



INTERNATIONAL
OLYMPIC
COMMITTEE

Kézikönyv az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz

GYAKORLATI ÚTMUTATÓ AZ OLIMPIAI ÉRTÉKEKEN ALAPULÓ OKTATÁSHOZ



Az oktatók képzése

Köszönetnyilvánítás:

A NOB elismerését szeretné kifejezni az alábbi személyeknek, akiknek az egyéni és közösségi tudása, az olimpizmus iránti szakértelme és szenvedélye segített egy olyan holisztikus oktatási programot létrehozni, amely az olimpiai gondolkodáson és nevelésen alapszik.

Gary Barber, Educator, St Michael's University School, Victoria
BC Amanda Stanec, PhD, Owner, Move Live Learn, Lead Content
Developer Contributors: Narin HajTass, Education and Training
Manager, Jordan Olympic Committee Paraskevi Lioumpí, PhD,
University of Peloponese, International Olympic Academy James
Mandigo, PhD, Vice-Provost & Professor, Brock University Phelane
Phomane, OVEP Field Consultant, Lesotho Amy Schwartz, Senior
Strategist, Move Live Learn Lindsay Simpson, Curriculum Specialist,
Move Live Learn

Magyar kiadás:

Fordította: Nemerikényi Krisztina

Lektorálta és fordította: Szijj Lilla, Tóthné Vojtkó Veronika

Mutáció, nyomdai előkészítés: Bodolóczki Júlia

Készült a Magyar Olimpiai Bizottság támogatásával

Felelős kiadó: Gyulay Zsolt

Felelős szerkesztő: Győr Béla



OLYMPIC VALUES
EDUCATION PROGRAMME

Kézikönyv az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz

Gyakorlati útmutató az olimpiai értékeken alapuló oktatáshoz

Ezt a gyakorlati útmutatót ajánlott az *Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program 2.0* (*Olympic Values Education Programme = OVEP 2.0*) többi kiadványával együtt használni.

Nemzetközi Olimpiai Bizottság
Kulturális és Örökségvédelmi Alapítvány
Lausanne, Svájc
2017

Az OVEP tartalma, valamint a hozzá kapcsolódó anyagok, beleértve minden dokumentumot, grafikát, képet vagy mozgóképet (az összes OVEP anyagot), a Nemzetközi Olimpiai Bizottság (NOB) kizárólagos tulajdona, ami – nem kereskedelmi és nem promóciós szándékkal – kizárólag szerkesztési, oktatási, kutatási, elemzési, véleményezési és beszámoló felhasználatra hozzáférhető a felhasználói közönség számára (amennyiben a NOB másképp nem rendelkezik). Az OVEP és a hozzá kapcsolódó anyagok (részleteinek vagy egészének) módosítása, átalakítása, szerkesztése, továbbadása vagy terjesztése tilos a NOB (vagy a jelzett jogtulajdonos) előzetes írásbeli engedélye nélkül. A NOB nem vállal garanciát, sem felelősséget az OVEP anyagaiban található információkért, azok hitelességéért vagy teljességéért. Az Ön rendelkezésére bocsátott OVEP kiadványokban megjelenő nézőpontok és vélemények (i) akár egy harmadik fél továbbította Önnek az OVEP anyagait; (ii) akár publikáció, weboldal vagy egyéb eszközön jut el Önhöz egy harmadik fél által az OVEP anyagok részeként; csupán a szerzők nézőpontját tükrözik, és nem feltétlenül egyezik meg a NOB hivatalos véleményével. A NOB-ot nem terheli semmilyen felelősség bármilyen olyan károkozás esetén, ami az OVEP anyagok és azok nem megfelelő használatából vagy a jogok megsértéséből származnak. A NOB (és a jelzett jogtulajdonos) fenntartja a jogot arra, hogy az OVEP anyagaival kapcsolatos jogokat bármikor és bármilyen indokkal visszavonja.

Copyright © 2016 Nemzetközi Olimpiai Bizottság

ISBN: 978-92-9149-164-3

Design: Thomas & Trotman Design

Cover illustration: Bruno Santinho

Copy editing and proofreading:
Dan Brennan, Libero Language Lab

Photography by IOC and Getty Images®.
Page 10 IOC/Arnaud Meylan; page 13 NOC/BRA;
page 26 IOC/Catherine Leutenegger

Olimpiai Kulturális és Örökségvédelmi Alapítvány,
Quai d'Ouchy 1, 1001 Lausanne, Switzerland
Tel +41 (0)21 621 6511 www.olympic.org

A Kézikönyv elérhető az alábbi linken:
www.olympic.org/olympic-values-and-education-program



Tartalom

Előszó	6
Olimpizmus és az olimpiai értékeken alapuló oktatás	8
1. fejezet: Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) előnyei	12
2. fejezet: A sikeres tanulási környezet megteremtése	16
3. fejezet: Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) és a 21. századi tanulási kompetenciák	18
4. fejezet: Az oktatási és a tanulási ciklus	20
5. fejezet: Oktatási módszerek, amik segítik az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program gyakorlati megvalósulását/megvalósítását	26
6. fejezet: Oktatás az olimpiai nevelési témák alapján (a munka fázisai)	30
7. fejezet: Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) alkalmazása mozgásos feladatokon keresztül	34
Az OVEP feladatainak integrálása az iskolai tantárgyakba	64
További javasolt szakirodalom	66
Szójegyzék	67
Források és hivatkozások	73

Előszó

Csak kevés emberből válik olimpikon, de bárki élvezheti az aktív életmód előnyeit. A NOB szeretné felhívni a figyelmet arra a globális kihívásra, amit a mozgásszegény életmód okoz, hogy ezáltal minél több fiatal válhasson olimpikonná, de elsősorban arra, hogy minél több gyerekben és fiatalban alakuljon ki egy életen át tartó igény a mozgásra, mind a szórakozás, mind az egészség megőrzése érdekében.

A mozgás számtalan formában létezik, közülük csak egy – és nem az egyetlen – a sport; ilyen a rekreáció, a játék, a tánc és a testgyakorlás is. Nem minden gyermeknek nyújt a sport és a testmozgás pozitív élményt. Ezen szeretnénk változtatni. A diákokra összpontosító és pozitív, a mozgást befogadóvá tevő, több gyerek és fiatal számára kiváló tapasztalatot adó programok nagyobb valószínűséggel egy egész életen át tartó mozgásban gazdag életmódot fognak eredményezni.



A NOB Olimpiai Oktatási Bizottsága felismerte, hogy támogatni kell a gyerekeket és a fiatalokat abban, hogy olyan értékeket és képességeket tanuljanak, melyek felkészítik őket az életre. Ez a tanácsadó testület az oktatókat is ösztönözni szeretné az olimpiai értékeken alapuló nevelés népszerűsítésére és stratégiai irányt mutat a NOB ifjúsági oktatáshoz köthető sport programok és feladatok segítségével.

Ezt a programot úgy tervezték, hogy bármilyen képességű és a világ bármely pontjáról származó fiatal számára hozzáférhető legyen, és hogy jól érezze magát és tanuljon a testmozgás során, valamint életre szóló társas, kognitív és motorikus képességeket szerezzen. Ezen felül, a programot elérhetővé lehet tenni a felnőttek számára is, akik szintén profitálhatnak az olimpiai értékeken alapuló nevelésből és a többi testmozgással járó feladatból.

Hisszük, hogy ennek a kézikönyvnek és a többi Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) kiadványnak a használata pozitívan befolyásolja a következő globális célokat és irányelveket.

Hogyan illik a kézikönyv tartalma a következő témákhoz?

- Az olimpizmus filozófiája
- A NOB célkitűzése: „egy jobb világot teremteni a sport segítségével”
- Az Olimpiai Oktatási Bizottság stratégiai irányelve: „az olimpizmus népszerűsítése az oktatás, testmozgás és a sport segítségével, hogy az egyének a világ felelős polgárai legyenek”
- Az olimpiai mozgalom szerepe a globális fejlődésben, melyet olyan programok fémjeleznek, mint az ENSZ Fenntartható Fejlődési Céljai és a minőségi testnevelés megteremtése

Olimpizmus és az olimpiai értékeken alapuló oktatás

Az olimpiai mozgalom három központi értéket használ az olimpizmus népszerűsítésére: kiválóság, tisztelet és barátság. Nem csupán ezek az értékek segíthetnek a bennünk rejlő lehetőségek elérésében.

Az olyan értékek, mint például az elhatározás, a bátorság, a kitartás és a rugalmasság is szorosan kapcsolódnak a korábban felsorolt értékekhez és számos alkalommal nyilvánulnak meg az olimpiákkal kapcsolatban. Az OVEP egy értékeken alapuló program, amit a következőkre lehet felhasználni:

- Segíteni a diákokat az értékek megértésében és azok alkalmazásában a saját életükben.
- Bátorítani a diákokat, hogy sportoljanak és mozogjanak.
- Erősíteni az erőfeszítés elismerését az elméleti tantárgyakban.
- Népszerűsíteni a pozitív/helyes viselkedést és egészséges kapcsolat kialakítását a fiatalok és közösségük között.

„A fiataloknak nem kell feltétlenül részt venniük a sportban ahhoz, hogy profitáljanak a programból, bár ez a kívánt cél.”

Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési program öt részből épül fel:



Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz Egy mozgás alapú program

Ez a programnak a hivatalos, központi mondanivalója, amit az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) is közvetít. Négy részből áll. Az első, a „Bevezetés az olimpiai nevelésbe”, az olimpizmus és az olimpiai nevelés alapelveit járja körbe. A második részben, az olimpiai játékok állandó elemeit ismertetjük – a szimbólumoktól az ünnepségekig – és azok kapcsolatát az értékeken alapuló neveléssel. A harmadik rész bemutatja, hogyan alkalmazkodott az olimpiai mozgalom a lehetőségekhez és kihívásokhoz az idők során olyan kezdeményezésekkel, mint például az ifjúsági olimpia, lehetőségek biztosítása a nők számára, illetve a fenntartható fejlődés fontosságának felismerése egy olimpia rendezése során. A záró rész az olimpiai nevelés fontosságát emeli ki és azokkal a kihívásokkal foglalkozik, amikkel napjaink fiatalságának kiemelten kell foglalkoznia.

Kézikönyv az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz: Gyakorlati útmutató az olimpiai értékeken alapuló oktatáshoz

Ez a kötet segítséget nyújt abban, hogy minél többen megismerjék a NOB Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programját (Olympic Values Education Programme = OVEP). Megnevezi a 21. századi oktatási stratégiákat és azokat a képességeket, amelyek legjobban biztosítják az OVEP sikerét. Számos pedagógiai stratégia és gyakorlati példa segíti az OVEP gyakorlatba ültetését.

Feladatlapok: Feladatok az olimpiai nevelés oktatásához

A munkafüzet minden lapja kinyomtatható és hasznos feladatokat tartalmaz, melyek az olimpiai témákat, szimbólumokat, hagyományokat kreatív és gondolatébresztő tartalommal töltik meg az oktatók/tanulók számára.

A munkafüzet feladatai úgy kerültek összeállításra, hogy a különböző életkorú és képességű diákok szükségleteinek is megfelelően az alsó tagozattól a középiskoláig.

Forráskönyvtár

A DVD letölthető formában tartalmazza az Alapismeretek az OVEP-hez kiadványt, a Kézikönyvet és a Feladatgyűjteményt. Egyéb forrásokat is tartalmaz, háttér-információkat, inspiráló anyagokat, mint pl. videókat és példákat az olimpiai nevelésre.

OVEP műhelyterv: Tanulás a testmozgás segítségével

Az oktatók oktatásának játékos feladatai része az OVEP műhelytervnek és a részleteket a feladatlapok tartalmazzák. A mellékelt kártyák, valamint az OVEP műhelyterv segédanyagként használható az oktatás során. Lépjen kapcsolatba a NOB illetékeseivel, amennyiben ilyen olimpiai nevelési programot kíván rendezni.

Kézikönyv az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz: Gyakorlati útmutató az olimpiai értékeken alapuló oktatáshoz

Az OVEP – a kiegészítő forrásokkal együtt – nem pusztán az oktatásba beágyazandó értékekről szól, hanem arról is, hogy segítsen a résztvevőknek megtapasztalni és megélni ezeket az értékeket.

Ez a kötet gyakorlati tanácsokat ad az OVEP oktatóinak. Az „oktató” szó szabadon használható a kötetben, ami utalhat bárkire, aki részt vesz a tudásanyag átadásában, legyen bármilyen szerepben. Ők lehetnek tanárok, közösségi vezetők, kezdő munkatársak, edzők vagy szülők, vagy humanitárius- és sportszervezetek, oktatási intézmények és nonprofit szervezetek alkalmazottai. Az OVEP számtalan helyszínen megvalósulhat: otthon, az iskolában, a sportpályán, hitéleti helyszínen, közösségi központban, játszótéren, stb. Az egyszerűség kedvéért, a kötetben mindezen helyszíneket oktatási központnak nevezzük.

Az útmutató tárgyalja az olimpiai értékeken alapuló nevelés főbb elveit, és példákkal segít abban, hogy hogyan tervezzünk, tanítsunk és értékeljünk a gyakorlati oktatás során.



A kötet fő irányelvei:

- Ez egy olyan anyag, amely az oktató munkáját segíti és megkönnyíti.
- Hatékonyságát nemcsak az oktató tapasztalatai és képességei befolyásolják, hanem az is, hogyan illeszti bele az oktatási környezetbe.
- Egyes oktatási központok jelentős gyakorlati és oktatási infrastruktúrával rendelkeznek, mely lehetővé teszi, hogy az ajánlott tevékenységet teljes mértékben alkalmazni tudják. Más oktatási központok jóval kevesebb lehetőséggel rendelkezhetnek. Az OVEP-et lehet – és szükséges is – az adott körülményekhez igazítani a siker érdekében, amíg ezek a változtatások összhangban vannak a program szándékával és szellemiségével.
- A legtöbb oktatónak követni kell az előírt tantervet, azonban fontos megjegyezni, hogy az OVEP támogatja a különböző kultúrák eltérő értékeihez való alkalmazkodást.
- Az olimpizmus alapértékei – kiválóság, tisztelet és barátság – globális relevanciával rendelkeznek, és jelentős erővel és változtató képességgel bírnak a résztvevők életében.

A kötet figyelembe veszi, hogy az OVEP-ben résztvevő oktatók igen eltérő tapasztalatokkal és képességekkel rendelkeznek. Számos, a felsőoktatásban részt vevő oktató számára ismerős lesz nem egy pedagógiai stratégia. Más oktatók lehet, hogy nem rendelkeznek előképzettséggel, de a közösségükben elismerés övezi őket. Függetlenül az oktató tapasztalataitól, az OVEP tartalma és az ebben a kötetben javasolt oktatási stratégiák azzal a céllal készültek, hogy vezessék és segítsék mindazon oktatókat, akik az OVEP sikerén munkálkodnak.

A kötet úgy épül fel, hogy az segítse az oktatót az OVEP bemutatásában és átadásában. Azonban fontos megjegyezni, hogy nem szükséges sorrendben haladni a tananyaggal.

Hogyan lehet az OVEP tartalmát használni?

- A már meglévő munkafolyamat mellett kiegészítő anyagként és feladatként.
- A további munkák fejlesztésének ösztönzésére.
- Önmagában.



További források

- “Teaching Olympism in Schools: Olympic Education as a Focus on Values Education” Centre d’Estudis Olímpics (UAB), International Chair in Olympism (IOC-UAB), Binder, D., 2010. [02/School Curriculum](#).
- “Coubertin Academy: A Handbook for Education in Secondary Schools” International Pierre de Coubertin Committee (IPCC), 2007. [00/Activity Sheets](#) & [03/Manuals](#).

1. fejezet

Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) előnyei

Az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadvány egy széleskörű oktatási forrás tele ötletekkel, történetekkel és feladatokkal, amelyek értékeket közvetítenek és inspirálják a fiatalokat. Nagy lehetőség rejlik benne azáltal, hogy megváltoztathatja az egyének és egész közösségek életét, reményt és lehetőséget adva azoknak, akik megfogadják az olimpizmus alapértékeit: kiválóság, tisztelet és barátság. Nelson Mandela, a Dél-Afriai Köztársaság korábbi elnöke is felismerte a sportban rejlő erőt és lehetőséget:

„A sport képes ösztönözni, lelkesíteni és megváltoztatni a világot. Olyan erővel képes egyesíteni az embereket, mint semmi más. A sport reményt teremt ott, ahol korábban csak elkeseredés volt. Nagyobb erővel töri át a faji korlátokat, mint bármilyen kormány.”



Fontos hangsúlyozni, hogy az OVEP nem csupán egy sport program, ami a jövőő olimpikonokat hivatott motiválni. Thomas Bach, a NOB elnöke szerint:

„Az Egyesült Nemzetek Szervezete és a Nemzetközi Olimpiai Bizottság pontosan tudja, hogyan képes a sport orvosolni számos emberi és társadalmi szükségletet, az egészségügy, az elfogadás, a fenntartható fejlődés és a béke területén... Igen, a sport meg tudja változtatni a világot, de nem tudja ezt egyedül megtenni. Amikor a sportot az emberiség szolgálatába állítjuk, szükségünk van arra, hogy partnerséget alakítsunk ki a társadalom többi szereplőjével.”

Az OVEP együttműködik a partnerekkel; az iskolák, a közösségi központok, a vallási közösségek és a sportszervezetek mind a program működtetői.

Melyek az OVEP előnyei?

Amikor az OVEP bevezetésre kerül, az számos holisztikus és gyakorlati előnyt jelent, nemcsak az egyén, hanem a család és a szélesebb közösség számára is. Az előnyöket hat kategóriába lehet sorolni:

- Egyéni
- Fizikai
- Viselkedési
- Érzelmi
- Társadalmi
- Oktatási

Egyéni előnyök

A tény, hogy egy sikeres sport program jelentősen tudja befolyásolni a sportoló értékrendjét, személyiségét és a sportszerűség érzését, számtalan tanulmány bizonyítja. A tudásanyag és a feladatok nem csupán abban igen hatékonyak, hogy fejlesztik az olimpizmus alapvető értékeit – kiválóság, tisztelő és barátság – hanem olyan, az életben hasznos értékeket is, mint a kitartás, bátorság, magabiztosság, őszinteség, integritás és személyes felelősség. Az olimpiai játékok számtalan példát állítanak eléünk olyan sportolókról, akik felülemelkedtek a nehézségeken, hogy elérjék céljukat. Olyan sportolók történetét ismerhetjük meg, akik óriási bátorságról tettek tanúbizonyságot a versenyek során, mások megőrizték méltóságukat a csalódás ellenére is. Az OVEP számtalan ilyen példát mutat be, ezzel is inspirálva másokat arra, hogy kövessék a sportolók példáját. Az OVEP-ben való részvétel egyfajta keretet biztosít a résztvevőknek arra, hogy fejlesszék a vezetői képességeiket, hogy aztán az OVEP során azt a gyakorlatban is hasznosítani tudják. Az oktatók a munkafüzetben található források segítségével tovább tudják bővíteni tudásukat.

Fizikai előnyök

Az OVEP-et nem egy passzív programként hozták létre, ahol a résztvevők csak olvasnak és elmélkednek az értékeken alapuló oktatásról. A program arra bátorítja a résztvevőket, hogy legyenek fizikailag aktívak és mozogjanak rendszeresen, hogy egészségesebbek legyenek. Az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadvány három olimpiai nevelési téma ismertetésére – az erőfeszítés öröme, a kiválóság keresése és az egyensúly a test, a szellem és az értelem között – olyan sportolókat említ példaként, akik jelentős előnyöket szereztek a fizikailag aktív életmódból. A sportban való aktív részvétel lehetővé teszi számukra, hogy jelentős fiziológiai előnyre tegyenek szert, ami által jobb lesz a teljesítményük. De ezek az előnyök nem csupán az élsportolók számára elérhetőek, hanem mindenki számára, attól függően, hogy milyen gyakran edz (gyakorlás), mennyi ideig edz (időtartam), milyen fajta gyakorlatokat végez (típus) és a haladástól (mindig újra és újra kihívásokat állít maga elé). A sportoló által választott irányelvek a következő előnyökkel járhatnak: jelentősen javult keringés, jobb motorikus képességek, nagyobb izomerő, nagyobb hajlékonyság.

