

**Minőségbiztosítási összesítés Pek-torna XXXIV-es Csapata  
Budapest, 2019. szeptember 7- 2020. jan. 25-ig.  
Tizenöt fő értékelése alapján készült.**

### **1.A tanfolyam elméleti és gyakorlati órájának arányával és a tananyag elrendezésével hogyan voltak megelégedve a kollégák?**

15 válaszadóból 11 fő ötös értékelésünk volt és négy négyes. A három négyes értékelés válaszát nem indokolta.

Köszönjük az ötös érdemjegyek mellé írt megjegyzéseket.

- Nagyon jó volt a felépítés
- Az elméleti és gyakorlati órák aránya ideális volt számomra  
a leghasznosabb szakmai megfigyeléseket, ötleteket a hospitálási napon gyűjtöttem be.
- Nagyon jó volt, hogy az összes elméleti részt meg tudtunk csinálni a gyakorlatban is.
- Arányosan, jól elrendezetten kaptuk az elméleti ismereteket és a gyakorlatot. A gyakorlat színesítette és segítette az elmélet elsajátítását.

A négy darab négyes értékelésből az egyikhez kaptunk egy megjegyzést:

" A vizsga felkészüléshez jó az arány, de én személy szerint akár az egész napot a tornateremben töltöttem volna".

### **2.Az anyag elsajátításához szükséges tárgyi feltételek**

15 darab ötös értékelést kaptunk

- Rengeteg segédanyagot kaptunk, könyvet, segédletet, cikket.
- A tárgyi feltételek nagyon jók voltak. Sok ötletet kaptam, amit a saját munkámban feltétlenül használni fogok.
- Maximálisan elégedett vagyok.

Az egyik kolléga megjegyezte, hogy számára jól jött volna a tornaterembe is egy tükör, a tartásjavító gyakorlatokhoz. Igyekszünk majd ezt is megoldani.

### **3.Az oktatók felkészültségének értékelése**

A három oktató 15 ötös értékelést kapott.

- Irigylésre méltó mindegyikötök szakmai felkészültsége, tudása, hozzáértése.
- Rengeteg hasznos dolgot és újdonságot tanultam anatómiailag, funkcionálisan kifejezetten.
- Az előadók felkészültek, hitelesek

Az egyik kolléga Romhányi Réka előadásából, gyakorlataiból szeretett volna többet, Ramocsa Gábortól pedig még több gyakorlatot, mert itt érezte meg igazán az izmok működését.

Pektor Gabriellánál a nagylabdás nap volt a kedvenc.

Az egyik tematikai egységünkénél egy kolléga az egyikünket 4-es érdemjeggyel értékelte

#### **4. Az oktatás módszereivel kapcsolatos vélemények**

A 15 válaszból 13 darab ötös és két négyes értékelés volt.

Megjegyzések az oktatás módszereivel kapcsolatban:

- A gyakorlati órák a fénymásolatok, emlékeztetők sokat segítettek abban, hogy könnyebben átlássunk egy-egy anyagrészt.

- Van, a ki szeretette volna egy külön Pek-tornás jegyzetet

*\*A tanfolyamvezető megjegyzése: Volt, amit meg is említett az egyik kolléga*

- Az elméleti részhez is megkaptunk minden segítséget papír alapon is és elektronikus úton illetve Pen-drive-on. A gyakorlati példákon át pedig maximális segítséget kaptunk mindenkitől.

- Jó volt vizualizálni és kipróbálni az elméleti részt.

- A módszerek számomra teljes mértékben megfeleltek

#### **5. Mi jelentett nehézséget a tanfolyam elvégzése közben?**

- A rengeteg anyag rendszerezése (ezt többen írták).

- Megvárni, hogy "leülepedjenek" a tanultak

- Nem mondhatom, hogy volt ilyen. Minden percét élveztem!

- A tananyag rendszerezése ...de a tanfolyam végére sikerült átlátanom és a fontos részekre helyezni a hangsúlyt.

- Az anatómia

- A vizsgára való felkészülés

- A korai kelés

- Okosan beosztani az időt

- A közlekedés

#### **6. Mi az, ami különösen tetszett Neked?**

- A tanfolyamot átjáró holisztikus szemléletmód. Ez nagyon motiváló volt számomra

- A saját testsúlyos gyakorlatok

- A sok egyszerűen megvalósítható ötlet

- A nagylabdás nap, Réka előadásai, jó kis csapat jött össze, sokat bohóckodtunk. Örömmel ajánlom másnak is a képzést.
- A gyakorlati órák
- A nyílt nap nagyon jó volt.
- Réka előadása, nagylabdás nap.
- A szervezés, a környezet, a jó hangulat, a játékörök
- Ahogy telt az idő, egyre jobban sajnáltam, hogy vége. Leginkább a gyakorlati rész tetszett. Mindig mindenből csak tanultam.
- Saját testem megismerése
- A gyakorlatban, a mindennapokban jól alkalmazható feladatok sokszínűsége. A szakmai felelősség terén szerzett új ismeretek megtapasztalása, begyakorlása. A különböző tartáshibák közötti differenciálás fontosságának, módszerének megtapasztalása.
- Az elmélet és a gyakorlat összhangja
- A különböző eszközök sokféle felhasználása
- Az új fejlesztő feladatok

## **7. Leginkább segítette a felkészülést:**

- **A P. P-os emlékeztetők, saját jegyzeteim**
- A közös csoport
- A jegyzeteim és Gabi által elküldött szakirodalom
- A jegyzetek, segédanyagok, Pen-drive-re feltett anyag
- Az első alkalommal kiosztott jegyzet : Mozgással történő fejlesztés (Pektor G. 82 oldalas belső jegyzet).
- " Megtanítottál Gabi megszerezni".
- Segítettek az ismétlések, a sok e-mail a tanfolyam vezetőjétől, a sok gyakorlati feladat.
- A kézzel írt jegyzetek (saját jegyzetek)
- A felkészülési időszak az utolsó képzési nap után

## A vizsga

- Az írásbeli vizsga hosszú volt, de pontosan megfogalmazott kérdések voltak. Elegendő idő állt rendelkezésre.
- Kellemes élmény volt.
- Jó hangulatú, gördülékeny, jól szervezett.
- Segítőképző előadók

Köszönjük a véleményeket!