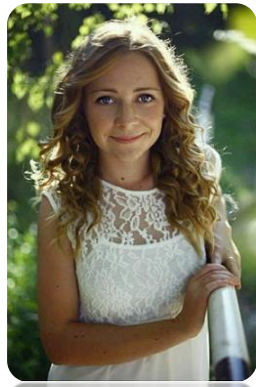


# Életmód-tábor



## Rafai Réka – Ritter Andrea: Újra Életmód tábor az EKO Parkban

A hagyományokhoz híven, az idei év szeptemberében is megrendezésre került a Rekreációs szervezés és egészségfejlesztés szak rendezvénye, az Életmód tábor. Ez a rendezvény elsősorban az elsőéves hallgatónak nyújt segítséget abban, hogy megismerkedjenek választott szakjukkal, szaktársaikkal és tanáraikkal, valamint a felsőbb éves diákokkal is, akik a programok lebonyolításában segédkeznek.

A tábor első napján, szeptember 21-én az oktatók és a segítők már felkészülten és

izgatottan várták az érkező diáksereget. Az időjárás kezdetben nem volt csapatjátékos, kissé hűvösen indult a reggel, ám ez sem szegte a táborozók kedvét. Még álmosan és bizonytalanul érkeztek meg az EKO Parkba, de látszott rajtuk, hogy várják a programokat. A nap a regisztrációval kezdődött, amikor is mindenki megtudta, hogy melyik csapatba fog tartozni. A programokon az egész nap folyamán kisebb csoportokban vettek részt az elsősök a csoportvezetők irányításával.





Nem egyszerű feladat a felnőtt lét kapujában álló fiatalok számára olyan programokat, feladatokat tervezni, amelyeket mindenki maradéktalanul el tud végezni, amelyekben mindenki örömét leli, és útravalóul valamit magával visz általa.

Kis Bernadett tanárnő, aki fontos szerepet töltött be a tábor megszervezésében és lebonyolításában, nem tekinti nehéznek a programok összeállítását:

*„Amennyiben élményt adó egy feladat, biztosan sikere lesz majd a többségnél, mindig van olyan is természetesen, aki gátlásosabb, nehezebben oldódik fel, de ez így teljesen rendben van. Azt látom, hogy a többség szívesen kapcsolódik be, vagyis a tapasztalat ezt mutatja.”*

Az esemény remek hely az ismerkedésre, a csapatépítésre, és mindemellett kikapcsol az iskolai élet hétköznapjaiból – nyilatkozott egy másodéves hallgató:

*„Kellemes hangulatú volt az első nap, ahová univerzális emberként érkeztem, de a sorsnak köszönhetően egy, csak lányokból álló csapat vezetője lehettem – mondta Teleki Artúr, majd hozzátette – Nagyon élveztem a velük töltött napot, sok új embert ismertem meg és nagyon sokat neveltünk együtt, ami tulajdonképpen a tábor egyik célja.”*

Az érdekesség kedvéért megkerestük a tábor azon emberét, akinek lehetősége nyílt a rendezvény minden részletébe bepillantást nyerni. Nagy Zsuzsanna, felsőbb éves hallgató tavaly már ellátogatott erre a helyszínre résztvevőként, azonban idén már egészen más szerepben, a tábor fotósaként érkezett ide.

*„A nap elején úgy tűnt, a többség csendes, nem nagyon mernek megnyílni, próbálnak egyfajta elkerülő magatartást tanúsítani, Ugyanakkor a délután folyamán a csoportmunkákban már mondhatni egységként teljesítettek. Biztos vagyok benne, hogy hamar felszabadulnak majd. – mondta Zsuzsanna, és kiemelte – Érdekesekek és jól levezetettek voltak a programok, és szerencsére a borongós reggel ellenére az idő is az oldalunkra állt.”*

Az elsőévesek számára a hét diáknyelven szólva 'kissé húzós volt', mert a tábor páratlan héten került megrendezésre, amikor reggel 8-tól gyakran estig bent kell lenniük az egyetemen, és valljuk be, a legtöbb diáknak nehéz beleszokni ebbe az új életvitelbe, a gimnázium délelőtti tanítási rendje után. A tábor az etr-ben egy 30 órás, 2 kredités tárgyként szerepel. Egyértelmű, hogy a reggel 8 órás érkezés épp olyan elvárás, mint például egy biokémia vagy bármely más kurzusnál.

Annak ellenére, hogy sokan fáradtan érkeztek, 9 órára a játékok mindenkit fellendítettek.

„A tanáraink nagyon közvetlenek, aranyosak, segítőkészek. Vannak olyan oktatók, akikkel eddig nem volt alkalmunk megismerkedni, ez volt az első találkozás, de kiderült, hogy a jövőben tanít majd minden pedagógus, aki jelen volt ezen az eseményen. Jó volt, hogy szurkoltak és buzdítottak a csapatok közötti versenyen. A gólyatáborban, a különböző kiscsoportos szemináriumok alkalmával és az itteni beosztásnál is egytől-egyig különböző csapatokba vagyunk szervezve, így mindig másokat tudunk megismerni. Teljesen új társasággal találkoztam ma is, olyan lányokkal beszélgethettem, akikkel eddig nem nyílt erre lehetőségem” - tette hozzá az egyik kiscsoport vezetője, Forrai Regina.

A táborban a hallgatók játékos feladatok, mozgásos programok és szociális készségfejlesztő gyakorlatok segítségével gyűjthetnek tapasztalatokat az életmód elemeiről. A közösségi élményen túlmenően, a táborban szerzett ismeretek megalapozzák a hallgatók későbbi tanulmányait is.



A sok önkéntes, felsőbb éves hallgató nemes feladata, hogy segítse a résztvevők összekovácsolását és a feladatok lebonyolítását. Számukra ez a két nap szakmai tapasztalásra is lehetőséget ad azáltal, hogy megélhetik, milyen egy csoportot vezetni, milyen egy rendezvényt megszervezni.

A napi értékelés és zárás után mindenki jóleső fáradtsággal, de vidáman, új élményekkel és barátokkal gazdagodva hagyta el a Parkot. A másodévesek munkája véget ért, de az elsősök még egy csodálatos napot tölthettek el, immár a végzős diákok társaságában.

