

Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Egyesület Oktatási Szabályzata

A jelen oktatási szabályzat célja, hogy megfelelő keretbe és egységbe foglalja az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Egyesület oktatási tevékenységének elvárásait az oktatóképzés, az oktató továbbképzés és módszerfejlesztés témakörében.

E szabályzat érvényesítése biztosítja, hogy az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer iránt érdeklődők a módszer oktatására alkalmas és megfelelően felkészült, Kártyikné Benke Etka, a módszer megalkotójának szellemiségét követő oktatók által részesüljenek elméleti és gyakorlati oktatásban.

I. Meghatározások

1. Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer meghatározása

Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Kártyikné Benke Etka által kidolgozott módszer. Egyetlen más módszerrel sem ellentétes, hanem kiegészíti azokat. A módszer az ember veleszületett ősi, erő felszabadító természetes légzésének, testtartásának, mozgásának állandó alkalmazását jelenti az élet minden pillanatában. Alkalmazása az emberi elme és test együttes edzését valósítja meg, melynek során minden testi és szellemi tevékenység hatásosabban, életörömmel végezhető, harmóniában a létünket fenntartó erőkkel. Célja a természet, önmagunk, egymás és az élet megértése, tisztelete, az egyén saját képességeinek és lehetőségeinek, az állandó továbbfejlődés bölcsességének, a valóságos öntudatnak a felismerése, az élni tudás művészetének alkalmazása.

2. Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatás

Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatása „Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer képzett oktatója” elnevezésű, névre szóló tanúsítvánnyal rendelkező, az egyesületi előírásoknak és a vonatkozó jogszabályok szerinti feltételeknek megfelelő személy által tartott – nem oktatóképzésnek vagy továbbképzésnek minősülő - foglalkozás.

3. Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatóképzés

Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatóképzése az egyesületi feltételeknek megfelelő oktatók képzésére irányuló tanfolyami oktatás.

4. Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer tanúsítvánnyal rendelkező oktató meghatározása

EJEM tanúsítvánnyal rendelkező oktató az a személy, aki „Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer képzett oktatója” elnevezésű, névre szóló tanúsítvánnyal rendelkezik és megfelel az egyesületi előírások és a vonatkozó jogszabályok szerinti feltételeknek.

Az egyesületi feltételek alapján EJEM tanúsítvánnyal rendelkező oktató az a személy, aki az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszert gyakorló és annak szellemiségét követő személynek minősül, és az egyesület előírásainak megfelelő oktatóképzésben tanfolyamot végzett, s erről szóló tanúsítvánnyal rendelkezik, de nem aktív oktató.

5. Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Oktató meghatározása (továbbiakban: EJEM Oktató)

EJEM oktató az a személy, aki „Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer képzett oktatója” elnevezésű, névre szóló tanúsítvánnyal rendelkezik és megfelel az egyesületi előírások és a vonatkozó jogszabályok szerinti feltételeknek.

Az egyesületi feltételek alapján EJEM oktató az a személy, aki az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer képzett oktatója tanúsítványt szerzett és éves oktatói továbbképzéseken részt vesz, továbbá gyakorolja, rendszeresen oktatja a módszert vagy egyéb módon rendszeresen részt vesz az egyesületi tevékenységben, a módszer megismertetésében, fejlesztésében.

A jelen oktatási szabályzat kiadása előtt szerzett Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatására feljogosító tanúsítványok birtokosai különbözeti vizsga teljesítése esetén jogosultak az egyesületi feltételek szerint EJEM Oktató név használatára. A különbözeti vizsga letétele után a jelen egyesületi oktatási szabályzat alapján EJEM Oktató tanúsítványt kapnak, mely azonos értékű a tanfolyami oktatás keretében megszerezhető tanúsítvánnyal.