Viselkedésváltozás

Az OVEP-ben történő részvétel a viselkedésben is változásokat hozhat. Ez az értékeken alapuló nevelés növelheti a résztvevő aktív társas érintkezését, bátorítja a részvételt a közösségi tevékenységekben (önkéntesség, stb.), és növelni tudja az egymáshoz tartozás érzését. A sportban (vagy más, mozgást igénylő foglalkozásban) történő részvétel bátorításával, az OVEP védelmet nyújthat a társadalmi nyomás ellen, ami dohányzáshoz, túlzott alkoholfogyasztáshoz vagy egyéb káros viselkedésformákhoz vezethet.

Érzelmi előnyök

Az egyik leggyakrabban említett ok, amiért a fiatal sportolók abbahagyják az aktív sportolást az az, hogy már nem jelent szórakozást számukra. Az OVEP nem csupán arról szól, hogy tudást ad és segít a diák képességeinek fejlesztésében, hanem arról is, hogy szórakoztató módon mutatja be a sportot és az OVEP-et. Valamint azt is megmutatja, hogy miért érdemes a sportot hosszú távon folytatni és élvezni az általa nyújtott előnyöket. Az önbizalom erősödése, a stressz csökkentése és a depresszió elkerülése mind az OVEP előnyei lehetnek.

Társadalmi előnyök

Az olimpiai oktatásban résztvevők jelentősen növelhetik rugalmasságukat és társas képességeiket, ami a diákokra és közösségi életükre pozitív hatással lehet. Legyen az aktívabb állampolgári részvétel (a pozitív társas viselkedési normák és tradíciók tisztelete), vagy az ellentétek áthidalása, az OVEP képes jelentős hatást kifejteni ezeken a területeken. A béke és a megértés népszerűsítése az olimpizmus alapelvei (ami kifejezésre is kerül az olimpiai esküben, az olimpiai békében, stb.). Az OVEP egyik feladata a béke, a megértés és az egyének és közösségek közötti társadalmi párbeszéd elősegítése.

Ezen kívül az OVEP segít a résztvevőknek a társadalmi megértés és elfogadás fontosságának előtérbe helyezésében; ez különösen előnyös azoknak a résztvevőknek, akik korábban kihívásokkal szembesültek ezen a téren.

Oktatási előnyök

Az OVEP úgy került kialakításra, hogy a diákokat kihívás elé állítsa és a tanulási élményüket gazdagítsa. Amikor megfelelő pedagógiai stratégiával kerül bevezetésre, a program fejleszteni tudja a résztvevők tanulmányi eredményét, a tanulási programokban való részvételt és számtalan egyéb előnnyel jár, köztük pl. jobb agyműködéssel és a tanulási képességek fejlődésével.

Hivatkozások

További szakirodalomért a résztvevők és az oktatók megnézhetik a „The Human Capital Model”-t, amit megtalálnak a „Designed to Move” weboldalon a források között. Ez a modell több mint 500 tudományos véleményt foglal össze a testedzés, a sport és testnevelés témaköréből.



További források

- “Olympism: Ethics and Politics” Gresham College, Parry, J., 2012. [02/Olympism](#).
- “Olympism, Olympic education, values: Bibliography” International Olympic Committee (IOC), Olympic Studies Center (OSC), 2015. [01/Background & 03/References](#).
- “Olympic Education: University lecture on the Olympics” Centre d’Estudis Olímpics (UAB), International Chair in Olympism (IOC-UAB), Müller, N., 2010. [01/Background](#).
- “Values and Norms in Sport: Critical Reflections on the Position and Meanings of Sport in Society” Steenbergen, J., De Knop, P., Elling, A., Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd, 2001. [01/Background & 03/Book References](#).
- “Values Education in Perspective: The New Zealand Experience” Commonwealth of Australia, Snook, I. [02/Good Practices](#).
- “National Framework for Values Education in Australian Schools” Commonwealth of Australia, 2005. [01/School Curriculum](#).
- Learning Experiences webpage, The Ministry of Education of New Zealand. [03/Links](#).
- Designed to Move webpage, Designed to Move. [03/Publications](#).

2. fejezet

A sikeres tanulási környezet megteremtése

Az OVEP-ben résztvevő oktató hamar rá fog jönni a következő elemek fontosságára: tartalom, módszer, tanár-diák kapcsolat, a diákok igényeinek megértése, és az oktatási központban rejlő lehetőségek és kihívások felismerése.

Tartalom

Az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadvány első fejezete részletesen taglalja az olimpizmus elveit. Ezután kitér arra, hogy az alapértékek hogyan kapcsolódnak az oktatási témákhoz, majd példákat említ szerte a világból az olimpiai nevelés gyakorlatáról. Az Alapismeretek az OVEP-hez tartalma még hosszú évekig releváns marad és nem fog egyik napról a másikra elavulni. Minden egyes új olimpiai játék új és új hősokeket és anti-hősokeket ad a világnak. Olvashatunk történeteket sportolókról, akik felül tudtak kerekedni nehézségeiken, arra sarkallva bennünket, hogy újragondoljuk a fair play jelentését, jelentőségét a saját életünkben.

Az újítások és új események ellenére az olimpizmus alapelvei nem változnak. Útmutatóul szolgálnak az oktatóknak, akik szeretnék bővíteni diákjaik ismereteit azokban az összetett kérdésekben, amelyek a sport- és mindennapi életüket befolyásolják.

„A tanulásra buzdítás általában nem magából a tartalomból ered, hanem abból, hogy az oktató megtanulta a tartalmat vonzóvá tenni.”

Carol Ann Tomlinson

Pedagógiai módszer

Az OVEP elismeri, hogy a sikeres oktatás számos módon megvalósulhat és tiszteletben tartja a különböző országok eltérő pedagógiai hagyományait. Ez az útmutató azt is elismeri, hogy az oktatók igen eltérő tapasztalatokkal és képességekkel rendelkeznek. Az oktatási stratégiák közül jónéhány a felsőoktatásban végzett oktatók számára ismerős lesz. Más oktatók lehet, hogy nem rendelkeznek formális előképzettséggel, de a közösségükben elismerés övezi őket. Függetlenül az oktató tapasztalataitól, státuszától és képzettségétől, a javasolt oktatási stratégiák ebben a kötetben arra törekcsenek, hogy minden diák számára pozitív tanulási környezetet teremtsenek.

Az teszi az OVEP-et vonzóvá a tanulók számára, hogy ötvözi az értékelés módjait, a feladattervezést és az újszerű oktatási módszereket. Azonban nem működik, ha szigorú szabályok szerint alkalmazzák.

A tanár-diák kapcsolat

Az oktatók jelentős hatással vannak diákjaik személyiségének fejlődésére. Az olimpiai sportolók gyakran említenek egy edzőt vagy mentort, aki nemcsak mozgásos képességeket tanított meg nekik, hanem olyan képességeket is, amelyekkel a közösségük hasznos tagjaivá váltak.

Amikor egy tanárnak pozitív és magas szintű kapcsolata van a diákjával, akkor a diák biztos támaszt talál benne, valamint tanára fel tudja őt készíteni az élet kihívásaira és irányt tud neki mutatni. A diák számára az oktatóhoz való tartozás érzése rendkívül nagy önbizalmat adhat és segíti a helyes önértékelést és reális énkép kialakulását. Az oktatónak különösen fontos feladata van abban, hogy minden tanuló számára elfogadható környezetet hozzon létre. Azonban, ha egy oktató ellenséges és elutasító a szakmai szerepében mint példakép, akkor sérülhet a diákok egészséges fejlődése. A sportolók, szülők és edzők (oktatók) számára magatartási kódex található az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 4. fejezet B részében „A fair play elsajátítása” címmel.

„Minden egyén számára a sport egy lehetőség a belső fejlődésre.”

Baron Pierre de Coubertin

A diákok igényeinek megértése

Az OVEP egy teljesen új, nem megszokott program, aminek hatékonysága a jól átgondolt tervezésen és a gyakorlatiasságon, és nem az idealista kivitelezésen nyugszik. Így az oktatón, a diákon és a közösségi vezetőkön múlik annak eldöntése, hogy milyen oktatási témák és módok felelnek meg a legjobban a programban résztvevők igényeinek. Ugyancsak fontos megemlíteni, hogy az OVEP-ben való részvétel akkor sikeres – legyen a résztvevő diák, oktató vagy a szélesebb közösség tagja –, ha a program jókedvű környezetben zajlik. Úgy tervezték, hogy szórakoztató is legyen.

Minden oktató tisztában van azzal, hogy diákjai rendkívül kíváncsiak. Minél több tudást szeretnének megszerezni és meg akarják érteni az összefüggéseket, keresik a kihívásokat. Hogy ezt biztosítani tudja, az oktatónak olyan programot kell összeállítani, ami a legtöbb diák érdeklődési körének megfelel. „Az egy méret mindenkinek” napjai leáldozóban vannak. Napjaink oktatói tisztában vannak azzal, hogy figyelembe kell venni a diákok ötleteit, véleményét, tanulási módszereit és érdeklődését egy oktatási program során. Az ebben a kötetben ismertetett módszerek megmutatják, hogy a 21. századi tanulási képességek milyen plusz képességeket és tudást adnak a diákoknak, illetve – talán még fontosabb, – hogy milyen értékeket közvetítenek, amik felkészítik őket a gyorsan változó világra.

Az angol „education” (oktatás) kifejezés a latin „educare” szóból származik. Azt jelenti, hogy felnevelni, képezni. Az OVEP is arról szól, hogy fejlessze és építse az olimpizmus eszméit, és nem arról, hogy mereven, előírás-szerűen működjön.

Az oktatási központokban rejlő lehetőségek és kihívások

A kézikönyv hatékony használata nemcsak az oktató tapasztalatain és képességein múlik, hanem azon is, hogy mennyire igazodik az adott, egyedi körülményekhez. Egyes oktatási intézményeknek jelentős anyagi és infrastrukturális forrásai vannak, amik lehetővé teszik az OVEP széleskörű alkalmazását. Más oktatási központok csupán korlátozott forrásokkal rendelkeznek, nem mindenhol van wifi vagy jól felszerelt tanterem. Nincsen egyszerű megoldás arra, hogy a korlátozott oktatási forrásokkal rendelkező helyszínek mit tegyenek. Az oktatók régóta próbálják a legtöbbet kihozni a korlátozott erőforrásokból, és megpróbálják a legjobbat nyújtani. Az OVEP céljainak elérését nem befolyásolják a gyenge minőségű eszközök, a tárgyi és anyagi feltételek hiánya, vagy az, hogy több diák használ egy iskolapadot.



További források

- “Olympism Education: Teaching and learning Olympism in a New Zealand secondary physical education programme” Thorn, S., University of Canterbury, 2010. [O1/School Curriculum](#).

3. fejezet

Az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) és a 21. századi tanulási kompetenciák

*„Az oktatás nem egy vödör megtöltése,
hanem a tűz meggyújtása.”*

William Butler Yeats

Az oktatók és a diákok különböző módon tapasztalhatják meg az OVEP-et. Ezek az oktatási módok lehetnek formális középiskolai oktatási programok – melyek közül néhány az olimpiai mozgalom keretein belül kerül megszervezésre – vagy az oktatási intézmények által kínált tantárgyakat átfogó integrált oktatás. Mindezen módok célja egy és ugyanaz: az OVEP-ben résztvevőknek egy színvonalas, értékeken alapuló élményt nyújtani, ami által az olimpizmus személyes jelentést kap az életükben és a közösségükben. Ez a fejezet egy oktatási keretet kínál, aminek a segítségével az oktatók saját körülményeikhez (az oktatási intézmény jellege, a rendelkezésre álló források, stb.) tudják alakítani az OVEP-et. Először hasznos lesz némi leírást adni ennek háttéréről.

Változó paradigmák az oktatásban és a tanulásban

Számtalan elmélet létezik a tanulással kapcsolatban, és számtalan oktatási stratégiát kidolgoztak már a tanulás elősegítésére. A hagyományos oktatási módszerek némelyike a diákokat az információ passzív befogadóinak tekinti. Ebben az esetben a diák által elérhető tudás határa az oktató tudásának mélysége és szemlélete, egyszerűen mondva „azt tanulok, amit ő tud.” Ez a megközelítés a tanár által nyújtott tartalomra koncentrál, és a tanár érdeklődését és értéktételeit tükrözi. Példák erre a módszerre: az osztályteremben zajló tanulás, ahol a tanuló ül, hallgat és jegyzetel, vagy a bemutató jellegű oktatás, ahol a diák nézi az oktató által bemutatott folyamatot, majd ugyanazt megismétli. Ebben a direkt oktatási módszertanban a tartalmat „készén kapja” a diák, nem maga választ a saját érdeklődési köre alapján. Az OVEP ilyenfajta oktatása korlátozott és nem ajánlott.

Az OVEP akkor a leghatékonyabb, ha a résztvevők aktívan részt vesznek a tananyag feldolgozásában; és a 21. századi tanulási képességeiket felhasználva fedezik fel érdeklődési körüket, fogalmazzák meg kérdéseiket és felismeréseiket.

21. századi tanulási képességek

Az oktatási paradigma, ami jelenleg újra formálja a tanulást és az oktatás módszertanát, az a 21. századi kompetencia. A minőségi oktatás – az oktatási intézményekben – napjainkban a tananyag minél személyesebbé tételén dolgozik úgy, hogy a programot minden diák egyéni érdeklődési köre és képességei szerint alakítja. Azok a fontos képességek, amelyek támogatják ezt a módszert és fontos alapképességeknek számítanak a diákok számára a későbbi munkahelyi életük során is, a következők:

- **Kreativitás (találékony gondolkodás)** – Fejleszteni a gondolkodási képességet és egyéni megoldást találni az összetett problémákra.
- **Problémamegoldás** – Elemezni a kihívásokat és azon dolgozni (általában csoportban), hogy ezekre megoldásokat találjunk.
- **Kritikus gondolkodás** – Olyan gondolkodási stratégiák használata, amelyek által megértjük az összetett problémákat és újszerű megoldásokat találunk rájuk.
- **Együttműködés** – Kooperációra, közös munkára való képesség fejlesztése.
- **Állampolgári tudatosság** – Jól kijönni másokkal és a közösség javát szolgálni.
- **Kommunikációs képesség** – Felismerni a kommunikáció fontosságát (és minél több típusát alkalmazni) és ezáltal fejleszteni a diákok személyiségét és a kultúrát.
- **Önfejlesztő tanulóvá válás** – A diákokat bátorítani kell arra, hogy felelősséget vállaljanak a saját tanulásukért (ahelyett, hogy a felelősség terhét a tanárra helyeznék).

Természetesen ezek a képességek csupán akkor tudnak megfelelően fejlődni, ha a diák aktívan részt vesz a tanulási folyamatban. Ez a tanulóközpontú hozzáállás szemben áll a korábbi tanárközpontú módszertannal. Napjainkban a diákok is fontos információforrások; felhasználják tapasztalataikat, így saját érdeklődésük alapján tervezhetik meg tanulási tartalmaikat.



További források

- “Olympic Pedagogy as a Theory of Development of Ethical and Humanistic Values in Education” Naul, R., International Olympic Academy (IOA), 2007. [01/Background.](#)
- “Olympic values education: evolution of a pedagogy” Binder, D., Routledge, 2012. [02/Olympism & 03/References.](#)
- *Sport for Hope* webpage, International Olympic Committee (IOC). [03/Links.](#)
- *Teaching Resources*, International Olympic Committee (IOC), The Olympic Museum (TOM). [03/Publications.](#)
- *Framework for 21st Century Learning* webpage, The Partnership for 21st Century Learning. [03/Publications.](#)
- *UNESCO* webpage, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). [03/Links.](#)

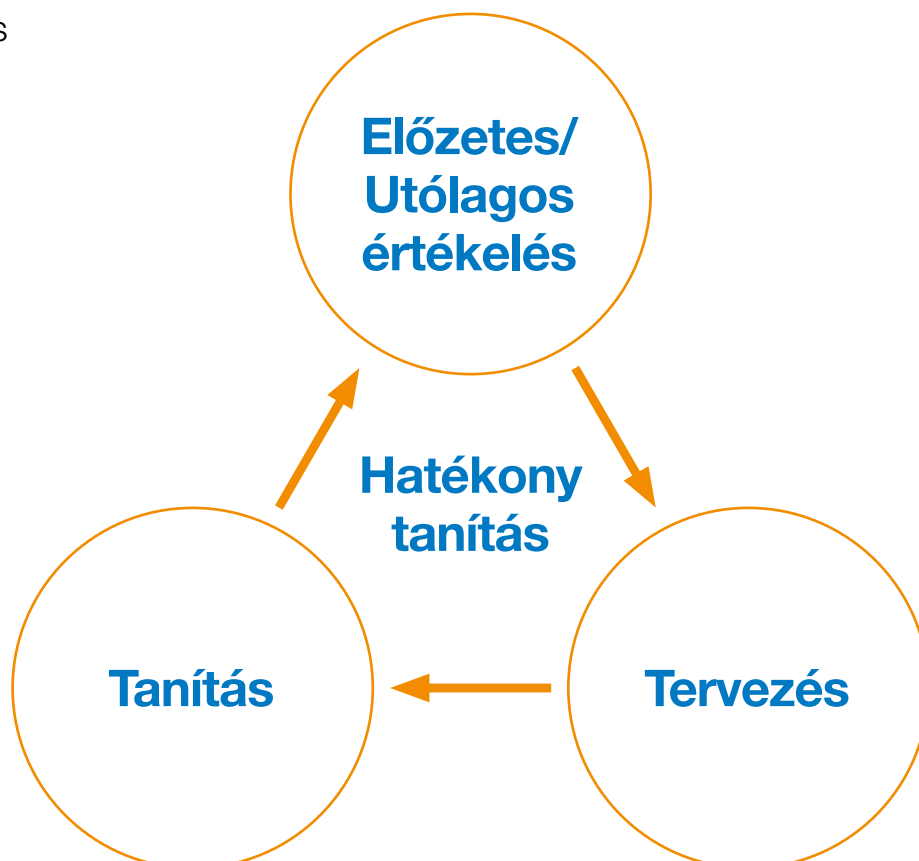
4. fejezet

Az oktatási és tanulási ciklus

Ez a rész egy vázlatot ad arról, amit az OVEP alkalmazása során az oktatók használhatnak. Különböző módszereket ismerhetnek meg, amelyek a 21. századi képességek segítségével támogatják az OVEP alkalmazását.

Az oktatási és tanulási ciklus három fő elemből áll:

- Értékelés
- Tervezés
- Tanítás



„A cél tervezés nélkül pusztán kívánság.”

Antoine de Saint-Exupéry

Előzetes értékelés

Egy jó oktató nem csupán beszél a diákok közé és tanítani kezd. Ezzel a hozzáállással az oktató maximum néhány tanuló érdeklődését kelti fel és ez a legtöbb, amiben reménykedhet. A diákok többet várnak és többet érdemelnek. Az oktatási és tanulási ciklus egy olyan struktúrát kínál fel az oktató számára, aminek a segítségével mindenki számára hasznos órákat és feladatokat tud tervezni. Az előzetes értékelés azért lényeges, mert segít megérteni a diákok tanulási stílusát. Az előzetes értékelést két szempont mentén érdemes elvégezni: az oktató és a tanulók szemszögéből.

Az oktató a következő kérdésekkel/adatok gyűjtésével segítheti az előzetes értékelést:

- Mi a diákok kora/neme/kulturális összetétele?
- Milyen információ áll rendelkezésre? Beszéljen a korábbi oktatókkal, hogyan tanulnak, hogyan tudnak együttműködni a diákok, milyen nehézségeik voltak, stb.
- Olvassa el a diákok visszajelzéseit a korábbi foglalkozásokról, valamint tekintse át a diákok néhány korábbi munkáját.
- Milyen oktatási módszerek inspirálták a diákokat arra, hogy még keményebben dolgozzanak?
- Milyen módon gazdagította az előző oktató a programot és hogyan alkalmazkodott a különböző képességű diákokhoz?
- Melyek az erősségeik/gyengeségeik az egyes diákoknak?
- Szükség van további munkára ahhoz, hogy jobbak legyenek vagy már készen állnak arra, hogy továbblépjenek, és bonyolultabb témákat dolgozzanak fel?
- A diákokra vonatkoztatva a következő kérdéseket tehetjük fel az előzetes adatgyűjtés/értékelés során:
 - Az OVEP mely területei iránt érdeklődnek?
 - Mi az, amit már tudnak?
 - Mit szeretnének még tudni?
 - Milyen sportot szeretnének kipróbálni?
 - Milyen módon szeretnék bemutatni a tanultakat (dráma, írott munka, képzőművészet, stb.)?

