

Tóthné Dr. Kälbli Katalin

HIPE 2018

BUDAPEST
NOVEMBER 15-16.

Nemzetközi Testnevelési Konferencia
az Egészségfejlesztő Testmozgás fejlesztése érdekében

Inkluzív gyakorlat az iskolai
testnevelésben - fókuszban a
fittségértékelés

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A minőségi testnevelés pedagógiai alapelvei

(Csányi és Révész, 2015)

HIPE 2018 BUDAPEST
NOVEMBER 15-16.
Nemzetközi Testnevelési Konferencia
az Egészségfejlesztő Testmozgás Fejlesztése érdekében

A minőségi testnevelés:

- fejlettségközpontú,
- fejlődés- és tanulóközpontú,
- esélyegyenlőségre törekszik,
- **inkluzív** és interkulturális szemléletű,
- pozitív tanulási környezetben zajlik,
- egészség- és személyiségfejlesztés szemléletű,
- reflektív oktatási környezetben zajlik.

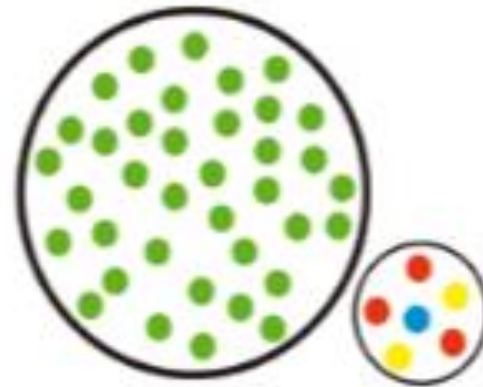




Oktatási formák lehetséges változatai



exklúzió



szegregáció



integráció



HIPE 2018 BUDAPEST
NOVEMBER 15-16.

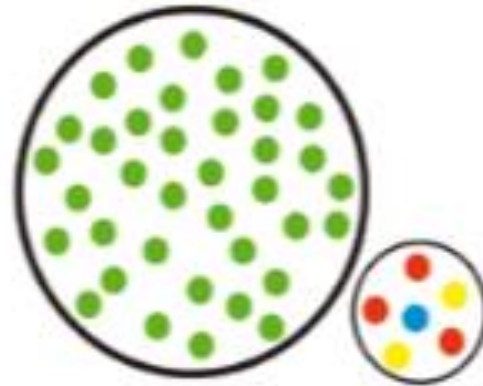
Nemzetközi Testnevelési Konferencia
az Egészségfejlesztő Testmozgás fejlesztése érdekében



Oktatási formák lehetséges változatai



exklúzió



szegregáció



integráció



inklúzió

Mit jelent az inkluzív testnevelés?



Az inklúzió **minden egyén számára**,
képeiségeitől függetlenül lehetővé
teszi, hogy **egyénnre szabott**
támogatással, társaival **azonos**
körülmények között **vehessen részt** a
testnevelés-foglalkozásokon.

/Valkova és mtsai., 2006/

Oktatásszervezési megoldások az inkluzív testnevelésben - Inklúziós spektrum

(Valkova és mtsai., 2006)



Oktatásszervezési megoldások az inkluzív testnevelésben - Inklúziós spektrum

(Valkova és mtsai., 2006)

Szeperált aktivitás

Fordított integráció

Nyitott (nyílt) aktivitás

Paralel (párhuzamos) aktivitás

Adaptáció



Oktatásszervezési megoldások az inkluzív testnevelésben - Inklúziós spektrum

(Valkova és mtsai., 2006)

Szeperált aktivitás

Fordított integráció

Nyitott (nyílt) aktivitás

Paralel (párhuzamos) aktivitás

Adaptáció



Oktatásszervezési megoldások az inkluzív testnevelésben - Inklúziós spektrum

(Valkova és mtsai., 2006)

Szeparált aktivitás

Fordított integráció

Nyitott (nyílt) aktivitás

Paralel (párhuzamos) aktivitás

Adaptáció



Oktatásszervezési megoldások az inkluzív testnevelésben - Inklúziós spektrum

(Valkova és mtsai., 2006)

Szeparált aktivitás

Fordított integráció

Nyitott (nyílt) aktivitás

Paralel (párhuzamos) aktivitás

Adaptáció





Az adaptált testnevelés és a testnevelés célja azonos, azonban a biztonságos, eredményes és hasznos részvétel érdekében a felkínált mozgásformák **egyéni szükségletekhez, képességekhez való igazítása** szükséges.



