

® **European**
School Sport
Day

 @diaksport
 essdeurope
 @european_school_sport_day

#BEACTIVE
23 - 30 September



Az Európai Unió
társfinanszírozásával

#ESSD2025



Az együttműködés ereje:
az iskolák és sportegyesületek közötti kapcsolatok erősítése a sport, a testmozgás és az egészség területén
Az Európai Diáksport Napja esemény koordinátorai számára

Az eszköztár segítségével
mozgass meg minden iskolást!

Tartalom- jegyzék

1. **Az eszköztár célja – Miért választottuk ezt a témát?** / 3
2. **Háttér – Miért fontos a testmozgás és a diáksport?** / 4
3. **Az együttműködés ereje – az iskola helyi kapcsolatrendszere** / 6
4. **A folyamat – Az önértékelési eszköz használata az ESSD rendezvény szervezésében** / 7
 - 4.1. A helyi közösségek (sportklubok és egyéb érintett szereplők) feltérképezése / 8
 - 4.2. Formális kapcsolatfelvétel / 9
 - 4.3. Szervezeti önértékelés (beleértve iskolákat, sportklubokat és egyéb érdekelt feleket) – közös célok meghatározása / 10
 - 4.4. Az esemény (beavatkozások) tervezése / 11
 - 4.5. Értékelés / 13
5. **Jógyakorlat-gyűjtemény - Beavatkozások és programötletek –
tágabb vonatkozásban** / 14
6. **Mellékletek** / 20
 - 6.1. A fókusztema további értelmezési lehetőségei / 21
 - 6.2. A helyi közösség (sportklubok és egyéb érintett szereplők) feltérképezése (minta) / 22
 - 6.3. Önértékelési kimenet (minta) / 23
 - 6.4. Az esemény tervezése (minta) / 24
 - 6.5. Értékelés (minta) / 25

A program az Európai Unió támogatásával valósult meg.
A kiadvány nem tükrözi feltétlenül az Európai Unió, illetve
az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség
(EACEA) álláspontját vagy véleményét, tartalmáért
kizárólag a szerzők felelősek.

1. AZ ESZKÖZTÁR CÉLJA – MIÉRT VÁLASZTOTTUK EZT A TÉMÁT?



Bár széles körben ismert és elfogadott, hogy a diáksport alapvető fontosságú és átfogó fejlesztési eszköze a tanulók jóllétének és egészségének, általánosságban a sportegyesületek elsődleges (sok esetben egyedüli) fókusza a tehetségfelismerésen és -kiválasztáson, azaz a teljesítményközpontú utánpótlássporton van. Ez azt is jelenti, hogy ha valaki nem megfelelően tehetséges vagy fejlett, vagy egyszerűen csak nem szeretne magas szintű utánpótlássportban részt venni, jelentősen lecsökken az esélye, hogy rendszeres sporttevékenységben vehessen részt.

Ebből kifolyólag az iskoláskorúak jelentős hányada csak akkor tud rendszeresen sportolni, ha az iskola képes biztosítani teret, időt, eszközöket, szakembert stb. Sajnálatos módon ebben az iskolák lehetőségei oly sok mutatóban és mértékben különböznek, hogy nem minden esetben reális elvárás felénk, hogy rendszeres, egészségnevelő sportfoglalkozásokat tartsanak diákjaiknak. Adja magát a feladat: hogyan tudnák bevonni a környezetükben elérhető sportegyesületeket a diáksport jobbá tételében?

Az ESSD 2025 **(Az iskolák és sportegyesületek közötti kapcsolatok erősítése a sport, testmozgás és egészség területén)** elsődleges célja, hogy a rendszeres, mindenki számára elérhető, (főként) nem versenyszerű sport fontosságára felhívja az iskolák (és rajtuk keresztül a helyi közösség) figyelmét, és egyben segítse ilyen foglalkozások, sporttevékenységek megvalósítását iskolai szinten. Segíteni szeretnénk

az iskolákat abban, hogy a különböző szereplőkkel (sportegyesületek, de önkormányzatok, szülői szervezetek, egyéb egyesületek stb.) szélesedjen, hatékonyabbá váljon az együttműködés az ESSD és az egész tanév vonatkozásában egyaránt.

ÖSSZESEGÉBEN AZ ESZKÖZTÁRUNK:

- egy azonnal használható dokumentum az iskolák (kiemelten a testnevelők és az iskola vezetése) számára, amelynek segítségével hatékonyabbá tudják tenni a külső szereplőkkel való együttműködést;
- ötletek, jó gyakorlatok gyűjteménye, amelyekből mind az iskola, mind az egyesület, mind az ESSD 2025 eseményeket támogató nemzeti koordinátorok inspirálódni tudnak.



2. HÁTTÉR - MIÉRT FONTOS A TESTMOZGÁS ÉS A DIÁKSPORT?



A rendszeres testmozgás hiánya széles körben ismert negatív hatásokkal jár az ember életében: az elhízás, 2-es típusú cukorbetegség és szív- és keringési betegségek kialakulásának magasabb kockázatán túlmenően szignifikáns hatással van a mentális egészségre, a szociális készségek és az énhatékonyság érzet kialakulására, meglétére.

A csapatsportok során például javul a résztvevők szociális kompetenciája, kommunikációja, az önbecsülése (önbizalma) és a közösséghez való kötődés érzete,¹ a fittségi állapot fejlesztése (pl. funkcionális edzéssel, jógaival vagy mobilitásjavító edzésekkel) hozzájárul az általános jólléthez, stresszkezelő hatása van, és elősegíti a jobb minőségű alvást.²

Összességében, a testmozgás az emberek, kiemelten az iskoláskorúak hétköznapijának része kellene, hogy legyen. Azonban a rendszeres testmozgás fontosságával kapcsolatos elméleti és gyakorlati tudás komoly kihívás elé állítja az iskolákat: a létesítmény, eszközellátottság és egyéb kapacitások (pl. szakképzett tanárhiány) sok esetben nem teszi lehetővé, hogy a testnevelés, mint tantárgy önmagában biztosítsa a minimálisan szükséges testmozgás lehetőséget a tanulók számára. Ennek megfelelően az iskola ún. nemformális tanulási helyszínei (elsősorban a tanórák utáni és közötti időszak) egyre fontosabbá válnak ebben a tekintetben. Innen vizsgálva **a sportegyesületek bevonása kulcsfontosságú lehet, hiszen ők humánkapacitásban, sportági tudásban (és sok esetben infrastruktúrában és eszközökben is) képesek lehetnek kipótolni az iskola hiányosságait.**

1 Impact of Team Sports Participation on Social Skills Development in Youth - American Journal of Recreation and Sports ISSN 2789-7046 (Online)Vol.3, Issue 2, pp 24 – 34, 2024

2 Mahindru, A., Patil, P., & Agrawal, V. (2023). Role of physical activity on mental health and well-being: A review. *Cureus*, 15(1).