Ezek az információk segítik az oktatót a döntések meghozatalában az oktatási és tanulási folyamat során. Erről lesz szó a következő részben.

A tervezés

A megfelelő tartalom kiválasztása és a hatékony OVEP alapján tartott foglalkozás megtervezése szempontjából hasznos lehet „A segítő tervezés (Understanding by Design = UBD)” elve. Ebben az esetben az oktató először átgondolja, hogy milyen képességekkel, tudással és tapasztalattal rendelkezzenek majd a diákok a kurzus végére. Az elvárt eredményből való kiindulás segít az oktatónak a megfelelő oktatási stratégiát kiválasztani, illetve azt, hogy mit, mikor és hogyan alkalmazzon.

Mint egy sportoló esetében, aki az olimpiai csúcsteljesítményre készül, az OVEP is akkor a leghatékonyabb, ha konkrét célok kerülnek kitűzésre. Ezek a célok széles skálán mozoghatnak a rövidtávútól – egy adott tanóra célja – a középtávú át – a diákok felfedezik az OVEP témáit – a hosszútávúig – az OVEP olyan módon való bevezetése, hogy a diákok életében folyamatosan jelen legyenek az olimpiai értékek. Az oktatók a rövid- és középtávú célokkal kezdenek, és felméri a kurzus hatékonyságát és népszerűségét a diákok körében.

Egy program vagy feladat menetének megtervezése (például egy olimpiai témájú hét a heti vagy havi egy órával szemben) nagyon fontos, mert így azokat az oktató egyéb oktatási kötelezettségeivel összekapcsolva tudja átadni a diákoknak.

A felkészült oktató felismeri, hogy a diákoknak jelentősen különbözik a tanulási stílusa, érdeklődése és személyes preferenciája, és az, ahogyan beszámol a tudásáról. A tanár a felkészülés során tiszteletben tartja ezeket a különbségeket. Az oktatónak a következőket érdemes figyelembe vennie:

- **Alkalmazkodás** – Hogyan tanítsa a tanár ugyanazt a tartalmat és érje el ugyanazt az elvárt eredményt a diákok különböző képességeit figyelembe véve? Az oktató megváltoztathatja a tanulási környezetet vagy különböző oktatási eszközöket alkalmazva taníthatja ugyanazt mindenki számára.
- **Átalakítás** – Hogyan változtassuk meg a programot, hogy a tanuló valóban képes legyen elsajátítani a tananyagot? Van valamilyen speciális eszköz, módszer vagy konkrét oktatási stratégia, ami szükséges a diákok számára? Milyen oktatási környezet felel meg legjobban a tanuláshoz? Példa: Hogyan tanulnak jobban a diákok? Szabadtéri gyakorlati oktatás keretében vagy inkább kiscsoportos viták által?

Az előzetes értékelés adatai (hogyan tanulnak a diákok) és a tervezési szakasz (mit fognak nekik tanítani) az oktatót egy meghatározott stratégia felé tereli. A következő rész néhány ilyen módszert fog érinteni – bár a lista semmiképpen sem teljes, hiszen a pedagógia régióként, kultúráként és tradíciók szerint változik.

Mielőtt tanulmányozni kezdenénk ezeket a módokat, fontos azt kiemelni, hogy egyik stratégia sem tud hatékonyan működni, ha véletlenszerűen és rendszertelenül alkalmazzuk. Az oktató hatékonysága jelentősen növekszik, ha az oktatás jól felépített, de rugalmas, hogy minden tanuló számára megfelelő legyen. Fontos részei lehetnek a következők:

A korábban tanultak értékelése

Az oktató kezdheti úgy az órát, hogy felméri: megértették-e a tanulók a korábban tanultakat. Természetesen ezt a részt át lehet ugrani, ha mindenkinek új az anyag. Egyre népszerűbb módszer a „fordított osztályterem”. Ennél a módszernél a tanulók előre megkapják az óra anyagát. Amikor megérkeznek a tanterembe, megbeszélik a tartalmat, feladatokat kapnak, amelyek elmélyítik a tudásukat, tesztetket írnak, vagy segítséget kapnak a nehezebb témáknál.

Az új tartalom bemutatása

Az oktató az előzetes felmérés adatait felhasználva olyan módon mutatja be a képességeket és tartalmat, ami az összes diák tanulási stílusát és érdeklődését figyelembe veszi. Napjaink oktatási stratégiái háttérbe szorítják az oktató, mint előadó szerepét, és több lehetőséget biztosítanak a diákoknak arra, hogy megosszák tudásukat és tapasztalataikat. A diákokat bátorítani kell arra, hogy vezető szerepet vállaljanak, ezzel is tovább növelve a tudásukat és segítve a többiek fejlődését.

Gyakorlat

Az oktató a tanulást segítő személy. Ebben a szerepben a diákok az oktató segíti abban, hogy elmélyítse és bővítse a tudását. Az oktató tehet javaslatokat, de a tanuló megtanulja „birtokolni” a tanultakat, ahelyett hogy memorizálnia kellene a tanár által mondottakat, vagy amiről a tanár úgy gondolja, hogy fontos.

Visszacsatolás

A „GROW” modell (amit Sir John Whitmore fejlesztett ki) gyakran használatos a visszacsatolás elemeinek bemutatásakor.

- **Cél (Goal)** – Az oktató azzal kezd, hogy megkérdezi a diákok: „Mi ennek a feladatnak a célja? Elérted azt? Milyen problémák merültek fel a munka során?” A cél az, hogy a diák fejlessze az önreflexió képességét.
- **Valóság (Reality)** – Sokszor előfordul, hogy a diákok nem megfelelően értékelik a munkájukat (ezért van szükség visszajelzésre). Ennél a pontnál az oktató megosztja a diákkal azt, ami szerinte megfelelő volt a munkájában, majd javaslatokat tesz arra, hogy hogyan lehetne a gyengébb területeket fejleszteni. Fontos megjegyezni, hogy az oktató olyan pozitív mondatai, mint „hibátlan munka” vagy „jól csináltad” nem túl jó visszajelzés a diák számára. Az ilyen mondatok – bár jó szándékúak – nem mutatják meg a diáknak azt, hogy mely területeken kell még fejlődni.
- **Opciók (Options)** – Az oktató elgondolkodásra készteti a diákokat olyan kérdésekkel, mint: „Mit lehetett volna másképp csinálni? Milyen más lehetőségek vannak, hogy még jobb legyen?”
- **Akarat/Szándék (Will)** – Ennél a pontnál a diáknak el kell gondolkodnia azon, hogy hogyan haladjon tovább. A diák végiggondolja az addigi munkáját, majd segítséggel, vagy saját maga meghatározza azokat a területeket, amelyeket fejleszteni szükséges.

Független gyakorlat

Az oktató arra bátorítja a diákokat, hogy gyakoroljanak és fejlesszék a tudásukat az oktatási helyszínen és az oktatás helyszínén kívül is.

Utólagos értékelés

A tanulási és oktatási ciklus utolsó része az utólagos értékelés, de fontos megjegyezni, hogy a folyamat során bármikor lehet értékelést csinálni, nem csupán a legvégén. Számtalan módszer áll az oktató rendelkezésére, hogy felmérje a diákok tudását és biztosítsa, hogy az értékelés a „fejlődés módszere és ne a hibák kiemelése legyen” (Tomlinson, 1999, 10.o.).

Példák az értékelésre

Teljesítmény alapú értékelés

A diákok bemutatják munkájukat, majd visszajelzést kapnak az oktatótól, szülőktől, osztálytársaktól, stb. A bemutatás lehet színdarab, dal, vers, stb.; a visszajelzés lehet írásbeli vagy szóbeli.

Vizsga alapú értékelés

Az oktató saját maga által összeállított tesztek (felmérőket), kvízeket, záróvizsgákat, vagy mások (osztálytársak) által készített tesztek használ arra, hogy felmérje a tanulók tudását.

Önértékelés

A diákok saját maguk értékelik munkájukat. Figyelembe veszik az eredeti célokat, összehasonlítják, hogy munkájuk ezt mennyiben teljesítette. Ez az értékelés lehet írásban rögzített interjú vagy monológ. A portfólió bemutatása – különösen digitálisan – egyre népszerűbbé válik.

Társ értékelés

A diákok visszajelzést kérnek a társaiktól. Az egyik stratégia a „három csillag és egy kívánság.” Ez azt jelenti, hogy az értékelő mond három pozitív dolgot a másik munkájáról, majd hozzátesz egy építő jellegű „kívánságot”, egy megjegyzést.

Konferencia alapú értékelés

Az oktató konferenciát szervez a diákoknak, ahol a tanulók megvitatják és visszajelzést kapnak a munkájukról. Ezt néha „diákok vezette konferenciának” is hívják, és jelentősen segít a diákoknak abban, hogy büszkéek legyenek a munkájukra, és jó kapcsolatot alakítsanak ki azzal, aki értékeli őket.

Kritérium alapú értékelés

Az oktató rubrikákat hoz létre, ahol egy számhoz bizonyos elvárások tartoznak. Ez alapján a diákok saját magukat tudják értékelni, és információt kapnak arról, hogy mely területeken kell fejleszteni magukat.

És a ciklus folytatódik

Az oktató az értékelés során szerzett adatokat felhasználja a következő óra vagy kurzus tervezéséhez, és mindezt úgy teszi, hogy tudatában van annak, hogy a tananyag olyan módon kerül kiválasztásra és ismertetésre, hogy az kihívást jelentsen a diákoknak, de ugyanakkor tiszteletben tartsa az egyéni igényeket.

Értékelés, ellenőrzés, a fizikailag aktív OVEP kiértékelése

Az értékelés meghatározott módon kerül feldolgozásra, hogy segítse az oktató döntéseit és cselekedeteit annak érdekében, hogy a legjobban segítse a fiatalok tanulási tapasztalatait. Az ellenőrzés több értékelés elemzéséből áll annak érdekében, hogy meg lehessen határozni, mit szükséges fejleszteni, illetve, hogy mi a program erőssége, amit érdemes tartani. A kiértékelésre a program zárásaként kerül sor, mely során meg kell határozni a program hatékonyságát és a fejlesztendő területeket; valamint meg kell állapítani, hogy az oktató mennyire volt hatékony.

A programterv segít a program kivitelezésében és a korábban gyűjtött adatokon alapszik. Amikor a program zajlik, elképzelhető, hogy előre nem látott események történnek, melyek nehezé teszik az eredeti program kivitelezését. Például a diákok aránya túl nagy volt a tanárokhoz képest, és ezért nem sikerült az eredeti célokat elérni. Az oktató az alapján eszközöl változtatásokat, hogy figyelembe veszi a résztvevők igényeit és eléri a program eredeti célját azáltal, hogy további oktatókat von be a programba és/vagy a feladatok során a diákokat kisebb csoportokra osztja egy vezető diák kijelölésével.

Értékelés és ellenőrzés

Az értékelés során azért gyűjtik az adatokat, hogy kijelöljék a jövőbeni feladatokat.

Az oktató felméri, hogy a résztvevők elsajátították-e a program főbb tartalmát, megvizsgálja, hogy a diákoknak mit kell ismételniük vagy másképpen tanítani nekik és mi az, amit teljesen sikerült elsajátítaniuk. Az értékelés lehet formális (a résztvevők által írásban adott válaszok), vagy informális (megfigyelés, szóbeli válaszok). Lehet folyamatosan végezni a kurzus alatt, vagy csupán a kurzus végén.

Értékelés

Példák az értékelés különböző fajtáira:

- **Belépőkártya** – Tegyük fel egy kérdést a diákoknak az óra kezdetén, a tanterembe lépéskor.
- **Kilépőkártya** – Tegyük fel egy kérdést a diákoknak az óra végén.
- **Párok alkotása és tudásmegosztás** – A diákok párt választanak maguknak és megosztják egymással a válaszokat az oktató által feltett kérdésre arról, hogy mit tanultak a program során addig az időpontig. Az oktató körbejár a diákok között, és a diákokat hallgatva eldönti, hogy megértették-e az elgondolást vagy nem.
- **Megfigyelés** – Az oktató megfigyeli a résztvevők képességeit és viselkedését, és eldönti, hogy történt-e előrelépés a program céljának elérése érdekében. A visszajelzés alapján az oktató változtathat a tervezett folyamaton vagy további visszajelzést adhat a megfigyelései alapján, ami segíti a diákok fejlődését.

Ellenőrzés

Az ellenőrzés akkor történik, amikor az oktató nem oktat, hanem arra szán időt, hogy elemezze az értékelés eredményeit és eldöntse, hogy milyen területek működnek jól és hol szükséges változtatni.

Az ellenőrzés céljai:

- Hozzáigazítani az OVEP mozgásos tevékenységeit az optimális célok eléréséhez. Például, ha a résztvevők nem eléggé motiváltak, akkor az ellenőrzés arról tájékoztatja az oktatókat, hogy más módszert szükséges választaniuk.
- Tájékoztatni az oktatók képzésében résztvevő kollégákat az OVEP mozgásos tevékenységeivel kapcsolatos változásokról. Például, öt alkalom nem volt elegendő elérni a kívánt célt, tehát a jövőbeni programokat nagyobb órászámmal kell tervezni.
- Az oktatók munkáját abból a szempontból is érdemes ellenőrizni, hogy milyen mértékben sikerült megvalósítaniuk a program elején kitűzött célokat. Például, ha az oktatóknak az OVEP megértése volt a célja, de a program során kevés szó esett erről, akkor nem fognak teljesülni a célok. Ez segíteni fog neki és másoknak is, hogy felismerjék a program gyenge pontjait és fejlesszék azt.

Alább a hagyományos és a konstruktív pedagógiai gyakorlatra látunk példákat. Az OVEP mozgásos tevékenységeinek értékelését konstruktív elvek alapján végezzük.

Hagyományos értékelési gyakorlat	Konstruktív értékelési gyakorlat
A képességek felmérése különálló játékok, táncok vagy feladatok segítségével.	A képességek értékelése valós feladatok közben, mint pl. kis csoportos játékok, tánc- vagy gimnasztikai bemutatók.
A formális értékelés (pl. az írásbeli munkák) nagyon sok időt emésztnek fel és elveszik az időt a fizikai aktivitástól.	Az értékelés sokszor informális és folyamatosan történik valós környezetben, ezáltal a résztvevőknek azonnal konkrét visszajelzés adható.
Az értékelés írásban készül és egyéni.	Az értékelés lehet írott és egyéni munka, de lehet megfigyelés, megbeszélés és csoportos kérdések és válaszok is.
A memorizált tudás értékelése, avagy mit tud a tanuló vagy mit ismer fel.	Értékeli, hogy hogyan használták az információkat és azok hogyan alkalmazhatók később.
Olyan feladatokat adunk, ami lehetőséget ad a diákoknak a gyakorlásra.	Olyan feladatot adunk, amin egyszerre csak néhány tanuló tud gyakorolni, és az idő többi részében ők majd megfigyelők lesznek.

Kiértékelés

Ahhoz, hogy meg tudjuk határozni az OVEP mozgásos feladatainak hatékonyságát, a kiértékelésnek a következőket kell kiderítenie:

- A fiataloknak több lehetőségük van mozgásban gazdag tevékenységben részt venni, mint a program előtt?
- Megfelelően értik az olimpiai neveléssel kapcsolatos témákat?
- Ha megértik, tudják alkalmazni? Hogyan alkalmazzák az öt olimpiai nevelési témát az életükben, akár a programon belül, akár azon kívül?

Mielőtt megtervezné a program kiértékelési menetét, érdemes figyelembe venni az alábbi táblázat „tegyük” és „ne tegyünk” oszlopait a kiértékelés során.

TEGYÜK	NE TEGYÜK
Végezzük el a program kiértékelését, hogy megtudjuk, sikerült-e elérni a kitűzött célokat.	Ne használjuk az értékelést csak azért, hogy jó színben tüntessük fel a programot.
Használjuk fel a program kiértékelésének eredményeit a szükséges változtatásokhoz.	Ne használjuk az eredményeket személyesen magunkra, és ne érezzük azt, hogy a programnak nincs jövője, ha nem érte el a kívánt eredményt.
Használjuk a program kiértékelésének módjait az Ifjúság Fejlesztése Program (Positive Youth Development = PYD) területén, és vegyük figyelembe ezeket a lépéseket az OVEP mozgásos feladatai során. Az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadványban lesznek példák erre.	Ne használjuk a kiértékelést egy kapkodva összeállított értékelésre anélkül, hogy kikértük volna mások véleményét.
Biztosítsuk az egész csoport számára a kiértékelést és ehhez akár szükséges változtatásokat is eszközöljünk (például a kiértékelő lapok lefordítása, ha szükséges).	Ne válasszunk elfogultan kiértékelőket, hogy biztosítsuk az elvárt eredményt.
Használjuk fel a program kiértékelését, hogy forrásokat és/vagy támogató partnereket szerezzünk.	Ne hagyjuk figyelmen kívül a negatív vagy kritikus visszajelzéseket az eredmények értékelésekor. Az alkotók tudni szeretnék, hogyan lehet a programot fejleszteni, hogy mivel lehet jobbá tenni.
Lehetőség szerint többféle forrást használjunk a kiértékelésre, ami lehet a résztvevők visszajelzése/reakciója, az oktató megfigyelése, vagy a résztvevők által kitöltött kérdőívek, visszajelzési űrlapok, értékelések.	Ne csak számokra épülő adatokat gyűjtsünk (kvantitatív adatok). A résztvevők szavai, tapasztalatai, anekdoták és történetek (kvalitatív adatok) igen hasznosak lehetnek a jövőbeli szponzorok és támogatók szempontjából.
Ha megfigyelési eszközöket használunk, akkor legyen egy rész, ahol a megfigyelő megjegyzéseket tehet.	Ne gyűjtsünk adatokat anélkül, hogy a résztvevők háttérét és a programban való részvételének körülményeit ismernénk. Bár az adatokat név nélkül kell gyűjteni az anonimitás miatt, más adatokat lehet és fontos gyűjteni (mint pl. életkor, hányszor vett részt a programban, anyanyelv – ha eltér attól, amin az OVEP folyt).
Mondjuk el a résztvevőknek, hogy mire fogjuk használni az eredményeket.	Ne hozzuk nyilvánosságra a résztvevők nevét az engedélyük nélkül.
Osszuk meg a kiértékelés eredményét a résztvevőkkel.	Ne tartsuk meg az eredményt saját magunknak.

5. fejezet

Oktatási módszerek, amik segítik az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program gyakorlati megvalósítását

Mint minden más tudományterület, a neveléstudomány is számos specifikus szakkifejezéssel és szakzsargonnal rendelkezik. Vannak köztük olyanok, amiket könnyű megérteni, mint pl. a „tanulási cél” vagy a „vitacsoport”. De vannak olyanok, mint a „megkülönböztetés”, az „állványozás” vagy a „tömörítés”, amelyek elsőre nem egyértelműek. Az oktató egyik feladata, hogy anélkül alkalmazza a megfelelő módszert és népszerűsítse az OVEP-et, hogy bonyolult szakkifejezésekre hagyatkozna. A gyakorlatiasság a leghatékonyabb, alapja az egyszerű nyelv – a tanításnak nem kell bonyolultnak lennie ahhoz, hogy hatékony legyen! Ebben a részben olyan pedagógiai módszereket ismertetünk, amelyek a 21. századi tanulási kompetenciákkal, illetve meglévő tudásra épülő és tanulást támogató módszerekkel segítik az OVEP megvalósítását.