Rendszeres oktatás évi kötelező minimuma: 33 óra (1 óra = 60 perc) az egyesület részére bejelentett foglalkozás. A minimumnál alacsonyabb mérték elismerésére indokolt kérelemre, a továbbképzés résztvevőinek javaslatai alapján, az EJEM Vezető-Oktatók döntése alapján van lehetőség.

Továbbképzés éves minimum óraszám: 16 óra. Előző év többlet-óraszám kérelemre a következő év kötelező óraszámába beszámít.

Továbbképzési tanúsítvány: a továbbképzések teljesített óráit az egyesület által hitelesített egyedi nyilvántartásban az EJEM Vezető-Oktatók igazolják, illetve az egyesület nyilvános internetes felületén a teljesített órák közzétételre kerülnek.

Más módszerrel történő együttes alkalmazás oktatási időként elismerése:

A módszer kiegészítő jellege miatt más módszerek oktatása, gyakorlása során is alkalmazható, ha az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer, illetve elemeinek oktatása úgy történik, hogy minden egyes résztvevő képessé válik az EJEM nevesített alkalmazására és a többi módszertől történő megkülönböztetésre. Az EJEM Oktató által más módszerrel történő együttes alkalmazás csak akkor számít EJEM oktatásnak, ha ezt az egyesület részére az oktató bejelenti és azt az EJEM Vezető Oktatók jóváhagyják. Az együttes alkalmazás tapasztalatairól az EJEM Oktató a továbbképzéseken vagy az EJEM Vezető Oktatók által meghatározott egyéb módon beszámol.

6. Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Vezető Oktató (továbbiakban EJEM Vezető Oktató)

Az EJEM Vezető Oktatók olyan EJEM oktatók, akik érvényes vezetői megbízással jogosultak az EJEM oktatók képzésére, továbbképzésre. A vezetői megbízási jogosultságot az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Egyesület vezetősége adja, egyúttal ellátja az EJEM Vezető-oktatók és az EJEM Oktatók szakmai felügyeletét. A jogosultság adható, visszaadható és visszavonható.

7. Az oktatás egyesületi felügyelete

Az egyesületi oktatás felügyeletét az egyesület vezetősége látja el.

A felügyeleti, a Vezető Oktató kiválasztási tevékenysége során figyelembe veszi az egyesületi tagsági jogviszonnal rendelkező EJEM oktatók, EJEM vezető oktatók szakmai állásfoglalásait. Vita esetén az oktatók minősített többségű állásfoglalása alapján dönt.

Az EJEM Vezető Oktató megbízási jogosultságot az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer Egyesület vezetősége adja, egyúttal ellátja az EJEM Vezető Oktatók és az EJEM Oktatók szakmai felügyeletét. A jogosultság adható és visszavonható.

8. EJEM oktatók szakmai fokozatai

Az egyesületi tevékenységben, az oktatásban töltött gyakorlati idő és a továbbképzéseken való részvétel (aktív oktatói idő) alapján a növekvő szakmai tapasztalat egyesületi elismerése különböző szintű oktatói fokozatok adományozásával és az egyesületi internetes felületeken történő közzététellel történik. Az egyes fokozatok között három év igazolt aktív oktatói időnek kell eltelni.

- 3. év után – EJEM Bronz-fokozatú Oktató
- 6. év után – EJEM Ezüst-fokozatú Oktató
- 9. év után – EJEM Arany-fokozatú Oktató
- 12. év után - EJEM Gyémánt-fokozatú Oktató

A szakmai fokozat adományozása az EJEM Vezető Oktatók által a továbbképzéseken, oklevélbe foglaltan történik.

A jelen oktatási szabályzat kiadása előtti aktív oktatói idő elismerésére egyesületi tagoknak, különbözőzeti vizsga letételét követően van lehetőségük.

9. EJEM Mester Oktató

Etka Anyó oktatási hagyománya szerinti legmagasabb szintű oktatói megnevezés. A módszer alapítója a mesterválasztás feltételrendszerét nem hagyta ránk, ezért ennek a jognak a gyakorlására – mivel az egyik mester-oktatót az egyesületünk adta - az egyesületünk is jogosult.