2. HÁTTÉR – MIÉRT FONTOS A TESTMOZGÁS ÉS A DIÁKSPORT?

További fontos, több-tényezős összetevő ebben a kérdésben **a tanulók sporthoz való hozzáférése:**

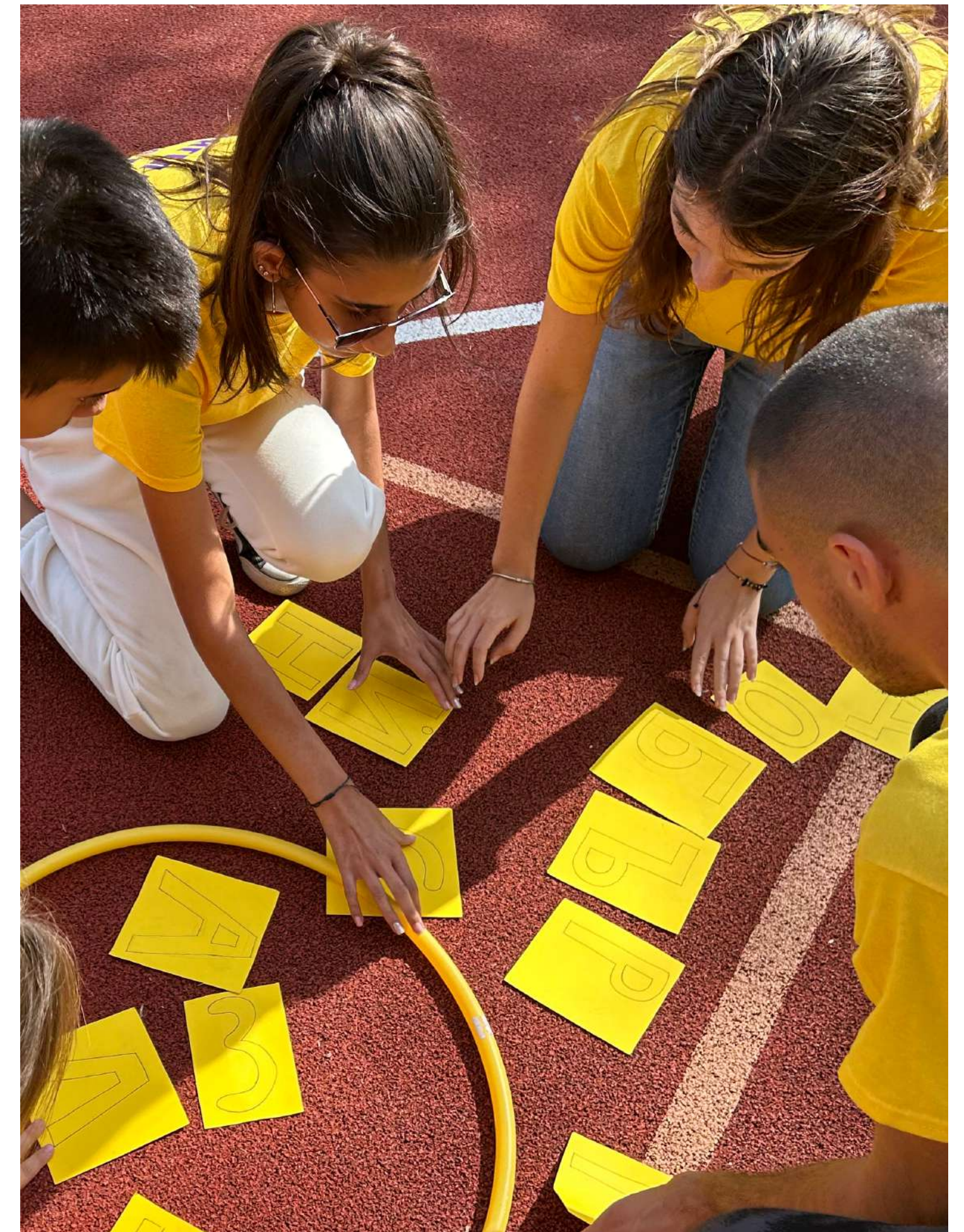
- földrajzi értelemben – sok esetben egész egyszerűen nincs a lakhelytől elérhető távolságban lévő klub, így az iskola marad az egyedüli lehetőség a rendszeres, szervezett sportban való részvételhez;
- szocioökonómiai értelemben – sok család nem képes finanszírozni és/vagy megszervezni az egyesületben való sportolást (tagdíj, utazási költségek és logisztika);
- tanulmányi szempontból – az utánpótlássportban való részvétel sok időt emészt fel (edzések ideje, edzésre utazás, versenyek, egyesületi programok), ami megnehezíti az iskolai feladatokra való készülést.

Az iskolai szinten megvalósuló sportolás, azaz a diáksport mindhárom problémát föloldja. Az ESSD 2025 pedig egy remek lehetőség ennek az üzenetnek a célba juttatásához.



