



NTP-TSZM-21-0105
KÓDSZÁMÚ PÁLYÁZAT
SZAKMAI BESZÁMOLÓJA
Címe: Kiteljesedés

KIVONAT

Testi-kinesztetikus területen tehetséges fogyatékkal élő és/vagy roma diákoknak olyan komplex, és változatos program biztosítása, ami által, megfelelő mozgáskoordináció, erő, állóképesség, és ügyesség fejlesztés mellett tehetségük kibontakozik.

Velünk mozdulj
Diáksport
Egyesület
6200 Kiskőrös,
Hrúz Mária utca
2/1.

Készítette:
Bányásziné Lukács
Margit VMDSE
elnöke

Tartalom

1. Alapadatok.....	2
2. Mottó.....	2
3. A program célja	2
4. Céljaink megvalósulása.....	2
5. Megvalósult szakmai tevékenységek	2
6. Megvalósított programokat, az alkalmazott módszerek, munkaformák.....	3
7. A program rövid távú eredményei, hatásai.....	3
8. Vállalt tevékenységeink.....	4
8.1. Példakép	4
8.2. Kisfilm	5
9. A program fő sportágai.....	5
10. Összegzés.....	5
11. Mellékletek.....	5
11.1. Megvalósult munkaterv.....	5
11.2. Média megjelenések	1
11.3. Jelenléti ívek	1

Szakmai beszámoló NTP-TSZM-21-0105

1. Alapadatok

- A pályázat kódszáma: NTP-TSZM-21-0105
- A pályázat címe: Kiteljesedés
- Megvalósító: Velünk mozdulj Diáksport Egyesület
 - 6200 Kiskőrös, Hrúz Mária utca 2/1.
- A megvalósítás időpontja: 2021. 07. 01-2022. 12. 31.
- A megvalósítás helyszíne: Kiskőrös
- Támogató: Nemzeti Tehetségprogram, az Emberi Erőforrások Minisztériuma, és az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő
- Szakmai beszámoló megjelenésének helye: <https://bacs.fodisz.hu>

2. Mottó

„Eddig mindig utolsók között voltam, most az edzéseknél köszönhetően már második, harmadik vagyok a versenyeken.”

(Részlet Kiss Tibor résztvevő beszámolójából)

3. A program célja

Testi-kinesztetikus területen tehetséges, szociokulturálisan hátrányos helyzetű fogyatékkal élő/és vagy roma diákoknak olyan sportprogram sorozat biztosítása, ami által, megfelelő mozgáskoordináció, erő, állóképesség, és ügyesség fejlesztés mellett tehetségük kibontakozik, miközben motivációs bázisuk emelkedik. Emellett fontos célja a foglalkozásoknak az önismeret, a stressz, és egyéb káros hatások leküzdéséhez szükséges technikai tudás átadása.

4. Céljaink megvalósulása

Célunk volt, testi-kinesztetikus területen tehetséges szociokulturálisan hátrányos helyzetű, fogyatékkal élő, és/vagy roma diákoknak olyan program biztosítása, ami által, megfelelő mozgás koordináció, erő, állóképesség, és ügyesség fejlesztés valósul meg, hogy tehetségigéretkekből, tehetségekké válhassanak. Emellett fontos célja a foglalkozásoknak az önismeret, a stressz, és egyéb káros hatások leküzdéséhez szükséges technikai tudás átadása. Tibeti hangtálak és a fény-hang terápia a foglalkozások menetébe történő beiktatása segítette a harmonikus személyiség elérését, ami a célcsoportunk szempontjából különösen fontos. A fentiekén kívül, a vizualizációs technikák, a teljesítménynövelésében, és a motiváció megteremtésében játszottak fontos szerepet. Céljaink az egyén szempontjából, hogy a fogyatékkal élő/ és vagy roma tehetséges tanulóknak sportolási és fejlődési lehetőséget biztosítsunk, ezáltal fontosnak, értékesnek érezhessék magukat. Ezen kívül, hogy fogyatékkal élő és a nem fogyatékkal élő tanulók megismerjék egymást, együtt sportoljanak, ami által a társadalmi különbségek csökkenhetnek. Céljaink társadalmi szempontból: a fogyatékkal élő és/vagy roma tehetséges diákok társadalmi beilleszkedése gördülékenyebb, hisz a fentiek alapján alapképességük növekszik, könnyebben meg tudnak küzdeni a társadalom elvárásaival, kihívásaival.

