya jelenléte is zavar. A terápiás foglalkozások alatt mélyül a társakkal való kapcsolat a

EFOP 1.2.7-16-2017-00018. „Útravaló” a Békés Megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő ellátottak részére
Kedvezményezett: BM. Szociális, Gyermekvédelmi Központ és Tegyesz 5600 Békéscsaba, Degré u. 59.
e-mail: bekes.szgyk@fago.hu; www.fago.hu

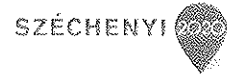


MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



közös élmény hatására. Ezen kívül az állattartó emberekkel is el tud beszélgetni, hiszen ő is tapasztalatokat szerez a kutyával való bánásmódról.

Empátiás készségek fejlesztése- az állatokkal leginkább, testbeszéddel tudjuk a kapcsolatot felvenni, ezáltal az emberek nonverbális kifejezésére is érzékenyebbé válhatunk. A mai világban a testbeszéd nagyon háttérbe szorult. Számítógépen, telefonon és más elektromos készülékeken minden információt át tudunk adni beszélgetőpartnereinknek. Közben észre sem vesszük, hogy mimikánk, gesztusaink egyre jobban tűnnek el, és képtelenek vagyunk megfigyelni a lelki állapotokat szavak nélkül. A kutyával való beszéd a testbeszédre épül, melynek minél kifejezőbbnek kell lennie, ahhoz, hogy a kommunikáció zavartalanul alakuljon.

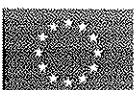
A természet iránti vonzalom fejlődése- akik, állatok nélkül elvesznek a számítógép, autó, vagyis a modern világ vívmányaiban és távol kerülnek a természettől, könnyebben is teszik azt tönkre. A kutya segítségével megtanulják, a többi élőlényt tisztelni.

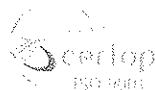
Biztonság érzete- biztonságot nyújt a gyermek számára, hiszen a kutyának nincsen fontos elfoglaltsága és nem labilis a hangulata. A kutya kiszámítható és mindig lehet rá számítani, ha az ember megfelelő odafigyeléssel és örömmel foglalkozik vele. A kutya a gyermek kezdeményezéseit mindig örömmel fogadja, kivéve, ha az a kutyának fájdalmat okoz. A fájdalom okozójával szembeni reakciója a félrevonulás és nem a támadás.

Irányító szerep gyakorlása- a gyermek viselkedésére folyamatos visszajelzést kap a kutyától. Végre egy élőlény, melynek ő is parancsolhat és utasításokat adhat. A hatalmi pozíció gyakorlása viszont nem marad válasz nélkül. Ha a gyermek túllépi a határt, a kutya félrevonul és kerüli a társaságát. Tehát ha a gyermek újra „jóban szeretne lenni” a kutyával, meg kell találnia a megfelelő bánásmódot.

Célok: -

- *Pszichés funkciók /* érzékelés, észlelés, emlékezet, figyelem, gondolkodás/ fejlesztése.
- *Motoros funkciók fejlesztése:* nagy mozgások, finommozgások koordinációja, helytelen mozgások korrekciója, adekvát mozgások kialakítása, tartási hibák csökkentése, egyensúlyérzék, ütemritmusérzék fejlesztése.
- *Az érzelmi-, akaratit élet, a viselkedés, a magatartás, a cselekvés pozitív irányú befolyásolása.* - Önállóságra való nevelés. - A célcsoport életkorának megfelelő fegyelem, kitartás céltudatosság, felelősségérzet, a kötelességtudat kialakítása.





A tevékenység a következő célok mentén illeszkedik a projekt és az EU OP-s célokhoz