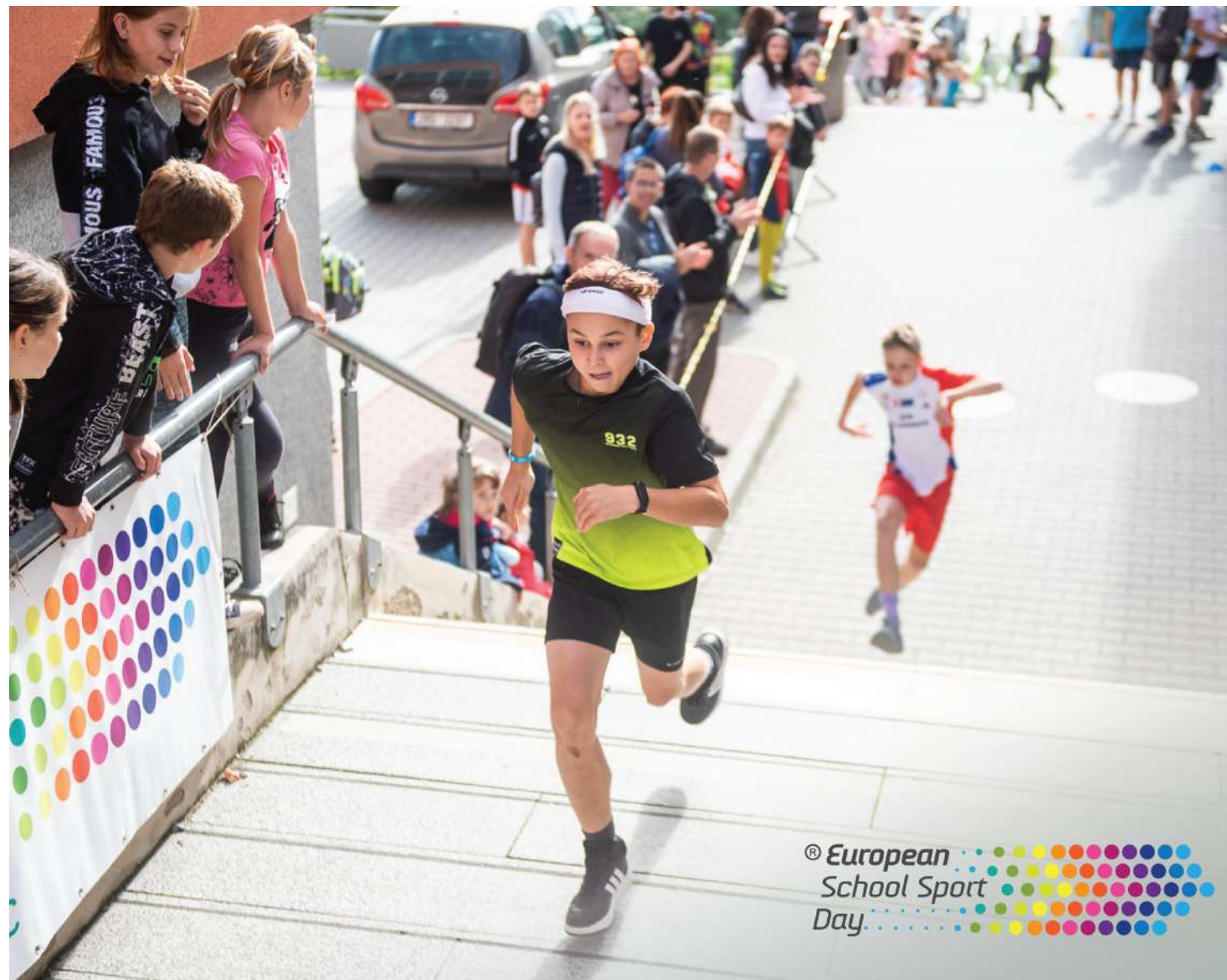
A sportegyesület szempontjából számos előnye van az iskolákkal való együttműködésnek (az Active School Communities³ elnevezésű Erasmus+ projekt alapján):

- **Jobb kommunikáció az iskolákkal** – mélyebb megértése a szervezeti céloknak és meghatározottságoknak, lehetőségeknek.
- **Jobban képzett szakemberek** – az iskolai környezet, és az utánpótlássport és diáksport közötti különbségek megtapasztalásán, megismerésén keresztül.
- **Több sportoló bevonódása az egyesületi munkába** – minél több tanuló ismeri az adott egyesületet, annál nagyobb az esélye, hogy növelni tudja a létszámot.
- **Szélesebb ismertségi szint a klub számára** – minél több lokális szereplőnek van tudomása a klubról, annak működéséről, annál nagyobb az esélye a sinergiák megtalálásának (1. ábra).
- **Erősebb helyi hálózatok** – A közösség szerepe rendkívül fontos a sportegyesületi tagok megtartásában, mivel a rendszeres részvétel alapja a motiváció és a klubhoz való pozitív hozzáállás fenntartása.
- **Tanulmányi és szociális célokhoz való hozzájárulás** – a közösségi szerepvállalás előnyei személyes és egyesületi-szervezeti szinten is jelentősek.



3 <https://www.isca.org/news-detail/609/active-school-communities-resources-now-available-online>

3. AZ EGYÜTTMŰKÖDÉS EREJE - AZ ISKOLA HELYI KAPCSOLATRENDSZERE



A tanárok megnyilvánulásai, gondolatai, attitűdjei, kommunikációja alapvetően befolyásolja a tanulók életvezetését, beleértve a testmozgással kapcsolatos attitűdjeiket is. Ebből kifolyólag kiemelten fontos, hogy az iskola (a tanárok és egyéb munkatársak) hogyan kezeli a testmozgást és sportot a működése egészében.

Az iskoláknak rengeteg programjuk van az év során, de nem mindegyik működik holisztikus szemléletű, közösségépítő eseményként. Az Európai Diáksport Napja megalapítása óta dedikáltan népszerűsíti a testmozgást és iskolai sportot, így az ESSD 2025 remek lehetőséget kínál arra, hogy az iskola szűkebb és tágabb környezetének

szereplői megkezdjék a tanulási környezet fejlesztésének folyamatát.

Legyen ez egyesületi bemutatkozás, bemutató edzés a helyi sportkluboktól, a helyi sportegyesület létesítményeinek használata vagy „csak” egy beszélgetés, egyeztetés a sportegyesületek és az iskolák vezetői között, az ESSD 2025 fontos szerepet tölthet be.



