



# Elméleti kézikönyv

a TE IS tréneri

és mentorpedagógusai

számára

Szerzők:  
Simonné Goschi Gabriella  
Prihoda Gábor

ISBN 978-615-80090-3-4



A projekt az Európai Unió támogatásával,  
az Európai Szociális Alap  
társfinanszírozásával valósul meg.

A MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG KIADVÁNYA





# Elméleti kézikönyv

a TE IS tréneri

és mentorpedagógusai

számára

Szerzők:  
Simonné Goschi Gabriella  
Prihoda Gábor

*Simonné Goschi Gabriella – Prihoda Gábor:*

Elméleti kézikönyv a TE IS tréneri és mentorpedagógusai számára

Javasolt hivatkozás: Simonné Goschi Gabriella – Prihoda Gábor (2014): *Elméleti kézikönyv a TE IS tréneri és mentorpedagógusai számára*. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.

*A kiadásért felel:* Balogh Gábor elnök

*Szerkesztő:* Muskovits István, Téglásy György

*Fotók:* Egyed Péter (Lizzy Trade Kft.)

*Arculat:* Benedict & Helfer Kft.

*Illusztrációk:* Dynamo Kommunikáció Kft.

*Tördelés és nyomdai munkák:* Pátria Nyomda Zrt.

*Fejlesztési igazgató:* Pikó Zsuzsanna

*Szakmai igazgató:* dr. Molnár László

*Ügyvezető igazgató:* Rádics Balázs

ISBN 978-615-80090-3-4

© Magyar Diáksport Szövetség

A kiadvány akár részben, akár egészben történő sokszorosítása, fénymásolása, mindennemű egyéb felhasználása, terjesztése, digitalizált közzététele jogszabályokba ütközik, és csak a Magyar Diáksport Szövetség írásos engedélyével lehetséges.

Ez a kiadvány a TÁMOP-3.1.13-12-2013-0001 kódjelű kiemelt projekt keretében valósult meg.

Printed in Hungary

2014

MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG

1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.

E-mail: [mdszok@mdsz.hu](mailto:mdszok@mdsz.hu)

Telefon: +36 1 273 3570

[www.mdsz.hu](http://www.mdsz.hu)





<b>Bevezető</b>	<b>5</b>
<b>01. Előkészítő workshopok a régiós munkatársak, a trénerek, a mentorok és a szupervízorok részvételével</b>	<b>13</b>
<b>02. A mentorok és a trénerek közös TE IS Stratégiájának kialakítása</b>	<b>16</b>
<b>03. A trénerek és az igazgatók közös munkájának folyamata</b>	<b>19</b>
<b>04. A TE IS Csapat toborzása</b>	<b>22</b>
<b>05. A TE IS belső, iskolai kommunikációjának kialakítása</b>	<b>25</b>
<b>06. A TE IS Csapat csapatépítése</b>	<b>28</b>
<b>07. A TE IS Kuckó kialakítása</b>	<b>32</b>
<b>08. A TE IS Csapat első iskolai szintű kutatásának lebonyolítása</b>	<b>35</b>
<b>09. Az első TE IS aktivitás megtervezése és megvalósítása</b>	<b>38</b>
<b>10. A TE IS Csapat folyamatos fejlesztése, képzése és támogatása</b>	<b>41</b>
<b>11. A TE IS aktivitások és mozgásprogramok folyamatosságának biztosítása</b>	<b>44</b>
<b>12. Tematikus tréningek az iskola felnőtt szereplői számára</b>	<b>47</b>
<b>13. Belső hálózat kialakítása és fenntartása</b>	<b>50</b>
<b>14. Az iskola házirendjének újragondolása</b>	<b>53</b>
<b>15. A tudásmegosztás folyamatainak meghatározása</b>	<b>56</b>
<b>16. Külső kapcsolatok és külső hálózat megteremtése</b>	<b>59</b>
<b>17. A fenntarthatóság eszközeinek megteremtése</b>	<b>62</b>
<b>Zárszó</b>	<b>65</b>