Oktatási módszerek, 21. századi tanulási képességek és az OVEP

Kreativitás

Az új ötletek és megoldások megtalálása fontos képesség, mely beépül az OVEP-be. A következő módszereket lehet használni:

- **Irányított vagy nyílt végű vizsgálat** – Ez lehet egyéni vagy csoportos folyamat, ami arra bátorítja a diákokat, hogy önállóak legyenek a tudás feltárásában és értelmezésében. Ennek több módja is lehet:
 - **Irányított végű vizsgálat** – A tanár feltesz egy kérdést, ezután a diákok kiválasztják a kutatás módszerét és beszámolnak az eredményről.
 - **Nyílt végű vizsgálat** – A diákok saját maguk választják ki a kérdést, a kutatás módját és az eredményeik bemutatásának formáját.
- **Gondolkodás-kapcsolódás-kihívás-kifejezés** – Az oktató irányítja a diákokat, miközben körbejárnak egy problémát és a diákok számára összefüggéseket mutat be, mielőtt új gondolatokra sarkallja őket, akik végül ezt az új tudásuk fényében kifejezik.
- **Dramatizálás** – A dramatizálás egy hatékony módja a gondolatébresztésnek, ötletek megosztásának és egy korábbi kérdés új megvilágításba helyezésének. A drámapedagógiát gyakran használjuk az OVEP alkalmazása során, amikor életre keltjük az olimpizmus egyes témáit és így a diákok szórakoztató módon azonosulhatnak a különböző témákkal.
- **Szerepjáték** – A diákok különböző személyekről olvasnak egy adott olimpiai történetben, majd előadják az olvasottakat. Feltehetnek és megvitathatnak kérdéseket is.
- **Kritikus gondolkodás** – Egyetlen képesség helyett a kritikus gondolkodás a gondolati műveletek összetett folyamatából áll: információ elemzése, személyes tudás feldolgozása és véleményformálás az új információról. Ez fontos képesség az OVEP-ben, mert segíti a diákok gondolkodását, ahelyett, hogy az információt készen kapnák az oktatótól.
- **Metakogníció** – Ez egy olyan technika, amely során a diákokat arra bátorítják, hogy elemezzék a gondolkodásmenetüket: Mit jelent ez számukra? A gondolkodásuk sablonos vagy mély? Újabb kérdésekhez vezet a jobb megértés érdekében? Ez a módszer a haladóknak ajánlott és nem azok számára, akik még csak „egymás után” tudnak gondolkodni (kisgyerekek).

Problémamegoldás

Ha azt szeretnénk, hogy a diákoknak önálló ötletei legyenek az értékeken alapuló oktatással kapcsolatban, olyan képességeket érdemes velük megismertetni, amik fejlesztik gondolkodásukat. A képesség, hogy megoldjunk problémákat és ennek társ képessége, a kritikus gondolkodás, segít ebben.

- **Körhinta-módszer** – Ez egy ötletelő foglalkozás. Az oktató feltesz egy kérdést – amelynek lehet több része is – és azt leírja több papírra, majd ezeket felragasztja a falra. A diákok papírról papírra járnak. Végiggondolják a feltett kérdéseket, leírják a válaszaikat, majd folytatják a következő papírral. Végül a papírokat leveszik, és a válaszokat összegzik. Ez a fajta foglalkozás feleleveníti a diákok korábbi ismereteit, illetve új kérdések feltevésére sarkall. Ez lehetővé teszi, hogy a kevésbé beszédes tanulók is hozzájáruljanak ötleteikkel az eredményhez.
- **Kirakós-tanulás** – Ez esetben a diákokat csoportokra osztjuk, hogy különböző témákat tanulmányozzanak. Ezután összegyűlnek, megosztják a gondolataikat és közös megoldást keresnek. Ez fontos módszer az együttműködés elősegítésére. Ha a kirakós egy darabja nem megfelelő (például az egyik diák uralja a többit) – mint egy kirakós játékban – az egész nem fog működni. Minden darabnak a helyére kell kerülnie.
- **Visszafelé dolgozás** – Ez egy egyedi tanítási módszer, amely során a diákok a feladat végeredményére koncentrálnak kezdik meg a munkát. A diákoknak ezután kell meghatározni az eredményhez vezető lépéseket.
- **Strukturált vizsgálat** – A tanár felvet egy témát előre meghatározott pedagógiai céllal. Ennek a módszernek a lényege, hogy fejlessze a tanulók elemző és önelemző/reflektív gondolkodását.

Kritikus gondolkodás

Az oktatási módszerek, amik segítik a kritikus gondolkodás fejlesztését a metakogníció, a körhinta-módszer és kirakós-tanulás, a visszafelé dolgozás, és a strukturált vizsgálat, valamint:

- **Kérdés-felelet** – Ez a módszer a tapasztalt oktató képességeire épít, hogy olyan kérdéseket tegyen fel a diákoknak, amelyekkel felméri meglévő tudásukat, majd a válaszok alapján további kérdéseket tesz fel nekik. Ez lehetőséget biztosít a diákok számára, hogy alakítsák a foglalkozás menetét, következtetéseket vonjanak le és megerősítést kapjanak.
- **Vitafórum** – Egy moderátort (egy diákot vagy tanárt) kiválasztanak, hogy kérdéseket tegyen fel egy csoportnak (diákoknak vagy szakembereknek). A résztvevők válaszadásának módja különböző lehet. A moderátor címezheti a kérdést egy konkrét résztvevőnek vagy mindenkinek. Egy előre meghatározott válaszidő után (megszakítás nélkül) a többi résztvevő reagálhat a felvetésre.

Együttműködés

Ez a folyamat azzal segíti a tanulást, hogy mások képességeit, tudását és tapasztalatait vonja be a tanulási folyamatba. Az OVEP számtalan együttműködésre épülő tanítási és tanulási módszert alkalmaz.

- **Kölcsönös megosztás** – A diákok körben ülnek és kapnak egy problémát, hogy azon dolgozzanak. A körben mindenki a problémával foglalkozik, amely általában nyílt végű, sok kérdést felvető probléma. Valaki leírja minden egyes résztvevő ötletét, majd összegzik az elhangzottakat és a válaszok alapján folytatják a beszélgetést.
- **Kerekasztal** – A módszer alkalmazása során az oktató leír egy kérdést (vagy kérdéseket) egy papírra. A diákok leírják válaszaikat/megjegyzéseiket, majd a csoport következő tagjának adják át a papírt. Ez a módszer hasznos az ötletek összegyűjtése során, de arra is szolgál, hogy az oktató tájékozódjon a diákok tudásának szintjéről vagy a megértés szintjéről.
- **Vitaforum** – Kiválasztanak egy moderátort (egy diákot vagy tanárt), hogy kérdéseket tegyen fel egy csoportnak (diákoknak vagy szakembereknek). A résztvevők válaszadásának módja különböző lehet. A moderátor címezheti a kérdést egy konkrét résztvevőnek vagy mindenkinek. Egy előre meghatározott válaszidő után (megszakítás nélkül) a többi résztvevő reagálhat a felvetésre.
- **Egymástól való tanulás** – A kutatások újra és újra bizonyították, hogyha a diákok egymást tanítják, az elősegíti a tanulási folyamat sikerét, mind a diák, mind a tanár számára. Ez különösen fontos azon diákok számára, akiknek nehézséget okoz a tananyag. Azzal, hogy egy osztálytárs segít nekik a tanulásban, mind a tananyaghoz, mind az osztálytársakhoz másképpen viszonyulnak majd.

Állampolgári tudatosság

- A vezetői képességek fejlesztése és a társadalmi szolgálat segíti az OVEP értékeinek elmélyítését.
- **A példaképek** – akár diák, akár oktató – fontos megerősítő szerepet játszanak ezekben a képességekben.

Kommunikációs képességek

Az OVEP az olimpiai értékeket számos csatornán keresztül közvetítheti. Az információs és kommunikációs technológiák (IKT) számtalan modern lehetőséget biztosítanak a tanulásra, üzenetváltásra, együttműködésre, problémamegoldásra és tartalom létrehozására. A diákok a következő online felületeket használják széles körben: Facebook, blogok, vlogok, Prezi és PowerPoint.

- **Blogok** – Azok a diákok, akik internet hozzáféréssel rendelkeznek, írhatnak az OVEP foglalkozások során szerzett tapasztalataikról, majd feltölthetik az internetre. A blog olyan, mint egy napló, és bármilyen stílusban megírható, ami a célnak megfelel. Az író választhat, hogy mi a célja az írással: szeretne meggyőzni valakit, szeretné a véleményét kifejezni vagy más sikere előtt tisztelni. Bármelyik lehet ezek közül. Egyes blogokat egy meghatározott követő közönség számára írnak, másokat pusztán a személyes vélemény kifejezésére. Számos bloggal kapcsolatos információ található az interneten, melyek a keresőkben könnyen fellelhetők.

Nem biztos, hogy minden diák számára rendelkezésre állnak ezek az eszközök, nem mindenki rendelkezik internet kapcsolattal, ezért a hagyományos kommunikációs eszközök is hasznosak lehetnek:

- **Napló** – A diákokat bátorítani kell arra, hogy az OVEP-ben való részvétel során vezessenek naplót. Ezzel megőrkítik gondolataikat és alakíthatják a témával kapcsolatos véleményüket. Ezek a diák személyiség-fejlődésének hasznos dokumentumai lehetnek.
- **Reflektív napló** – Ez arra szolgál, hogy a diákok leírják gondolataikat. Például: az oktató felteszi a kérdést: Meg tudja változtatni az OVEP egy diák személyiségét? Mivel a diákok részt vesznek az OVEP-ben, a naplóban válaszolnak majd a kérdésre.
- **Irodalmi körök** – Ez egy kiváló módja annak, hogy összegyűjtsük a diákok ötleteit az OVEP során. A diákokat csoportokba osztjuk (vagy saját maguk választanak csoport tagokat). Kapnak egy szöveget, amit elolvasnak, majd megvitatnak. Utána a nagyobb csoportnak visszajeleznék az elhangzottakról. Ez a módszer alkalmazható könyvek vagy rövidebb írások tanulmányozására.

Önállóan irányított tanulás

- **Projekt alapú tanulás (Project-based learning)** – A diákokat bátorítani kell arra, hogy válasszanak egy kérdéskört, ami segíti majd őket a projekt teljes időtartama alatt. Az OVEP és a PBL jó párosítás, mert így a diákok kiválaszthatnak egy vagy több nevelési témát és aztán azt az érdeklődésük szerint alakíthatják. A PBL lehetővé teszi, hogy elképzelésük szerint mutassák be, amit tanultak. A diákok körbejárják elgondolásaikat ebben a kérdésben, majd kiválasztják a módját, hogy hogyan szeretnék kifejezni azt, amit tanultak. Ennek nem kell egy gyors folyamatnak lennie, hanem hetekig, akár hónapokig is tarthat. Egy példa, ami a projekt alapú tanulás témája lehet az OVEP során: „Az olimpizmus megváltoztatja a társadalmat. Mit jelent ez neked és a közösséged számára?”
- **Esettanulmány** – A diákok készíthetnek egy részletes tanulmányt az OVEP valamelyik témájáról. Ennek a bemutatására szánt módszert – figyelve az egyéni igényekre – a diákoknak kell eldönteni.
- **Tevékenység választó tábla** – Az oktató tanulási lehetőségeket ír fel a táblára, amelyek kapcsolódnak az óra témájához. A diákok kiválasztják, hogy melyik a legalkalmasabb módszer számukra, ami megfelel tanulási stílusuknak és érdeklődésüknek. Ez lehetőséget biztosít a diákoknak arra, hogy kiválasszák, hogyan mutatják be a tanultakat.
- **Tanulási állomások** – Az oktató létrehoz egy sor állomást, ahol az óra témájához kapcsolódó feladatok várják a diákokat. Az oktató megengedheti a diákoknak, hogy önállóan haladjanak állomásról állomásra vagy ő maga irányíthatja őket.
- **Állványozás** – Ezen technika esetén az oktató kisebb, könnyebben kezelhető részekre bontja a feladatot és támogatja a tanulót, amíg készen nem áll összetettebb feladatokra.

Oktatási módszerek, amik építik a meglévő tudást, vagy támogatják azt

- **Tömörítés** – Az oktató az előzetes értékelés adatai alapján határozza meg, hogy a diáknak kell-e egy adott témával foglalkoznia. Ha a tanuló már korábban elsajátította azt, tovább haladhat másik, nagyobb kihívást jelentő feladatra.
- **Lehorgonyzás** – Egyes tanulók gyorsan elvégzik a feladatot. Az oktató ez esetben további kiegészítő feladatokat adhat számukra, amik kapcsolódnak az osztály többi részére kiosztott feladatokhoz.

Tanítás az OVEP tartalmának módosításával

- **Elhelyezés** – Az oktató ugyanazt tanítja minden diák számára és ugyanazt az eredményt is várja el tőlük, de több időt ad azoknak, akik ezt igénylik, vagy esetleg más eszközt, amivel ismertethetik a tanultakat.
- **Módosítás** – Az oktató a diák képességeihez igazítja a tartalmat.

Az oktatás ütemének beállítása

Egyes diákokat jelentősen motivál a munkában, ha meghatározott időkeretet kapnak. Más diákok számára ez szorongást okoz és hátráltatja őket a tanulás során. Különböző oktatási módszerek használhatók az oktatás üteme szerint (változó, saját maga által meghatározott, gyorsított, lassított, stb.).

Tanulói csoportok

Számtalan módszer létezik tanulói csoportok kialakítására:

- **Klaszterezés** – A legtehetségesebb diákok kerülnek egy csoportba, hogy elmélyítsék a tudásukat.
- **Vegyes csoportok** – Különböző tudású és szükségletű diákok kerülnek egy csoportba; kutatások szerint ez mindenki számára előnyös lehet.
- **Véletlenszerű csoportosítás** – Megakadályozza a klikkesedést az oktatási környezetben.
- **Viselkedés alapú csoportosítás** – A diákokat oly módon szervezik csoportokba, hogy a visszahúzóbb vagy kevésbé hangadó diákok számára is nyújtson lehetőséget ötleteik kifejtésére (nem szorítják őket háttérbe a hangadók).

Tanulás, mint cselekvés

A konstruktivizmus elvei alapján, melyet az ókori görög Arisztotelész alkotott meg, a diákok akkor tudnak mélyebben azonosulni a témával, ha nemcsak passzív résztvevők, hanem aktívan részt is vesznek az órákon/a foglalkozásokon. Az OVEP által javasolt feladatok lehetőséget biztosítanak a résztvevőknek arra, hogy ne csupán hallás után tanuljanak az olimpizmusról, hanem tevékenyen részt is vegyenek benne.

Vizsgálat

- Ez lehet egyéni vagy csoportos feladat, ami arra bátorítja a diákokat, hogy önállóan legyenek a tudás feltárásában és értelmezésében. Ennek több módja is lehet:
- **Írányított vizsgálat** – A tanár feltesz egy kérdést, ezután a diákok kiválasztják a kutatás módszerét és beszámolnak az eredményről.
- **Strukturált vizsgálat** – A tanár felvet egy témát előre meghatározott pedagógiai céllal. Ennek a módszernek a lényege, hogy fejlessze a tanulók elemző és önelemző gondolkodását.
- **Nyílt végű vizsgálat** – A diákok saját maguk választják ki a kérdést, a kutatás módját és az eredményeik bemutatásának formáját.
- **Szókratészi kérdésfeltevés** – Ez egy ókori módszer, amit a görög filozófus Szókratész tanításai ihlettek. Az oktató arra sarkallja a diákokat, hogy újra és újra átgondolják álláspontjukat és megvédjék véleményüket.

Szóbeli oktatási módszerek

Egyes kultúrák az oktatás során kizárólag az élő beszédet használják a diákok tanítására. Kiváló példák ezekre a módszerekre a mesélés, az analógiák használata, valamint a szókratészi kérdésfeltevés.

Didaktikus oktatási módszerek

Egyes kultúrákban a diákok úgy tanulnak a legjobban, ha pontosan előírt utasításokat kapnak; ezért az állam a legapróbb részletekig megszabja mit tanuljanak. A diákok általában az oktatótól kapják az instrukciókat és a kérdésfeltevésre csupán szűk keretek között kerülhet sor.

6. fejezet

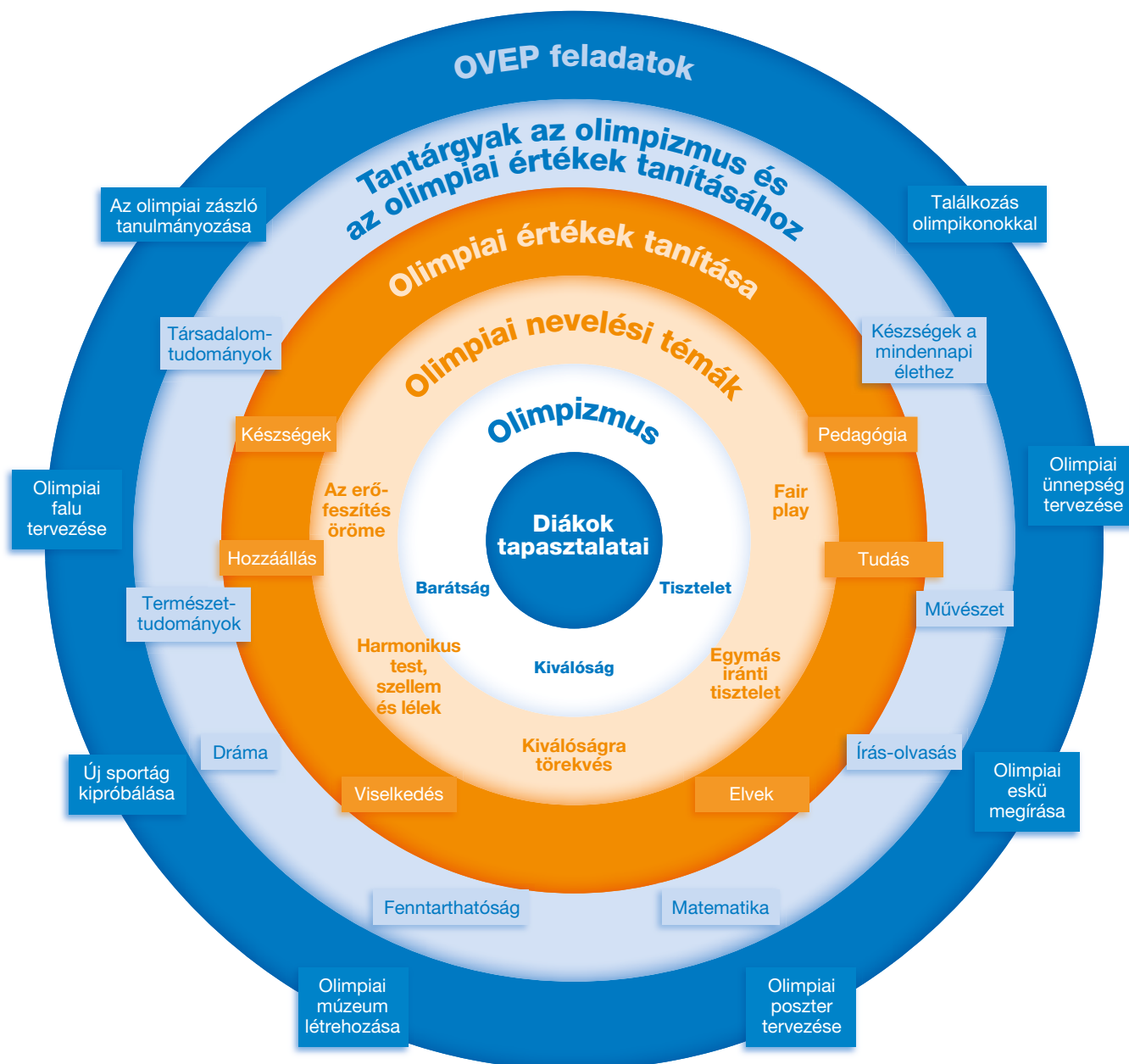
Oktatás az olimpiai nevelési témák alapján (a munka fázisai)

Az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadvány és a Forráskönyvtár számos anyagot biztosít a vizsgálat, a megbeszélés, az (ön)reflexió és a feladatmegoldás során. Ismertessük meg úgy a tananyagot a diákokkal, hogy az összefüggő legyen és illeszkedjen az OVEP céljaihoz.