Az iskola helyi közösségben betöltött szerepének ilyen átfogó jellegű megközelítése talán túl bonyolultnak, nehézkesnek tűnhet, ezért ebben az ábrában ezt a kapcsolatrendszert szeretnénk érzékeltetni:

Az eszköztárban összegyűjtöttünk [minden dokumentumot](#), aminek segítségével a sportegyesületek és egyéb helyi érintettek bevonásával hasznos és sikeres ESSD eseményt lehet lebonyolítani:

Lépések	Javasolt dokumentumok
A helyi sportklubok (és egyéb, az iskolai sporttal kapcsolatban érintett szereplő) feltérképezése	Áttekintő dokumentum a már működő és a lehetséges kapcsolódásokról a helyi sportklubokkal (és egyéb, az iskolai sporttal kapcsolatban érintett szereplővel)
Formális kapcsolatfelvétel	Hivatalos ESSD meghívó, felkérő levél
Közös célok meghatározása - Szervezeti Önértékelési Eszköz	Szervezeti Önértékelési Eszköz - Önértékelési dokumentum
Az esemény (beavatkozások) tervezése	Akcióterv
Értékelés	Önértékelő dokumentum

1. ábra: Az ESSD kapcsán (és azon túlmenően is) lehetséges érintettek kapcsolatrendszerének sematikus ábrája

4. A folyamat – Az önértékelési eszköz használata az ESSD rendezvény szervezésében

4.1. A HELYI KÖZÖSSÉGEK (SPORTKLUBOK ÉS EGYÉB ÉRINTETT SZEREPLŐK) FELTÉRKÉPEZÉSE



Annak érdekében, hogy mélyebben megismerjük és megértsük a helyi közösségek működését, érdemes feltérképezni és elemezni a már meglévő és lehetséges együttműködések – elsősorban sportegyesületi vonatkozásban, de más érintettek tekintetében is hasznos ez a lépés. Ezeket az együttműködések sok tényező befolyásolja, érdemes ezeket figyelembe venni:

- **Profilok:** milyen területen tevékenykedik az adott szervezet (sport, önkéntesség, tánc, hagyományőrzés stb.)
- **Elérhetőség:** milyen messze van az iskolától, milyen módon megközelíthető (pl. biztonságosság vonatkozásában), mennyire realiztikus, hogy iskolai tanóra keretében alkalmazható, stb.
- **Kapcsolódások:** milyen kapcsolódásokkal rendelkezik az iskolával (szülői, tanácsadói, politikai stb.)
- **Előnyök:** hogyan volna előnyös az együttműködés az iskola és a partner számára (pl. specifikus szakértelem, promóció)
- **Erőforrásigény:** pénzügyi, emberi (szakértelmi), infrastrukturális, stb.

Ezeket a tényezőket módosíthatók, személyre szabhatók az iskola igénye szerint, a lényeg, hogy a szervezők vegyék a fáradságot, hogy átgondolják, megvizsgálják, kiket érdemes bevonni a folyamatba. Hasznos lehet továbbá a feladatterhelés elosztása szempontjából is, beleértve a felelősök kijelölését az adott szervezettel való együttműködés során.



Példa:

Partnerszervezet neve	Profilja és tevékenységei	Kapcsolódás	Elérhetőség	Előnyök	Erőforrásigény	Erősség ⁴ (1-5 skála)
Big Whoop Táncegyesület	Szabadidős táncfoglalkozások	Szabó János (10. b) szülei itt dolgoznak	3 megálló a 12-es busszal	Tanórák utáni programok Lányok nagyobb szintű bevonása	Alacsony	4

⁴ Erősség alatt azt az arányszámot értjük, hogy a lehetséges együttműködés milyen mértékben illeszkedik az iskola működésébe.

4.2. FORMÁLIS KAPCSOLATFELVÉTEL



Kapcsolatfelvétel



Egy jó partnerség alapja egy kölcsönös tisztelet a felek között, aminek vannak formális összetevői. Ilyen összetevő lehet a kapcsolatfelvétel folyamata, ahogyan az együttműködés megindul. Ehhez a Hivatalos ESSD meghívó, felkérő levél dokumentumunkat javasoljuk. [Hivatalos ESSD meghívó, felkérő levél](#) dokumentumunkat javasoljuk.



4.3. SZERVEZETI ÖNÉRTÉKELÉS (BELEÉRTVE ISKOLÁKAT, SPORTKLUBOKAT ÉS EGYÉB ÉRDEKELT FELEKET) – KÖZÖS CÉLOK MEGHATÁROZÁSA



Önértékelés

A magas szintű önismeret nagyon hasznos mind az egyén, mind egy szervezet életében. Mivel az együttműködés jellemzően beszélgetéseken, önmagunk és a másik fél megismerésén keresztül ölt testet, fontos, hogy kellően átgondolt, beazonosított elképzelésekkel kezdődjenek meg az egyeztetések. Tulajdonképpen azt mondhatjuk, hogy ha a szervezeti célok letisztultak, sokkal könnyebb a célok beazonosítása. Ehhez a nem kis feladathoz hoztuk létre a Szervezeti Önértékelő Eszköz nevű önértékelési dokumentumot.

SZERVEZETI ÖNÉRTÉKELÉSI ESZKÖZ⁵

Megjegyzés: mivel a működéssel kapcsolatos gondolatok, megélések különbözhetnek, javasoljuk, hogy minden résztvevő külön válaszolja meg a kérdéseket.



MISSZIÓ/VÍZIÓ

Az a szervezeti cél vagy működés, amit a szervezet dedikáltan elérni szeretne.

Hogyan azonosítanám be a szervezet fő céljait és működési jellegzetességeit?	Hogyan figyelhető, érthető meg az én személyes misszióm/vízióm egy külső szempontból?
Milyen mértékben és hogyan azonosulnak a szervezet tagjai (tanárok és egyéb munkavállalók) a szervezeti célokkal és működéssel?	Mi a szervezetem célja a helyi közösségben?

TEVÉKENYSÉGEK

A szervezet mindennapos tevékenységi körei.

Milyen tevékenységeket végez a szervezet a mindennapokban?	Hogyan figyelhető meg, értékelhetők a tevékenységeink a külső szemlélő számára?
Hogyan tekintenek a szervezet tagjai ezekre a tevékenységekre?	Miként illeszkednek a tevékenységeink a közösségi működésbe?

HOZZÁADOTT ÉRTÉK

A legfontosabb hatások, kimenetek és következmények, amik a szervezeti működés eredményeképpen jönnek létre.

Mi(k) a szervezet legfontosabb hozzáadott értéke(i)?	Hogyan figyelhető meg, értékelhetők a hozzáadott értékeink a külső szemlélő számára?
Hogyan jelenítjük meg, emeljük ki a legfontosabb hozzáadott értékeinket a szervezeten belül?	Miként illeszkednek a hozzáadott értékeink a közösségi működésbe?

⁵ A kérdések elrendezése (a kvadránsok használatával) a következő mű alapján készült: Wilber, K. (2001). *A theory of everything: An integral vision for business, politics, science and spirituality*. Shambhala publications.