# A szerzőkről

## SIMONNÉ GOSCHI GABRIELLA

Fiatalon élsportoló voltam, mert imádtam kosarazni és olyan örömöket éltem át általa, amely röpített a pályán. A sportolás azonban siker, kudarc, kihívás, teljesítmény, szorongás, együttműködés, ráhangolódás és elfogadás is egyben. Sportolóként megtapasztaltam, tanárként és edzőként a gyerekek fejlesztésében tudatosan használtam, klinikai és sportpszichológusként pedig megértettem és klienseimnek megtanítottam, hogy milyen fontos területe a mozgás az életnek. Nem azért, mert csupa egészség, hanem azért, mert általa és vele az élet maga és annak legfontosabb elemei megtaníthatóvá, megtanulhatóvá és fejleszthetővé válnak.



A TE IS Programban nem csupán leírtuk, de végigéltük a versengő együttműködés, az élmény általi tanulás, a flow, az egymás megismerése és teljes körű valós elfogadása, a közös gondolkodás és a kreativitás minden inspirációját. A TE IS Program, számunkra alkotók számára is, maga volt az élmény, a kapcsolat és a tanulás. Úgy érzem, két kisiskolás gyermek édesanyjaként, hogy fontos lenne, ha a pedagógusok kezébe olyan egységes eszközrendszer kerülne, aminek segítségével tudatosabban segíthetik és fejleszthetik a gyermekek bontakozó személyiségét játékos, észrevétlen formában, védett keretek között.



## PRIHODA GÁBOR

Szociális munkásként, a család- és gyermekvédelem területén végzett szakmai munkám szinte minden mozzanata szorosan kapcsolódott az iskolák életéhez. Később tematikus iskolai programok, kutatás-fejlesztési és szervezetfejlesztési projektek részese voltam, miközben különböző management területeken képeztem magam tovább.

A felnőttek és a gyerekek világának kapcsolata, összefüggései, illetve ennek a viszonynak a szorossága a szakmai és a személyes életemet is meghatározzák. Az iskolai élet, a tanulás és a tanítás jobbá tételét éppen ezért a szereplők közösségében tartom megalapozhatónak.

A TE IS Program fejlesztésében a legizgalmasabb kihívást számomra az jelentette, hogy miként tudunk egyszerre odafigyelni az iskolában történő folyamatokra (tanítás, tanulás, nevelés, fejlesztés), valamint a gyerekek és a felnőttek egyéni, csoportos vagy közösségi érzéseire és értékeire.

# Bevezető

**K**ézikönyvünkben a TE IS Módszertan újrendezett tartalmi mentén haladunk végig a Program folyamatain. Célunk, hogy a TE IS szakembereinek segítségét nyújtsunk a Program megvalósításához szükséges irányvonalak meghatározásában, illetve a folyamatok előrehaladásának irányításában, követésében. Természetesen kézikönyvünk témái teljes mértékben a TE IS Módszertan rendszerére épülnek, így gyakran utalunk az abban megjelenített szerepekre és folyamatokra.

Módszertani könyvünkben meghatároztuk azokat az elemeket, amelyek a TE IS Program folyamatában kiemelt szerepet kapnak. A módszertan keretrendszeréhez illeszkedő útvonalak leírása mellett részletesen szoltunk a toborzásról, a játékkészítésről, az iskolai kutatások megvalósításának lehetőségeiről, a fenntarthatóság és a hálózati működés jellemzőiről, valamint körvonalaztuk a TE IS Programot érintő szakmai szerepekkel kapcsolatos és az iskolai működés kereteire (TE IS Kuckó, házirend...) vonatkozó igényeket. Kézikönyvünkben ugyanezeket a témákat fogjuk körüljárni, ám ezúttal követjük Programunk fejlesztési folyamatainak kronológiáját, és a Program előrehaladásának feladatait.

Szeretnénk, ha kézikönyvünk olyan biztonságot nyújtó, ám formálható és alakítható, egyúttal inspiráló háttértudást biztosítana az iskolában dolgozó TE IS szakembereknek, amely lehetővé teszi, hogy az iskola számára legmegfelelőbb módon tudják adaptálni a Programot.