Az OVEP anyagait a következőképpen használjuk:

- önmagában
- egyéb tananyaggal együtt
- a tananyag részeként, de csak bizonyos időszakban (például az olimpiai játékok idején)
- projekt alapú tanulás részeként
- külön tantárgyként
- olimpiai témák oktatásakor

Az OVEP alkalmazása*



*Letölthető poszter: [00/Feladatlapok](#)

Az OVEP kiadványainak használata önálló taneszközként

Lehetséges, hogy az oktatónak csupán korlátozott idő vagy erőforrás áll a rendelkezésére, hogy az OVEP-pel foglalkozzon. Ezért olyan feladatokat érdemes választania, ami ezen kereteken belül is segít elérni a kívánt célt, hogy a diákok minél többet sajátítsanak el az olimpiai értékekből, illetve inspirálja őket, hogy alkalmazzák az olimpia értékeit. Az oktató megkérheti a diákokat arra, hogy gondolják végig a különböző ötleteket, majd válasszanak egy feladatot a források közül, amivel még tovább bővíthetik ismereteiket.

Példa: „Az elmúlt 100 év társadalmi változásai hatással voltak az olimpiai játékok különböző területeire.” Válasszunk egy feladatot az Alapismeretek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz kiadványból vagy a Forráskönyvtárból, majd

gondoljuk végig hogyan, miért, hol és mikor zajlottak le ezek a változások. Válasszunk egy módszert a téma vizsgálatára. Ez a több szempontú megközelítés egyértelműen elősegíti a mélyebb megértést.

Példa: Az oktató alapképességeket tanít a diákoknak, és arra kéri őket, hogy gondoljanak olyan szituációkra ahol a sport és az olimpia elősegítheti a nemzetközi békét és együttműködést. Az oktató felhasználhatja az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány 49. oldalán található kérdéseket (A béke „nyelve”), hogy további gondolatokat ébresszen és kérdéseket tegyen fel a diákoknak. Ebben az esetben az Alapismeretek az OVEP-hez kiadvány is forrásként kerül felhasználásra.

Az OVEP kiadványoknak egyéb tananyaggal történő együttes használata

Az oktató dönthet úgy, hogy bizonyos témákat kiegészítésként bevon az előírt tananyagba.

Példa: Számos intézmény célja az alapképességek fejlesztése, és ebbe több olyan téma is beletartozik, ami a diákok fejlődését szolgálja, mint pl. egészség, szexualitás, barátság, társas képességek, életvezetési tanácsok, döntéshozatali képesség. Az olimpiai nevelés témái sok helyen kapcsolódnak az előírt tananyaghoz. Az oktató választhatja az OVEP-et, hogy megerősítse a saját programját.

Az OVEP egyes kiadványai a tananyag részeként

Az oktatási környezetnek, mint pl. az iskolának, számtalan tantárgyat kell a diákoknak oktatnia: írás-olvasás, matematika, természettudományok, történelem, művészetek. Éppen ezért nem egyszerű egy széleskörű tananyagot behelyezni a tantervbe. Ennek ellenére van lehetőség az OVEP bevezetésére. Például:

- sportvezetői programok;
- alapképesség kurzusok;
- testnevelés órák;
- napközis foglalkozás (olyan közös tanulási idő, ahol nincs konkrét tantárgy);
- különórák (például „Olimpiai klub”, amely támogatja az olimpiai nevelést).

Számos ezek közül a tevékenységek közül lehetőséget ad az oktatónak, hogy közelebb hozza a diákokat az OVEP-hez. Időszakos bevezetésre akkor kerül az OVEP, amikor csak egy bizonyos ideig használjuk a kiadványokat (például az olimpiai játékok ideje alatt).



További források

- *“Teaching Values in Movement Activities: Inherent and Added Values”* Martinková, I., 2012. [01/Background](#).

Az OVEP a projekt alapú tanulás részeként

Az OVEP akkor a leghatékonyabb, ha folyamatosan a tananyag részét képezi, hiszen a tanulók képességei, tudása és tapasztalatai így tudnak évről évre gyarapodni. Az egyik módszer, hogy az oktató a tanítási egységeket az olimpiai témák alapján tervezi meg; majd a feladatokat az Alapismeretek az OVEP-hez kiadványból és a Forráskönyvtárból válogatja össze. Az OVEP anyagok tervezett beépítése a tanmenetbe és a foglalkozásokon vagy tanórákon való alkalmazása lehetővé teszi az oktató számára, hogy az olimpiai nevelést teljesen meg tudja valósítani; szemben azzal, amikor az olimpiai nevelést csak egy plusz tananyagnak tekintik, amit bele kell zsúfolni a tantervbe.

Egy másik oktatási módszer a projekt alapú oktatás. A diákok választanak egy kihívást jelentő témát, mely mélyebb elmélyítést kíván. Miután végiggondolták az „irányított kérdést”, minden diák választ a témán belül egy olyan részt, ami különösen érdekli és motiválja, hogy tovább kutassa és megismerje azt. Ez a módszer lehetővé teszi, hogy személyes hangvételű legyen a téma a különböző képességű, érdeklődésű és tudású diákok számára.

Ilyen típusú feladatok például a 9. és 12. osztályosok számára: „Hogyan befolyásolja a politika az olimpiai játékokat?” Felhasználva a vizsgálati megközelítést, az oktató kérdésekre sarkallja a diákokat, melyek még további kérdésekhez és feleletekhez vezetnek: „Felhasználhatják az országok az olimpia bojkottját politikai célokra? Hogyan reagált az olimpiai mozgalom az ideológiai ellentétekre? Hogyan befolyásolta a politika az egyes játékok helyszínének kiválasztását? Hogyan befolyásolta a politikai elvárás a játékokon való részvételt?” Felhasználva ezeket a kérdéseket és a diákok válaszait, az oktató és a diákok további feladatokat és módszereket választhatnak, melyekkel bővíthetik ismereteiket és változatosabbá tehetik a tanultak bemutatásának módját.



További források

- *Be Inspired 4 Life* webpage, Hampshire County Council. [03/Manuals](#).
- *Game for Life* webpage, Sport Singapore. [03/Manuals](#).



7. fejezet

Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) alkalmazása mozgásos feladatokon keresztül

A tanulás és a fizikai tevékenység alkalmas arra, hogy a gyerekek és a fiatalok meg tudják mutatni a bennük rejlő lehetőségeket. A fizikailag aktív programok, amelyek megfelelő módszerrel kerülnek kivitelezésre, elősegítik a gyerekek és fiatalok társas, érzelmi és kognitív fejlődését, valamint népszerűsítik a tudományos eredményeket, erősítik az önbizalmat és lehetővé teszik a test, szellem és lélek együttes fejlődését.^{1,2,3}

Ennek a kötetnek az alkalmazásával Te is részese lehetsz a fizikailag aktív olimpiai nevelésnek!



Biztonság

Az érzelmi és a fizikai biztonság egyaránt fontos annak érdekében, hogy minden résztvevő jól és kényelmesen érezze magát.

Alább néhány tipp található arról, hogy hogyan biztosítsuk a fizikailag és érzelmileg is biztonságos környezetet a résztvevőknek.

javaslat	Megvalósítás
Biztosítsuk, hogy a résztvevők kellemesen érezzék magukat	• Tájékoztassuk a résztvevőket, hogy hol található a mellékhelyiség. • Tájékoztassuk a résztvevőket arról, hogy mikor vannak étkezési szünetek. • Kérjük meg a résztvevőket, hogy a testmozgás során figyeljenek oda testi épségükre. Ne erőltessük a feladatok elvégzését, hiszen előfordulhat, hogy nem tudunk a résztvevő egy korábbi sérüléséről. • Használjuk a következő kifejezéseket: „Megkérlek, hogy”, hogy úgy érezzék szívesen látjuk őket, ne legyen feszültség bennük. • Kérjük meg a résztvevőket, hogy álljanak fel, nyújtsanak vagy tartsanak szünetet, amikor szükséges.
Biztosítsuk, hogy a résztvevők fizikailag biztonságban érezzék magukat	• Mindig a diákok felé fordulva oktassunk. Minden résztvevővel tartsuk a szemkontaktust. • Mérjük fel a természetes vagy egyéb veszélyeket az oktatási környezetben, hogy a résztvevők elkerülhessék azokat. • Kövessük a helyi létesítmény és oktatási intézmény előírásait és szabályait. • Bátorítsuk a résztvevőket arra, hogy csak a szükséges rizikót vállalják, hogy döntéshozataluk során mindig a legkisebb kockázat legyen. • Állítsunk fel világos határvonalakat, szavakkal vagy jelöléssel, bójákkal, stb. • Használjunk egyenes/irányító stílust (oktató beszél, diák hallgat) az első foglalkozások alkalmával és a nagyobb rizikót képviselő sportok esetében, mint az íjászat vagy a torna. • Bizonyosodjunk meg arról, hogy a környezeti rizikófaktorokat és veszélyeket a minimálisra csökkentettük és készítsünk biztonsági tervet (mint pl. napvédelem, kiszáradás, kihűlés, rovar allergia, stb.).
Biztosítsuk, hogy a résztvevők érzelmileg biztonságban érezzék magukat	• Biztosítsuk az Olimpiai Chartában foglalt jogokat és szabadságokat (bórszín, vallás, nemi orientáció). • Bátorítsuk a résztvevőket arra, hogy tegyenek fel tisztázó kérdéseket, ha szükségesnek érzik vagy nem értenek valamit. • A fogyatékkal élőkre, külön figyeljünk és kérjük meg a helyi közösséget is, hogy legyenek ebben segítségünkre. • Hangsúlyozzuk a kommunikáció fontosságát, és kérjük meg a diákokat, hogy jelezzenek, ha bármilyen probléma adódik és próbáljunk rá megoldást találni.

Fizikailag aktív tanulás

A testnevelés és a fizikai tevékenység programjaiban megvan a lehetőség, hogy hozzájáruljanak nemcsak az alap mozdulatok és fizikai kompetenciák fejlődéséhez, hanem a társas képességek és viselkedés, az önbizalom, a tudományos és kognitív fejlődéshez is.⁴

Kutatások bizonyították, hogy szoros kapcsolat van a fiatalok fizikai tevékenységben való részvétele és a pozitív viselkedési és pszicho-szociális képességek között.⁵

A fizikai tevékenység során a gyerekek és fiatalok:

- megtanulják a saját és mások testének tisztelőtét;
- megtanulják a szellem és a test harmonikus fejlődésének fontosságát;
- fejlesztik az önbizalmukat és önbecsülésüket;
- fejlesztik a társas és kognitív képességeket, illetve megismerik a tudományos eredményeket.

Egyre nagyobb támogatást élvez az az oktatási hozzáállás, mely azt hirdeti, hogy az „oktatást a fizikai tevékenységen keresztül” előnyben kellene részesíteni a csak „oktatás és testnevelés” szemléletével szemben.⁶ Az a szerep, amit a testnevelés tölt be a gyerekek életében, összhangban van az olimpiai gondolkodásmóddal, amely a test, szellem és lélek közötti harmóniáról és egyensúlyról szól.

Ifjúság Fejlesztése Program (Positive Youth Development = PYD) fizikai tevékenységeken keresztül

A folyamatot, amely során a fiatalok megszerzik azokat a kompetenciákat, amelyek majd egészséges módon segítik őket eligazodni kamaszkorban, úgy hívják, hogy Ifjúság Fejlesztése Program vagy PYD (Positive Youth Development).⁷

A PYD célja, hogy népszerűsítse a testi és mentális egészséget, valamint a fiatalok kognitív, pszichológiai, érzelmi és társas fejlődését. A részvételi-központú megközelítésben (mely a tanulót aktív részvételre bátorítja a teljes tanulási folyamat során) alkalmazható legjobban a PYD. Azok a programok, amelyek sikeresen valósítják meg a PYD-t, a következő öt tulajdonságra összpontosítanak: alkalmasság, magabiztosság, kapcsolódás, személyiség és empátia.⁸

Olyan PYD környezetet kell teremteni, amelyben minden résztvevő sikeres tud lenni, és a fizikai tevékenységet úgy kell megtervezni, hogy senkit se zárjunk ki és tiszteletben tartsuk az egyéni képességeket.

Az Ifjúság Fejlesztése Program (PYD)

A sport önmagában nem képes arra, hogy felkészítsen az élet nehézségeire.⁹ A sport és az egyéb fizikai tevékenységgel járó programok jelentősen tudják csökkenteni a részvételi kedvet, ha a résztvevőknek túl sok negatív élményben van része.

A gyerekek között nagy fizikai vagy kognitív különbségek lehetnek, tehát fontos, hogy olyan programot hozzunk létre, ami minden fiatal résztvevőnek szól. Az alábbi táblázat azt mutatja meg, hogy „Mit tegyünk?” és „Mit ne tegyünk?” egy testmozgás alapú OVEP során. A fiatalok számára ideális élményt kell biztosítani.

Mit tegyünk?	Mit ne tegyünk?
Úgy tervezzük a programot, hogy az Ifjúság Fejlesztése Program szellemiségét kövessük a fizikai tevékenység során.	Ne gondoljuk, hogy az Ifjúság Fejlesztése Program szellemisége automatikusan létrejön a mozgásos tevékenység során.
Bátorítsuk a csapatmunkát és a csapaton belüli együttműködést.	Ne versenyeztessük a fiatalokat egymás ellen, és ne vezessünk be olyan gyakorlatot, ahol a vesztesnek kell az eszközöket elpakolni vagy további feladatokat kell csinálni retorzióként.
Bátorítsuk a fiatalokat arra, hogy osszák meg velünk, mit szeretnek és mit nem, így a visszajelzéseik alapján alakíthatjuk tovább a programot.	Ne hagyjuk, hogy egy adott feladat kikerüljön a gyerekek érdeklődési köréből. Újra és újra élményszerűvé kell tenni a feladatot, azt is, amiről korábban azt mondták a résztvevők, hogy nem élvezik.
Olyan feladatot adjunk, ami segíti a diákokat abban, hogy a legjobbat hozzák ki magukból vagy fejlesszék magukat.	Ne adjunk olyan feladatot, amelyben csak kevesen lehetnek a legjobbak, leggyorsabbak, mert ez hátráltatni fogja a fejlődési folyamatot.
Olyan feladatot válasszunk, amelyben mindenki részt tud venni.	Ne válasszunk olyan feladatot, ahol csak néhány résztvevőnek nyílik lehetősége a gyakorlásra, míg a többiek csak nézik őket.

Pedagógiai gyakorlatok – Hogyan tanuljunk mozgásos feladatokon keresztül?

Ez egy olyan megközelítés, ahol a fizikai tevékenység a módja a tartalom tanításának. A fizikailag aktív OVEP során az aktivitás az eszköz az öt olimpiai nevelési téma tanítására. A megfelelő pedagógiai módszer alkalmazásával a fiatalok nagyobb valószínűséggel fognak egy meleg, befogadó és örömteli környezetet tapasztalni, és megérteni azt, hogy hogyan alkalmazzák az olimpiai nevelési értékeket az életük során.

A fizikai tevékenység nem csupán egy befogadó és örömteli környezetet biztosít a fiatalok számára, amikor az öt olimpiai nevelési értékről tanulnak, hanem azok önmagukban is jelentős és pozitív hatással lehetnek a gyerekekre és fiatalokra.

A mozgásos feladatok pozitív hatásai:

- **Egészséges fizikai fejlődés** – a mozgásos feladatok, illetve a hosszútávú képességfejlesztés segítségével
- **Szociális fejlődés** – a társakkal egy csoport tagjaként eltöltött idő segítségével
- **Érzelmi fejlődés** – a stressz, a szorongás és a depresszió csökkentése segítségével

Az OVEP-et meg tudjuk valósítani egy aktív környezetben, megfelelő pedagógiai módszerekkel, olimpiai értékeken alapuló oktatási kezdeményezésekkel, hogy segítsük a fiatalok egészséges fejlődését.

Nekünk, mint fizikailag aktív oktatóknak, az a munkánk, hogy támogassuk a gyerekek és fiatalok szociális, fizikai és érzelmi fejlődését azáltal, hogy olyan programokat és feladatokat tervezünk, ahol a diákok pozitív élményeket szereznek a sport és testnevelési programok során. Ezért létfontosságú, hogy megfelelő gyakorlatunk legyen a fizikai tevékenység terén, amely az értékeken alapuló oktatás eszköze. Amikor az egyén kirekesztést, elszigetelődést és tisztességtelen bánásmódot tapasztal a sportban vagy bármilyen testmozgás során, akkor negatív élményei lesznek a fizikailag aktív programok terén is. Ezek a tapasztalatok valószínűleg elriasztják a gyerekeket és a fiatalokat attól, hogy a továbbiakban is részt vegyenek a programokban, vagy attól, hogy a későbbiekben mozgásban gazdag életmódot folytassanak.

Annak érdekében, hogy megfelelő pedagógiai módszert alkalmazzunk a fizikailag aktív OVEP során, meg kell érteni és tudni kell alkalmazni olyan oktatási módszereket, amelyek pozitívak és befogadóak. Ez a kötet ebben is a segítségünkre lesz.



Háttérinformációk a tanulásról

Mosston tanítási stílusai és a fizikailag aktív tanulás

Mindenki másképpen tanul. Annak érdekében, hogy eredményes oktató váljon belőlünk, fontos megérteni és ismerni a különböző oktatási módszereket. Az 1960-as években Muska Mosston, egy testnevelő tanár kifejlesztette az oktatási stílusok spektrumát, ami megmutatja, hogy a különböző oktatási és tanulási stílusok, valamint feladatok másféle tapasztalatokat jelentenek a tanuló számára; a tanárközpontútól a tanulóközpontúig.

A spektrum megmutatja a különböző oktatási módszereket és a tanítási stílusok különbözőségét az alapján, hogy ki hozza a döntéseket a feladatok során. Ha a tanár hozza a döntéseket, akkor a tanítási stílus tanárközpontú, ami a spektrum egyik vége. Amennyiben a diák hozza a döntéseket, akkor a tanítási stílus tanulóközpontú, ami a spektrum másik vége.

Az oktatók úgy tudják használni ezt a spektrumot, hogy megértik a különböző tanítási stílusokat, hogy melyik a legjobb a tanuló számára és milyen feladatokat érdemes adni. Mosston

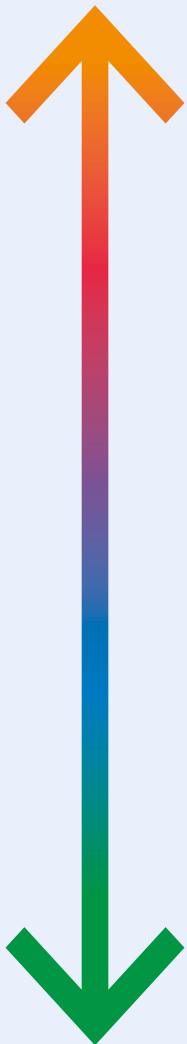
tanítási stílusai egyaránt használhatók tantermi oktatás és a testmozgást igénylő feladatok során is.

A sokféle tanítási stílus garantálja, hogy minden tanulót meg tudjunk szólítani.

A vezénylő tanítási stílus általában nem a legjobb választás, mert túl tanárközpontú; ugyanakkor fontos lehet, ha biztonságos környezetet kívánunk kialakítani. Például, ha a fiatalok íjászat keretében vesznek részt OVEP-ben akkor valószínűleg a legjobb a vezénylő módszert választani a biztonság érdekében. Amikor a biztonság minden feltétele adott, akkor az oktató válhat az önellenőrző vagy kölcsönös stílusra, ahol a diákok tervezik és kivitelezik az íjászati feladatokat, aminek része nemcsak a képesség és a taktika, hanem a biztonság is.

A tanulóközpontú oktatás jobban bevonja a résztvevőket a programba, mint azok a stílusok, amelyek Mosston spektrumának a tanárközpontú végén találhatók.