4.4. AZ ESEMÉNY (BEAVATKOZÁSOK) TERVEZÉSE



Terv & Megvalósítás

Az önértékelés (azon belül is elsősorban a „közös célok”) alapján egy beavatkozási tervet szükséges meghatározni. Javasoljuk, hogy a lehetséges beavatkozásokat két kategóriába soroljuk: az egyik az ESSD napjára tervezett, a másik a hosszabb távra (általában egész tanévre) tervezett beavatkozások. Mivel az ESSD évente egyszer kerül megszervezésre, érdemes mindkét opciót megfontolni, főként, hogy az ESSD hogyan tudja afféle katalizátorként használni az eseményt a hosszabb távú együttműködés érdekében.

PÉLDÁK AZ ESSD-HEZ KAPCSOLÓDÓ AKTIVITÁSOKRA:

- az egyesület bemutatkozása (tevékenység, edzések, szórólapok, stb.)
- tanulók/tanárok/szülők/edzők közös sportolása, aktivitása
- az ESSD egyesület általi promóciója mint egy fontos, egészségtudatossággal, rendszeres sporttal kapcsolatos esemény

BEAVATKOZÁSI TERÜLETEK AZ EGÉSZ ÉVES AKTIVITÁSOK VONATKOZÁSÁBAN:

- Sportnépszerűsítés
- Tehetségfelismerés és -gondozás
- Közösségépítés
- Testi egészség népszerűsítése
- Mentális egészség népszerűsítése
- Infrastruktúrafejlesztés

ESSD VONATKOZÁSÚ PROGRAMÖTLETEK

A program típusa	Leírás	Előnyök	Hátrányok
Az egyesület bemutatkozása (tevékenység, edzések, szórólapok, stb.)	Az iskola az ESSD során lehetőséget teremt a környékbeli egyesületeknek (sport, de egyéb is, pl. tánc) a bemutatkozásra, közös aktivitásokra, beszélgetésekre, stb.	Minden tanulónak lehetősége nyílik kipróbálni a különböző sportokat, eszközöket, így olyanoknak is, akiknek máskor nem volna erre lehetősége. Ezen túlmenően számos sportág nem ismert eléggé, így nagyon jól jön nekik a megjelenési felület.	Sok esetben a sportegyesületek „barátságosabbnak” mutatják magukat, mint amilyen módon az edzéseken dolgoznak, ami okozhat csalódásokat, ellentmondásokat. Illetve, ebből az iskola nem minden esetben profitál, érdemes további együttműködési lehetőségeket kialakítani.
A sportegyesület, mint az ESSD házigazdája	Az egyesület rendelkezésre bocsájtja a létesítményeit, eszközeit, edzői stábját az ESSD eseményéhez.	A tanulók jellemzően mindig szívesen és motiváltan vesznek részt olyan sporteseményeken, mozgásos programokon, amik nem az iskolában szerveződnek. Fontos pozitívum továbbá, hogy a tanulók személyes benyomásokat, élményeket szerezhetnek a klubról, annak hangulatáról.	Magasabb fokú elköteleződést igényel mind az iskolától, mind az egyesülettől, mivel a külső helyszín miatt több nehezítő tényező is fellép (szülői hozzájárulások, utazás stb.)
Az ESSD mint a helyi közösség mozgásos programja	Az ESSD-n részt vesz az iskola környezetének különböző szereplői: sport és táncegyesületek, egyéb egyesületek (pl. társasjáték, e-sport), szülők, önkormányzati képviselők stb. Ez jelenthet közös sportolást, játékot, de akár kerekasztal-beszélgetést is	Egy ilyen jellegű program az emberi szinten történő, természetes érintkezés miatt nagyon hasznos tud lenni az együttműködési szándék kialakítása és az együttműködés részletei szempontjából.	Szervezői oldalról nagyobb mértékű elköteleződést és hajlandóságot, a külső szereplőktől nyitottságot, együtt-gondolkodási szándékot igényel.

4.4. AZ ESEMÉNY (BEAVATKOZÁSOK) TERVEZÉSE



Terv & Megvalósítás

EGÉSZ ÉVES PROGRAMOK

A program típusa	Leírás	Előnyök	Hátrányok
Az iskola területén megvalósuló egyesületi szerepvállalás	A sportegyesület – jellemzően – heti rendszerességgel edzéseket tart az iskolában.	Képzettebb edzők, az edzői stáb tudásának, sportági tapasztalatának felhasználásának lehetősége (pl. nyílt edzések tanítók, testnevelők számára)	Sok esetben az egyesületi erőforrások (eszköz és szakember) kérdése az ilyen típusú együttműködése, így ha azok rendelkezésre állnak, akkor elég egyértelmű a folyamat.
Az iskola területén kívül megvalósuló egyesületi szerepvállalás	A sportegyesület – jellemzően – heti rendszerességgel edzéseket tart az egyesületi létesítményekben.	A tanulóknak lehetőségük nyílik olyan sportokat űzni (létesítményeket, eszközöket használni), amik nem állnak rendelkezésre az iskolában (pl. úszás, tenisz, fitneszterem). Az edzők sportági tudása és tapasztalata jellemzően nagyobb, mint a tanároké.	Magasabb fokú elköteleződést igényel mind az iskolától, mind az egyesülettől, mivel a külső helyszín miatt több nehezítő tényező is fellép (szülői hozzájárulások, utazás stb.).

TOVÁBBI ESSD KAPCSOLÓDÁSÚ BEAVATKOZÁSOK

A program típusa	Leírás	Előnyök	Hátrányok
Iskolai infrastruktúra fejlesztése	Az ESSD testmozgással és sportolással kapcsolatos küldetésének felhasználása az érintett szereplők infrastruktúrafejlesztéssel kapcsolatos bevonása érdekében. Ilyen lehet pl.: <ul style="list-style-type: none"> - szabadtéri eszközök telepítése - sportolásra alkalmas területek kialakítása - meglévő eszközök bővítése, felújítása - bringatároló telepítése 	Az erőforrás hiányra leggyakrabban adható (és sokszor egyedüli) pozitív válasz a meglévő erőforrások, kapcsolatok, szinergiák megtalálása, összerendezése. Megfelelően menedzselve nagyon látványos fejlődés realizálható rövid időn belül.	Szervezői oldalról nagyobb mértékű elköteleződést és hajlandóságot, a külső szereplőktől nyitottságot, együttgondolkodási szándékot igényel.