## A TE IS Program módszertani fogalmainak áttekintése, kiegészítése

A TE IS Módszertan leírása során körvonalaztuk azoknak a fogalmaknak a jelentését, amelyek által Programunk elméleti és gyakorlati mozzanatait, jellemzőit, összetevőit leírtuk. Kézikönyvünkben, a módszertani tartalmak újrendezése mentén érdemesnek látjuk a már használt fogalmak újbóli áttekintését, pontosítását és kiegészítését.

A TE IS Program értelmezésében a **FEJLESZTÉS** olyan célzott szakmai aktivitás, amely biztosítja a Program előrehaladását, valamint a Programban részt vevő iskolák, gyerekek és felnőttek (pedagógusok) készségeinek, kompetenciáinak és tudásának gyarapodását. A fejlesztés **FOLYAMATOKON** keresztül valósul meg, amelyeknek meghatározott kezdő-, illetve végpontjai, továbbá jellemző és körülírt (elkülöníthető) tartalmi vannak. A TE IS Program folyamatai egységes rendszert alkotnak, az egyes **FOLYAMATSZAKASZOK** kapcsolódásai, egymásutániséga, valamint egymásra épülése, egyszóval a szakaszok kölcsönhatása a fejlesztés egészének fontos része.

A fejlesztés, illetve azok folyamatainak elméleti, szakmai és gyakorlati háttérét, munícióját a **MÓDSZERTANI ÚTVONALAK** határozzák meg. A TE IS Módszertan húsz módszertani útvonalat sorakoztat fel, amelyek mindegyike meghatározott **KULCSFOGALMAKBÓL** áll. Az útvonalakat alkotó kulcsfogalmak közül kiemelkedik az útvonal **SÚLYPONTJÁNAK** elneve-

zett kulcsfogalom. A súlypont a fejlesztés előrehaladásában, az útvonalak folyamataiban dinamikai átbillenést jelöl. Míg a súlypont előtti kulcsfogalmak többnyire az útvonal előkészítéséről, megalapozásáról szólnak, a súlypontot követő kulcsfogalmak már a kialakult készségekhez, vagy eredményekhez köthetők.

A módszertani útvonalak sorrendjét a fejlesztéshez kapcsolódó elméleti témák egymásutánisága határozza meg, amely a változás általánosan értelmezett **DINAMIKAI GÖRBÉJÉHEZ** illeszkedik.

A TE IS Módszertanban leírt és használt keretrendszer (útvonalak, kulcsfogalmak, elméleti és gyakorlati dimenziók, súlypontok, dinamika...) Kézikönyvünkben kapcsolódik össze a fejlesztés folyamataival. A gyakorlati folyamatokat végiggondolva és a TE IS Módszertanban megjelenített szerepekkel összevetve két típusú fejlesztési folyamatszakaszt határoztunk meg. A **RÖGZÍTETT FEJLESZTÉSI FOLYAMATSZAKASZOK** helyét meghatározzák az útvonalak, ezért azoknak sorrendisége és helye módszertanunkban kötött. Ennek az az oka, hogy a többi rögzített folyamatrész vagy az adott folyamatra épül, vagy a szóban forgó folyamatrész épül korábbi szakaszokra. A **DINAMIKAFÜGGŐ FEJLESZTÉSI FOLYAMATSZAKASZOK** helye a teljes folyamatban a TE IS Program előrehaladásának eredményeitől (például a rögzített szakaszoktól) függ. A dinamikafüggő szakaszok tehát inkább időintervallumot jelölnek, mint kötött elhelyezkedést. A dinamikafüggő szakaszok gyakorlati lépéseinek helyét a mentorok és a trénerek közös stratégiája, folyamatos együttes munkája határozza meg, annak fényében, hogy hol tart az adott iskolában a fejlesztés.

