

**ERASMUS+ KA1 MOBILITÁSI PROJEKTEK – 2022****EGYÉNI BESZÁMOLÓ - MUNKATÁRSAK****A résztvevő adatai**

Név	Farkas Krisztina
Beosztás	igazgatóhelyettes
Intézmény	BGSZC Pesterzsébeti Technikum

**A projekt adatai:**

Hivatkozási szám (projektkód):	2022-1-HU01-KA122-SCH-00007139
OID azonosító:	E10039252

**A mobilitás adatai**

Mobilitás típusa (nem helyes törlendő)	szakmai látogatás (job shadowing)
Továbbképzés címe (amennyiben releváns)	Nicolae Balcescu street nr. 35A
Fogadó intézmény neve	Kós károly technológiai Liceum
Fogadó intézmény típusa (nem helyes törlendő)	oktatási intézmény

Fogadó ország	Románia
Munkanyelv	magyar
Mobilitás időtartama (munkanapok száma)	3 nap

## A résztvevő feladatai a mobilitás előtt

### **Kérjük, röviden mutassa be, hogyan készült fel a mobilitásra.**

- A Erasmus iskolák platformon kerestem olyan iskolát, aki a témához kapcsolódóan tud job shadowing-ra fogadni.
- A fogadó intézménnyel egyeztettem a projekt témájával és a fogadás időpontjáról.
- Megkötöttem az ösztöndíjszerződést az intézménnyel.
- Kigyűjtöttem a város kulturális lehetőségeit és a kapcsolódó történelmi vonatkozásait. Interneten keresztül tájékozódtam a fogadó középiskola szakmai képzéséről és az ott folyó munkáról.
- Elkészítettem az intézményünkről egy kis videót, amit, majd az intézmény bemutatásához alkalmaztam.
- A pályázati munkaközösség vezető segítségével lefoglaltam a szállásomat, majd megterveztem az utazási módomat.
- A foglalások után előkészítettem a helyettesítésemet, valamint megkötöttem a biztosításomat.
- Előkészítettem a mobilitási igazolványomat, hogy ott csak kiegészíteni kelljen.

## Tanulási eredmények

### **Az elvárt tanulási eredmények meghatározása a mobilitás tervezési szakaszában (pályázat)**

(A tanulási folyamat elvárt eredményét írja le, cselekvést jelentő igéket használ, specifikus, konkrét, világos, egyértelmű és mérhető.)

- Elsődleges célom volt, hogy olyan módszereket ismerjek meg, amelyek ténylegesen a tanárok és diákok stressz megelőzését teszi lehetővé, valamint segíti őket a motivációjuk fejlődésében.

- Fontos volt számomra az is, hogy én magam is egy picit felfrissüljek, hogy nyugodtabban, kipihenten tudjam folytatni a mindennapi munkámat, így ezáltal vezetőként is egy nyugodtabb légkört tudjak teremteni a kollégámnak.
- Elvárásom még a mobilitással kapcsolatban, hogy megismerjem Erdély oktatási rendszerét és oktatás szervezését, valamint a diák - tanár kapcsolatba is belelássak.
- Érdeklődöm a iskolai programjaik iránt illetve a szabadidős tevékenységek tervezéséről, szervezéséről.

### **A tanulási eredmények értékelése a mobilitás után**

(Az elvárt tanulási eredmények teljesülésének „vizsgálata”, a személyes fejlődés nyomon követése, bizonyítékok a kompetenciafejlődésre.)

A látogatásom során összehasonlítottam a csíkszeredai és a magyar oktatás rendszerét és az oktató munka szervezését. Elsajátítottam egy a burnout azonosítására szolgáló mérőeszköz használatát, amit pilot jelleggel 5 kollégával ki is töltöttem, amiből a vezetőséggel levontuk a konzekvenciát. A megtanult mindfulness technikát alkalmazom, ha olyan határidős feladatok tornyosulnak elém, ahol szükséges a gyors, pontos munkavégzés. A jó gyakorlatú diák - tanár kapcsolatból tanulva, az iskolába én is törekszem az olyan helyzeteket teremteni, ahol a diákok részesei lesznek az oktatási folyamatnak és növelem a döntési szabadságuk. Bevezettük, hogy a Diákönkormányzat hetente ülészik és kéréseikkel, programjaikkal közvetlen fordulhatnak hozzánk oktatókhoz, az iskola vezetőségéhez. Így együtt, közösen kereshetjük a megoldásokat és segítjük megvalósulását. A tanulók kérésére a kulturális programokat havi rendszerességgel beiktattam a tanulási időbe, így képzésük aktív része lett egy olyan tevékenység, ami nem csupán szórakoztat, de segíti művelődésüket és a kapcsolatukat (motiválva őket).

Oktatás szervezőként tudatosan, időt szakítok arra, hogy az oktatók problémáit meghallgassam és ennek megfelelően osszam ki a rájuk delegált feladatokat, így érzékenyebb lettem a problémákra, fejlődött szociális készségem.

### **Hogyan alkalmazhatóak a mobilitás során megszerzett tanulási eredmények a saját munkámban, illetve a küldő intézmény gyakorlatában?**

(A terjesztésre vonatkozó tervek.)

- A kiégéshez vezető rizikófaktorok felméréséhez is hoztam egy kérdőívet, amit a visszaérkezéskor prezentációm részeként megosztottam az oktatói testülettel, így lehetőséget biztosítottam, hogy mindenki saját magát felmérve végig vegye azokat a pontokat, amiken esetleg tud változtatni.
- Megismerkedtem a mindfulness technikával, amit matematika tanárként is megosztottam a tanulókkal, hogy ők is képesek legyenek kezelni a matematikától, vagy a dolgozattól fellépő szorongásukat.
- Meg vagyok győződve arról, hogy a változó, nyitottabb és érzékenyebb vezetői hozzáállás hozzájárul ahhoz, hogy iskolánknak az átlagtól sokkal kisebb az oktatói fluktuáció.
- A javult tanár diák kapcsolat és családi légkör következménye az is, hogy iskolánk vonzó diákok és szülők számára, amit a hozzánk jelentkező diákok egyre növekvő számában is érzékelünk.

További információ: [Az iskola és a világ](#) TKA, 2016.

### A továbbképzés programja / szakmai látogatás (job shadowing) munkaterve

1. nap (vasárnap) Találkozó a intézményi koordinátorral, tájékoztató beszélgetés
2. nap (hétfő) Intézmény bejárása. Nemzeti oktatási rendszer sajátosságainak megismerése. Kiegészítő stratégiák megvitatása a tanári kar tagjaival, Jó gyakorlatok bemutatása.
3. nap (kedd) Megbeszélés az igazgatóval és helyettesével az oktatás szervezéséről. Matematika óra látogatása.
4. nap (szerda) Diákokkal csoportos és egyéni interjúk. Sport tevékenységek megtekintése. Kollégával városnézés.

Dátum: 2024.02.01.

  
résztvevő aláírása  