4.5. ÉRTÉKELÉS



Értékelés



Az együtt gondolkodás, együtt-dolgozás során alkalmazott önreflektív szemlélet az esemény és a programok értékelése során is esszenciális fontosságú. Sok esetben rengeteg tanulságot lehet levonni, részletet megismerni az eseményt követően, amik előkészítik az elkövetkező időszak tervezését. A 6. oldalon találsz használatra kész dokumentumokat, amelyek végigkísérhetnek ezen a folyamaton.



5. Jógyakorlat-gyűjtemény

*Beavatkozások és programötletek
tágabb vonatkozásban*

5. JÓGYAKORLAT-GYŰJTEMÉNY – BEAVATKOZÁSOK ÉS PROGRAMÖTLETEK TÁGABB VONATKOZÁSBAN

DIMENZIÓ: Sport népszerűsítése

KATEGÓRIA: Közös sportprogramok más iskolákkal

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Jornada intergenerational

RÖVID LEÍRÁS: Éves találkozó a környékbeli iskolákkal (elsősorban általános iskolákkal), ahol közös sportolás, játékok, mozgásos aktivitások kerülnek terítékre, a rendszeres sport és egészségtudatos életvezetés népszerűsítése érdekében. Kiemelten fontos a sport értékeinek esélyegyenlő, inkluzív szemléletű közvetítése.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: https://www.colegioelcaton.org/Proyecto_DES



DIMENZIÓ: Sport népszerűsítése

KATEGÓRIA: Egészségtudatos táplálkozás, testmozgás, inkluzív szemlélet a sportban

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Hazte Healthy Incluencer – Hazte Incluencer

RÖVID LEÍRÁS: A projekt során a tanulók „egészséginfluenszerekké” válnak a különböző aktivitások során: pl. hatodikosok egészséges reggelit készítenek, elsősök sportolásra, testmozgásra ösztönző üzeneteket helyeznek el a lépcsőkön, a negyedikesek fogyatékkal élőkkel sportolnak közösen.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: <https://soltra.org/hazteincluencer/inicio-english/>



5. JÓGYAKORLAT-GYŰJTEMÉNY – BEAVATKOZÁSOK ÉS PROGRAMÖTLETEK TÁGABB VONATKOZÁSBAN

DIMENZIÓ: Sport népszerűsítése

KATEGÓRIA: Inkluzív szemlélet a sportban

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Különleges Bajnokok Ligája – Special Power League (SPL)

RÖVID LEÍRÁS: A Special Power League (SPL) egy 2018-ban alapított labdarúgó- és kézilabda-bajnokság fogyatékkal élő gyermekek számára. Az elsődleges cél az, hogy a 9-17 éves, fejlődési nehézségekkel küzdő gyermekeket a tornákban való folyamatos részvétel révén integrálják a társadalomba. A projekt a befogadó sportolási lehetőségek hiányát hivatott orvosolni azzal, hogy horvát és nemzetközi klubokkal együttműködve helyi és regionális bajnokságokat szervez. A program kiemelt eredménye a társadalmi befogadás, új barátságok, a fizikai egészség javulása, valamint a közösség tudatosságának növekedése a speciális igényű gyerekek sportolásának fontossága terén. 2020-ban az UEFA ezüst grassroots díjjal ismerte el az SPL kezdeményezését

A Special Power League (SPL) hosszú távú együttműködést ösztönöz sportegyesületek, iskolák és oktatási intézmények között. A program olyan labdarúgó- és kézilabdaklubokkal működik együtt, mint a GNK Dinamo, az NK Istra 1961 vagy a HNK Hajduk Split, valamint oktatási központokkal és iskolákkal, például a Škola za odgoj i obrazovanje Pula és a Centar za odgoj i obrazovanje Ivan Štark intézményekkel. Emellett civil szervezetek is partnerek, például a Veliko Srce és a Pogled egyesületek. A program támogatja speciális szakosztályok létrehozását a sportklubokon belül, így folyamatos sportolási lehetőséget biztosít fogyatékkal élő gyermekek számára. Az edzők speciális képzésben részesülnek, és az önkéntesek kulcsszerepet játszanak az események megszervezésében.

Kihívások:

- A fogyatékkal élő gyermekek számára elérhető sportprogramok hiánya.
- E gyermekek társadalmi elszigeteltsége és marginalizációja.
- A közösségi tudatosság és befogadás folyamatos fejlesztésének szükségessége.

A tevékenységek hosszú távú hatása:

- A program ösztönzi új sportszakosztályok létrehozását fogyatékkal élő gyermekek számára.
- A rendszeres versenyek elősegítik a folyamatos részvételt és elköteleződést.
- A növekvő társadalmi tudatosság erősíti az iskolák és sportklubok közötti együttműködést.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: <https://healthlifeacademy.com/special-power-league/>