A régi és újonnan leírt fogalmaink segítségével a TE IS Módszertanból megismert módszertani

keretrendszert gyakorlati fejlesztési folyamatokkal bővítettük ki. A kibővített rendszerről már a módszertani kiadványunkban is írtunk, kézikönyvünk fejezeteiben ennek mentén haladunk tovább a TE IS Program részletei felé. A 8–9. oldalon lévő ábrán fejlesztési folyamataink között a dinamikafüggő folyamatokat narancs színnel, a rögzített folyamatszakaszokat kék színnel jelenítettük meg.

A folyamatokkal kibővített módszertani keretrendszer leginkább azt mutatja meg, hogy melyik elméleti dimenzióban milyen – rögzített vagy dinamikafüggő – folyamatok helyezkednek el. Látható, hogy a tizenhét folyamat mindegyike meghatározott elméleti dimenziókhöz, illetve ezek mentén jellemző módszertani útvonalakhoz kapcsolódik. A TE IS Csapat csapatépítése például, rögzített folyamatként az első három módszertani útvonalat – Határok, keretek és elvárások, Az elutasítás kezelése, valamint a Szükségletek megfogalmazása – tartalmait (kulcsfogalmait) foglalja magában. Ez azt jelenti, hogy a TE IS Csapat csapatépítését e három útvonal, illetve ezek kulcsfogalmai mentén érdemes megterveznünk, irányítanunk, megvalósítanunk.

A TE IS Csapat csapatépítésének példájánál maradván láthatjuk azt is, hogy a folyamatszakasz rögzített, tehát Programunk előrehaladásának szempontjából javasolt, hogy a szakasz kezdőpontja és végpontja az előírtaknak megfelelően legyen meghatározva. A szóban forgó folyamatszakasz ugyanis attól a pillanattól kezdődik, amikor a TE IS Csapat tagjait megismerjük, kiválasztjuk, velük közösen az első csoportfoglalkozásokat megvalósítjuk, és addig tart, amíg ki nem alakul a Csapat tagjai között a bizalom. A folyamat során a gyerekekkel együtt megismerjük, végiggondoljuk határainkat, lefedtjük a saját szabályainkat, végigéljük az elutasítást,



majd értelmezzük és kezeljük azt, miközben kifejezzük szükségleteinket.

A dinamikafüggő szakaszok esetében másféle megközelítés alkalmazandó. A TE IS Csapat első iskolai szintű kutatásának lebonyolítása elnevezésű folyamatszakaszt a Stresszkezelés és a Teljesítmény, siker, kudarc elméleti dimenziók között helyeztük el. Dinamikafüggő szakasz lévén a kutatás feladatának a Program folyamatában történő időbeli elhelyezése a mentorpedagógusok, a trénerek és a gyerekek közös feladata. Lehetséges, hogy egy-egy iskolában az önálló kutatás megvalósítására a gyerekek rögtön a csapatépítést követően már képessé válnak. Ám az is előfordulhat, hogy a csapatépítés és a bizalom kialakulása után a gyerekek fejlesztése során több időt kell fordítani az esetleges stressz megértésére, kezelésére, vagy a kommunikációs készségek fejlesztésére. Ebben az esetben az önálló kutatási folyamattal kapcsolatos közös munka csak később (például az Erőforrások azonosítása dimenzió „környékén”) tud elindulni.

Lényeges különbség a két típusú folyamatszakasz között, hogy a dinamikafüggő folyamatok megvalósítása során jelentős hangsúly van a fejlesztő szakemberek és a gyerekek észlelésein, döntésein. Sőt, fontos kiemelni azt is, hogy bár a Program céljai között kiemelt helyen szerepel a gyerekek döntésekbe történő bevonása, vannak olyan szakaszok, ahol a tanulók részvétele nem releváns. Ha a Tematikus tréningek az iskola felnőtt szereplői számára elnevezésű folyamatra gondolunk, akkor ennek a dinamikafüggő folyamatszakasznak a pontos lokalizálását nem lehet a gyerekek részvételével meghatározni. Nem csupán azért, mert ez a folyamat a gyerekek fejlesztését közvetlenül nem érinti, hanem azért sem, mert a tanulóknak nincs kellő információjuk, illetve tudásuk a folyamatot érintő összetevőkről. Így, az alábbi dinamikafüggő

folyamatszakaszok megvalósításával kapcsolatban a gyerekek bevonása valószerűtlen, vagy ellenjavallt:

- Előkészítő workshopok a régiós munkatársak, a trénerek, a mentorok és a szupervízorok részvételével.
- A mentorok és a trénerek közös TE IS Stratégiájának kialakítása.
- A trénerek és az igazgatók közös munkájának folyamata.
- Tematikus tréningek az iskola felnőtt szereplői számára.