Összefoglaló a Mosston spektrumról¹⁰



- A VEZÉNYLŐ (COMMAND)** – A tanár elmondja, bemutatja a feladatot. A tanulók ennek megfelelően próbálkoznak, a tanári visszajelzések segítségével.
- B GYAKORLÓ (PRACTICE)** – A tanár a mozgások gyakorlására állomásokat állít fel, ahol a tanulók egyénileg gyakorolnak. A tanár, ahol szükség van rá, segít.
- C KÖLCSÖNÖS (RECIPROCAL)** – A tanulók párban dolgoznak. Az egyikük végzi a tanár által adott feladatot. Párja egy szempontrendszer (checklist) alapján segíti.
- D ÖNELLENŐRZŐ (SELF-CHECK)** – A tanulók egyénileg dolgoznak a tanár által adott feladaton, melyet egyénileg ellenőriznek egy szempontrendszer (checklist) alapján.
- E ADAPTÍV (INCLUSION)** – A tanár úgy adja meg a feladatot, hogy különböző nehézségi szintű végrehajtási módokat kínál. A tanulók, képességeikhez igazítva, egyénileg választják meg saját végrehajtási szintjüket.
- F VEZETETT FELFEDEZÉS (GUIDED DISCOVERY)** – A tanár felvet egy mozgásos problémát/feladatot, amire a tanulók megoldást keresnek. A tanár kérdésekkel segíti a jó megoldás megtalálását.
- G KONVERGENS FELFEDEZÉS (CONVERGENT DISCOVERY)** – A tanár felvet egy mozgásos problémát/feladatot, amire a tanulók megoldásokat keresnek. Kritikai elemzéssel választják ki az egyetlen jó megoldást.
- H DIVERGENS FELFEDEZÉS (DIVERGENT DISCOVERY)** – A tanár felvet egy mozgásos problémát/feladatot, amire a tanulók megoldásokat keresnek. Sok jó megoldás létezik.
- I EGYÉNI (INDIVIDUAL)** – A tanár általában határozza meg a tanulási anyagot, ami alapján a tanulók egyéni programot dolgoznak ki. A tanár személyes megbeszéléssel segít ebben.
- J TANULÓI DÖNTÉS (LEARNER INITIATED)** – A tanár és a tanuló közösen állapítanak meg alapkritériumokat, de minden döntést a tanuló hoz meg. A tanár, szükség esetén, információkkal segít.
- K ÖNÁLLÓ TANULÁS (SELF-TEACH)** – Iskolai körülmények között nincs.

Bevált gyakorlatok a testmozgás alapú feladatokhoz



Maximáljuk a lehetőségeket minden résztvevő számára a képességfejlesztés érdekében^{11,12}

Stratégiák, amelyek alkalmazhatók a tanulók lehetőségeinek optimalizálása érdekében:

Csoportméret

A kis csoportméret növeli a tanulók lehetőségeit, hogy fejlesszék képességeiket, problémákat oldjanak meg és kihozzák magukból a legtöbbet. A kis létszámú csoportban végzett feladat több lehetőséget biztosít a fiataloknak gyakorlásra, képességfejlesztésre, kérdésfeltevésre, gondolataik és ötleteik megosztására. Ellenkező esetben, ha túl nagy a csoport, a diákok háttérbe vonulhatnak és kimaradnak az aktív részvételből.

Feladatvégzés sorrendje

Mindenki próbáljon ki egyszer valamit (például eldobni egy tárgyat), mielőtt valaki már másodszorra kerülne sorra.

Ötletek ismertetésének sorrendje

Mindenki osszon meg egy gondolatot, mielőtt bárki már egy másodikat osztana meg.

Jegyzetek



Egyénre szabott utasítások a különböző képességszintekkel és tapasztalatokkal rendelkező diákoknak¹³

Minden egyén más, különféle tapasztalatokkal rendelkezik és eltérő módon, saját tempójában tanul. Fontos, hogy úgy tervezzük meg a feladatokat, hogy figyelembe vegyünk ezeket a különbségeket. Ezt a következőképpen lehet megtenni:

- A testmozgást igénylő feladatok különböző nehézségűek legyenek.
- Magyarazzuk el a diákoknak, hogy fontosabb az elvégzett feladat minősége, mint a mennyisége. Például, ne állítsunk fel időkorlátot, mert az nyomás alatt tartja őket.
- Változtathatjuk a feladatra szánt terület méretét, hogy gyorsabb vagy lassabb reakcióidőre legyen szükség a feladat elvégzéséhez. Ha nagyobb a terület, a diákoknak több ideje van elkapni egy tárgyat, s így több ideje marad eldönteni, mit tegyen vele.
- Úgy kell alakítani a feladatot, hogy a kezdők használhassák az ügyesebbik kezüket vagy lábukat, míg a haladóbbak csak az ügyetlenebb kezüket vagy lábukat.
- Válogatni kell az eszközöket a könnyebb súlyú vagy nagyobb méretű tárgytól (a kezdőknek) a nehezebb, ill. kisebb tárgyakra (a haladók számára).
- Tegyük fel olyan kérdéseket, mint „Van olyan, aki nem érti a feladatot?”, – ezzel is bátorítva azokat, akik nem értették, sugallva, hogy nem mindenki érti meg elsőre.
- Az utasításokat mondjuk el előre, vagy mutassuk be a feladatokat a szóbeli instrukciók mellett azok számára is, akik lassabban dolgozzák fel a hallottakat.
- Mutassunk párhuzamokat arra, hogy hogyan lehet egy adott képességet használni egy feladaton belül.
- Biztosítsuk a résztvevőknek, hogy fejleszteni tudják a képességeiket, és sikeresen alkalmazzák a tevékenység során.

Jegyzetek



Képességekre vonatkozó visszajelzés¹⁴

Több módja lehet a visszajelzésnek egy testmozgás alapú program során:

- **Képességekre vonatkozó visszajelzés** – ezek olyan kifejezések, amelyek a feladat egy bizonyos céljához kapcsolódnak. Például, kövesd a labdát azután is, hogy eldobtad; dönts meg a testedet a labda felé, ha a pályán szeretnél maradni, miután elrúgtad a labdát; gyakoroljuk a lépéseket, míg szól a zene, hogy biztosan a ritmusra mozogjunk az előadás során.
- **Általános visszajelzés** – lehet pozitív vagy negatív. A pozitív visszajelzések lehetnek olyan kifejezések, mint pl. „Szép munka!” vagy „Jó próbálkozás.” A negatív visszajelzések olyan kifejezéseket tartalmazhatnak, mint pl. „Ne így” vagy „Nem megfelelően hajtottad végre.”
- **Specifikus és általános visszajelzés vegyesen** – ezt is hatásosan lehet alkalmazni. Például: „Szép próbálkozás! Legközelebb figyelj arra, hogy több erőt fejts ki a feladat közben.”

Jegyzetek

Kölcsönös támogatás^{15,16}

A kölcsönös támogatás (más néven fordított munka vagy egymás tanítása) egy olyan módszer, ahol a hasonló tapasztalatokkal rendelkező diákok adják össze a tudásukat, tapasztalataikat, érzelmi, szociális és gyakorlati segítséget. A kölcsönös támogatás elvei alapján az egyik fél a tanár, míg a másik a tanuló.

Előnyei:

- Több társas érintkezés adódik a programban résztvevő tanulók között, ami segíti a társas fejlődést.
- A tanulók személyre szólóbb visszajelzést kapnak a társuktól, mint amit egy oktatótól kapnának, aki egy nagyobb csoporton belül lévő egyéneknek ad visszajelzést.
- Segíti a tanult képességek elsajátítását (és alkalmazását).

Jegyzetek



Motivációs környezet a tanulás és szórakozás együttes megvalósulásához^{17,18}

A testmozgással járó programok vezetői létrehozhatnak olyan környezetet, ahol a résztvevők motiválva érzik magukat arra, hogy sikereket érjenek el.

A kétfajta sikerorientált motivációs környezet:

- Az énközpontú motivációs környezetben a sikert a győzelem határozza meg; az a fontos, hogy ki a legjobb.
- A feladatközpontú motivációs környezetben a sikert az határozza meg, hogy milyen jól végezzük el/oldjuk meg az adott feladatot; az a fontos, hogy a legjobbat hozzuk ki magunkból és növeljük a teljesítményt.

Számos fizikai tevékenységgel járó program használja a két stílus keverékét, az én- és a feladatközpontú környezetet.

Azért, hogy feladatközpontú motivációs környezetet hozzunk létre, néhány hagyományos gyakorlatot el kell hagynunk a korszerű, konstruktív gyakorlat érdekében.

Hagyományos gyakorlat	Korszerű, konstruktív gyakorlat
A veszteseknek kell összeszedni a felszerelést	Mindenki részt vesz a felszerelés elpakolásában. OVEP téma: egymás iránti tisztelet.
Meghatározni, hogy adott idő alatt ki tudja a legtöbb ismétlést végrehajtani	Ne az időre koncentráljunk, hanem a képességre és azért dolgozzunk, hogy a legjobbat hozzuk ki magunkból a fejlődés érdekében. OVEP téma: kiválóságra törekvés.
Plusz feladattal büntetni	A mozgás, mint jutalom. A jutalom vidám hangulatban végzett mozgás/mozgásos feladat legyen. OVEP téma: erőfeszítés öröme.
Meghatározni, hogy ki a legjobb egy adott képességben	Kérjük meg a diákokat arra, hogy próbálják a legjobbat kihozni magukból egy új képesség elsajátítása során, és magyarázzuk el nekik, hogy fontosabb a legjobbat kihozni magukból, mint tökéletesnek lenni. OVEP téma: az erőfeszítés öröme.



A kulturális releváns pedagógia^{19,20,21}

A kulturálisan releváns és megértő pedagógia az, amikor az oktató egy multikulturális környezetben azzal a képességgel és kulturális kompetenciával rendelkezik, amely képessé teszi arra, hogy a fiataloknak a saját, személyes kultúrájukhoz viszonyítva adja át a tanultakat.

A kulturálisan releváns tanulás és tanítás megvalósulásának fontos kritériumai, amelyeket a fizikailag aktív OVEP megalkotásánál is érdemes figyelembe vennünk, a következők:

- Módosítsuk vagy helyettesítsük a feladatokat úgy, hogy azok kulturálisan sokszínű játékokon keresztül valósítsák meg az OVEP témáit.
- Használjunk olyan nyelvezetet és kifejezéseket, amik relevánsak a tanulók kulturális kontextusában, ezáltal is segítve a személyes kapcsolódásukat a program tartalmához.
- Amennyiben a program vezetője nem ugyanazzal a kulturális háttérrel rendelkezik, mint a résztvevők, akkor forduljon olyan szakmai tanácsadókhoz vagy vallási vezetőkhöz, akik segítenek megérteni a résztvevők kulturális hátterét.

Jegyzetek



Képesség- és feladatközpontú pontozás²²

Két különböző módon lehet a játékok alkalmával pontozni:

- Pontozás a siker mértéke alapján: például kevés számú játékos esetén számolni lehet, hogy ki szerez több gólt ugyanannál a kapunál.
- Pontozás a tanulási célok alapján: például egy feladatnak lehet az a célja, hogy lábbal passzoljunk egy csapattársnak, s ez esetben a pontozás a szerint történik, hogy hány sikeres passzt végeztünk el.

Az OVEP mozgásos feladatai során a pontozásnak mindig a képességfejlesztésre kell irányulnia. A pontozást az óra feladatai és az ahhoz szükséges képességek szintje dönti el. A kiscsoportos körmérkőzések különösen alkalmasak az oktatásra a módosított sportolási feladatok során, mivel nem az számít, hogy mennyi az állás az adott körben a két csapat között. A körök közötti szünetekben a csapatoknak lehetőségük van az összegzésre, valamint megfontolni, hogyan tegyék jobbá a teljesítményüket.

Példafeladat:

- 2 a 2 ellen körmérkőzés tollaslabdában (kétfős pár játszik kétfős pár ellen).
- 4 perces fordulók.
- Minden játékos egy előre meghatározott szempont szerint kerül pontozásra (fogadott szerva egy meghatározott ütéssel).
- 2 pont jár minden győztes körért és egy pont jár a döntetlenért.
- Ha egy csapat 10-2-re veszít, a pontszámuk 2 és 0. Amikor a győztes pár a következő körbe kerül, akkor két pontot visz magával, nem 10-et. Az a pár, aki 0 pontot szerzett az első fordulóban, 0 pontot visz a következő fordulóba. A játék végén az összesített pontszám határozza meg, hogy ki lesz a nap győztese.

Jegyzetek



Integrált tanulás a testnevelés órán^{23,24}

Az integrált vagy „kevert” tanulás lehetővé teszi, hogy több tantárgyat érintsünk egyetlen feladat során. A fizikailag aktív OVEP integrált tanulása során lehetnek elsődleges tartalmak, amelyek magukba foglalják az OVEP témáit és a testnevelést, valamint másodlagos tartalmak, mint például a matematika. Kutatások eredményei alapján az integrált típusú tanulás jobban motiválja a fiatalokat a tanulási folyamat során, mint a hagyományos típusú, amely esetében minden tantárgyat külön tanulnak. Egyúttal jobban érdekeltnek lesznek a diákok, mert párhuzamot tudnak vonni a tanultak és a tapasztalataik között. Az OVEP felismerte a célorientált és integrált oktatás számtalan előnyét, és ezért ez a kötet a testmozgáson keresztüli tanítást részesíti előnyben, hasonlóan az olimpiai nevelés jövőbeni kezdeményezéseihez. Ez bátorítja az OVEP-ben részt vevő oktatókat, hogy további tartalmakat vonjanak be a programba.

A testnevelés meghatározó eszköze lehet az integrált oktatásnak. Kutatásokkal is kimutatták, hogy amikor testnevelés órán tanulnak a diákok a természettudományokról vagy a matematikáról, akkor azok, akik jobban tanulnak mozgás közben (kinesztetikus tanulók), jobban elsajátítják a tartalmat. Logikus, hogy azt a számtalan előnyt, amit a testnevelés óra nyújthat, érdemes kihasználni és több lehetőséget biztosítani a fiataloknak a testmozgásra. Ugyanilyen fontos, hogy támogassuk az elméleti tanulásukat is (természettudományok, nyelvek, matematika, művészetek) a testnevelési program során.

Jegyzetek



A tanulás értékelése

Az értékelés az a módszer, mikor összegyűjtjük, majd elemezzük a megszerzett információkat a tanuló tudásáról, képességszintjéről és/vagy teljesítményéről egy adott feladat során. Az értékelést egyaránt használjuk a tantermi órákon, valamint a sport és a testnevelés során is (iskolai testnevelés, fiatalok sport programjai).

Az értékelés fajtái:

- **Szummatív** – Az összegző értékelésre a feladat vagy a program végén kerül sor; célja, hogy az oktató vagy a programfelelős értékelje a teljesítményt.
- **Autentikus** – Az értékelés valós feladathelyzetben vagy szituációban átfogó módon zajlik (például játék, tánckoreográfia vagy előadás közben – ahelyett, hogy az egyes képességek szintjét külön-külön értékelnénk)
- **Formatív** – Az értékelés folyamatos, mely további iránymutatást ad; célja, hogy fejlessze, illetve támogassa a tanulási folyamatot, fejlődést és a tanulást a diák számára.

A fizikailag aktív OVEP alkalmazása során elsődlegesen a formatív értékelés javasolt. Ez a módszer az oktató számára folyamatos információt biztosít arról, hogy mit kellene másképpen csinálnia, átismételnie vagy fejlesztenie. Ez a fajta értékelés összhangban áll az olimpiai nevelés egyik céljával, a kiválóságra való törekvéssel, mert jobban támogatja mind az oktatót, mind a diákot abban, hogy a legjobbat hozza ki magából.

Jegyzetek

Tanulóközpontú oktatási stratégiák

A korábban tárgyalt mozgásos feladatok oktatási stratégiáin kívül vannak egyéb tanulóközpontú oktatási stratégiák, amik segíthetik az oktatókat az OVEP megértésében és annak alkalmazásában. Ezek azért javasoltak, mert azon túl, hogy tanulóközpontúak, segítik a kritikus gondolkodást, az együttműködést és a problémamegoldást, amelyek 21. századi tanulási képességek.

Oktatási stratégia	Definíció
Ötletelés (Brainstorming)	Ennél a módszernél az instrukciók arra szolgálnak, hogy a csoport tagjai meg tudják osztani egymással az ötleteiket. A moderátornak az a szerepe, hogy fenntartsa a beszélgetést és azokat az embereket is bevonja, akik egyébként nem biztos, hogy elmondanák az ötleteiket. Ezeket az ötleteket aztán használhatják arra, hogy megvitassák az OVEP-ben felvetett témákat, vagy arra, hogy a testmozgás alapú OVEP-ben tanultakat az élet egyéb területein is alkalmazzák.
Esettanulmány (Case study approach)	Az esettanulmány elemzése során a fiatalok olyan szituációs példákat beszélnek meg, amik a való életben is megtörténhetnek. Az esettanulmányt lehet egyénileg vagy csoportosan is alkalmazni. Ez egy hatékony oktatási stratégia, mert előtérbe helyezi a kritikus gondolkodást, a problémamegoldást és a különböző következmények tárgyalását is. Az esettanulmányokat eredetileg tantermi órákra találták ki, de fizikailag aktív programban is hatékonyan működhet.
Kirakós (Jigsaw)	Az együttműködő tanulás során a fiatalokat kis csoportokra osztjuk és mindenki másfajta információt kap. Azok, akik ugyanazt az információt kapták, megkeresik egymást majd megbeszélik és megpróbálják értelmezni a kapott információt. Ezután a diákok visszatérnek az eredeti csoportjukba, ahol megosztják a többiekkel a tanultakat, majd a csoport együtt „összerakja a darabokat”, a fő témát vagy koncepciót. Ennek az oktatási stratégiának az a célja, hogy fejlessze a kritikus gondolkodást és a csoportok közötti együttműködést. A folyamat során minden egyes diáknak fontos szerepe van a feladat elvégzésében.

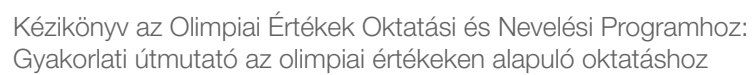
Oktatási stratégia	Definíció
Módosított projekt alapú tanulás (Modified project-based learning)	A projekt alapú tanulás (project-based learning = PBL) egy tanulóközpontú oktatási stratégia, amelyet hosszú ideje alkalmaznak azért, hogy a tanulók képesek legyenek megoldani az életszerű problémákat. A leggyakrabban osztálytermi környezetben alkalmazzák, de szabadidős programokon vagy iskolán kívüli programokon is lehet szerepe. A PBL stratégia alkalmazása során a fiatalok közösen gyűjtenek információt, majd elemzik, közös döntéseket hoznak, felismerik a kihívásokat és megoldásokat keresnek, majd értékelik a munkájukat és továbbgondolják azt. A PBL során a fiatalok tarthatnak egészséges ételek vásárát, petíciót nyújthatnak be egy új bicikliútért vagy meglátogathatnak egy állatmenhelyet. A PBL oktatási stratégia alkalmazható az OVEP során is, hiszen lehetővé teszi a résztvevők számára, hogy döntsenek arról, mire van közösségüknek szüksége, majd erre megoldásokat dolgozhatnak ki. A program során vegyük figyelembe a diákok kéréseit; a projekt alapelvei legyenek összhangban az olimpiai nevelés elveivel, valamint a résztvevők érdekeivel és fejlődésével.
Segítő véleményezés (No-stakes peer review strategy)	A segítő véleményezés egy olyan oktatási stratégia, ahol a résztvevők meghallgatják egymás ötleteit vagy véleményét, minden ítélet és értékelés nélkül, majd javaslatokat tesznek a munka további folytatására és irányára. Azért segítő véleményezés, mert a tanulmányok előmozdítására szolgál, nem értékelésére. Célja a már meglévő ötletek továbbfejlesztése és további megoldások keresése. A társak véleménye azért hasznos, mert a fiatalok gyakorolják, hogy hogyan hallgassák meg egymás véleményét, illetve hogyan fogadják a saját munkájukról szóló kritikát. A fiatalok végiggondolják a hallottakat, majd eldöntik, hogy mit fognak belőle felhasználni, és miért azt. A segítő véleményezés arra bátorítja a tanulókat, hogy tanulmányaikra összpontosítsanak és fejlesszék aktuális munkájukat, ahelyett, hogy azzal foglalkoznának, hogy mi a jó és a rossz benne.
Világkávézó (World café)	A világkávézó (World café) arra jó, hogy egy nagyobb létszámú csoport tagjai kisebb csoportokban vitassanak meg különböző kérdéseket. A kisebb csoportok általában négy- vagy ötfősek. A kisebb csoportokban a résztvevők körbeülnek, hogy megteremtsék egy képzeletbeli kávézó hangulatát. Egy idő után a résztvevők egy másik csoporthoz csatlakoznak, hogy tovább beszélgessenek, vagy új témákban vegyenek részt. A World café lehetőséget ad arra, hogy a tanulók megismerjék azt, hogy mások mit gondolnak, illetve hogy megvitassák ötleteiket és magabiztosan osszák meg gondolataikat egymással. A moderátorok indítják a beszélgetést kérdések feltevésével, és jelzik, amikor ideje a résztvevőknek egy új csoporthoz csatlakozni, vagy újabb kérdéseket is felvethetnek.