5. JÓGYAKORLAT-GYŰJTEMÉNY – BEAVATKOZÁSOK ÉS PROGRAMÖTLETEK TÁGABB VONATKOZÁSBAN

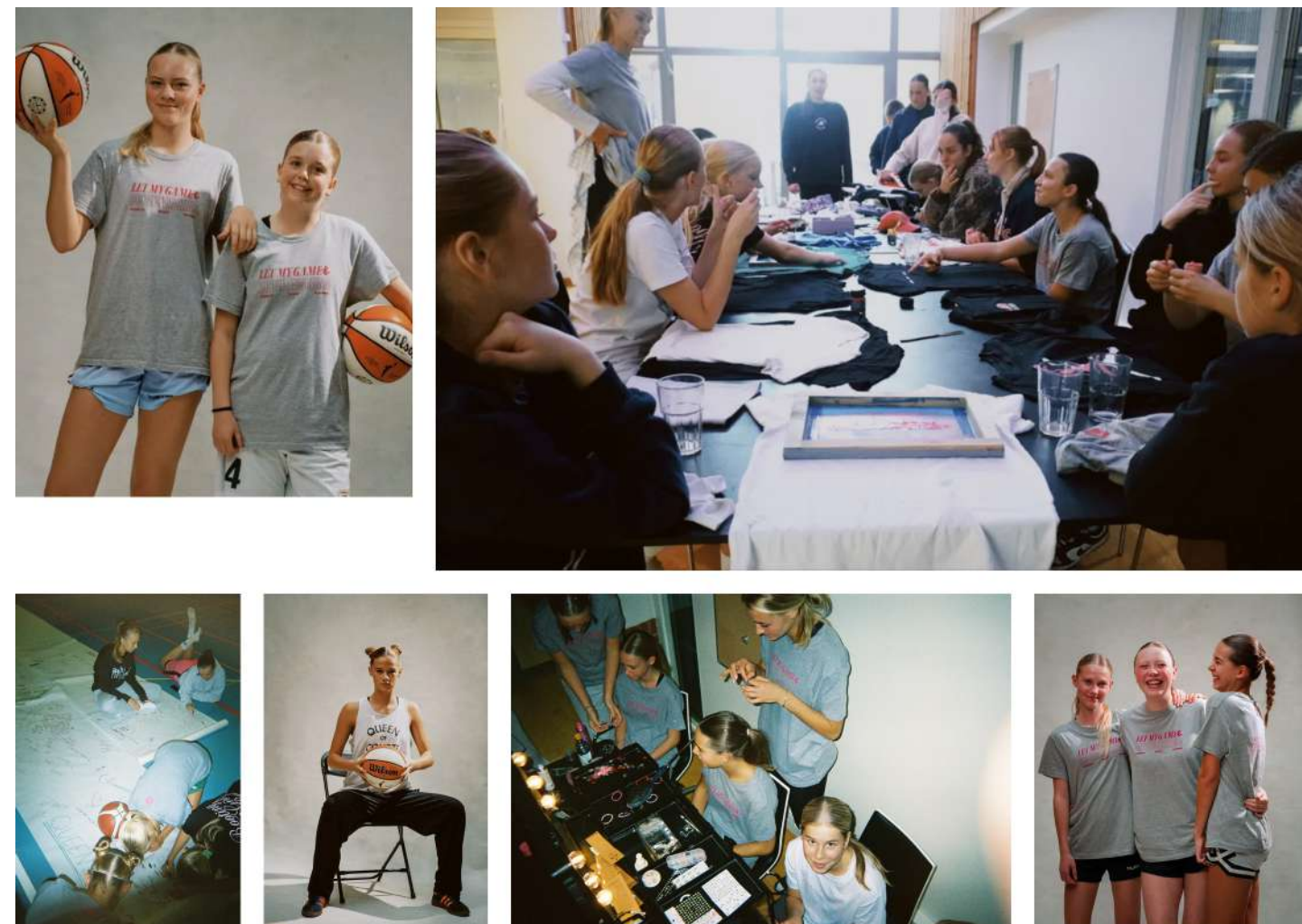
DIMENZIÓ: Sport népszerűsítése

KATEGÓRIA: Nem versenyszerű sportolási lehetőség biztosítása

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Kosárlabda az iskolában (egy dán program)

RÖVID LEÍRÁS: A sport fejlesztő hatásrendszere túlmutat a versenyszintű, utánpótlás-élsport és tehetséggondozás keretein. Egyre több klub ismeri fel annak fontosságát, hogy pozitív hatással legyen a helyi közösség életére, pl. vonjon be több lányt vagy szülőt a rendszeres sportba. Ez a program a kosárlabda sportágat választotta erre a célra.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: Basketball at school – www.bornebasketfonden.dk



DIMENZIÓ: Sport népszerűsítése

KATEGÓRIA: Sportági szakszövetségi (egyesületi) program

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Sportklubok programjai az iskolában

RÖVID LEÍRÁS: Az egyébként tehetséggondozással foglalkozó egyesületek felismerték annak a fontosságát, hogy bevonódjanak a helyi közösség, azon belül elsősorban az iskolák életébe. A sportegyesület (mint pl. az Alba Berlin), mint brand jelenik meg, amely során kiemelten fontos, hogy az egyesület a helyi közösségért tenni akaró és tenni képes szereplőként jelenik meg, szervez foglalkozásokat, eseményeket. .

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: <http://www.albaberlin.de/jugend/kita-schule/alba-macht-schule>

<http://www.profireine-machen-schule.de/start/>

<https://sportjugend-berlin.de/themenwelten/programme/schule-und-sportverein/-verband>



5. JÓGYAKORLAT-GYŰJTEMÉNY – BEAVATKOZÁSOK ÉS PROGRAMÖTLETEK TÁGABB VONATKOZÁSBAN

DIMENZIÓ: Testmozgás népszerűsítése

KATEGÓRIA: Önkormányzati szerepvállalás az egészségtudatos életvezetés, felelősségteljes egészségmagatartás kialakítása érdekében

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Kék és Zöld Iskolák – Blue and Green Schools

RÖVID LEÍRÁS: A projektet a török Muğla Tartományi Nemzeti Oktatási Igazgatóság valósítja meg. Az iskolások számára olyan tevékenységeket szerveznek, mint például hulladékgyűjtés, takarékos iskolák, környezettudatos iskolák program stb., hogy felhívják a figyelmüket a környezetvédelem fontosságára.

A török ENVERCEVKO (Energiahatékonysági és Környezetvédelmi Egyesület) a Muğla Tartományi Nemzeti Oktatási Igazgatósággal együttműködve 2024-ben 50 iskolát látogatott meg, ahol a klímaválságra figyelemmel népszerűsítette a kerékpárhasználatot, kerékpárjavítási és biztonságos kerékpárhasználati workshopokat tartott stb. 2024-ben a program keretében 75 iskola vált jogosulttá a „takarékos iskola” tanúsítvány megszerzésére, amelyet egy nagy sajtónyilvános ünnepségen adtak át.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: <https://muglaerge.meb.gov.tr/www/blue-green-schools-projesi/icerik/989>



DIMENZIÓ: Egészségtudatos életvezetés népszerűsítése

KATEGÓRIA: Komplex intézményi mozgásprogramok

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: „Aktív iskola” programok Európa-szerte

RÖVID LEÍRÁS: A tanulók egészség és aktivitási szintjének komplex, az egész iskolai működést átható alakítása, javítása, több dimenzióban:

- testnevelés
- diáksport
- együttműködések
- egészségtudatos életvezetés
- tanulói bevonódás, önkéntesség

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:

Active Schools Scotland (Skócia) – <https://sportscotland.org.uk/schools-colleges/active-schools>

