



SZAKMAI BESZÁMOLÓ

NTP-TÁB-20-0030

KÓDSZÁMÚ PÁLYÁZAT

KIVONAT

Lakitelek-Tőserdőn
megvalósuló 6 napos tábor
bemutatása

Margit Bányásziné Lukács

Velünk mozdulj Diáksport
Egyesület Kiskőrös

Tartalom

1. Helyszín: Lakitelek-Tőserdő	1
2. Időpont: 2021. 06. 21-26.....	1
3. Céljaink megvalósulása.....	1
4. Szakmai tevékenységek.....	2
5. Rövid távú eredmények, a célcsoportra gyakorolt hatások	2
6. Együttes és fakultatív programok.....	2
7. Tapasztalataink.....	3
8. Példakép.....	3
9. Változások a programban.....	3
10. Média megjelenések.....	4
12. Támogató.....	4
13. Jelenléti ívek	5
14. Képes beszámoló.....	5
15. Képek jegyzéke	26

1. Helyszín: Lakitelek-Tőserdő

2. Időpont: 2021. 06. 21-26.

3. Céljaink megvalósulása

A tábor célja: Testi kieszettikus területen tehetséges fiatalok tábora Lakitelek-Tőserdőn. A tábor résztvevői között roma és/vagy fogyatékkal élők is voltak, akik rendkívül rossz szociokulturális környezetből, vagy intézetből érkeztek, és tehetségígéretet a sport területén. A kiváló adottságú környezetben, elsősorban ökölvívás, és futball területén kínáltunk lehetőséget a résztvevőknek. Szabadidős tevékenység keretében felkínáltunk erdei túrákat, uszodai látogatást, fitt-boksz-és thai-boksz edzést is. Ezen kívül Tiszaugon a kenuzás tudományába nyerhettek betekintést a résztvevők. A Holt-Tiszán csónak túra tette sokszínűvé programunkat. A Nemzeti Tehetség Program céljai között szerepel a hazai és a határon túli tehetséges tanulókat, fiatalokat támogató tehetségsegítő programok folyamatos működtetése. Célunk volt határon túli fiatalok bevonása is, de sajnos ez a pandémia miatt meghiúsult. Részvételükről személyes részvétellel tárgyalások folytak a bevonandó intézményekkel, de a COVID 19 vírus megelőzésére folytatott intézkedések miatt, az utolsó percben meghiúsult, amit sajnálattal vettünk tudomásul, de nem tudtunk mit tenni. Így Okland és Tornalja nem tudott eljönni a táborba.

Hatás: A résztvevők sportági (ökölvívás, futball) technikai tudása magasabb szintre emelkedett, kondicionális képességeik nőttek. Új sportágakat ismerhettek meg, mint kenuzás, csónakázás, úszás, thai-boksz, fitt boksz. Ügyességük, egyensúlyérzékük fejlődött a kerékpár ügyességi versenyeken. Új technikákat ismerhettek meg az elvárásfa, tábori szabályok, és pozitív gondolataik megfogalmazásával.

4. Szakmai tevékenységek

Minden nap állandó program volt délelőtt, és délután egyaránt, hármas váltásban: labdarúgás-ökölvívás-és kondicionáló teremben végzett edzés, szakmailag jól képzett szakemberek vezetésével.

A tábor zökkenőmentes működtetésére az érkezés után elvárásfát, tábori szabályokat állítottunk fel. A közösségépítési célzattal a csapatok saját zászlót készítettek. Második nap kenu túra Tiszaugon, harmadik nap erdei túra, negyedik nap úszóverseny, ötödik nap csónaktúra tette az edzéseket változatosabbá.

Harmadik nap este látogatott el hozzánk Hideg László, nemzetközileg elismert szaktekintély. Közös beszélgetés során állított szakmai pályafutásával példát a résztvevők elé. Ezen kívül közös edzést tartott a tábor lakóiak Tisza Zoltán ökölvívó edzővel. Ellátogatott hozzánk a Kiskunfélegyházi Hideg László Bokszt Egyesület néhány tagja is.