A fizikailag aktív OVEP megtervezése

A következő táblázat hasznos tippeket és segítséget ad a fizikailag aktív OVEP tervezéséhez, kivitelezéséhez és kiértékeléséhez.

Szakasz	Célok
A program megtervezése	• Meghatározni a potenciális résztvevők csoportját, specifikus szükségleteit és igényeit. • Megpróbálni minél több (előzetes) információt szerezni a résztvevőkről a megfelelő tervezés érdekében. • Megpróbálni kideríteni, hogy milyen témák fontosak a közösség – és azon belül az egyének – számára. • Meghatározni, hogy milyen források állnak rendelkezésre, hogy biztosítsuk a fenntarthatóságot. • Képezni magunkat és bővíteni a módszertani repertoárunkat a program sikere érdekében. • Meghatározni a program menetét, az oktató(k) személyét és a helyszínt. • Meghatározni a költségvetést és az anyagi források biztosítását (céges partnerek, ösztöndíj). • Meghatározni, hogy milyen partnerektől kaphatunk segítséget (például biztosítsunk érdekképviselőt a kisebbségi csoportok számára, vagy fordítást és tolmácsolást a nyelvi akadályok leküzdéséhez), hogy növeljük a résztvevők körét. • Beszerezni a szülő vagy gondviselő engedélyét a fiatalkorú résztvevők számára, figyelembe véve minden helyi szabályt, rendelkezést. • Megtervezni a fizikailag aktív órákat az OVEP témái alapján. • Meghatározni az eszközigényt. • Meghatározni, hogy egy tanóra hány perces legyen és ennek megfelelően összeállítani az órarendet. • Képezni az oktatókat, hogy alkalmazni tudják a fizikailag aktív OVEP-et.

Szakasz	Célok
A program bevezetése	• Megvalósítani a programot. • Ellenőrizni és elemezni az értékeléseket, hogy megfelelő instrukciókat adjunk. • Kialakítani egy megfigyelési rendszert, és elemezni az eredményeket a program folyamatos fejlesztése érdekében. • Bevezetni, motiválni és ellenőrizni a megfelelő pedagógiai gyakorlatot.
A program kiértékelése	• Azonosítani a program rövid-, közép- és hosszútávú céljait és az elérni kívánt eredményt. • Kiválasztani az értékelési és kiértékelési formákat, amelyek segítségével követni tudjuk az eredményeket. • Ellenőrizni és elemezni a résztvevők értékeléseit. • Ellenőrizni és elemezni az oktatók értékeléseit. • Ellenőrizni és elemezni a gondviselők/szülők értékeléseit. • Végrehajtani a programon a szükséges és megvalósítható változtatásokat.



Az OVEP és a tantárgyak kapcsolata

Tevékenység/feladat	Olimpiai nevelési témák	Iskolai tantárgyak	Oktatási módszerek és tanulói képességek
1 Pierre de Coubertin báró és az olimpiai mozgalom	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play	Művészet, dráma, társadalomtudományok	Szerepjáték, vizsgálat, színház, megbeszélés
2 Az olimpiai szimbólum	Egymás iránti tisztelet, kiválóságra törekvés	Művészet, történelem, társadalomtudományok	Megbeszélés, vizsgálat
3 A zászlófelvonás	Egymás iránti tisztelet	Művészet, történelem, földrajz, társadalomtudományok	Megbeszélés, vizsgálat
4 Az olimpiai mottó: Citius, Altius, Fortius	Kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, az erőfeszítés öröme	Testnevelés, írás-olvasás, földrajz, társadalomtudományok	Megbeszélés, vizsgálat
5 Fellobbantani a szellemiséget: az olimpiai láng	Egymás iránti tisztelet	Testnevelés, írás-olvasás, földrajz, matematika	Irányított vizsgálat, kölcsönös megosztás
6 Az olimpiai játékok nyitőünnepsége	Kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, fair play	Dráma, művészet, zene	Irányított vizsgálat, szerepjáték, színház
7 Az olimpiai játékok záróünnepsége	Kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, fair play	Írás-olvasás, dráma, művészet	Vizsgálat, szókratészi kérdésfeltevés
8 Az olimpiai eskü	Fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Írás-olvasás, dráma, művészet	Szókratészi kérdésfeltevés
9 Az olimpiai béke	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play	Írás-olvasás, dráma, művészet	Kölcsönös megosztás, kerekasztal
10 Béke és az olimpiai játékok	Egymás iránti tisztelet, fair play	Írás-olvasás, dráma, művészet	Kölcsönös megosztás, kerekasztal
11 A Béke és Örökség Játékok	Egymás iránti tisztelet, fair play, barátság, az erőfeszítés öröme	Írás-olvasás, dráma, művészet	Kölcsönös megosztás, kerekasztal
12 Sport és művészet az ókori Görögországban	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés	Művészet, földrajz, társadalomtudományok	Irányított vizsgálat
13 Sport és művészet az újkori olimpiákon	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés	Művészet, földrajz, társadalomtudományok	Irányított vizsgálat
14 Logók és kabalafigurák	Harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Művészet, írás-olvasás	Irodalmi körök

Tevékenység/feladat	Olimpiai nevelési témák	Iskolai tantárgyak	Oktatási módszerek és tanulói képességek
15 Az Olimpiai Múzeum	Az erőfeszítés öröme, harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet	Művészet, társadalomtudományok, dráma, zene	Kreativitás, együttműködés, problémamegoldás
16 Az olimpia sportprogramja	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Művészet, üzleti tanulmányok, dráma, zene	Vizsgálat, együttműködés
17 Az ifjúsági olimpia	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Művészet, üzleti tanulmányok, dráma, zene	Vizsgálat, együttműködés
18 Határok nélkül: nők a sportban	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Művészet, dráma	Szerepjáték, színház, kreativitás
19 A paralimpia: „lélek a mozgásban”	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Testnevelés	Szerepjáték, vizsgálat
20 Az olimpiai játékok rendezése	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Írás-olvasás, üzleti tanulmányok, művészet, zene, dráma	Vizsgálat, kreativitás
21 Az olimpiai falu	Egymás iránti tisztelet, kiválóságra törekvés, fair play	Társadalomtudományok, természettudományok, biológia, művészet	Kreativitás, problémamegoldás
22 Fenntartható fejlődés az olimpiai játékok segítségével	Harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet	Társadalomtudományok, természettudományok, biológia, művészet	Kreativitás, problémamegoldás
23 Megfelelni az olimpiai játékok kihívásainak	Harmonikus test, szellem és lélek, kiválóságra törekvés, fair play, egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme	Művészet, dráma, technika és életvitel, társadalomtudományok	Szerepjáték, megbeszélés
24 Megélni az erőfeszítés örömét a sporton és a fizikai aktivitáson keresztül	Az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés, fair play, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet	Testnevelés	Problémamegoldás, kreativitás, együttműködés
25 Az emberiség ünnepe: történetek az olimpiai játékokról	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play, kiválóságra törekvés, az erőfeszítés öröme	Társadalomtudományok	Megbeszélés, szerepjáték, kölcsönös megosztás
26 Élet/mindennapok a fair play szellemében	Fair play, egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek	Művészet, dráma, technika és életvitel, társadalomtudományok	Szerepjáték, megbeszélés
27 A magunk és mások iránti tisztelet gyakorlását	Egymás iránti tisztelet	Művészet, írás-olvasás	Irodalmi körök, megbeszélés
28 Jogaim = felelősségeim	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play	Technika és életvitel, társadalomtudományok	Vizsgálat, gondolkodási készség
29 Nehéz döntések	Egymás iránti tisztelet, harmonikus test, szellem és lélek, fair play	Technika és életvitel, dráma	Szerepjáték, megbeszélés, problémamegoldás
30 Hogyan hozzam ki magamból a legjobbat?	Kiválóságra törekvés, harmonikus test, szellem és lélek	Írás-olvasás	Napló, reflektív napló, kölcsönös megosztás
31 Kitartás és az olimpiai játékok	Kiválóságra törekvés, az erőfeszítés öröme, egymás iránti tisztelet	Testnevelés	Megbeszélés, kreativitás, példaképállítás, problémamegoldás
32 Reziliencia és az olimpiai játékok	Egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme, fair play	Társadalomtudományok	Vizsgálat, kreativitás
33 Bátorság az olimpiai játékokon	Egymás iránti tisztelet, az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés	Társadalomtudományok	Megbeszélés, vizsgálat, kölcsönös megosztás
34 Aktív, egészséges, kiegyensúlyozott élet	Az erőfeszítés öröme, kiválóságra törekvés, fair play, harmonikus test, szellem és lélek, egymás iránti tisztelet	Testnevelés	Problémamegoldás, kreativitás, együttműködés

További pedagógiai témájú források és olvasmányok

Minden alább felsorolt információ a megjelenés pillanatában valós és a változások előzetes jelzés nélkül történhetnek.

Oktatási módszerek

<https://www.teachervision.com/teaching-methods/resource/5810.html>

<http://teaching.unc.edu/learning-resources/articles-books/best-practice/instructional-methods/150-teaching-methods>

Differenciálás az osztályteremben

<http://www.ascd.org/research-a-topic/differentiated-instruction-resources.aspx>

Stratégiák a különböző tanulók számára

<https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/treatments-approaches/educational-strategies/accommodations-and-modifications-how-theyre-different>

Beosztás, ütemezés és osztálytermi utasítások

<http://www.edutopia.org/blog/instructional-pacing-tips-rebecca-alber>

Hogyan használjuk a tevékenység táblát?

http://www.alexiscullerton.com/uploads/2/4/7/2/24729748/choice_boards_packet.pdf

Tematikus oktatás

<http://www.funderstanding.com/educators/thematic-instruction/>

Konstruktivizmus az osztályteremben

<http://www.education.com/reference/article/constructivism/>

Óratervezés

http://www.crlt.umich.edu/gsis/p2_5

Stratégiák a hatékony óratervezéshez

<https://www.tes.co.uk/teaching-resource/lesson-design-and-planning-6074051>

Speciális oktatási módszerek

<http://www.celt.iastate.edu/teaching-resources/course-planning/specific-approaches/>

Inklúzió és sokszínűség az oktatásban

<https://www.sportscoachuk.org/coaches/resource-bank/inclusion-and-diversity-coaching>

Inklúzió

http://www.swimming.org.au/article.php?group_id=6699



További források

- *Sport for Development: What role can sport play in sustained social change?* video, Magic Bus, 2013. [01/Advocacy](#).
- *Play Academy: Resources for Teachers* webpage, Right To Play International. [02/Good Practices & 03/Manuals](#).
- *International Inspiration* webpage, International Inspiration. [02/Good Practices](#).
- *"Kolb's Learning Styles"* diagram, www.businessballs.com. [03/Links](#).
- *Olympic Ambassador Programme* webpage, The New Zealand Olympic Committee, 2016. [00/Activity Sheets](#).

Szójegyzék

Az alábbi fogalmak listája a tudás bővítésére szolgál, de nem mindet magyaráztuk ebben a kiadványban.

Állampolgári tudatosság	Lényege, hogy megértsük a (helyi és globális) közösséghez tartozás fogalmát a társadalmi felelősségvállalás megvalósulása érdekében.
Állványozás	Ezen technika esetén az oktató kisebb, könnyebben kezelhető részekre bontja a feladatot és támogatja a tanulót, amíg készen nem áll összetettebb feladatokra.
Autentikus értékelés	Az értékelés valós feladathelyzetben vagy szituációban átfogó módon zajlik (például játék, tánckoreográfia vagy előadás közben – ahelyett, hogy az egyes képességek szintjét külön-külön értékelnénk).
Belépőkártya	Egy óra vagy foglalkozás kezdetekor a diákok leírják egy kártyára a témával kapcsolatos kérdéseiket. Pontosabban azt, hogy mit tudnak, és mit szeretnének még tudni; és erre az óra során mind az oktató, mind a diák hivatkozhat. Ezek emlékeztetőként használhatók, hogy milyen kérdéseket kell megválaszolni.
Blogok	Azok a diákok, akik internet hozzáféréssel rendelkeznek, írhatnak az OVEP foglalkozások során szerzett tapasztalataikról, majd feltölthetik az internetre. A blog olyan, mint egy napló, és bármilyen stílusban megírható, ami a célnak megfelel. Az író választhat, hogy mi a célja az írással: szeretne meggyőzni valakit, szeretné a véleményét kifejezni vagy más sikere előtt tisztelegni. Bármelyik lehet ezek közül. Egyes blogokat egy meghatározott követő közönség számára írnak, másokat pusztán a személyes vélemény kifejezésére. Számos bloggal kapcsolatos információ található az interneten, melyek a keresőkben könnyen fellelhetők.
Chatsobák	Számos OVEP tevékenységet arra terveztek, hogy ösztönözze és gondolkodásra készítse a diákokat. A chatsobák kiváló lehetőséget teremtenek a világ más tájain élő diákokkal való kapcsolatteremtésre. A chatsobák oktatási felhasználása, bár tele van lehetőségekkel, csak felügyelet mellett kivitelezhető, nehogy oda nem illő tartalom kerüljön közlésre. Az oktatóknak érdemes informatikában jártas szakemberekkel előzetesen egyeztetni.
Differenciálás	Az oktató minden diák számára egy egyedi tanulási tervet készít. Lehet, hogy bizonyos változókat a tanulás során módosítani kell: a tartalmat, a tanulás ütemét, az elvárt célokat (például készség szerint vagy érdeklődés szerint rendezni őket).

Digitális tanulás	Azok a diákok, akiknek van hozzáférésük az információs és kommunikációs technológiákhoz (Information and Communication Technologies = ICT), rendkívül kreatív módon használhatják ezeket számos OVEP foglalkozás során. Megoszthatják gondolataikat videokonferencián, podcastokon keresztül, chatszobákban vagy a közösségi médiában.
Dráma	Az olimpiai játékok mellett az ókori görögök legnagyobb hagyatéka. A dramatizálás egy hatékony módja a gondolatébresztésnek, ötletek megosztásának és egy korábbi kérdés új megvilágításba helyezésének. A drámapedagógiát gyakran használjuk az OVEP alkalmazása során, amikor életre keltjük az olimpizmus egyes témáit és így a diákok szórakoztató módon azonosulhatnak a különböző témákkal.
Egymástól való tanulás	A kutatások újra és újra bizonyították, hogyha a diákok egymást tanítják, az elősegíti a tanulási folyamat sikerét, mind a diák, mind a tanár számára. Ez különösen fontos azon diákok számára, akiknek nehézséget okoz a tananyag. Azzal, hogy egy osztálytárs segít nekik a tanulásban, mind a tananyaghoz, mind az osztálytársakhoz másképpen viszonyulnak majd.
Együttműködés	Ez a 21. század egyik legfontosabb tanulási képessége és fontos eleme az OVEP foglalkozásoknak is. A diákokat arra kell sarkallni, hogy ne pusztán „jelen legyenek”, hanem érdeklődjenek és értékeljék mások ötleteit a közös munka során.
Elhelyezés	Az oktató ugyanazt tanítja minden diák számára és ugyanazt az eredményt is várja el tőlük, de több időt ad azoknak, akik ezt igénylik, vagy esetleg más eszközt, amivel ismertethetik a tanultakat.
Ellenőrzés és értékelés	Egy program ellenőrzése folyamatos tevékenység, része a résztvevőkkel, családjukkal és oktatókkal való kapcsolattartásnak. A visszajelzések segítségével a program folyamatosan fejleszthető. Az értékelés átfogó (mennyiségi, minőségi) annak érdekében, hogy el lehessen dönteni, a program elérte-e a kívánt eredményt/célt, és erről visszajelzést is ad a résztvevőknek.
Értékeken alapuló oktatás	Ez a megközelítés az értékek közvetítése segítségével készíti fel az életre a gyerekeket és a fiatalokat.
Értékelés	Az a folyamat, amely során információkat gyűjtünk egy óra vagy feladat alatt azzal a céllal, hogy ezt az információt a jövőben is felhasználhassuk.
Esettanulmány	A diákok készíthetnek egy részletes tanulmányt az OVEP valamelyik témájáról. Ennek a bemutatására szánt módszert – figyelve az egyéni igényekre – a diákoknak kell eldönteni.
Feladatkártyák	Az oktatók az OVEP feladatokat vagy azok instrukcióit kártyákra írják. Ezeket a kártyákat a tanulók csoportos munka során is használhatják, általában kérdések vagy magyarázatok szerepelnek rajta.
Fogalomtérkép	Ez a technika arra kéri a tanulókat, hogy találjanak kapcsolatot egy témához kapcsolódó fogalmak között, majd fejezzék ki vizuálisan. Példa: az olimpizmus kapcsolódik az OVEP témájához, ami összefügg az erőfeszítés örömeivel, ami összefügg a sportolással. Ez a gondolkodási stratégia segíti a diákokat abban, hogy nagy mennyiségű információt kategorizáljanak, amik utána elemezhetők (vagy bármilyen más módon felhasználhatók a feladat/projekt igényei szerint).
Fordított osztályterem	Ennél a módszernél a tanulók előre megkapják az óra anyagát. Amikor megérkeznek a tanterembe, megbeszélik a tartalmat, feladatokat kapnak, amelyek elmélyítik a tudásukat, tesztet írnak, vagy segítséget kapnak a nehezebb témáknál.
Formatív értékelés	Az értékelés folyamatos, melynek célja a további iránymutatás. A formatív értékelés lehet informális (pl.: mutasd a hüvelykujjad felfelé, ha érted; lefelé, ha nem) vagy formális (papírra leírt majd beadott vélemény).