A jelen oktatási szabályzat kiadásával mesteri címre csak gyémánt fokozatú EJEM Oktató jelölhető az igazolhatóan példaértékű oktatói és egyesületi tevékenység elismerésére.

A mester cím adományozására az oktatói közösség különösen minősített többségű (80% támogató) javaslatára az egyesületi tagság ülésén, a tagság különösen minősített többségű támogatásával kerülhet sor.

10. Oktatásfejlesztő Munkacsoport

Az EJEM Vezető Oktatók az oktatási tapasztalatok elemzésével gondoskodnak a módszer, a tananyag, az oktatási módszerek fejlesztéséről. Ennek keretében eseti munkacsoportokat hozhatnak létre az EJEM oktatók és az elemzés tárgya szerinti külső szakértők bevonásával.

11. Egyéb egyesületi oktatások

Az EJEM Vezető Oktatók egyéb egyesületi oktatásokat is szervezhetnek, melyeknek célja az érdeklődők módszerrel kapcsolatos – nem oktatói képzés keretében történő – oktatása. Az egyéb oktatásokon való részvétel az oktatók számára a továbbképzési óraszámába beszámít.

5. A 300 órás Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatóképzésének tartalma:

| <i>Tantárgy</i> | <i>Előírt minimális óraszám</i> | <i>Elsajátítandó tananyag leírása</i> |
|--|---------------------------------|--|
| Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer | 140 óra | Az erőgyűjtő módszer lényege, kialakulása, a jóga alapjai, a minőségi légzés és mozgás elsajátítása, tudatos, állandó alkalmazása. A természetes testmozgás elmélete, szervezete. A testbeszéd fontossága, éber pihenés és célzott meditáció elsajátítása. |
| Sportegészségügyi ismeretek | 20 óra | Anatómiai és élettani alapismeretek. Elsősegélynyújtás. Egészségfejlesztés |
| Pedagógiai alapismeretek, Életbölcseesség, Etika | 20 óra | EJEM oktatók kötelességei. A módszert megalapozó életbölcseesség megismerése. Etikai kódex |
| Oktatási módszertan | 110 óra | Alapfogalmak és javasolt gyakorlatok. Gimnasztikai alapismeretek elsajátítása. Foglalkozásvezetési alapismeretek. A módszer bemutatásának alapelvei, a végrehajtás figyelemmel kísérése, segítése, versek, mondókák, dalok alkalmazása a foglalkozásokon. |
| Szervezési ismeretek | 10 óra | Szabadidős programszervezés, táborszervezési ismeretek. Reklám, marketing, civil szervezetekre, természetgyógyászatra vonatkozó alapismeretek |
| Intenzív oktatóképző táborok | - | A képzés ideje alatt legalább két alkalommal kötelező a részvétel. Óraszám a kötelező képzési időbe beszámít. |

Az oktatási minimum szint meghatározásának célja, hogy a tanfolyam akkor felel meg a minimális követelményeknek, ha legalább 300 óra időtartamú, szervezett oktatóképzési helyszíneken és intenzív oktatóképző táborokban vezető EJEM oktatók irányításával történik, valamint a tanfolyam az elsajátítandó témákat oktatja.

A képzési időn túl a jelölt oktatási tevékenységet végez, és/vagy más által tartott foglalkozásokon megfigyelői vagy segítői feladatot lát el, egyéni fejlődése előmozdítására konzultációkon vesz részt.

II. Az oktatás és vizsgáztatás rendje

Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer eredményes továbbadásához az egyesület oktatóképzésre feljogosított oktatókat biztosít.

Az oktatóképzéshez megfelelő, tiszta, rendezett, jól szellőztethető helyiséget, vagy az előbbi feltételekkel rendelkező szabad teret kell biztosítani.