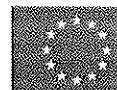
- Munkaerő-piaci esélyek növelése érdekében a célcsoport ismeretei és tapasztalatai bővülnek, megfelelő pályaválasztás elősegítése, munkaerőpiac megismerése, munkagyakorlat szerzése által.
- önálló életvitel eléréséhez szükséges motiváció, autonómia, az érett személyiség kialakulása és a sikeres társadalmi integráció az önálló életvitelre, a családi életre való alkalmasság kialakítása, fejlesztése
- az ellátottak önfenntartó képességének fejlesztését, felkészítését is célozza annak érdekében, hogy a gyermekek és fiatalok lehetőségei az élet minden területén bővüljenek.
- életkori sajátosságokra épít
- szociális kompetenciák kialakítását, erősítését is szolgálja, azt a kiemelt célt, hogy az ellátottak önálló életvitelre, a családi életre való alkalmassága kialakuljon, fejlődjön.
- A személyiségfejlődést szolgáló lehetőségekkel
 - A célcsoport családi kapcsolatai erősödnek.
 - A komplex programokon keresztül védettebbé válnak a külvilág káros hatásaival szemben.
- Kialakul a szabadidő hasznos, fejlesztő hatású kitöltésének igénye, az önkéntes tevékenységek megismerése

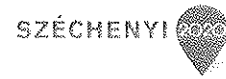
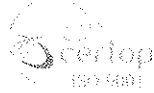
A tevékenység tematika egységenkénti célja, részóraszám, alkalmazott módszerek, a megvalósítás eredményei, tapasztalatai:

1. alkalom és téma: Menhely megismerése. Információnyújtás arról, hogy mit kell tudni a menhelyen élő kutyákról

A gyermekek többsége vonzódik az állatokhoz. Szeretnék őket megfogni, irányítani, megismerni. Pozitív kapcsolat alakult ki kutya és a foglalkozásokon résztvevők között- a kutyával történő kapcsolatteremtés képességének fejlesztése révén valósult meg az emberekkel (társakkal és idegen személyekkel egyaránt) - szociális képességek fejlesztése.

Óraszám 2 óra





2. alkalom és téma Bevezetés az állattartás rejtelmeibe. Menhelyen élő kutyák megismerése.

Óraszám 2 óra

A kutyák viselkedésének megértése, emberi viselkedéssel való összehasonlítása- ennek következtében csökkentek egyes résztvevők állattal kapcsolatos félelmek és ellenérzéseik – azáltal hogy megfigyelhették az érzelmek változásait, ez hozzájárult empátiás képességeik fejlesztéséhez.

3. alkalom és téma: Kutyák gondozása, etetése, fürdetése, kenel takarítás.

Óraszám 2 óra

Ismeretek bővítése az állatról, az állattartásról, a kutya viselkedéséről és állatgondozásról. A gyermek kutyával való kapcsolata során fokozatosan ismeri meg az állattal kapcsolatos jellemzőket. Valós kép alakult ki bennük az állatról és nem a TV, képek és szülők reakciójának és elmondásának hatásai befolyásolják a gyermekben a kutyáról kialakult képet. Ez elősegítette idegen állattal való helyes viselkedés elsajátítását.

4. alkalom és téma: Kutyák pórázon történő vezetése a menhely területén belül. Meg kell tanítani a gyermeket arra, hogyan hívja magához, hogyan simogatja a kutyát, kötődés kialakítása.

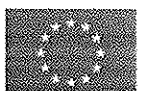
Óraszám 2 óra

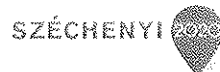
A feladatokban való részvétel igényének erősítése a kutya részvételével. A foglalkozások alatt a tevékenységek és érzelmek szóbeli kifejezése- kommunikációs képesség fejlesztése, - az állat jelenlétében fellépő vagy más okokra visszavezethető stressz csökkentése.

5. alkalom és téma: Közös játék a kutyákkal.

Óraszám 2 óra

Cél volt, hogy feladatok megoldásán keresztül minél több sikerélményben legyen részük, örömeik a játékban, valamint a kutyával való kapcsolat során ismereteket szerezzenek a kutya viselkedéséről, életmódjáról, gondozásáról, de figyelmet fordítva arra is, hogy eközben a gyerekeknek reális kép alakuljon ki önmagáról, a résztvevők személyisége fejlődjön.





6. alkalom és téma: Kutyák pórázon történetének vezetése szabadban.

Óraszám 2 óra

Az állattal való folyamatos kontaktus során a gyermekek megtanultak, megfelelően bánni az állattal. Cél volt egy olyan magatartásforma kialakítása, mely lehetővé teszi, hogy a kapcsolat során mind a két fél jól érezze magát.