Az adaptált fizikai aktivitás modelljei

Mit adaptáljunk?



TREE



STEP



TIME(S)

Az adaptált fizikai aktivitás modelljei

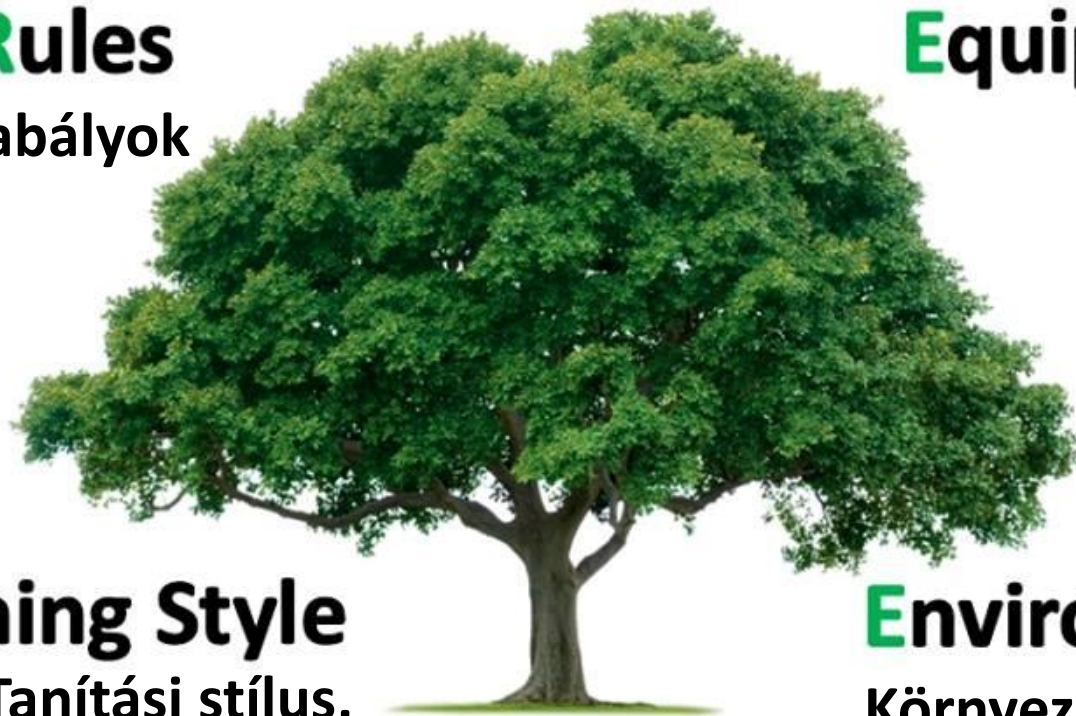
The **TREE** Model

Rules

Szabályok

Equipment

Eszközök



Teaching Style

Tanítási stílus,
kommunikáció

Environment

Környezet, játéktérület

Az adaptált fizikai aktivitás modellje

STEP



- **S**pace - Helyszín, terület
- **T**ask - Feladat, célkitűzés
- **E**quipment/Environment - Eszközök, környezet
- **P**eople - Személyi tényezők

Az adaptált fizikai aktivitás modellje

TIME(S)



- Time - Terhelés ideje
- Instruction - Instrukció, kommunikáció
- Movement - Mozgásforma
- Environment - Környezet
- Support - Támogatás, segítségadás

Az inkluzív szemlélet és az adaptáció modelljének megjelenése a NETFIT®-ben



Testösszetétel és tápláltsági profil (3 teszt)



Testzsírszázalék-mérés, BMI



Törzsemelés teszt

Ütemezett hasizom teszt



Hajlékonysági profil (1 teszt)



Hajlékonysági teszt

Vázizomzat fittségi profil (5 teszt)

Ütemezett fekvőtámasz teszt



Aerob fittségi profil (1 test)



