



Mozgásba hoz



## Mit is nyertünk az Aktív Iskola programhoz való csatlakozással!

Iskolánk 2022-ben csatlakozott a Magyar Diáksport Szövetség: Aktív Iskola elnevezésű mozgásösztönző programjához. Az előző tanévben megvalósított mozgásprogramjaink elismeréseként sporteszközökhöz, műszaki eszközökhöz és szolgáltatásokhoz jutottunk.

Nagyon büszkék vagyunk, hogy az elmúlt két tanévben 2023/24-ben, 2024/25-ben is elnyertük a legmagasabb, arany minősítést a programban!

Az Aktív Iskolákhoz való csatlakozással a legfontosabb célunk, hogy olyan környezetet alakítsunk ki a gyerekek számára, amely támogatja a mentális és fizikai fejlődésükhöz és jóllétükhöz szükséges rendszeres mozgást. A komplex program háttérében azok a kutatási eredmények állnak, melyek szerint a mozgást támogató iskolai környezetben a diákok bizonyíthatóan **szívesebben járnak iskolába, könnyebben tanulnak és jobb jegyeket** is szereznek, **jobb közösséget** alkotnak, **kezdemenyezőbbé** válnak az iskolai programokban, továbbá **javul magatartásuk, társas kapcsolataik és az iskolai légkör** egyaránt.

Az Aktív Iskola program keretében ezért számos területen valósítottunk meg mozgást ösztönző programokat, tevékenységeket:

- az alsó és felső tagozaton aktív szünetek megvalósításával,
- sportfesztiválok szervezésével,
- gyalogos és kerékpártúrák szervezésével,
- tanulóink egészséges életmódját ösztönző tematikus programokkal (Fejfrissítő hét, Aktív mozgásos tanulás hete, Egészséges, aktív életmód, stb.)
- kampányeseményeken való részvétellel (Millió lépés az iskoláért, Happy hét, Magyar Diáksport Napja, Autómentes világnap, Liftmentes nap, Move weak).

**A 2025-2026-os tanévben folytatni és bővíteni szeretnénk az Aktív Iskolai tevékenységeinket.** Ezért kitűzött célunk, hogy nagy hangsúlyt fektetünk:

- a **minőségi testnevelésre**: a testnevelést tanító pedagógusaink fejlesztésére és a fittségoktatásra;
- bővítjük a tanórán kívüli diáksportfoglalkozások és - események körét, vagyis a **minőségi diáksport** lehetőségeket;
- **egészséges életmódot támogató környezetet** teremtünk: olyan iskolai környezet kialakítására törekszünk, amely egészséges életmódra ösztönzi a tanulóinkat;

A PROGRAM



BELÜGYMINISZTERIUM

**Magyar Diáksport Szövetség**

1063 Budapest, Munkácsy Mihály u. 17.

aktiviskola.hu

- ösztönözzük a **tanulói bevonódást** az iskolai sportaktivitások szervezésébe, lebonyolításába, ehhez idéntől bekapcsolódnak alsós tanulók is;
- folyamatos tapasztalatmegosztó, tájékoztató és fejlesztést célzó kommunikációt folytatunk iskolán belül, a szülői közösséggel, más Aktív Iskolákkal, lehetséges partnerekkel a településen, tehát hangsúlyt fektetünk a **partnerségre és a kommunikációra**;
- a szülőket szeretnénk több alkalommal az év során bevonni a programjainkba;
- a szülő, gyermek programok keretében, szeretnénk sportfesztivált, családi sportolást, közös túrázást szervezni;
- **mentoriskolaként** programjainkat nyílttá tesszük, ezáltal utat mutatunk más aktív és nem aktív iskolák számára.

**Az intézményünk a 2024/25-ös tanévtől Aktív Iskola Mentoriskola címmel is büszkélkedik!**

A **Mentoriskolai** tevékenységet a Mezőberényi Általános Iskola és AMI a 2025/26-os tanévben is folytatja.



A PROGRAM



**Magyar Diáksport Szövetség**  
1063 Budapest, Munkácsy Mihály u. 17.  
aktiviskola.hu



## Mozgásba hoz

Az Aktív Iskola program a tavalyi tanévben országsszerte 300 általános és középiskolában indult el, amely idén 400-ra bővült. A program pozitív eredményei már az első tanévet követően láthatóak: a WHO által a gyerekek számára előírt, legalább napi 60 percnyi szükséges mozgást ma hazánkban és világszerte is csupán a gyerekek 20 %-a éri el, azonban az Aktív Iskolákban ez a szám 50 %.

Tehát egyértelműen kimondható, hogy **az Aktív Iskolákban a gyerekek az átlaghoz képest több mint kétszer annyit mozognak.** Intézményünk a csatlakozással egyrészt egy számos lehetőséggel járó rendszer részévé vált, másrészt pedig egy jól működő közösség tagjává is.

**Hiszünk benne, hogy Aktív Iskolaként tanulóink számára segíteni fogjuk az egészségtudatos, mozgásban gazdag életvezetés kialakítását, és ebben a kollégáinkon kívül a szülői közösségünk tagjai támogatnak majd bennünket.**

Mezőberény, 2025. szeptember 1.

Tóth Olivér  
testnevelés munkaközösség-vezető  
Aktív Iskola / Mentoriskola koordinátor



A PROGRAM



**Magyar Diáksport Szövetség**  
1063 Budapest, Munkácsy Mihály u. 17.  
aktiviskola.hu