5. Megvalósult szakmai tevékenységek

2021. szeptember 10-2022. december 02.

tehetséggondozó tevékenység megvalósulása, ami általában heti rendszerességgel, alkalmanként 1,5 órás időtartamban történt.

2022. március 14. botgyakorlat bemutató a Kiskőrösi EGYMI-ben

2022. június 02-án a Városi Pedagógusnapon fittlabda-és botgyakorlat bemutató

2022. szeptember 16-án a FODISZ Tanévnyitó ünnepségen a felkészítőnk Tisza Zoltán, és két résztvevőnk számára megítélt díj átvétele

Tisza Zoltán: Fogyatékosok Sportjáért ezüst fokozat

Hirsch Enikő és Gutman Zoé Bács-Kiskun Megye Kiemelkedő Sportolója oklevél

2022. november 14-én, Kiss Jenő Testépítő Világbajnokkal történő motivációs beszélgetés

2022. december 02-án Ütés-védések bemutatója

Részletes leírás a mellékletben, a „Munkaterv beszámolóhoz” című dokumentumban látható

A megvalósult programterv az 1. számú mellékletben található.

6. Megvalósított programokat, az alkalmazott módszerek, munkaformák

Tevékenységeink: Testi-kinesztetikus területen dolgoztunk az 52 alkalmas, alkalmanként másfél órás program során. A sportolói megismerés során tudatosult a felkészítőkből, hogy melyik sportolónak mi az erőssége, és ezekre építettünk, mindig a pozitívumok kiemelésével. A fő tevékenységünk minden esetben a mozgás magasabb szintre történő emelése köré csoportosult. Ügyességi feladatok, változatos körülmények között, vízben, szárazföldön, eszközzel, eszköz nélkül. Feladataink sosem voltak öncélúak. Mivel kettős címkéjű tehetséges diákokkal foglalkoztunk, számukra különösen fontos a feszültségoldás lehetőségeinek megismerése, valamint kezelése. Erre alternatív, de kipróbált módszereket használtunk. Ezek a tibeti hangtál terápia, a fény-hang terápia és a jóga. Ezeket többször beiktattuk a foglalkozásokba. Tevékenységeink közben a játék is kiemelt szerepet játszik minden esetben. A mozgásos játékok páratlan lehetőséget biztosítanak a fejlesztésre. Minden foglalkozáson játékos feladatokat is végeztünk, sőt az egész foglalkozás hangvétele játékos tevékenykedtetés közben valósult meg.

Alkalmazott módszereink

a) Beszélgetés, egyéni és csoportos

b) bemutatás

c) bemutattatás

d) ellenőrzés, értékelés,

e) differenciálás az egyéni sajátosságok figyelembevételével, a szükségleteknek megfelelően.

Kooperatív csoportos feladatokban a szociális képességek jelentőségének kidomborítása. Az ellenőrzés, értékelés mindig pozitív hangvétellű, az erősségek kiemelésével történt, de rávilágítottunk a javítandó mozgásformákra is.