A társállatok jelenléte képes volt felerősíteni a felelősséget, illetve az empátiát a gyerekekben, elősegítette a szociális készségek megerősödését, sőt, önbizalmuk is növekedett, ezáltal. Kiemelkedhetett alárendelt szerepéből a kutyával való kapcsolata során.

7. alkalom és téma: Kötetlen foglalkozás (gondozás, séta, játék)

Óraszám 2 óra

A kutyás foglalkozások játékos keretek között zajlottak és a játék örömforrás. A cél a kutyával való, játék volt. Ezen kívül a feszült gyermek is könnyebben feloldódott a kutya közelében. Kedvezően hatott a gyermekek kommunikációjára, hiszen a kutyával való játékos feladatok meghozták a kedvet a beszédhez.

Tapasztalatok

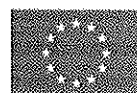
A foglalkozások időtartama alatt a következő hatásokat lehetett megfigyelni: a kutya jelenléte már önmagában oldotta a feszültséget, javította a hangulatot, motiváltabbá, nyitottabbá tette a gyerekeket.

A kapcsolatfelvételt, kapcsolat kialakítását ez mindenképpen elősegítette.

A kutya segített abban is, hogy a gyerekek megtanulják **társas helyzeteket jobban kezelni**, például ha valamit nem akarnak, akkor dühroham helyett inkább szóljanak, vagy ne sikítsanak bele a másik fülébe, ha éppen játszani akarnak valakivel. Ez annak tudható be, hogy a legtöbb szociális helyzet lemodellezhető a kutyák segítségével.

A **kötődéses kapcsolatokról** is kaphattak mintát a gyerekek. Azt tapasztalhatták, hogy a kutyához hozzá lehet bújni, ők megbocsájtanak nekik akkor is, ha helytelenül viselkednek.

A kutya, mint motiváció is igen jelentős erőforrásnak bizonyult. A kutyaterápia segített felismerni a gyerekek alapérzéseit, felismerni a félelmeiket.





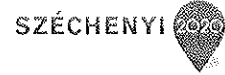
A kutyás foglalkozásokon keresztül a legzárkózottabb gyermekhez is közelebb kerülhettünk, a kutya simogatása önmagában véve is terápiás hatásúnak bizonyult. A túlmozgásos és agresszív gyerekeket nyugtatta, csillapította. A kevésbé aktív gyerekeket motiválta, cselekvésre, beszédre készítette a kutya, és az állattal való kapcsolatteremtés vágya.

A foglalkozások tapasztalataink szerint hozzájárultak a gyermekek alkalmazkodó képességének növeléséhez, ezáltal javítva pályaválasztási illetve munkaerő-piacon történő érvényesülésüket. Megtapasztalták, hogy minden megtanulható, elsajátíthatnak olyan ismereteket, amelyek révén könnyebben érvényesülhetnek és, hogy minden tudás, transzferálható más területekre is. Az önismeret elősegítése révén egy koherensebb én percepcióját serkentettük, amely pozitívan hat önértékelésükre, fokozva szocio- emocionális képességeik kibontakozását, amelyek elengedhetetlenek társas interakcióik során, megalapozandó a szociális normák elfogadását és a beilleszkedést, az aktuális környezethez való adaptációt.

Dátum:

Foglalkozásvezető aláírása





Ikt.sz: B/41-.....³³⁸.....2018.

Tevékenység szakmai beszámoló

Tevékenység kódja, címe: V3 Úszás

Foglalkozásvezető (k) neve: Tarcsi László

Vandlik Anikó

Ambrus Andrea

Papp Attiláné

Célja: Pályázati program keretében szeretnénk a lakásotthonban élő gyermekek számára úszásoktatást biztosítani. A gyermekek 70-80%-a nem, vagy nagyon gyengén tud úszni. Gyula város, a vizek városa, ezért fokozott veszélynek vannak kitéve a fiatalok, hiszen 500 méteren belül bármerre indul el, mély vizekkel találkozik. Célunk hogy ezt a hiányosságot pótolva, vízbiztonságot szerezzenek gyermekeink. Az életkori sajátosságokra építve a gyermekek személyiségfejlesztése, szocializációjának elősegítése az egészséges életmódra nevelés eszközeivel. A program során célunk hozzájárulni az érett személyiség kialakulásához, mely segíti a társadalmi integrációt. A projekt során a gyermekek társas kapcsolatai erősödnek, nő az egymás iránti odafigyelés. A szabadidő hasznos és tartalmas eltöltésével segítjük a gyermekeket egy kiegyensúlyozott élet eléréséhez. A program révén a részt vevő nevelőkkel, a résztvevő szakemberekkel a gyermekek kapcsolata átalakul, mely segíti az integrációt. A szabadidő hasznos eltöltése, tartalommal való megtöltése révén védettebbé válik a környezet káros hatásaival szemben. Az ilyen tevékenységeknek pozitív csoport összekovácsoló hatása van.