20/15 méteres
ingafutás teszt



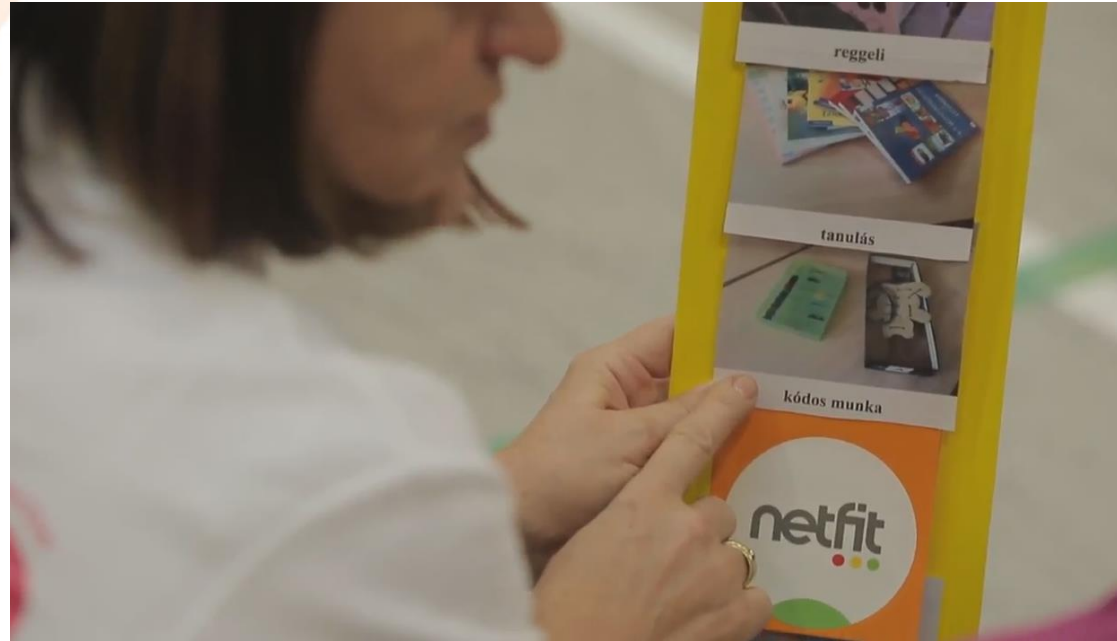
Helyből távolugrás

Kézi szorítóerő mérése



TREE (Teaching Style)

Példák a tanári kommunikáció módjának adaptálására



TREE (Rules)

Példák a szabályok adaptálására



TREE (Equipment, Environment)

Példák az eszközök és a környezet adaptálására

HIPE 2018 BUDAPEST
NOVEMBER 15-16.
Nemzetközi Testnevelési Konferencia
az Egészségfejlesztő Testmozgás fejlesztése érdekében



STEP (Space)

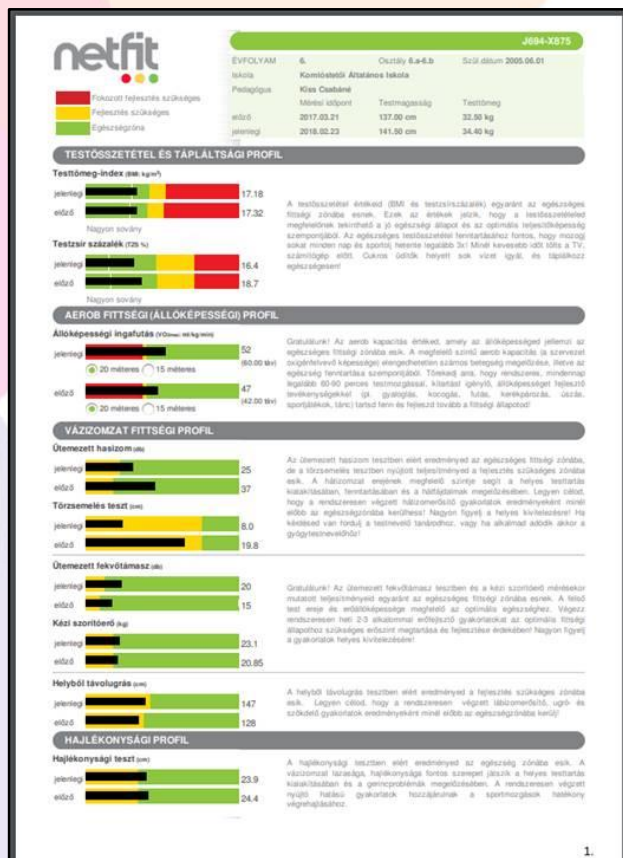
Példák a helyszín, terület adaptálására



STEP (Task)

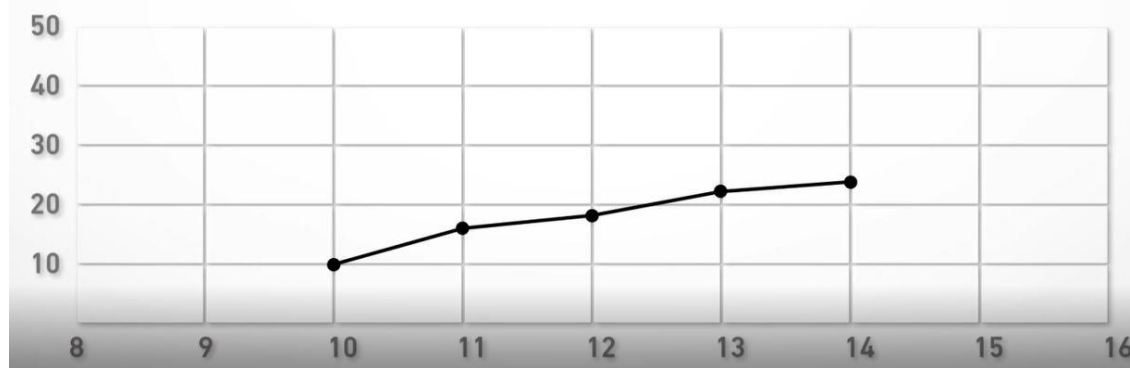
Példák a feladat, célkitűzés adaptálására

Fitnessi zónába sorolás



Egyéni teljesítmény nyomon követése

KARDIOVASZKULÁRIS FITNESSI ÁLLAPOT (MAGTETT TÁVOK SZÁMA/ ÉLETKOR)



STEP (People)

Példák a személyi tényezők adaptálására



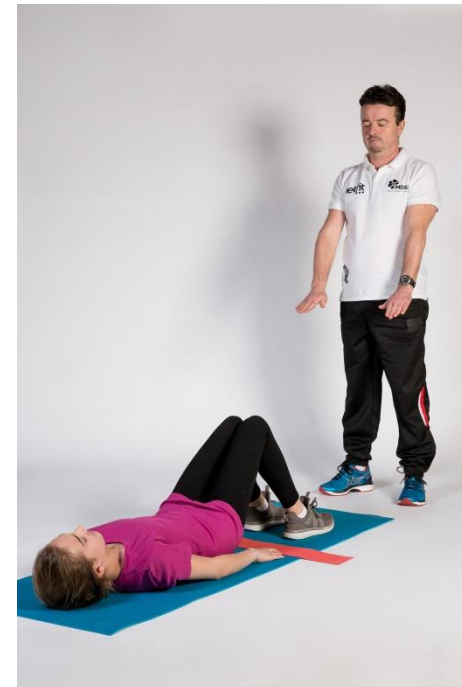
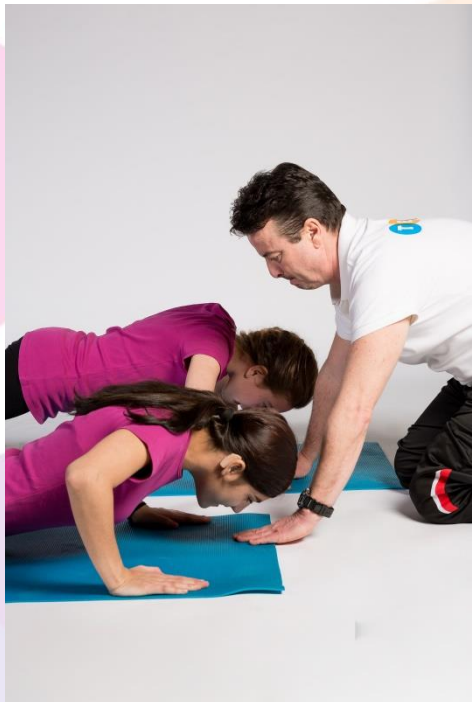
TIMES (TIME)

Példák a terhelés idejének adaptálására



TIMES (Instruction)