7. A program rövid távú eredményei, hatásai

Rövid távú eredményként élményt adó programok keretében mozgáskoordinációjuk fejlődött, egyensúlyérzékük javult, erő-állóképességük, ügyességük erősödött. Olyan, a szervezetükre, személyiségükre ható alternatív technikákat ismerhettek meg, amik segítenek leküzdeni a hátrányukból is fakadó káros hatásokat. Integrált keretek között folytak a tevékenységek, így társadalmi elfogadásuk nőtt. Tárgyasult alkotás, egy bemutató volt, ami sikerélményhez juttatta őket, és önbizalmuk, magabiztosságuk növekedett ezáltal. Ki mertek állni nagyobb közönség elé is. A bemutatót Kocsis Brigitta (fitt labda gyakorlatok) és Tisza Zoltán (ütés-védések bemutatója) tanította be. Fittlabda gyakorlat, bittal kombinálva, és ökölvívó bemutató volt a bemutató témája. Szülők szempontjából a tehetségek sajátosságainak megismerésre körvonalazódott a sok, szülőkkel történő egyéni beszélgetések következtében. Jobban tudják tolerálni sajátosságaikat, és nem utolsó sorban a szülő-tehetséges diák, és a felkészítő pedagógus/edző hármassága erősödött. Hosszú távú eredményként társadalmi beilleszkedésük, sajátos helyzetükből fakadó elfogadásuk zökkenőmentesebb lehet. A munka világába is könnyebben tudnak beilleszkedni, hisz a nehézségek kezelése, problémamegoldó készségük a felkészítés által fejlődött. A tehetséges tanulók bekerülhettek a városi csapatokba, és egyéni versenyeken kiváló eredményt értek el atlétika, (Kiss Tibor, Gutman Zoé), futball (K. D. Kecel FC csapatába bekerült, ami későbbi sportpályafutására pozitív hatással lehet), és ökölvívás terén, mivel ezek a sportágak köré csoportosult az 52 alkalmas, 1,5 órás felkészítés. Tudjuk, hogy ez nem elegendő, de reméljük, hogy a további tehetségfejlesztésekre is tudunk forrásokat teremteni.

8. Vállalt tevékenységeink

8.1. Példakép

„2022. 10. 14-én, a Kiskőrösi EGYMI-be érkezett Kiss Jenő testépítő világbajnok. A találkozó célja volt, hogy a sportban tehetséges diákoknak olyan sportolót mutassunk be, akinek kitartása, pályafutása követendő példaként állhat a testi kinesztetikus területen tehetséges diákoknak.

Kiss Jenő számos kiemelkedő eredménye mellett, 1996-ban, az IFBB Amatőr Világbajnokság (korábban IFBB Mr. Universe) 1 (abszolút) győztese. Emellett, egy empatikus, közvetlen személyiség.

A világbajnok sportoló a bemutatkozásán kívül, táplálkozással, és életvezetéssel kapcsolatos tapasztalatait is megosztotta a résztvevőkkel. Megcsodálhattuk a világbajnokságon szerzett trófeáját, és aranyérmét. Kérdezte a diákokat céljaikról, és arról, hogy mit tesznek a kitűzött céljaik elérése érdekében, és hogy mennyire fontos a kitartás. Végezetül, gyümölcsös müzli szeletekkel vendégelte meg a résztvevőket.

A világbajnok testépítő Kiss Jenő elmondta, hogy Bányásziné Lukács Margit kereste meg őt, hogy jöjjön el Kiskőrösre tartson példaképként motivációs előadást a számukra. Megemlítette, hogy több alkalommal volt már ehhez hasonlóan jótékonysági célzattal programokon és örömmel fogadta a felkérést. Az eseményen interaktív módon zajlott a kommunikáció, mely közös bemelegítéssel kezdődött, amit Kiss Jenő vezényelt le. A sportoló kiemelte, hogy az igazi példaképek szerinte az oktatásban dolgoznak, akik a gyermekekkel foglalkoznak és általuk a jövő nemzedéke van a kezükben. Beszét arról, hogy az IFBB Mr. Universe címet 1996-ban nyerte el, mely sikert 10 éves nagyon kemény munka eredménye volt. Ez az eredmény egyedülálló hazánkban, mivel sem előtte, sem pedig később senki nem tudott ilyen sikert elérni a magyarországi amatőr testépítők közül.

Jelenleg Dunaharasztiin lakik és testépítéssel foglalkozik főállásban edzőként, a sportágot pedig 37 éve űzi. Üzenetként fogalmazta meg a fiatalok felé, hogy mozgás nélkül, rendszeres sportolás nélkül nincs élet, mert ezt kiegészítve az egészséges étkezéssel hosszabb életkorra számíthatunk és a mindennapok terheit is könnyebben tudjuk elviselni.

A program, az NTP-TSZM-21-0105 kódszámú pályázatból valósult meg, a Nemzeti Tehetségprogram, az Emberi Erőforrások Minisztériuma, és az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő támogatásával valósult meg.”