A sportolókön kívül első este szakmai megbeszélés folyt Toponári Gábor a Fogyatékosok Országos Diák Szabadidősport és Versenysport ügyvezető igazgatójának vezetésével. Téma a mai tehetség gondozás aktuális kérdései voltak. A program színesítésére Lucza Gábor thai-bokszt edzéseket folytató országos hírnevű dobogós helyezettel edzettek a résztvevők. Lohin Katalin fitness-instruktor és életmód tanácsadóval nyílt edzést hirdettünk, ahova meghívtuk Lakitelek lakosságát is. Katalin fitt-bokszt edzést tartott.

A táborban nyitó-és záró tábor tüzést is terveztünk, de sajnos ez a tűzgyújtási tilalom miatt nem valósulhatott meg. Ennek pótlására utolsó este a táborlakókat Veréb József zenész szórakoztatta magas szintű zenéjével.

5. Rövid távú eredmények, a célcsoportra gyakorolt hatások

Rövid távú eredmény a tehetségterülethez kapcsolódó technikai tudás csiszolódása, a tehetséges fiatalok tudásának magasabb szintre történő emelkedése, a szociális kompetenciák, személyiségjegyek fejlődése, mint önismeret, önbecsülés, motiváció növekedés. Megtanulják a vizualizáció fontosságát a célokhoz vezető úton. Célcsoportra gyakorolt hatás: magasabb szintű technikai tudás, erő, állóképesség, ügyesség, mozgáskoordináció, önbizalom, kudarc-tűrés, bátorság, és a motivációnövekedés.

6. Együttes és fakultatív programok

A táborban együttes, és egyben fakultatív program volt az erdei túra, bátorságpróbákkal tarkítva, Lendvai Edit vezetésével. Itt különböző csapatépítő játékok is voltak beiktatva. Voltak helyek, ahol szinte mintha az őserdőben kellett átvágnunk magunkat egy keskeny ösvényen. Néhol kidőlt fákon, bokáig érő iszapban kellett haladnunk. De ez csak még emlékezetesebbé tette a túrát, és a résztvevők akarat erejét növelte. Tiszaugról kenutúrát indítottunk, a folyón, kb. 8 km-es szakaszon. A végén fürdőzési lehetőség volt, ami a nagy melegben felfrissítette az evezősöket. A Holt Tiszán csónakba szálltunk, és eveztünk, ami a többség gyakorlatlansága miatt, néhol érdekes alakzatban történő haladást produkált. A csónaktúra úszóversennyel zárult a Tösfürdő úszómedencéjében. Thai bokszt edzés és fittbox edzés szintén fakultatív program volt. Kerékpár ügyességi versenyen leleményességüket mutatták meg a résztvevők. Állandó programként, ha még maradt ereje a sportolónak, a szállás udvarán tollaslabda, és labdázási lehetőség biztosította a mozgás lehetőségét.

7. Tapasztalataink

A táborban 34 fő testi kinesztetikus területen tehetséges, és tehetségígéretesek vettek részt. A közvetlen szakmai stáb létszáma, aki a táborban lakott végig, 6 fő, így a táborlakók össz létszáma 40 fő. A táborban elsősorban edzések, és technikai jellegű fejlesztés formájában zajlottak a szakmai tevékenységek (részletes bemutatása a munkatervben látható). Labdarúgó edzéseket, mérkőzéseket Laub Miklós és Práger László vezette. Túrát Lendvai Edit, szakképzett túravezető bonyolította le. Tibeti hangtál terápiát Bányásziné L. Margit tartotta. A szervezeti forma minden esetben csoportos, és páros volt. Csoportos a labdarúgás, páros, és részben csoportos az ökölvívás területén egyéni az erősítő edzések, mert ez mindenki részére differenciáltan valósult meg. Úgy gondoljuk, hogy egy színvonalas, sokszínű tábort valósítottunk meg. Igaz, kemény munkával telt az egy hét diákoknak, pedagógusoknak egyaránt, de megérte, hisz céljaink megvalósultak. A résztvevők technikai tudása magasabb szintre emelkedett, új sportágakkal ismerkedhettek meg, valamint ami nem elhanyagolható, sok élménnyel gazdagodott fiatal és kísérő résztvevő egyaránt. Felemelő érzés volt a tábor zárásakor látni, amikor átölelték egymást, és nem akartak elválni. A visszajelzéseink is nagyon pozitívak a résztvevők, a helyi lakosság, a kondicionálóterem látogatók, a média munkatársai részéről is.

