

Az iskolai INPP fejlesztő tornaprogram tapasztalatai

Bakáts Téri Általános Iskola, Budapest, IX., kerület
2009. november - 2011. február; 21 gyerek, 8-9 évesek

A tornaprogram beindítása többnyire zökkenőmentesen történt: mind az iskola vezetése mind a szülők nyitottan álltak az ötlethez, miszerint tegyünk egy próbát és valósítsuk meg az iskolák számára kidolgozott tornaprogram napi gyakorlását. A megfelelő tájékoztatásban maximális segítséget kaptunk Magdától, aki egy rendkívüli szülői értekezlet keretein belül összefoglalta a program lényegét és a szülői támogatás fontosságát. Ezek után, megkapva az iskola és a szülők egyöntetű támogatását, hozzáláttunk a gyerekek felméréséhez, amiben Nyíregyházi Ági és Gátfalvi Kati segítettek a munkámat. Amit tapasztaltunk, az számomra döbbenetes volt: azoknál a gyerekeknél is megmutatták magukat az akadályozó reflexek, akiknél az iskolai teljesítményük alapján nem is sejtettük, hogy jelen vannak, pláne nem olyan mértékben, ahogyan felszínre kerültek.

Mivel osztálytanítóként naponta figyeltem a gyerekek iskolai munkáját, elkezdtem kiélezett figyelemmel keresni a jeleket, amik alátámasztották, hogy valóban ügyesen kompenzálják a nehezítő fizikai akadályukat. Görcsös, helytelen ceruzafogás, lábtartások a pad alatt, könyöklés, szájmozgással kísért írás, elfordított füzetek, nehézkes füzetvezetések jelezték, hogy itt olyan felismerhető mozzanatokról van szó, amikről eddig tanítóként azt gondoltam, hogy fáradtságnak, figyelmetlenségnek, szétszórtságnak jelei, amiket magukra figyelve könnyedén leküzdhetnének, ha akarnának.

Megdöntve önmagamban addigi téves hozzáállásomat, nekikezdünk a mindennapos tornához. Mi csak úgy neveztük, hogy „lassú torna”, kifejezve ezzel a gyerekek számára is új hozzáállást: lassítani kell. Remek dolgokat hozott az életünkbe: muszáj volt a lassítás mellett önmagukra figyelni: hamar rájöttek, hogy ha a másikat figyelik, azzal a saját sikeres mozdulataikat akadályozzák. Hétről hétre látványosan javult az egyensúlyuk. Észrevehetővé vált a tanórákon

is a folyamatban, hogy egyszerre több gyereknél jelentkezett „szétesés” vagy éppen koncentrálttság. Kezdték szépen rendeződni a kevert oldaliság problémái és érezhetővé vált a torna utáni nyugodtabb légkör is.

A torna mindennapos gyakorlását számomra nehezítette az a tény, hogy igen nehéz volt szabad tornatermi időpontot találni, nem túl szerencsés módon a hosszú szünetekben tornáztunk. Mivel átcsúsztunk a következő tanévbe a befejezéssel, megtapasztalhattam annak a hatékonyabb működését is, amikor csak az osztály felét tornáztatom egyszerre egy tanteremben. Jobban tudtam figyelni a gyerekekre és a barátságosabb méretű teremben jobban megengedték maguknak az önmagukra figyelmet. (Ehhez az én részemről persze az kellett, hogy otthagytam a tanítást külsőként jártam vissza tornáztatni, így megoldódott az éppen nem tornázó gyerekeknek a felügyelete. Ez megoldhatatlannak bizonyult mindaddig, hiszen nem rendelkezünk pedagógus asszisztenssel.) Másik tapasztalás volt az is, hogy csapatonként 20-20 percet vett igénybe a gyakorlás, beleszámolva a megérkezést, valamint a cipőhúzást, elhelyezkedést is.

A tornaprogram befejezése után megkezdtem a visszamérést és ismét megdöbbenem: mintha nem is ugyan azok a gyerekek álltak volna előttem. Nem estek el a saját lábukban, nem szédültek, stabilizálódtak az oldalak, rendezetten álltak előttem...nem győztem csodálkozni és persze nagyon boldog voltam! Sajnos mivel már nem tanítom őket, a mindennapokban nem tudom úgy megfigyelni a változásokat, mint a kezdetekkor a kiindulási jeleket. Volt kolléganőm beszámolója alapján azonban elmondhatom: az olvasás sokkal gördülékenyebb, az írásukban fantasztikus változások érezhetőek, matematikából szárnyalnak, tudnak figyelni, belemélyednek a feladatba, örülnek a sikereiknek, amik motiválja őket az egyre nehezedő kihívásokkal szembenézni. Mikor meglátogatom őket, sugárzó arcokkal találkozom, és boldogan mutogatják dolgozataikat....

Kotormán Erika, pedagógus