(VIRA Internetes Magazin bejegyzése)

8.2. Kisfilm

Közel 5 perces rövidfilmet készítettünk a résztvevőkkel, ahol elmondhatták tapasztalataikat jelen projekttel kapcsolatban. Ez a beadott dokumentumokban megtekinthető. A mottóként választott idézet is itt hangzott el egy résztvevő szájából, ami megerősített minket tanuló oldalról, hogy programunk sikeres volt.

9. A program fő sportágai

A pályázati program fő vonulata az ökölvívás sportágban szerzett gyakorlati és elméleti tudás kibővítése volt a célunk, de emellett futball, atlétikai mozgásformák is szerepeltek a kínálatunkban. Ezeknek sikeres fejlesztése az előző pontokra adott beszámolóból is kiderül, és az is, hogy komplex programot kínáltunk a résztvevőknek. Hozzáadékként a kitüntetések, és a versenyeken való sikeres szereplések is bizonyítékul szolgálnak.

10. Összegzés

Egy sikeres projektet sikerült megvalósítanunk, amit a képek, és a beszámoló tartalma is bizonyít. Tettük ezt azért, hogy a „kettőscimkájú” tehetségek is lehetőséget kapjanak arra, hogy életük pozitív irányban változhasson.

Köszönjük a Nemzeti Tehetségprogram, az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő, és az Emberi Erőforrások Minisztériumának, hogy lehetőséget biztosítottak támogatásukkal a tehetséges tanulóknak! Így, ahogy a projekt címe (Kiteljesedés) is megfogalmazza, kiteljesedhettek, sikereket érthettek el!

11. Mellékletek

11.1. Megvalósult munkaterv

11. 2. Média megjelenések

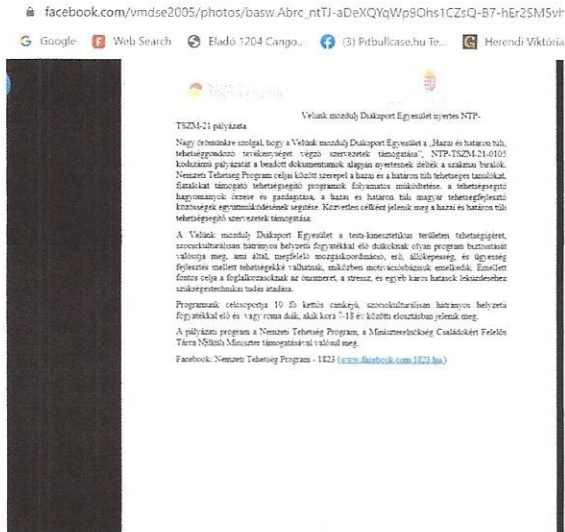
Média megjelenések

NTP-TSZM-21-0105

1. 2021. Október 3.