Az EJEM oktatói tanúsítvány minőségét, értékét, megbecsültségét a szakszerű oktatás, szakszerű, korrekt és objektív vizsgáztatás garantálja.

1. Az oktatás és vizsgáztatás folyamatának pontos leírása

1/1. Képzés és felkészítés a vizsgákra

- ◆ **Az első képzési szint eléréséhez** minimum **100** képzési óra szükséges. Az elsajátítandó tananyag: az Erőgyűjtő Módszer alapjai, anatómia és elsősegély-nyújtási ismeretek.
- ◆ **A második képzési szint eléréséhez szükséges vizsgára** újabb **100** óra képzés után jelentkezhet a jelölt. Az elsajátítandó tananyag: foglalkozásvezetési ismeretek, egészségfejlesztési alapismeretek, az etikai kódex ismerete, oktatók kötelességei, a módszer filozófiai háttere, valamint szervezési ismeretek. A szint eléréséhez 1 év gyakorló oktatói idő szükséges.
- ◆ **A harmadik, és ezzel a jelenleg legmagasabb képzési szint** újabb **100** óra teljesítése után érhető el. Elvárás a teljes képzési anyag elsajátítása elméletben és gyakorlatban, valamint 2 év igazolt gyakorló oktatói gyakorlat.
- ◆ **Különbözeti vizsga:** A jelen oktatási szabályzat kiadása előtt szerzett Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatására feljogosító tanúsítványok birtokosai számára szervezett vizsga.

1/2. Az Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatóképzés tananyaga

- Etka Jóga Erőgyűjtő Módszer tananyag I-II-III

Kártyikné Benke Etka tananyagként szolgáló könyvei, kép és hanganyagok:

- ◆ Lélegzünk és létezünk
- ◆ Érezzük és élvezzük, hogy lélegzünk, mozdulunk – ott, ahol vagyunk
- ◆ Hasznos tanácsok zsebkönyve
- ◆ Tudatosítom életem az erőgyűjtő módszerrel - zsebkönyv
- ◆ Nap és a Föld között című könyvek
- ◆ CD, AUDIO, VIDEO, DVD kép- és hanganyagok

Az oktatási anyagokat a képzési helyeken lehet megvásárolni.

1/3. A vizsgákra való jelentkezés feltételei:

- ◆ Érettségi bizonyítvány (a tanfolyam elkezdésekor bemutatandó a jelentkezés helyén)
- ◆ A képzésben eltöltött idő a képzési hely által igazolva.
- ◆ A gyakorló oktatói tevékenység igazolására minimum 32 óra foglalkozás jelenléti ívei (helyszín, időpont megjelölésével, résztvevők aláírásával), illetve a csoporttal nem rendelkező gyakorló oktató minimum 32 óra, különböző időpontokban a saját, egyszemélyes oktatásáról készített videofelvétellel vagy egyéb digitális képrögzítő eszköz felvételével igazolhatja a gyakorlást.
- ◆ A jelen oktatási szabályzat kiadása előtt szerzett Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatására feljogosító tanúsítványok vagy más azzal egyenértékű, a vizsgabizottság által elfogadott, a módszert tanító képzés tanúsítványa.

Az egyesület vezetősége - három hónappal a vizsga előtt - értesíti a jelölteket a vizsga időpontjáról, helyéről és a vizsgázás módjáról.

A vizsga idejére az egyesület vezetősége minimum 2 főből álló vizsgabizottságot hoz létre.

A vizsgáztatás írásbeli és szóbeli módjának olyannak kell lennie, amely értékelhetővé teszi az oktató jelölt rátermettségét, átfogó elméleti és gyakorlati felkészültségét. A szóbeli vizsga tükrözze a jelölt előadói alkalmasságát. A gyakorlati vizsgán a jelöltnek képesnek kell lennie a kihúzott tételben szereplő gyakorlatok oktatásának bemutatására.