8. Példakép

Hideg László aki jelenleg senior korban van, fiatal korában több országos és nemzetközi bajnokság érmese volt. László hátrányos szociokulturális környezetben nevelkedett gyermekkorában. Hideg László élete az ökölvívás. Ma már inkább edzőként tevékenykedik Kiskunfélegyházán. Ismert Boxclub vezetője, ahol együtt sportolnak roma és nem roma származású férfiak, nők, és gyerekek. Foglalkozásokat tartott. Élete, és sikereiről szóló története példaként szolgálhatnak a projekt résztvevői számára. Kiemelte a kitartást, és az ökölvívás melletti elkötelezettséget. Az egészséges életmódra is felhívta a projekt résztvevőinek figyelmét, akik ámulva hallgatták történeteit.

9. Változások a programban

A COVID 19 vírus, és az erre hozott járványügyi intézkedések sajnos teljesen felülírták a programunkat. De szerencsénkre egy kiváló helyszínt találtunk, ahol kedvezőbb feltételeket tudtak számunkra biztosítani, amiért hálával tartozunk.

Eltérések:

1. Időpont: 2021. március helyett 2021. 06. 21-26.
2. Helyszín: Salgóbánya helyett: Lakitelek-Tőserdő (szállás, étkezés, szakmai és fakultatív programok helyszíne)
3. Példakép személye: Radics Gábor helyett Hideg László, Lucza Gábor és Lohin Katalin
4. Résztvevők: Határon túli résztvevők nem tudtak eljönni, szintén a COVID 19 vírus miatt, így magyar csapatok részvételével zajlottak a tábori programok
5. Résztvevők száma: 30 tehetséges diák helyett 34-et tudtunk fogadni
6. Média megjelenések: A tervezethez képest nagyobb számú megjelenés (2 újság, TV, rádió, facebook, plakát stb.)

10. Média megjelenések

2021. 06. 05. Lelátó című műsor

2021. 06. 02. Kőrös Hírek híradó

2021. 06.03. Kőrös Rádió Hírpercek

2021. 06. 09. Kunság Magazin Rádió műsor

2021.

06.

03-youtube:

<https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fchannel%2FUCsfTAXs1XZ43AP3RmJaEvEg%2Fvideos%3Ffbclid%3DIwAR0lidEUV07LLDznEw5RPAypfU30aoQ0aznwdjMuVJJNsspnYldE9IM0vYI&h=AT0ICcfDZ1NBv9v5LQun0fQ6erodGkwMKvkYuyz2xTf-fxFLV4rpkA0BFEG65poay2Tux3JVat1Srt2vI51315SjepajcEjspiBbQcw6tG17YSz3MFITLhMNxlizOdKHUaYyw>

2021. 07. 15. Lakiteleki Újság

2021. 07. 21. Honlap

www.fodisz.hu

11. Összegzés

Úgy gondoljuk, hogy egy színvonalas, sokszínű tábort valósítottunk meg. Igaz, kemény munkával telt az egy hét diákoknak, pedagógusoknak egyaránt, de megérte, hisz céljaink megvalósultak. A résztvevők technikai tudása magasabb szintre emelkedett, új sportágakkal ismerkedhettek meg, valamint ami nem elhanyagolható, sok élménnyel gazdagodott fiatal és kísérő résztvevő egyaránt. Felemelő érzés volt a tábor zárásakor látni, amikor átölelték egymást, és nem akartak elválni. A visszajelzéseink is nagyon pozitívak a résztvevők, a helyi lakosság, a kondicionálóterem látogatók, a média munkatársai részéről is.

12. Támogató

A tábor az Emberi Erőforrások Minisztériuma, az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő, és a Nemzeti Tehetségprogram támogatásával valósult meg.

13. Jelenléti ívek

14. Képes beszámoló



1. ábra Elvárásfa készítése



2. Kép Elvárásfa készítése



3. Kép Készül az elvárásfa



4. Kép Kész elvárásfa

TÁBORI SZABÁLYAINK

(NTP-LO-TÁB-0030)

1. Tiszta tartom a környezetem.
2. A berendezés épégére vigyázunk.
3. Békésen oldjuk meg a problémákat.
4. Felnötteknek megadjuk a tiszteletet, és egymásnak is!
5. A szabályainkat betartjuk.
6. Jól viselkedünk.
7. Szépen beszélünk egymással.
8. Probléma esetén azonnal szólunk tanárainknak.