Beharangozó nyertes pályázatról

facebook VMDSE oldala



2. 2022. 10. 12. Példakép látogatása

<https://bacs.fodisz.hu/>

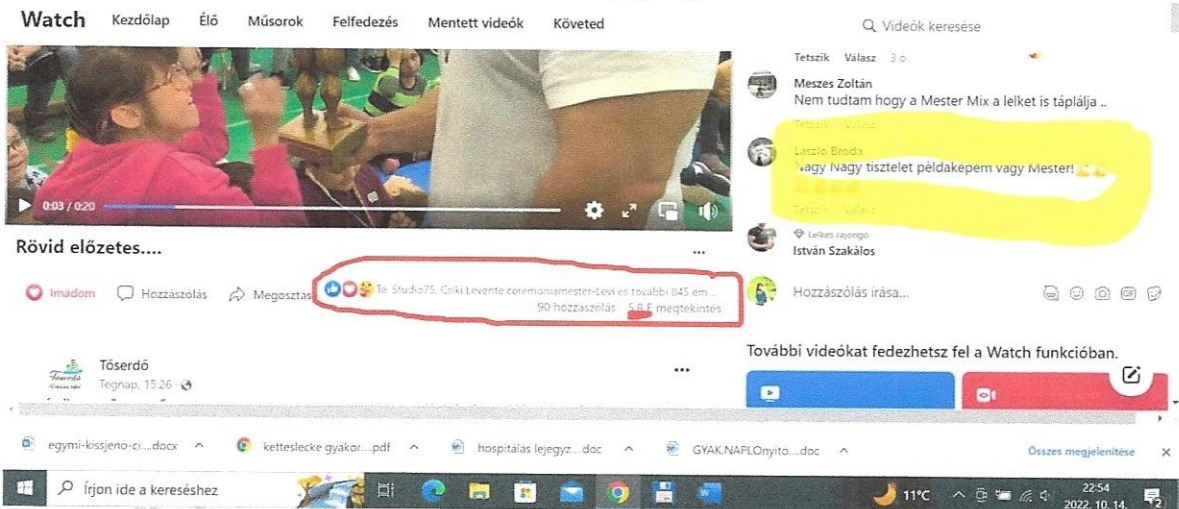


3. 2022. 10. 14. Kiss Jenő facebook oldala

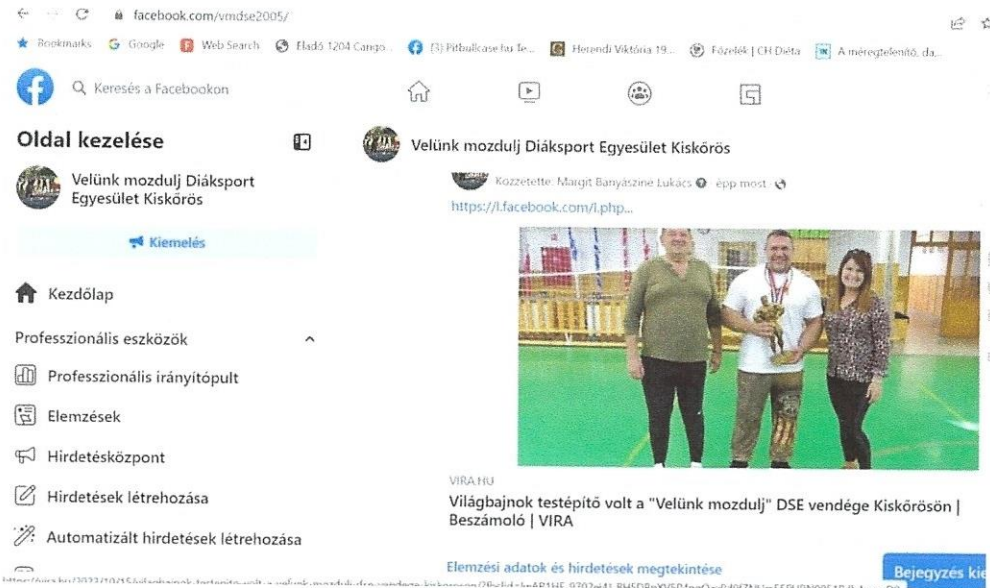
[https://www.facebook.com/watch/?v=779315236474494&aggr_v_ids\[0\]=779315236474494¬if_id=1665772289370866¬if_t=watch_follower_video&ref=notif](https://www.facebook.com/watch/?v=779315236474494&aggr_v_ids[0]=779315236474494¬if_id=1665772289370866¬if_t=watch_follower_video&ref=notif)