Óraszám összesen: 40 óra

A tevékenység időkerete: 2018. október 20. - 2018. november 24.

A tevékenység résztvevői köre, és tapasztalat: 40 fő gyermek (4 csoportra elosztva)

A tevékenység helyszínének bemutatása, tapasztalat: Magyarország egyik legismertebb fürdője, a Gyula Várfürdő. Ez az egy fürdő működik városunkban. A gyulai és eleki lakásotthonok számára, viszonylag könnyen megközelíthető. Az eleki lakásotthon gyermekei busszal tudták ezt a távolságot megtenni, mely 15 km-re van az otthonuktól. A többi résztvevő gyalogosan, sétálva könnyen közelítette meg.

A foglalkozásszervezők kíséretében érkeztek a megadott helyre, ahol öltözők és mosdók, zuhanyzók álltak rendelkezésre. Ezt koordinálva a felnőttek kísérték el a gyerekeket a medencéhez ahol az úszásoktatók várták őket. A medence fokozatosan mélyülő, vízmélység 40 cm -160 cm nagysága 500 m².

A tevékenység tematika egységenkénti célja, részóraszama, alkalmazott módszerek, a megvalósítás eredményei, tapasztalatai:

Az úszás hatásai talán az egyik legpozitívabbak az összes sportág közül. Nem csak testileg, lelkileg is jót tesz, egyrészt a sikerélmények miatt, amelyek a folyamatos tanulás során érnek minket, másrészt pedig, ha már biztonsággal mozgunk a medencében, akkor az megnyugtató, és jóleső kikapcsolódást nyújt. Az úszás hatásai révén

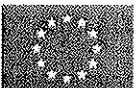
EFOP 1.2.7-16-2017-00018. „Útravaló” a Békés Megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő ellátottak részére
Kedvezményezett: BM. Szociális, Gyermekvédelmi Központ és Tegyesz 5600 Békéscsaba, Degré u. 59.
e-mail: bekes.szgyk@fago.hu; www.fago.hu



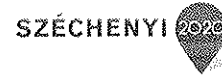
MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



megelőzhetőek az ülő életmód okozta negatív hatások, mint például a gerincferdülés és a rossz testtartás. Emellett az úszás segít a harmonikus izomzat, hajlékonyság és a megfelelő keringési rendszer kialakulásában.

1. tematikai egység:

A biztonságos úszás alapjainak elsajátítása, az uszoda házirendjének megismerése. Vízbiztonság kialakítása komplex feladat, mely a gyermekek részéről koncentrációt igényel. A levegővétel összhangja a fej víz alatt tartásakor, lebegés a vízben, siklás víz alatt. Víz alá merülve az érzékszervek is másként működnek. A gyermek, látás és hallás útján jut a legtöbb információhoz, a mozgásos információktól, az oktató egyéb utasításáig. A gyermek szemébe került víz zavarja a látásban és a figyelemkoncentráció csökkenéséhez vezet. Szemüveg nélkül, víz alatt homályossá válik a látás, szemüvegben viszont - víz fölött- változik a térbeli tájékozódó képesség. Egyszerű merülési feladatokkal és speciális szemkinyitást célzó gyakorlatokkal ez megszüntethető. Víz alatt tompul a hallás, fölötte pedig az úszósapka, a fülbe kerülő víz, a lefolyó zöreje, a víz csobogása, az uszoda magas zajszintje ugyancsak nehezítik a hallást. A házirend, a biztonságos úszás alapjainak megismertetésével, szeretnénk elérni, hogy a felnőtt életben a szabályok, köteleességek betartása fontossá váljon és beépüljön a személyiségébe, hogy a munkavállalás terén sikeresen megtalálják a helyüket.