A tábor az EMMI, az NTP, és az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő támogatásával valósult meg

1. Kép Tábori szabályok



2. Kép Csapat pólófestés



3. Kép Készül a dunavecsei csapat pólója



4. Kép Készül Kiskunmajsja pólója



5. Kép TiszaGym Sportközpontban edzés



6. Kép Indul a csónaktúra a Holt-Tiszán



7. Kép Kenutúra Tiszaugon



8. Kép Kenutúra



9. Kép Kenuzás-Kiskőrös



10. Kép Kerékpár ügyességi verseny



11. Kép Kerékpár ügyességi



12. Kép Kondicionáló termi edzés



13. Kép Erdei túra közben csapatépítő játék



14. Kép Fáradtan és izzadtan 38 fokban



15. Kép Thai-box edzés Lucza Gáborral



16. Kép Boxedzés



17. Kép Reggeli torna Sörös Imrével



18. Kép Mérkőzés után



19. Kép Boxedzés



20. Kép Kenutúra után jól esett a fürdőzés a Tiszában



21. Kép Csónaktúrára kész a csapat



22. Kép Evezésre kész!



23. Kép Boxedzés



24. Kép Mi is itt vagyunk!



25. Kép Bátorságpróba



26. Kép Boxedzés



27. Kép Boxedzés



28. Kép Kész vagyok! Konditermi edzés



29. Kép Konditermi edzés



30. Kép Uszodai játékok



31. Kép Közös kép a példaképpel



32. Kép Egyik fő segítségünkkel, Honti Attilával, a Tőserdei Kultúrközpont vezetőjével



33. Kép Thai-box bemutató



34. Kép Tárlatlátogatás



35. Kép Lakiteleiekkel közös edzés



36. Kép Edzés Lohin Katalin életmódtanácsadó-fitness-instruktossal

15. Képek jegyzéke

1. Kép Tábori szabályok.....	8
2. Kép Csapat póló festés	9
3. Kép Készül a dunavecsei csapat pólója	9
4. Kép Készül Kiskunmajsa pólója.....	10
5. Kép A TiszaGym Sportközpontban edzés	10
6. Kép Indul a csónaktúra a Holt-Tiszán	11
7. Kép Kenutúra Tiszaugon	11
8. Kép Kenutúra	12
9. Kép Kenuzás-Kiskőrös.....	12
10. Kép Kerékpár ügyességi verseny	13
11. Kép Kerékpár ügyességi.....	13
12. Kép Kondicionáló termi edzés	14
13. Kép Erdei túra közben csapatépítő játék.....	14
14. Kép Fáradtan és izzadtan 38 fokban.....	15
15. Kép Thai-box edzés Lucza Gáborral.....	15
16. Kép Boxedzés.....	16
17. Kép Reggeli torna Sörös Imrével	16
18. Kép Mérkőzés után.....	17
19. Kép Boxedzés.....	17
20. Kép Kenutúra után jól esett a fürdőzés a Tiszában	18
21. Kép Csónaktúrára kész a csapat	18

22. Kép Evezésre kész!.....	19
23. Kép Boxedzés.....	19
24. Kép Mi is itt vagyunk!	20
25. Kép Bátorságpróba	20
26. Kép Boxedzés.....	21
27. Kép Boxedzés.....	21
28. Kép Kész vagyok! Konditermi edzés	22
29. Kép Konditermi edzés.....	22
30. Kép Uszodai játékok	23
31. Kép Közös kép a példaképpel	23
32. Kép Egyik fő segítségünkkel, Honti Attilával, a Tóserdei Kultúrközpont vezetőjével.....	24
33. Kép Thai-box bemutató	24
34. Kép Tárlatlátogatás.....	25
35. Kép Lakitelekiekkel közös edzés	25
36. Kép Edzés Lohin Katalin életmódtanácsadó-fitness-instruktorral	26

Kiskőrös, 2021. 07. 13.