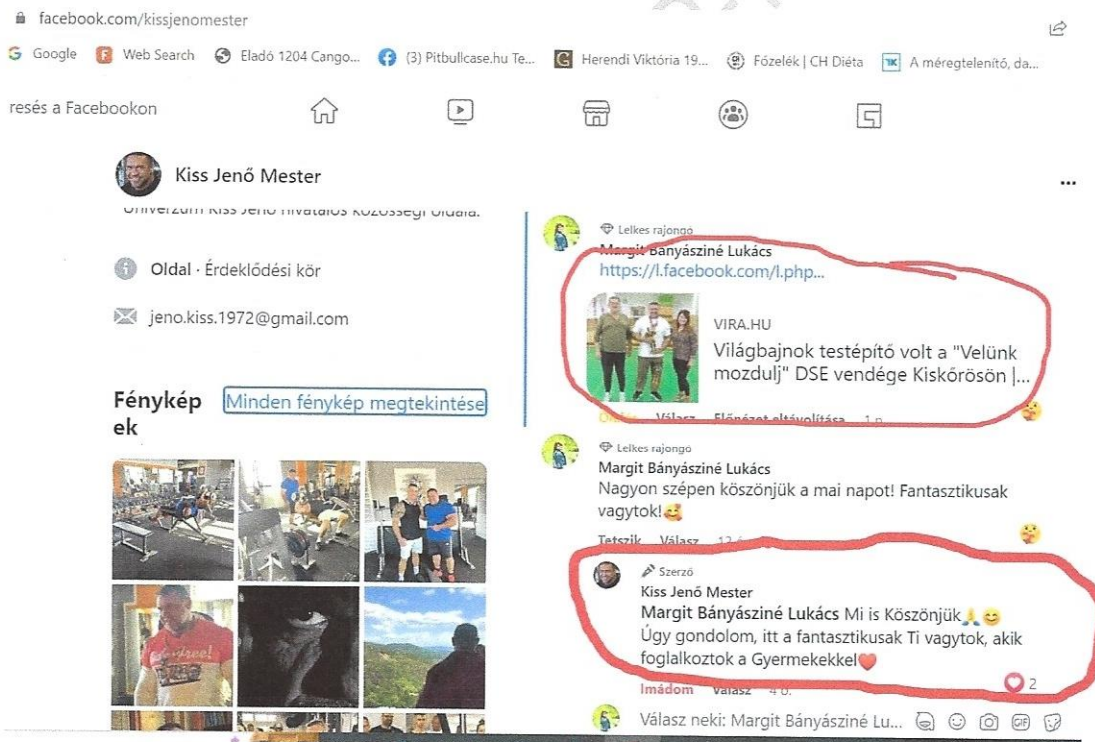
4. Elért emberek száma nagyon magas. A hozzászólások szívet melengetőek



5. VIRA Internetes Magazin
Megjelenés időpontja: 2022. 10.15.



6. Facebook 2022. 10. 15.



7. 2022. 10. 16. A példakép elismerő visszajelzése



Lelkes rajongó

Margit Bányásziné Lukács

<https://l.facebook.com/l.php.....> Továbbiak



VIRA.HU

Világbajnok testépítő volt a "Velünk mozdulj" DSE vendége Kiskőrösön |...

Ölelés Válasz Előnézet eltávolítása 1 n. 🤔 2



Szerző

Kiss Jenő Mester

Margit Bányásziné Lukács Hálásan Köszönök

Minden pillanatot 🙏❤️

Maximális Tiszteletem, azért amit Tesztek!

Nagyon jó lett a Cikk, és a Fotók is szenzációsak 🙏



Bízom benne, hogy lesz még alkalmunk hasonló tettekre 🙏❤️😊!

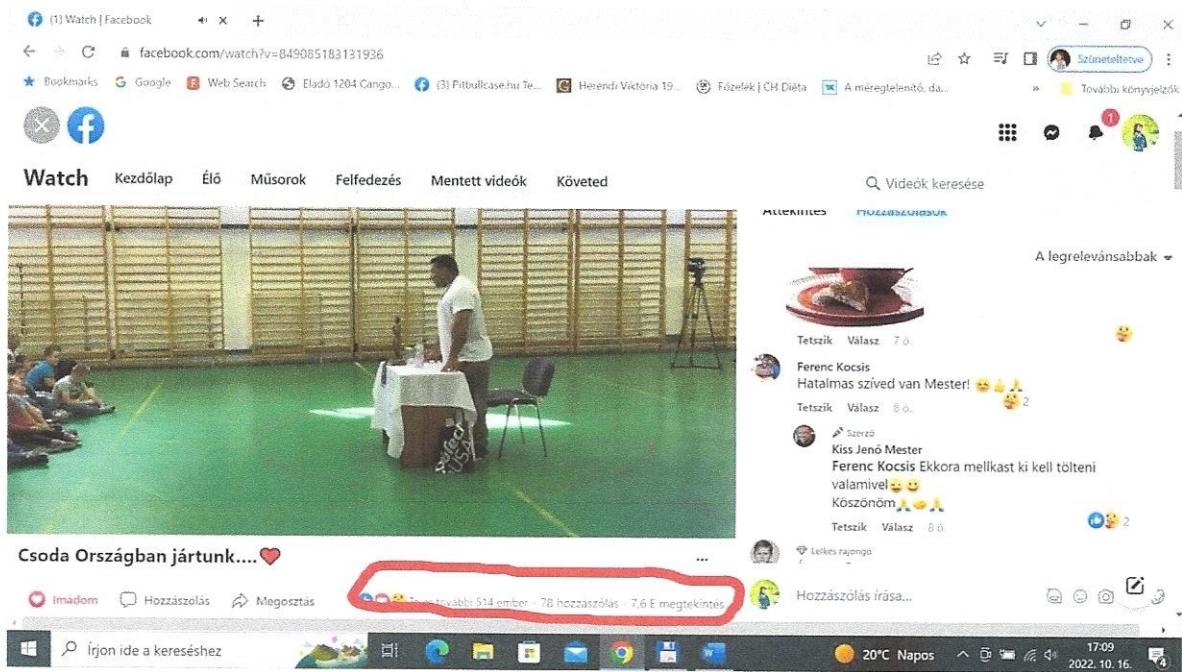
Addigra igyekszem lazulni, s felvenni újra a már feledésbe merült Gyermekei ritmusomat 😊🙏❤️