2. tematikai egység:

Úszó mozgás gyakorlása: a mellúszás mozgásának megismerése, elsajátítása szárazföldön és vízben. A mozgásképzet kialakításának hatásos eszközei az úszásban az előkészítő és a rávezető gyakorlatok. Az előkészítő gyakorlatok az úszómozgás, illetve a mozgás egyes részeinek előkészítéséért felelősek (malomkörzés előre, hátra, stb.). Könnyedén beépíthetők a szárazföldi bemelegítés mozgásanyagába és ezáltal előkészítik az úszómozgás végrehajtását. A rávezető gyakorlatok az úszómozgás, illetve annak egyes mozzanatainak könnyített körülmények közötti végrehajtását jelentik. Az úszás alapjainak elsajátítása, alpműveletek gyakorlása, a fegyelem és a kitartás kialakulása, megerősítése, önálló életre nevelés fontossága, mivel ezek a felnőtt élethez elengedhetetlenek.

3. tematikai egység:

Úszás gyakorlása úszódeszkán: a begyakorlott mellúszás mozdulatainak gyakorlása úszódeszkák segítségével. A siklás gyakorlásának, úszódeszkával történő úszásnak és elsajátításának több szempontból van jelentősége. Egyrészt ez a későbbi mozgástanítás alapja, másrészt most először érzi a gyermek, a víz felszínén haladás, siklás élményét, először van sikerélménye az előrehaladás tekintetében.

4. tematikai egység:

Úszásgyakorlás: Úszódeszka nélküli mellúszás gyakorlása.

A mellúszás lábmunkája több szakaszra bontható. Egy passzív lábfelhúzásból, és egy aktív rúgómozdulatból. A passzív lábfelhúzás a lábszár felhúzásával kezdődik. A lábfej laza, lefeszített helyzetben, a csípővonalon belül (az áramvonalasság érdekében nem szélesebben) halad felfelé. Ezt követően a térdék elkezdenek egymástól távolodni, de az áramvonalasság érdekében vállvonalon belül maradnak. A hátrafelé irányuló rúgómozdulat első része még mindig passzív, a láb kifelé, hátrafelé mozog, a csípő folyamatosan behajlik. A mellúszás karmunkájának végrehajtását a szabályok rögzítik, így a kezeket a

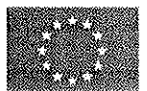
EFOP 1.2.7-16-2017-00018. „Útravaló” a Békés Megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő ellátottak részére
Kedvezményezett: BM. Szociális, Gyermekvédelmi Központ és Tegyesz 5600 Békéscsaba, Degré u. 59.
e-mail: bekes.szgyk@fago.hu; www.fago.hu



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



mellkastól együtt, a víz felszínén, az alatt, vagy a fölött kell előretolni. A könyököknek a víz alatt kell maradniuk, kivéve a célba érés előtti utolsó tempónál. A kezeket kiindulási helyzetükbe a víz felszínén, vagy az alatt kell hátravinni. A kezek a rajt és fordulók utáni első karütem kivételével nem vihetők a csípővonal mögé. A mellúszás karmunkája a lábtempóhoz hasonlóan, aktív és passzív szakaszokból áll. A karmunka egy passzív, kifelé irányuló húzómozdulattal kezdődik.

5. tematika egység/téma:

Úszás gyakorlása, a megtanult, elsajátított elemek biztonságos alkalmazása. Végezetül a játék, mely a nevelés egyik legeredményesebb eszköze. A fiziológiai hatáson kívül olyan pedagógiai, erkölcsi, szellemi tulajdonságokat fejleszt, melyek a mindennapi életben, a társadalomba való beilleszkedéshez nélkülözhetetlenek.

Játéktevékenység közben fejlődnek az értelmi, erkölcsi, akarati tulajdonságok, a közösségi és az egyéni nevelés is megvalósul. Játék során a nevelés, oktatás céljai is megvalósulnak. A játéknak, mint oktatási stratégiának jelentős szerepet tulajdoníthatunk az úszásoktatás folyamatában, annak is leginkább a vízhez szoktatási fázisában. A játék az ismeretfeldolgozás, az alkalmazás, és a rögzítés fázisában is jelentős szerepet tölt be.