Active School Flag (Írország) – <https://activeschoolflag.ie>

Aktív Iskola (Magyarország) – <https://www.aktiviskola.hu/>

Liikuma Kutsuv Kool - Schools in Motion (Észtország) – <https://www.liikumakutsuvkool.ee/english/>



5. JÓGYAKORLAT-GYŰJTEMÉNY – BEAVATKOZÁSOK ÉS PROGRAMÖTLETEK TÁGABB VONATKOZÁSBAN

DIMENZIÓ: Közösségépítés

KATEGÓRIA: Helyi közösségek bevonása

A PROGRAM ELNEVEZÉSE: Szabadidő az időssekkel - Leisure time with the elderly

RÖVID LEÍRÁS: A tanulók a helyi időssekkel közösen valósítanak meg közös programokat, beszélgetéseket, játékokat, stb.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: Jornada Intergenerational <https://www.colegioelcaton.org>



6. Mellékletek

6.1. A FÓKUSZTÉMA TOVÁBBI ÉRTELMEZÉSI LEHETŐSÉGEI

A közösségek szerepe megkérdőjelezhetetlenül fontos az ember életében, ám helyenként nem kap kellő fontosságot az iskolai működés tágabb értelmezésében. Az iskola elsődleges fókuszában az ún. formális tanulási szintek, azaz a tanórák állnak, ahol a tanulási környezet összetevői indirekt hatással vannak a tanulási cél elérésére. Manapság azonban egyre nyilvánvalóbb, hogy a holisztikusabb szemlélet, ahol az ún. nemformális tanulási szintek (leginkább a tanórák előtti, közötti és utáni szervezett programok, foglalkozások) tanulmányi és egészséggel kapcsolatos beavatkozásai tudatos és kiemelt figyelmet kapnak, nagyban hozzájárulnak egy jól működő iskolához, általánosságban pozitívan befolyásolva az egész működést, elsősorban a benne élők (tanulók, tanárok, iskolai dolgozók), másodsorban az érintettek (szülők, egyesületek, önkormányzat, fenntartó, stb.) számára.

Ebben az értelemben érdemes **az iskolát, mint központi szereplőt, afféle olvasztótégelyként tekinteni, ahol a működést befolyásoló szereplők és tényezők mindegyike megjelenik valamilyen formában.** Ez a központi szerep abban a komplex rendszerben, ami a diáksport és rendszeres testmozgás kapcsán az iskola számára adott, azt is lehetővé teszi, hogy facilitátorként, kezdeményezőként lépjen fel a különböző szereplők közötti kapcsolódások, szinergiák megtalálása érdekében a helyi közösségben:

- **Érintett szervezetek, szereplők:** A tanulási környezet és tanulási élmény fejlesztése, jobbra tétele minden helyi közösségi szereplőnek az érdeke (állam, fenntartó, önkormányzat, szülők, sportklubok stb.).
- **Szülők:** A legtöbb tanuló szülője az iskolához közel lakik, érintett az iskola mindennapjaiban, és közülük sokan hajlandóak tevékenyen is részt venni az iskolai fejlesztésekben. Továbbá sok szülő eleve érintett a helyi közösségi életben (pl. edzőként dolgozik egy sportegyesületben, helyben működő vállalkozása, szolgáltatása van) ami kapcsolódhat az iskolai működéshez.
- **Vállalatok, cégek:** Sok esetben található olyan cégek, vállalkozások az iskola vonzáskörzetében, amik valamiféle együttműködés lehetőségét kínálhatják.



6.2. A HELYI KÖZÖSSÉG (SPORTKLUBOK ÉS EGYÉB ÉRINTETT SZEREPLŐK) FELTÉRKÉPEZÉSE

MINTA

Komplex partnerségek esetén, például az önkormányzattal együtt kialakítható egy olyan partnerségi térkép, amely stratégiai nézőpontból átfogja az összes meglévő és potenciális kapcsolatot.

Partnerszervezet neve	Profilja és tevékenységei	Kapcsolódás	Elérhetőség	Előnyök	Erőforrásigény	Erősség (1-5 skála)
Önkormányzat	A közösségi park használata testnevelésórákon	Testnevelők és önkormányzati felelős közötti ismeretség	2 km (8-10 perc gyalog)	Szabadtéri aktivitás Nincs létszámlimit	nincs	4
	Kültéri órákhoz megfelelő kert kialakítása	Építészeti felelős Természettudományi tanárkollégák Szabó Évi szüleinek kertészete	Kihasználatlan terület az udvaron	Új, funkcionális tanulási terület Barátságos, szép környezet kialakítása	magas (becslések, tervek...)	5

A Szervezeti Önértékelési Eszköz alkalmazása során meghatározott közös célok alapján kialakított közös célok megjelenítése..

DIMENZIÓ	KERESZTMETSZET	KÖZÖS CÉLOK
Misszió/vízió		
Tevékenységi körök		
Hozzáadott érték		

ESSD-PROGRAMOK

Hogyan lehet egy évi egyszeri eseménnyel a lehető legnagyobb hatást elérni?

A programelem megnevezése	Leírás	Felelős	Szükséges eszközök

EGÉSZ ÉVES TEVÉKENYSÉGEK

(és azok hozzájárulása a közös célokhoz)

A programelem megnevezése	Leírás	Felelős	Szükséges eszközök

ESSD-PROGRAMOK				
Programelem	Milyennek ítélem meg a megvalósulást?	Milyen mértékben érte el a célját?	A közös célokhoz való kapcsolódás (1-10 skálán)	Sikeresség (1-10 skálán)

EGÉSZ ÉVES TEVÉKENYSÉGEK				
Programelem	Milyennek ítélem meg a megvalósulást?	Milyen mértékben érte el a célját?	A közös célokhoz való kapcsolódás (1-10 skálán)	Sikeresség (1-10 skálán)

® **European**
School Sport
Day

#ESSD2025

#BEACTIVE
EURÓPAI SPORTHÉT



Az Európai Unió
társfinanszírozásával

KAPCSOLAT

Szeretnél többet megtudni az ESSD-ről?
Nézd meg a weblapunkat: www.essd.eu

 [@diaksport](https://www.youtube.com/@diaksport)
 [essdeurope](https://www.facebook.com/essdeurope)
 [@european_school_sport_day](https://www.instagram.com/european_school_sport_day)



BG BE ACTIVE



További kérdés esetén
keress minket a következő
címen: info@essd.eu