Tetszik Válasz 4 ó.



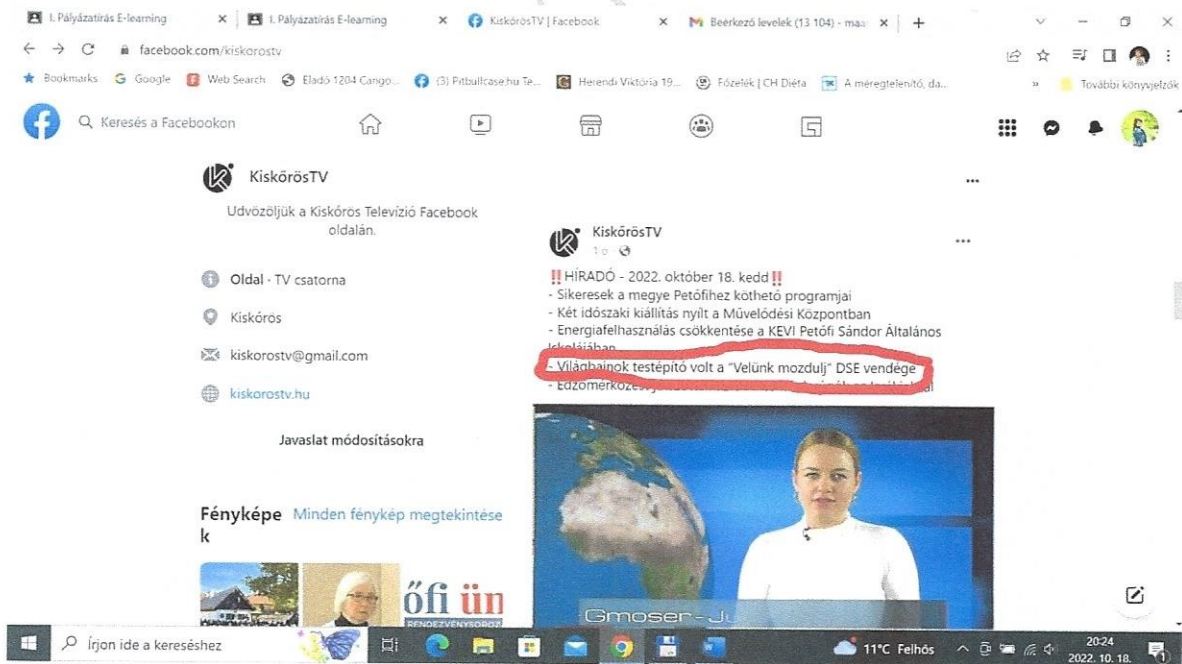
Kiss Jenő facebook oldala 2022. 10. 16.

