



## LELKI EGÉSZSÉG ÉS SPORT SPECIÁLIS SPORTPROGRAMSZERVEZÉSI TOVÁBBKÉPZÉS

### A KÉPZÉSI PROGRAM CÉLJA:

A 30 órás továbbképzési program célja az, hogy a pedagógusok élményközpontú módszerek segítségével betekintést kapjanak az egészség, a lelki egészség, az aktív szabadidőeltöltés, valamint a szabadidős sport- és táborszervezés témakörének elméletébe és pedagógiai vonatkozású gyakorlatába.

Tudatában vagyunk annak, hogy ez az időkeret igen rövid, de bízunk abban, hogy az ismeretközvetítésre, figyelemfelkeltésre és sajátélményre épülő módszereink hasznosak lesznek a tématerülettel most ismerkedő pedagógusok számára, de tanulságos lehet azoknak is, akik ezzel a területtel már elmélyülten foglalkoznak.

### OKTATÁSI TÁRGYKÖRÖK:

#### 1) Lelki egészség modul (15 óra)

1. Az egészség lehetséges megközelítései, az egészség mint érték. Az egészség fejlesztése, egészségnevelés..
2. A szabadidő aktív eltöltése. Tevékenységek, igények, lehetőségek.
3. A lelki egészség fogalma, dimenziói és gyakorlati jelentősége.
4. A lelki egészség fejlesztésének közösségi, iskolai lehetőségei (módszerek, tapasztalatok)
5. A stressz fogalma, dimenziói és jelentősége. Eustressz és distressz.
6. A stresszel való megküzdés módjai. A megküzdés és a szabadidő aktív eltöltésének kapcsolata.

#### 2) Sport és speciális sportprogram szervezési modul (15 óra)

1. Szabadtéri játékok, sportprogramok lehetőségei. Népszerű tevékenységek ismertetése, szervezési követelményei.
2. Outdoor csapatépítő és fejlesztő játékok, programok.
3. Sportágválasztó rendezvények szervezési feladatai.
4. Táborszervezési feladatok és tapasztalatok különböző típusú túrákhoz.
5. Rekreációs lehetőségek vízi táborozás alatt. Vízi vetélkedő szervezési és lebonyolítási folyamata.

### KINEK AJÁNLJUK?

- A képzési program teljesítését elsősorban az aktív szabadidőeltöltés kultúrájának fejlesztésében rejlő pedagógiai lehetőségekre nyitott pedagógusok, óvodapedagógusok, gyógypedagógusok és szociális területen dolgozó pedagógus végzettségű szakemberek számára javasoljuk.
- A képzési program minden pedagógus végzettségű szakember számára nyitott. A program megkezdéséhez nem szükséges sporttudományi vagy testkulturális előképzettség.
- A képzésen való részvételt tanúsítvánnyal igazoljuk.

### IDŐPONT ÉS HELYSZÍN:

- **2015. november 6-7.** - F45 terem (6725 Szeged, Hattyas sor 10.)
- **2015. november 13-14.** F45 terem (6725 Szeged, Hattyas sor 10.)  
A képzés péntekenként 13.00-tól indul.

### JELENTKEZNI LEHET:

- **Dr. Lippai László** (e-mail: [lippail@jgypk.u-szeged.hu](mailto:lippail@jgypk.u-szeged.hu), Tel.: +36-62/546-255) és/vagy **Hajdúné Petrovszki Zita** (e-mail: [petrovszki@jgypk.szte.hu](mailto:petrovszki@jgypk.szte.hu) Tel.:+36-62/546-250)
- **Jelentkezési határidő:** 2015.11.04., 16.00