### **A TE IS Program folyamatainak leírása**

Ebben a fejezetben bemutatjuk, hogy Kézikönyvünkben a módszertani útvonalak kulcsfogalmai hogyan jelennek meg a fejlesztési folyamatszakaszok mellett. Ahhoz ugyanis, hogy az egyes folyamatszakaszokra fejlesztőként felkészüljünk, azokat megvalósítsuk, a TE IS Módszertan tartalmának meghatározott része – fejezetei, útvonalai és kulcsfogalmai – szükségesek.

A kulcsfogalmak, ahogyan korábban definiáltuk, az útvonalak részeiként adnak támpontot, muníciót és inspirációt a TE IS Program megvalósításához. A módszertan keretrendszeréből kitűnik, hogy egy-egy kulcsfogalom több helyütt is megjelenhet, illetve több folyamathoz is kapcsolódhat. Mégis, minden egyes folyamatszakaszra jellemző, hogy körülírható kulcsfogalom-készlettel rendelkezik. Ha a TE IS Módszertan keretrendszerének elemeit, az elméleti és a gyakorlati (TE IS Kerék) dimenziókat egymáshoz viszonyítva más módon helyezzük el, valamint a kulcsfogalmakat a két dimenzió köre felhőszerűen elrendezzük, akkor módszertani folyamataink újszerű ábrázolása segítségünkre lehet a Program előrehaladásának tervezésében és megvalósításában.



Az iskolai testmozgásprogramok kialakításának módszertani elemei

-  KUTATÁS, MEGISMERÉS
-  CÉLMEGHATÁROZÁS
-  TERVEZÉS
-  ERŐFORRÁSOK
-  TOBORZÁS
-  SZABÁLYALKOTÁS
-  KOCKÁZATELEMZÉS, KIFOGÁSKEZELÉS
-  PROGRAMÉRTÉKELÉS
-  KÜLSŐ ERŐFORRÁSOK
-  TUDÁSMEGOSZTÁS
-  FENNTARTHATÓSÁG


**MÓDSZERTAN I.**  
Előkészítés

**MÓDSZERTAN II.**  
A program megvalósítása

**ELŐKÉSZÍTŐ SZAKASZ**

-  Határok, keretek és elvárások
-  Az elutasítás kezelése
-  Szükségletek megfogalmazása

**BIZALOM**

-  Stresszkezelés
-  Kommunikáció

Előkészítő workshopok a régiós munkatársak, a trénerek, a mentorok és a szupervizorok részvételével				
A mentorok és a trénerek közös TE IS Stratégiájának kialakítása				
A trénerek és az igazgatók közös munkájának folyamata				
A TE IS Csoport toborzása				
A TE IS belső, iskolai kommunikációjának kialakítása				
A TE IS Csoport csapatépítése				
A TE IS Kuckó kialakítása				
A TE IS Csoport első iskolai szintű kutatásának lebonyolítása				
Az első TE IS aktivitás megtervezése és megvalósítása				
A TE IS Csoport folyamatos fejlesztése, képzése és támogatása				
A TE IS aktivitások és mozgásprogramok folyamatosságának biztosítása				
Tematikus tréningek az iskola felnőtt szereplői számára, a következő témák mentén: érzékenyítés, befogadás, kiégés, tudásmegosztás				
Belső hálózat kialakítása és fenntartása				
Az iskola házirendjének újragondolása				
A tudásmegosztás folyamatainak meghatározása				
Külső kapcsolatok és külső hálózat megteremtése				
A fenntarthatóság eszközeinek megteremtése				