Óraszám: Csoportonként 5 alkalom x 2 óra

A feldolgozás során alkalmazott módszerek:

1. szabálytartás kialakítása:

A szabályszerű, biztonságos úszás, úszási ismeretek elsajátítása.

Alkalmazott módszer: frontális munka, foglalkozásvezetői instrukció, csoportmunka munkáltató módszer, visszacsatolás

2. Ismeretbővítés:

- Az uszoda háziarendjének ismerete, és mellúszás alapjainak, elemeinek ismerete.

Alkalmazott módszer: frontális munka, foglalkozásvezetői instrukció, csoportmunka, egyéni munka.

A megvalósítás eredményei: Az úszás minden gyermek számára önfelelt kikapcsolódás volt. Sokat nevettek, tanultak az oktatás során. A szabályok kialakításában, a félelmek leküzdésében összpontosításban, céltartásban, akadályok problémák leküzdésében jelentős szerepe volt, hiszen volt olyan gyermek, aki félt a víztől zavarta, ha a szemébe csapódott egy két csepp, az oktatás során alkalomról alkalomra tapasztalható volt a biztonságosabb mozgásuk a vízi közegben.

Természetesen más szempontból is tapasztalható lesz jótékony hatása az úszásnak, mivel ez a tevékenység, kedvezően hat az idegrendszerre, serkenti az agyműködést, segíti a pihenést, és szellemi felfrissülést eredményez. Az úszásoktatást minden alkalommal nagyon várták a gyerekek, valószínű, hogy azért is mert ez egy olyan tevékenység, melyben nem tudnak gyakran részt venni. Több gyermek jelezte, hogy nem szeretnék abba hagyni ezt a tevékenységet, szívesen folytatnák az úszást akár hetente több alkalommal is.

A megvalósítás tapasztalatai:

Nagyon fontos a gyermekek számára a vízbiztonság kialakítása, a szabályok betartatása, mely későbbi életükben is javukra válhat. Az úszás örömteli élményt, kikapcsolódás volt a gyermekek és az őket kísérő felnőttek számára egyaránt.





A sport tevékenységek, főleg az úszás, jelentős mértékben hozzájárul az agresszió csökkentéséhez. Egészségmegőrző és fejlesztő funkcióján túl egyrészt ismeretbővítés, szabálytartási készségek, mozgáskoordináció fejlődésében is jelentős szerepe van. A gyermekek olyan tevékenység alapjait sajátíthatják el, mely akár későbbi életükre is hatással lehet. Ismereteket szerezhetnek, hogy szabadidejüket hogyan tölthetik el hasznosan, olyan tevékenységgel, mely hozzájárul az egészséges életmód kialakításához is.

A gyerekek az úszások során megismerkedtek más lakásotthon gyermekeivel is. Figyelniük kellett az úszoda házirendjére, az ott úszó vendégekre, így szociális kapcsolataik erősödtek, társadalmi integrációjuk fejlődött, mely alapja az érett személyiség kialakulásának. A célcsoport társas kapcsolatai erősödtek. A program rendszeressége, tartalmas, tanulással megtöltött kikapcsolódás révén, kialakult a szabadidő hasznos, fejlesztő hatású kitöltésének igénye.

A lakásotthonba dolgozó felnőttekkel a gyermekek kapcsolata kissé átalakult, mely révén pozitív nevelő hatások kifejtésének lehetőségével gazdagodott.

A hatékony program révén, szabadidejük tartalommal lett megtöltve, így kevesebb idejük maradt a külvilág káros hatásaira.

A pályázatban részt vevő külső szakemberek bevonásával, intézményen kívüli programokkal, nő a gyermekek társadalmi integrációja.

Gyula, 2018. december 04.

.....
Fanni László

Foglalkozásvezető aláírása

.....
Vendeli Anikó

Foglalkozásvezető aláírása

.....
Füzesi Anikó

Foglalkozásvezető aláírása

.....
Papp Attiláné

Foglalkozásvezető aláírása

.....
Foglalkozásvezető aláírása

SZÉCHENYI 2020

EFOP 1.2.7-16-2017-00018. „Útravaló” a Békés Megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő ellátottak részére
Kedvezményezett: BM. Szociális, Gyermekvédelmi Központ és Tegyesz 5600 Békéscsaba, Degré u. 59.
e-mail: bekes.szgyk@fago.hu; www.fago.hu



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE