

Tábor 2017 összefoglaló

2017. augusztus 21-től 25-ig ismét fejlesztő tábort tartottunk!

A nyári szünet után nehéz volt a kezdés, de a második napra már sikerült felvenni a ritmust.

Életkorak, s fejlettségi szintnek megfelelően idén is intenzív programot állítottunk össze.

Az **iskolások** a reggeleket *alapozó tornával* kezdték, ahol átismételtük az alapokat és a feladatok megfelelő technikai megvalósítása volt a cél. A következő órákon, erre építve, különböző labdás gyakorlatokat hajtottunk végre. Ezen feladatok során a *szem-kéz koordináció, figyelem, fegyelem* fejlesztésére koncentráltunk pingpong és smiley-s gumilabdával. A gyakorlatok során a gyerekek a *csapatmunka* alapjaival is ismerkedhettek.

Az iskolás csoport mindezek mellett a tábor folyamán különböző *erő és állóképesség* gyakorlatokat végzett, amiket *nyújtással és egyensúlyozó* mozgásokkal vezettünk le.

Természetesen, ahogy teltek a napok, a megerőltetés hatása egyre jobban meglátszott mindenkin. Ennek ellenére elmondható, hogy egy kis segítséggel a gyerekek igyekeztek korrigálni saját hibáikat. Péntekre már mindenki tudta a dolgát és képességeinek megfelelően rutinszerűen teljesítette azt.

A pihenőidőben, hogy ne csak a motoros funkciók és azok szabályozása javuljon különféle *fogalmazásokat és rajzokat* kellett készíteni. Ugyan kezdetben születtek „érdekes” művek, az utolsó napra már számos *kreatív* kis iromány is született.

Az **óvodások** esetében a fejlesztések során a *csecsemőkori mozgások* szépen rendeződtek, a tábor végére már tudatosabban próbáltak figyelni a tökéletes kivitelezésre is.

A kisebbeknél ezek a mozgások nehézkesek, görcsösek, ritmustalanok és koordinálatlanok voltak. Néhány gyereknél még megfigyelhető volt a *végtagok együtt mozgása, valamint a kóros csecsemőkori reflexek megléte*. A hét végére a kicsik is megtanulták fixen megkülönböztetni a jobb és bal végtagokat.

A *keresztezett feladatokban* az iskolába készülők szépen teljesítettek, a hét végére már a bonyolultabb kombinációkat is szépen összerendezték.

A *két agyfélteke* összehangolását a sportpoharakkal erősítettük. Ez újdonság volt a gyerekek számára, de nagyon élvezték.

A *sorozatgyakorlatok* esetében az óvodás gyermekeknél még nehézséget jelentett a gyakorlatok tökéletes kivitelezése, a végtagok szétválasztása. Verbális nehezítéssel az óvodások a feladatokat nem tudták végrehajtani. Az iskolások és iskolába készülők a verbális csatornát is szépen kapcsolták a mozgásukhoz. Átélték a „meg tudom csinálni, képes vagyok rá” érzést.

A kisebbek beszédészlelése és beszédértése, koncentrációs képessége sokat fejlődött a hét végére.

Az óvodás gyerekek számára drámafoglalkozásokat is tartottunk, amelyek során a hét első részében ismerkedési drámajátékokat és fejlesztő játékokat játszottunk. Sajnos bármennyire is szeretnénk, nem tudjuk megóvni őket a stressztől és szorongástól, de segíthetünk nekik feldolgozni, megélni azt. Éppen ezért egy feszültségoldó mesével indítottuk a hetet. A hét fő produkciója később a Bátor kalóz című előadásunk volt. A mesét követően átbeszéltük az egyes szerepeket, kedvük szerint beöltöztek, majd bemutattuk a meghívott vendégeinknek. (Az iskolás csoportnak.) A szókincsük bővítésére valamint a fogalmazás előkészítésére Jakab úr kártyáit használtuk.

Ahhoz, hogy be tudjunk számolni a gyerekek képességeiről, számos *tesztet* is végeztünk. A mozgás-koordinációt és figyelmet kétszer mértük fel a *Wii Fitness* programmal. A kapott pontszámok alapján a csoportból átlagosan mindenki egy 10-15 százalékos javulást ért el.

Az iskolások eredményénél figyelembe kell venni, hogy a csoport többsége magas edzéséletkorral rendelkezik, így alapból magasabb szintet állítottak be maguknak kezdésnek. Tekintve, hogy a magasabb szinteken a jobb eredményt csak jelentősen megnövelt energia befektetéssel lehet elérni, a gyerekek dicséretes munkát végeztek.

A sulisok fittségét egy *fitness teszttel* is felmértük, melyet különböző országokban használatos tesztek alapján állítottuk össze. A feladatok során mértük a gyerekek egyensúlyozó képességét, robbanékony erejét, állóképességét, a láb és kar izmainak állapotát.

A *beszédészlelés és b.értés* vizsgálatnál kitűnt, mennyire sok gyermek észlelését megzavarja, ha a hallott beszéd zajos környezetben, ill. gyorsabb tempóban esetleg tompábban hallható. A beszédértés feladatok eredménye a gyerekeknél jelentős eltéréseket mutatott. Itt szerepe volt annak is, hogy a gyermek milyen koncentráltan és mennyi ideig tud figyelni. Ez egyébként minden foglalkozáson megfigyelhető volt.

A *NILD* megfigyeléseken a logikai gondolkodásra, figyelemre, rövidtávú memóriára és a részegész viszonyára (analízis-szintézis) helyeztük a hangsúlyt. Az iskoláskorú gyermekek többségénél a logikai gondolkodásuk rendben volt, a kisebbek sokszor a próba szerencse elv alapján döntöttek. Figyelmük és memóriájuk viszont sok esetben elmaradt az elvárttól. Az iskolai kudarcok kivédésére ezek a képességek elengedhetetlenek lennének. A kicsiknél sokszor komoly gondot okozott a szín, méret, forma kiválasztása. Az iskolába készülők, sőt néhány iskolás gyermek csak térben gondolkodott. Iskolaérettség esetében fontos, hogy síkban is tökéletesen tudjanak tájékozódni.

Új fejlesztésű tesztünk arra irányult, hogy megnézzük, az iskolások mennyire uralják saját tudatukat. Ehhez egy *bio-feedback* rendszer alapján működő, saját fejlesztésű, agyhullámokkal irányítható kis autót használtunk. A felmérés alatt a gyerekek alfa és béta hullámait mértük, melynek adatait egy androidos app továbbította a távirányítós autó felé. A teszt alapján látható volt, ki képes a változó feladat-helyzeteknek megfelelően lenyugodni vagy éber/koncentrált állapotot fenntartani a megadott ideig.

Összegzésképpen elmondható, hogy a gyerekek mozgáskoordinációja, figyelme, fegyelme, feladattudatuk, feladattartásuk nagy mértékben fejlődött.

Közösen örülünk a sikereknek!