Az írásbeli vizsgaanyagok és a vizsgáról készült jegyzőkönyv öt évig megőrzendők az egyesület irattárában. A foglalkozásokról szóló video vagy egyéb digitális képrögzítő eszközzel készült felvételt - másolatkészítés vagy mások számára megtekintés biztosítása nélkül - a vizsgabizottság a vizsgázó részére visszaadja.

A vizsgajegyzőkönyv és a kiadott tanúsítványok sorszámait, tulajdonosainak nevét és a kiadás időpontját nyilvántartásba kell venni.

A folyamatos szakmai fejlődés és minőségbiztosítás érdekében az egyesület a vizsgázott és működő Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatók részére rendszeres évi továbbképzést ír elő.

1/4. Vizsgakövetelmények

1/4.1. Az első képzési szint elérése.

- a) Írásbeli dolgozat elkészítése, melynek tartalma az Etká Jóga Erőgyűjtő és Fejlesztő Módszer alapjainak bemutatása egy 30 perces foglalkozás keretében. A dolgozatot a vizsgát megelőzően egy héttel korábban elektronikusan kell elküldeni a vizsgabizottsághoz
- b) Szóbeli vizsgát kell tenni a módszer elméletéből, írásbeli vizsgát anatómiából és elsősegélynyújtásból.
- c) Gyakorlatban kell bemutatni az írásbeli dolgozatból egy, - a vizsgabizottság által kijelölt részt.

A dolgozat elkészítéséhez konzultációt lehet kérni a tanfolyamon, illetve az előkészítőkön.

1/4.2. A második képzési szint elérése.

- a. A második képzési szint eléréséhez 1 év EJEM oktatói gyakorlat igazolása szükséges oly módon, hogy a gyakorló oktató az egyesület vezetőségének írásban bejelenti az általa megtartott oktatási gyakorlat kezdetét, a foglalkozások helyszínét és időpontját vagy jelzi, hogy gyakorló csoport hiányában egyszemélyes oktatást tart, melyről video vagy egyéb digitális képrögzítő eszközzel felvételt készít.
- b. Írásbeli dolgozat elkészítése, melynek tartalma az Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer 90 perces foglalkozástervezete. A dolgozatot a vizsgát megelőzően egy héttel korábban elektronikusan kell elküldeni a vizsgabizottsághoz.
- c. Szóbeli vizsgát kell tenni foglalkozásvezetési ismeretekből, írásbeli vizsgát az egészségfejlesztési alapismeretekből, szervezési ismeretekből, az oktatók kötelességeiből, valamint az etikai kódex ismeretéből.
- d. A gyakorlati vizsgán be kell mutatni a jelölt által írásban leadott anyagból a vizsgáztatók által kiválasztott részt (gyakorlatvezetés csoporttal).

1/4.3. A harmadik képzési szint elérése.

- a. A harmadik képzési szint eléréséhez újabb 1 év EJEM oktatói gyakorlat igazolása szükséges oly módon, hogy a gyakorló oktató az egyesület vezetőségének írásban bejelenti az általa megtartott oktatási gyakorlat kezdetét, a foglalkozások helyszínét és időpontját vagy jelzi, hogy gyakorló csoport hiányában egyszemélyes oktatást tart, melyről video vagy egyéb digitális képrögzítő eszközzel felvételt készít.
- b. Vizsga előkészítő oktatóképző táborban egy 30 perces előadás megtartása az Etká-jóga Erőfejlesztő Módszer bemutatásáról a vizsgázó által kiválasztott célközönségnek (pl. pedagógusok, szülők, munkahelyi vezetők, egészségügyi szakemberek, sportolók, iskolás gyerekek, stb.).
- c. Vizsgadolgozat elkészítése, amelyben a vizsgázó domborítsa ki a módszer jelentőségét saját tapasztalata és az általa megtartott foglalkozásokon résztvevők tapasztalatai alapján. A harmadikos tananyag mellékleteként kiadott kérdésekre adott válaszokat építse be a dolgozatba. A vizsgát megelőző 30 nappal előbb a dolgozatot elektronikusan meg kell küldeni a vizsgabizottságnak.
- d. A szóbeli vizsgán a harmadikos tananyagban felsorolt könyvrészletek tartalmának értelmezése és egy 20 perces foglalkozás keretébe foglalása, előadása. A vizsgázó által megjelölt 10 Etká versből a vizsgabizottság által kiválasztott vers elmondása.