<https://www.facebook.com/watch?v=849085183131936>



8. Kiskőrös TV műsor ajánlója <https://www.facebook.com/kiskorostv>

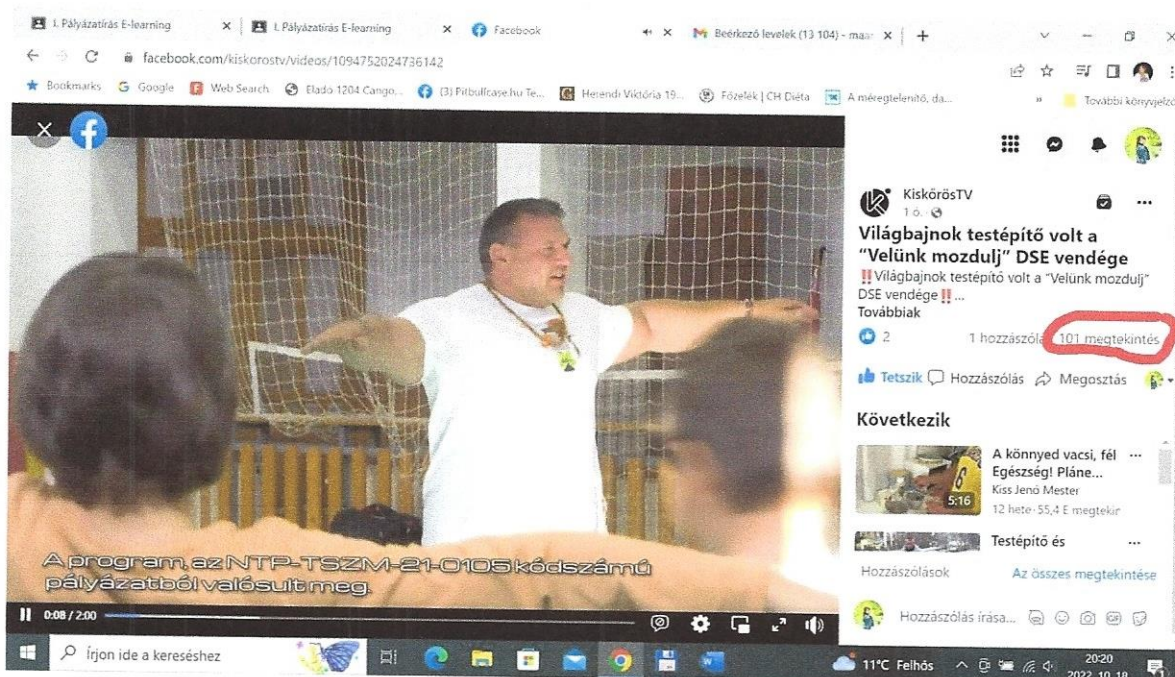
2022. 10. 18.



9. 2022. 10.18. Kiskőrös TV

<https://www.facebook.com/kiskorostv/videos/1094752024736142>

óra alatt 101 megtekintés. 101 embert értünk el közvetetten.



10. <https://vira.hu/2022/12/10/luca-kupa-megyei-labdarugo-bajnoksag-valosult-meg-a-kiskorosi-egymi-ben/?fbclid=IwAR3LBJbClqVbK-QJ1XUnebJHT8HiuXDRrR62uZt5jxec9e3Ggt0HcAgGHk4>

Luca kupa



Különdíjként három plakett is kiosztásra került. A *Gólkirály* címet **Sztojka Béla** (13 rúgott góllal), a Kiskőrösi EGYMI diákja érdemelte ki. A *Legjobb kapus* díját **Tercsi Szabina Melinda**, izsáki tanuló nyerte el. A *Legjobb mezőnyjátékos* címet **Kácsor Kevin** izsáki labdarúgó vehette át.

Gratulálunk a csapatoknak, és a felkészítőeknek!

Ezúton szeretném megköszönni a Kiskőrösi EGYMI intézményvezetőjének, Schaffer Istvánnak, hogy támogatta a megyei szintű Luca Kupa színvonalas megvalósítását!

A program a FODISZ és a Nemzeti Tehetségprogram támogatásával valósult meg.

11. Facebook Velünk mozdulj Diáksport Egyesület oldala



2022. 12. 14. Kiskőrös TV Luca kupa