Példák az instrukció, illetve a kommunikáció módjának adaptálására



Példák a TIMES (Movement) Példák a mozgásformák adaptálására



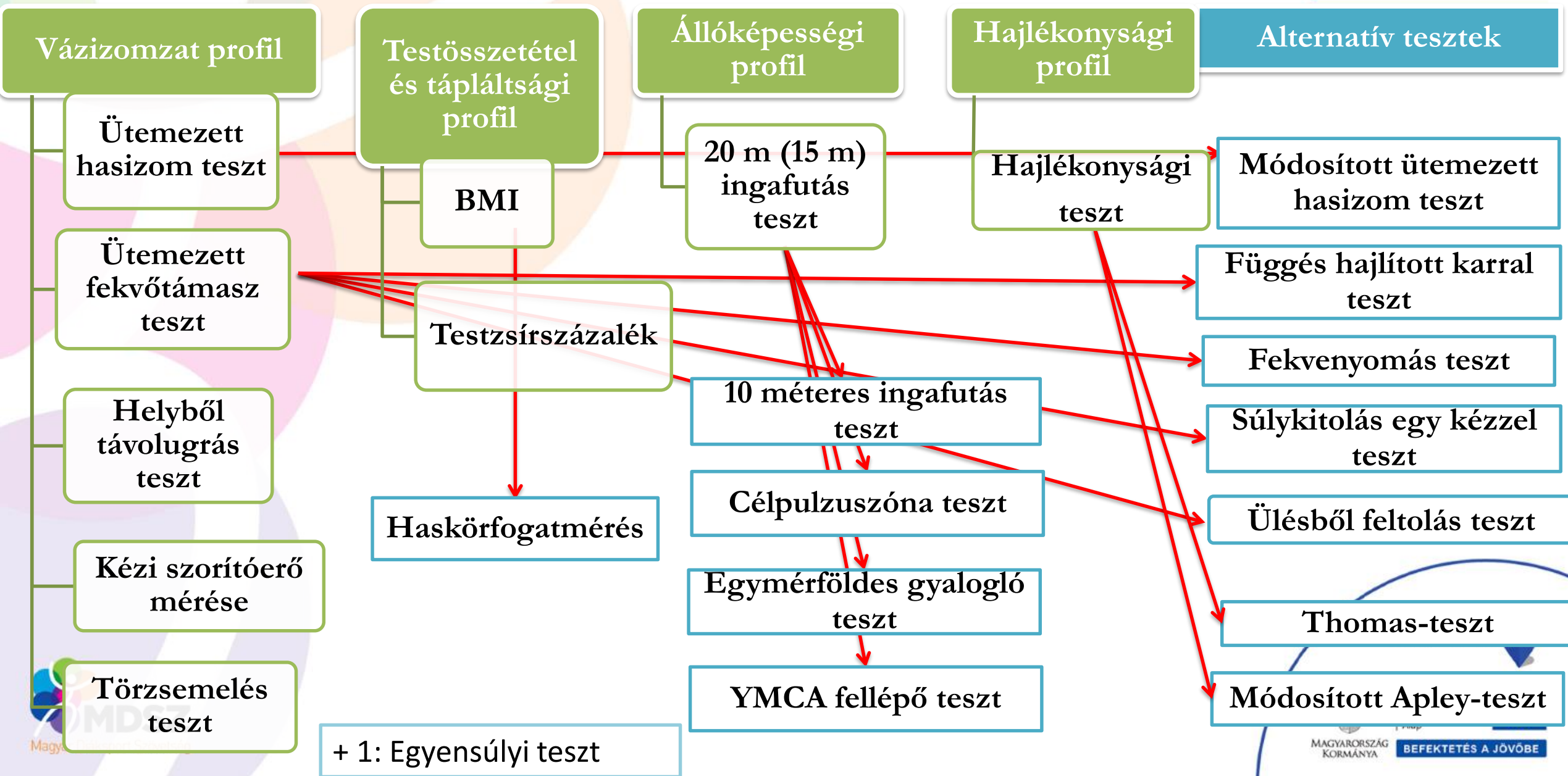
Példák a TIMES (Support) Példák a támogatásra, segítségadásra



A tesztrendszer inkluzivitást biztosító további jellegzetességei:

- rugalmasság (kötelezően felveendő tesztek száma, tesztek),
- értékelés eltérő alternatívái:
 - NETFIT® sztenderdek,
 - specifikus sztenderdek,
 - egyéni teljesítmény és fejlődés nyomon követésének biztosítása,
- egyénre szabhatóság,
- választási lehetőség javasolt és opcionális tesztek közül.





ÉN IS AKAROK
SAPKÁT
LUFIBÓL



Hát..



Ömm...



ÉN IS AKAROK
SAPKÁT
LUFIBÓL



Hát..



Ömm...



Köszönöm a figyelmet!



SZÉCHENYI 2020