1/4.4. A különözeti vizsga

- a. A különözeti vizsgára jelentkezéshez a jelen oktatási szabályzat kiadása előtt szerzett Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer oktatására feljogosító tanúsítvány és a jelentkezés előtti egy évben teljesített EJEM oktatói tevékenység igazolása szükséges oly módon, hogy az oktató az egyesület vezetőségének írásban bejelenti az általa megtartott oktatási gyakorlat kezdetét, a foglalkozások helyszínét és időpontját vagy jelzi, hogy csoport hiányában

egyszemélyes oktatást tart, melyről video vagy egyéb digitális képrögzítő eszközzel felvételt készít.

- b. Írásbeli dolgozat elkészítése, melynek tartalma az Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer 90 perces foglalkozástervezete. A dolgozatot a vizsgát megelőzően egy héttel korábban elektronikusan kell elküldeni a vizsgabizottsághoz.
- c. Szóbeli vizsgát kell tenni a módszer elméletéből a harmadikos szóbeli vizsga feltételei szerint.
- d. Az írásbeli foglalkozástervezet gyakorlatban, csoporttal történő bemutatása.

A vizsgadolgozat alaki követelményei

Terjedelme: legalább 5 gépelt oldal, 14-es betűnagyság szimpla sorköz.
Borítóoldal:

Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer Egyesület

VIZSGADOLGOZAT

Név

Lakcím

Telefon:

e-mail:

dátum

Az oktatóképzésben résztvevőnek a megkezdett képzést 5 éven belül kell befejeznie, ellenkező esetben a megszerzett vizsgái érvényüket veszítik.

Az egyesület garantálja, hogy az oktatás feltételeit tanfolyami időszakon belül nem változtatja meg. A tananyaggal és a szabállyal kapcsolatos esetleges változtatást mindig az oktatási év kezdetén teszi közzé.

2. Egyéb rendelkezések

2/1. Bekapcsolódás a képzésbe

Korábbi képzésekben Etká jóga oktató, jelenlegi, más egyesületben folyó képzésben Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer gyakorló oktató, Etká Erőgyűjtő Módszer gyakorló oktató végzettséggel rendelkezők bekapcsolódhatnak a képzésbe az igazolt végzettség, képzési idő és gyakorlati idő igazolásával, beszámításával.

2/2. Képzési szintekhez tartozó jogosultságok

A vizsgázók a képzési szintek teljesítése esetén tanúsítványt kapnak, amelynek birtokában - az első fokozat teljesítésével - egy évig, - a második fokozat teljesítésével - két évig gyakorló oktatóként gyakorolhatnak. A harmadik fokozat megszerzésével válnak az Etká Jóga Erőgyűjtő Módszer képzett oktatóivá.

2/3. Oktatók továbbképzése

A képzett és működő oktatók kötelező jelleggel továbbképzésen, tapasztalatcserén vesznek részt a meghirdetett képzési helyeken. A továbbképzésen részt vevő oktatók nevét az egyesület a honlapján közzé teszi.

3. Záró rendelkezés

Jelen szabályzat az egyesület 2015. június 6-án megtartott közgyűlésének 7/2015.06.06 határozata szerint hatályba lépett.

Miskolc, 2015. június 6.

Káposztáné Borsi Erzsébet
az egyesület elnöke