Fórum színház	Az ókori görögök egyik legnagyobb öröksége – az olimpiai játékok mellett – a dráma. Ezt egy olyan médiumnak tartották, ami gondolatokat ébreszt, eszméket oszt meg és új témákra irányítja rá a figyelmet. Az OVEP is használja a drámát, hogy életre keltse az olimpizmus egyes témáit és szórakoztató módon tudjanak a diákok a témával azonosulni.
Gondolkodási képességek	Az OVEP foglalkozásai arra készítetik a diákokat, hogy gondolják végig elképzeléseiket az adott témáról. Ezért az OVEP foglalkozások feladatai olyan gondolkodási képességeket fejlesztenek, mint pl. az elemzés, az önreflexió, a szintézis és a véleményalkotás.
Gondolkodás-kapcsolódás-kihívás-kifejezés	Az oktató irányítja a diákokat, miközben körbejárnak egy problémát és a diákok számára összefüggéseket mutat be, mielőtt új gondolatokra sarkallja őket, akik végül ezt az új tudásuk fényében kifejezik.
Ifjúság Fejlesztése Program (PYD)	Az amerikai PYD paradigma olyan megközelítés, amely megkísérli támogatni az ifjúság integrációját a létező társadalmi struktúrába. Segít abban, hogy a fiatalok megszerezzék az egészséges életvitelhez szükséges kompetenciákat.
Irányított olvasás/ megbeszélés/ gondolkodás/írás	Az oktató használhatja az OVEP kiegészítő forrásait – cikkek, könyvek, blogok, weboldalak – arra, hogy a diákok elmélyülhessenek egy témában. Az irányított olvasás során az oktató megkérheti a diákokat, hogy találgassanak (Mit gondolsz, mit fog történni, ha...?); ötleteivel iránymutatást adhat a diákoknak, segíthet nekik összehasonlítani, hasonlóságokat találni, vagy észrevenni a különbségeket.
Irodalmi körök	Ez egy kiváló módja annak, hogy összegyűjtsük a diákok ötleteit az OVEP során. A diákokat csoportokba osztjuk (vagy saját maguk választanak csoport tagokat). Kapnak egy szöveget, amit elolvasnak, majd megvitatnak. Utána a nagyobb csoportnak visszajeleznek az elhangzottakról. Ez a módszer alkalmazható könyvek vagy rövidebb írások tanulmányozására.
Játék utáni elemzés	Az Alapismeretek az OVEP-hez kiadványban található kérdések az egyes játékok után arra szolgálnak, hogy a résztvevők kritikusan és magas szinten gondolják végig a tanultakat.
Kerekasztal	A módszer alkalmazása során az oktató leír egy kérdést (vagy kérdéseket) egy papírra. A diákok leírják válaszaikat/megjegyzéseiket, majd a csoport következő tagjának adják át a papírt. Ez a módszer hasznos az ötletek összegyűjtése során, de arra is szolgál, hogy az oktató tájékozódjon a diákok tudásának szintjéről vagy a megértés szintjéről.
Kérdés-felelet	Ez a módszer az oktató képességeire épít, hogy olyan kérdéseket tegyen fel a diákoknak, amelyekkel felméri meglévő tudásukat; majd a válaszok alapján olyankérdéseket tegyen fel nekik, melyek elgondolkodtatóak és megválaszolásuk kihívást jelent számukra. Ez a megközelítés lehetőséget biztosít a diákoknak arra, hogy feltételezéseket és érveket fogalmazzanak meg, amelyeket a tanár aztán újabb kérdésekkel tesztelhet.
Kilépőkártya	A belépőkártya párja a kilépőkártya. Az óra vagy foglalkozás végeztével a diákok leírják, hogy mit tanultak, milyen témákat szeretnének még jobban megismerni, vagy bármilyen egyéb kérdést és nehézséget, ami felmerült.
Kirakós-tanulás	Ez esetben a diákokat csoportokra osztjuk, hogy különböző témákat tanulmányozzanak. Ezután összegyűlnek, megosztják a gondolataikat és közös megoldást keresnek. Ez fontos módszer az együttműködés elősegítésére. Ha a kirakós egy darabja nem megfelelő (például az egyik diák uralja a többit) – mint egy kirakós játékban –, az egész nem fog működni. Minden darabnak a helyére kell kerülnie.

Kommunikációs képességek	Az OVEP számos foglalkozása segíti a kommunikációs képességek fejlesztését. Írás során a diákok lehetőséget kapnak arra, hogy kreatívan fejezzék ki magukat mesélés, cikkírás és interjúk által. Fejleszthetik önkifejezésüket előadással, drámával és szavalással (pl. monológok, párbeszéd). Az OVEP minden tanulót és a témával kapcsolatos ötleteiket is értékeli, bármilyen legyen is az. A javasolt oktatási módszerek elősegítik az esélyegyenlőséget a vitafórumokon és megbeszéléseken.
Konstruktivizmus	Ez egy nevelési filozófia, ami azt vallja, hogy a diákok akkor tanulnak a legjobban, ha „csinálják” és megtapasztalják, amit tanulnak, szemben azzal, hogy passzív módon kapják a tudásanyagot. Az OVEP számos foglalkozását arra tervezték, hogy a diákok fejlesszék gondolkodásukat és megértésüket a konstruktivizmus jegyében, szemben azzal, hogy csupán ülnek a tanteremben és hallgatják az előadást.
Kölcsönös megosztás	A diákok körben ülnek és kapnak egy problémát, hogy azon dolgozzanak. A körben mindenki a problémával foglalkozik, amely általában nyílt végű, sok kérdést felvető probléma. Valaki leírja minden egyes résztvevő ötletét, majd összegzik az elhangzottakat és a válaszok alapján folytatják a beszélgetést.
Körhinta-módszer	Ez egy ötletelő foglalkozás. Az oktató feltesz egy kérdést – amelynek lehet több része is – és azt leírja több papírra, majd felragasztja a falra. A diákok papírról papírra járnak. Végiggondolják a feltett kérdéseket, leírják a válaszaikat, majd folytatják a következő papírral. Végül a papírokat leveszik, és a válaszokat összegzik. A körhinta-módszer feleleveníti a diákok korábbi ismereteit, illetve új kérdések feltevésére sarkall. Ez lehetővé teszi, hogy a kevésbé beszédes tanulók is hozzájáruljanak ötleteikkel az eredményhez.
Közösségépítés	Az a folyamat, amely során a csoport tagjai összegyűlnek, megismerik és megértik egymást, és mindenki kifejtetheti a véleményét. A közösség építése már a program vagy kurzus elején szükséges, és érdemes rendszeressé tenni.
Kreativitás	Ez az egyik legfontosabb 21. századi tanulási készség. A diákokat arra bátorítjuk, hogy merjenek önállóan gondolkodni különböző témákról és merjék elmondani a véleményüket.
Kritikus gondolkodás	Egyetlen képesség helyett a kritikus gondolkodás a gondolati műveletek összetett folyamatából áll: információ elemzése, személyes tudás feldolgozása és véleményformálás az új információról. Ez fontos készség az OVEP-ben, mert segíti a diákok gondolkodását, ahelyett, hogy az információt készen kapják az oktatótól.
Lehorgonyzás	Egyes tanulók gyorsan elvégzik a feladatot. Az oktató ez esetben további kiegészítő feladatokat adhat számukra, amik kapcsolódnak az osztály többi részére kiosztott feladatokhoz.
Metakogníció	Ez egy olyan technika, amely során a diákokat arra bátorítják, hogy elemezzék a gondolkodásmenetüket: Mit jelent ez számukra? A gondolkodásuk sablonos vagy mély? Újabb kérdésekhez vezet a jobb megértés érdekében? Ez a módszer a haladóknak ajánlott és nem azok számára, akik még csak „egymás után” tudnak gondolkodni (kisgyermek).
Módosítás	Az oktató a diák képességeihez igazítja a tartalmat.
Napló	A diákokat bátorítani kell arra, hogy az OVEP-ben való részvétel során vezessenek naplót. Ezzel megőrzik gondolataikat és alakíthatják a témával kapcsolatos véleményüket. Ezek a diák személyiségfejlődésének hasznos dokumentumai lehetnek.
Olimpiai értékek	A három alap olimpiai érték: kiválóság, tisztelet és barátság.
Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) oktatója	Az a személy, aki a diákok számára fizikailag aktív OVEP foglalkozásokat tart.

Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Program (OVEP) témák	Az öt olimpiai nevelési téma: az erőfeszítés öröme, a fair play, az egymás iránti tisztelet, a kiválóságra törekvés és a harmonikus test, szellem és lélek.
Olimpizmus	Az olimpizmus az olimpiai értékeken alapuló életfilozófia, amely az olimpiai mozgalmából ered.
Portfólió	A portfólió egy adatbázis a diák számára. Ez lehet egy fizikai dokumentum – egy irattartó, vagy egy digitális doboz, amiben különböző anyagokat tárolhat. A diák összegyűjti az anyagokat, amik a tanulási folyamatát mutatják meg: hogyan fejlődött, milyen területeken volt erős és miben gyenge.
Prezi/PowerPoint	Számos digitális eszköz vehető igénybe, hogy minél érdekesebben tudjuk az OVEP során tanultakat bemutatni.
Problémamegoldás	Az a képesség, hogy megoldást találjunk különböző helyzetekben. Néhány megoldás jobb egy adott problémára, mint egy másik; és a fiataloknak kritikusan kell gondolkodni és együttműködni egymással az ideális megoldás megtalálásához.
Program kiértékelése	Az a folyamat, amely során információkat gyűjtünk a programról a befejezését követően. Célja, hogy felmérjük a program hatékonyságát és megvizsgáljuk, hogy elérte-e a kitűzött célokat.
Projekt alapú tanulás (Project-based learning = PBL)	A diákokat bátorítani kell arra, hogy válasszanak egy kérdéskört, ami segíti majd őket a projekt teljes időtartama alatt. Az OVEP és a PBL jó párosítás, mert így a diákok kiválaszthatnak egy vagy több nevelési témát és aztán azt az érdeklődésük szerint alakíthatják. A PBL lehetővé teszi, hogy elképzelésük szerint mutassák be, amit tanultak.
Reflektív napló	Arra szolgál, hogy a diákok leírják gondolataikat. Például: az oktató felteszi a kérdést: Meg tudja változtatni az OVEP egy diák személyiségét? Mivel a diákok részt vesznek az OVEP-ben, a naplóban válaszolnak majd a kérdésre.
Reflexió	Az elvégzett tevékenységekre való visszatekintés célja, hogy fejlesszük a foglalkozás vagy óra menetét, elért eredményeit.
Segítő véleményezés	A tanulási folyamat során a résztvevők meghallgatják egymás ötleteit vagy véleményét, minden ítélet és értékelés nélkül.
Személyre szabott tanulás	Ez a módszertan a 21. századi tanulási képességeken alapszik (kreativitás, együttműködés, kommunikációs képességek, problémamegoldás) és lehetővé teszi a diákok számára, hogy megtervezzék a saját tanulási folyamatukat érdeklődésük és preferált tanulási stílusuk szerint. A diákok eldönthetik, hogyan tanulnak, tehát személyre szabják azt.
Szerepjáték	A diákok különböző személyekről olvasnak egy adott olimpiai történetben, majd előadják az olvasottakat. Feltehetnek és megvitathatnak kérdéseket is.
Szókratészi kérdésfeltevés	Ez egy ókori módszer, amit a görög filozófus Szókratész tanításai ihlettek. Az oktató arra sarkallja a diákokat, hogy újra és újra átgondolják álláspontjukat és megvédjék véleményüket.
Szummatív értékelés	Az összegző értékelésre a feladat vagy a program végén kerül sor. Célja, hogy megállapítsa: fejlődött-e a tanuló a kívánt készségterületen; elérte-e a kitűzött tanulási célokat; van-e szüksége további segítségre.
Tanulási állomások	Az oktató létrehoz egy sor állomást, ahol az óra témájához kapcsolódó feladatok várják a diákokat. Az oktató megengedheti a diákoknak, hogy önállóan haladjanak állomásról állomásra, vagy ő maga irányíthatja őket.

Tapasztalati tanulás	A gyakorlati tanítás elve alapján az óra hatása akkor a legjobb, ha a diákok aktívak. A Feladatlapok 19. témája (A paralimpia: „lélek a mozgásban”) a legjobb példa erre: úgy lehet a feladatot végrehajtani, ha csináljuk, és nem csupán beszélünk róla.
Tevékenységválasztó	Az oktató tanulási lehetőségeket ír fel a táblára, amelyek kapcsolódnak az óra témájához. A diákok kiválasztják, hogy melyik a legalkalmasabb módszer számukra, ami megfelel tanulási stílusuknak és érdeklődésüknek. Ez lehetőséget biztosít a diákoknak arra, hogy kiválasszák, hogyan ismertetik a tanultakat.
Tömörítés	Az oktató az előzetes értékelés adatai alapján határozza meg, hogy a diáknak kell-e egy adott témával foglalkoznia. Ha a tanuló már korábban elsajátította azt, tovább haladhat másik, nagyobb kihívást jelentő feladatra.
Történetmesélés	Ez az oktatási stratégia kiváló arra, hogy egy témát vagy fogalmat megismertessünk a diákokkal.
Visszafelé dolgozás	Ez egy egyedi tanítási módszer, amely során a diákok a feladat végeredményére koncentrálnak, majd visszafelé kezdik meg a munkát. A diákoknak ezután kell meghatározni az eredményhez vezető lépéseket.
Vitaforum	Kiválasztanak egy moderátort (egy diákot vagy tanárt), hogy kérdéseket tegyen fel egy csoportnak (diákoknak vagy szakembereknek). A résztvevők válaszadásának módja különböző lehet. A moderátor címezheti a kérdést egy konkrét résztvevőnek vagy mindenkinek. Egy előre meghatározott válaszidő után (megszakítás nélkül) a többi résztvevő reagálhat a felvetésre.
Vitaképességek	Számos képességet fejleszthetünk a vita, mint pedagógiai stratégia segítségével. Többek között a következő képességek fejlődnek a vita során: verbális kommunikáció, odafigyelés, kritikus gondolkodás és önbizalom.
Vizsgálat	Ez lehet egyéni vagy csoportos feladat, ami arra bátorítja a diákokat, hogy önállóan legyenek a tudás feltárásában és értelmezésében. Ennek több módja is lehet: Irányított vizsgálat – A tanár feltesz egy kérdést, ezután a diákok kiválasztják a kutatás módszerét és beszámolnak az eredményről. Strukturált vizsgálat – A tanár felvet egy témát előre meghatározott pedagógiai céllal. Ennek a módszernek a lényege, hogy fejlessze a tanulók elemző és önelemző gondolkodását. Nyílt végű vizsgálat – A diákok saját maguk választják ki a kérdést, a kutatás módját és az eredményeik bemutatásának formáját.
Vlogok	A diákok technikai ismeretei számtalan egyedi módot biztosítanak arra, hogy bemutassák, mit tanultak. A vlogok a blogok videós változatai. A diákok rögzíthetnek interjúkat egymással, vagy egy monológot, amit aztán feltölthetnek az internetre. Ebben nagy lehetőség van a diákok számára.

Az OVEP kiadványai

- *Alapismerek az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz: Egy mozgás alapú program* ([The Fundamentals of Olympic Values Education: A Sports-Based Programme](#))
- *Kézikönyv az Olimpiai Értékek Oktatási és Nevelési Programhoz: Gyakorlati útmutató az olimpiai értékeken alapuló oktatáshoz* ([Delivering OVEP PLAYbook: A Practical Guide to Olympic Values Education.](#))
- *Feladatlapok: Feladatok az olimpiai nevelés oktatásához* ([Activity Sheets: Exercises to Support Olympic Values Education](#))
- *Forráskönyvtár* ([The Resource Library](#))
- *Olympic Adventure platform, International Olympic Committee (IOC).* [03/Links.](#)

Források és hivatkozások

"African Traditional And Oral Literature As Pedagogical Tools In Content Area Classrooms K-12" by Asimeng-Boahene, L. and Baffoe, M., Information Age Publishing, 2014.

"Creating and Sustaining the Constructivist Classroom" by Marlowe, B. A. and Page, M. L., Corwin Press, 2005.

"Different Speeds & Different Needs: How to Teach Sports to Every Kid" by Barber, G., Paul Brookes Publishing, 2010.

"Making Differentiation a Habit: How to Ensure Success in Academically Diverse Classrooms" by Heacox, D., Free Spirit Publishing, 2009.

"Project Based Learning (PBL) Starter Kit" by Larmer, J., Ross, D. and Mergendollar, J. R., Unicorn Printing, 2009.

"Physical Education Methods for Elementary Teachers" by Thomas, K., Lee, A. M. and Thomas, J. R., 3rd Edition, Human Kinetics, 2008.

"Qualities of Effective Teachers" 2nd Edition, by Stronge, J. H., ASCD, 2007.

"The Differentiated Classroom: Responding to the Needs of All Learners" 2nd Edition, by Tomlinson, C. A., ASCD.

"Invitations to Learn" by Tomlinson, C. A., Educational Leadership, September, 2002 60 (1) 6–10.

7. fejezet

1. ARMOUR Kathleen, SANDFORD Rachel and DUNCOMBE Rebecca. 2013. "Positive youth development and physical activity/sport interventions: mechanisms leading to sustained impact." *Physical Education & Sport Pedagogy* 18, no. 3: 256–281.
2. BAILEY Richard. 2006. "Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes." *Journal Of School Health* no. 8: 397.
3. WEISS Maureen. 2011. "Teach the children well: a holistic approach to developing psychosocial and behavioral competencies through physical education." *Quest* (00336297) 63, no. 1: 55–65.
4. BAILEY Richard. 2006. "Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes." *Journal Of School Health* no. 8: 397.
5. WEISS Maureen. 2011. "Teach the children well: a holistic approach to developing psychosocial and behavioral competencies through physical education." *Quest* (00336297) 63, no. 1: 55–65.
6. GOUDAS M., DERMITZAKI I., LEONDARI A. and DANISH S. 2006. "The effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context." *European Journal Of Psychology Of Education – EJPE* (Instituto Superior De Psicologia Aplicada) 21, no. 4: 429–438.
7. DANISH S., FORNERIS T., HODGE K. and HEKE I. 2004. "Enhancing youth development through sport." *World Leisure Journal* 46, no. 3: 38–49.
8. LERNER Richard M., LERNER Jacqueline V., ALMERIGI Jason B., THEOKAS Christina, PHELPS Erin, GESTSDOTTIR Steinunn and VON EYE Alexander, et al. 2005. "Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: findings from the first wave of the 4-H Study of positive youth development." *Journal Of Early Adolescence* 25, no. 1: 17–71.
9. DANISH S. D. 2002. "Teaching life skills through sport." In *Paradoxes of Youth and Sport*, edited by GATZ M., MESSMER M. and BALL-ROKEACH ALBANY S. NY: State University of New York Press.
10. DOHERTY Jonathan. "Teaching styles in physical education and Mosston's Spectrum." <http://www.spectrumofteachingstyles.org/pdfs/literature/TeachingStyles%20inPEandMosstonsSpectrum.pdf> (accessed on August 1, 2016).
11. CHUNLEI Lu and STEELE Kyle. 2014. "Easy-play model: an inclusive approach to enjoyable sport participation." *Physical & Health Education Journal* 80, no. 1: 24–28.

12. STOLZ Steven and PILL Shane. 2014. "Teaching games and sport for understanding: Exploring and reconsidering its relevance in physical education." *European Physical Education Review* 20, no. 1: 36–71.
13. CHUNLEI Lu and STEELE Kyle. 2014. "Easy-play model: an inclusive approach to enjoyable sport participation." *Physical & Health Education Journal* 80, no. 1: 24–28.
14. CHEPKO Stevie and DOAN Robert. 2015. "Teaching for skill mastery." *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 86, no. 7: 9–13.
15. JENKINSON Kate. A., NAUGHTON Geraldine and BENSON Amanda C. 2014. "Peer-assisted learning in school physical education, sport and physical activity programmes: a systematic review." *Physical Education & Sport Pedagogy* 19, no. 3: 253–277.
16. GUTUSKEY Lila, MCCAUGHTRY Nate, SHEN Bo, CENTEIO Erin and GARN Alex. 2016. "The role and impact of student leadership on participants in a healthy eating and physical activity programme." *Health Education Journal* 75, no. 1: 27–37.
17. STANDAGE Martyn, DUDA Joan L. and NTOUMANIS Nikos. 2003. "A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions." *Journal of Educational Psychology* 95, no. 1: 97–110.
18. LORUSSO Jenna R., PAVLOVICH Stefanie M. and CHUNLEI Lu. 2013. "Developing student enjoyment in physical education." *Physical & Health Education Journal* 79, no. 2: 14–18.
19. CULP Brian. 2013. "Eliminating barriers to physical activity: using cultural negotiation and competence." *Strategies: A Journal For Physical And Sport Educators* 26, no. 3: 35–40.
20. DOMANGUE Elizabeth and CARSON Russell Lee. 2008. "Preparing culturally competent teachers: service-learning and physical education teacher education." *Journal of Teaching In Physical Education* 27, no. 3: 347–367.
21. RICHARDS Heraldo V., BROWN Ayanna F. and FORDE Timothy B. 2007. "Addressing Diversity in Schools: Culturally Responsive Pedagogy." *Teaching Exceptional Children* 39, no. 3: 64–68.
22. O'REILLY Ellen, TOMPKINS Joanne and GALLANT Margaret. 2001. "'They ought to enjoy physical activity, you know?': Struggling with Fun in physical education." *Sport, Education and Society* 6, no. 2: 211–221.
23. SLADE Dennis. 2013. "Adding value to physical education through an integrated approach." *Physical Educator – Journal Of Physical Education, New Zealand* 46, no. 1: 35–37.
24. HUMPHRIES Charlotte, BIDNER Sarah and EDWARDS Cheryl. 2011. "Integrated learning with physical education and music." *Clearing House* 84, no. 5: 174–179.

NEMZETKÖZI OLIMPIAI BIZOTTSÁG
KULTURÁLIS ÉS ÖRÖKSÉGVÉDELMI ALAPÍTVÁNY
LAUSANNE, SVÁJC

www.olympic.org/ovep

