

Teregyakorlatom helyszíne:

Mórahalom Városi Sportegyesület,
Csongrád megye, Mórahalom



Zsoldos Ákos

egészségfejlesztés specializáció

rekreációs szervezés és
egészségfejlesztés szak



Teregyakorlati feladataim....

Ezen félév során az első látogatás a teregyakorló helyemen arról szólt, hogy a klubigazgatóval tudjak beszélni, hogy mit is szeretnék megvalósítani ebben a félévben, kikkel szeretnék és tudok dolgozni az egyes feladatoknál, tanácsadásoknál, projekteknél, lenne-e rá alkalom és idő, hogy mindet meg tudjuk valósítani. Az első feladatom a mini tanácsadás volt, amelyre 10 embert kellett felkérnem, hogy mi az ami zavarja őket és változtatni szeretnének rajta. Mielőtt belekezdtem volna a 4 projekt elem megvalósításába, előtte egy rövid tájékoztatót tartottam az ott dolgozó embereknek a stresszről, mivel erről szerettek volna többet megtudni. A következő feladatom a 4 projekt kidolgozása és megvalósítása volt. Igazán összetett feladat volt megvalósítani, hiszen a dolgozóknak részt kellett venni benne és szerettem volna ha mindenki saját akaratából venne részt ezekben a feladatokban. Nehezen tudtam feloldódni, mivel először csináltam ilyet és rögtön a mélyvízbe kerültem. Mindenki engem figyelt és így még nehezebb volt figyelni

magamra és az ott dolgozóakra. Az első projekt elemem a Találd ki az egészséghez, rekreációhoz kapcsolódó szavakat. Vegyes visszajelzéseket kaptam ezzel a feladattal kapcsolatban. A többség élvezte, ami első feladatként nem is olyan rossz. A második projektem az Edzők és tanítványok közös versenye volt, amit mindenki egyaránt élvezett és kizárólag csak pozitív visszajelzéseket kaptam. A harmadik projektem a Közös kerékpározás volt. Ezt a projekt inkább a kikapcsolódásról szólt és az együttlétről. A negyedik projekt elemem a Szelektív hulladékgyűjtés volt. Az egyesületben játszó gyermekek és edzőik közösen gyűjtötték otthon és a klub területén a hulladékot (elsősorban a műanyag és alumínium üvegeket). Majd megnéztük, hogy mennyi pénzt sikerült ezekből összegyűjtenünk. A pénz a gyermekeknek lesz félretéve amiből hosszabb idő után labdákat tudnak vásárolni.



Amire büszke vagyok....

Elképzelni sem tudtam, hogy helyt tudok majd állni akármelyik feladatban is, de kellemeset csalódtam magamban. Jó érzés volt, hogy megszervezhettem pár projektet az ott dolgozóknak és ők mondhatni szerették is volna kipróbálni őket. Örömmel néztem őket, amikor vidámak, „gond nélküliek” voltak.

Szívesen részt vennék meg ehhez hasonló feladatokban.

Zsoldos Ákos egészségfejlesztő tevékenységéről ...

Nagyon meg voltam vele elégedve, ugyan is a korábbiakban még egyszer sem volt ilyen jellegű személy az egyesületnél. Ákos kiváló munkát végzett!

Szeretnénk beépíteni a munkákba ehhez hasonló tevékenységeket időnként. Eddig nem igazán volt tudomásunk arról, hogy az egészségfejlesztő mit takar, most még ha csak kis mértékben is, de megváltozott!



Király Dávid

kapcsolattartó
terepkoordinátor