

## RELAXÁCIÓS TECHNIKÁK – OKTATÁSI PROGRAM

### **A tananyagsorozat-vásárlásról és tanfolyamról általában:**

A tanfolyam tartalma: Az ELO Könyvkiadó Kft. tananyagsorozata és az Európai Levelező Oktatási Kft. képzése.

Az ELO Könyvkiadó Kft. ügyfele teljes tananyagsorozat vásárlására ad le megrendelést, amely tartalmazza a hozzá tartozó valamennyi tananyagcsomagot; kizárólag egyes tananyagcsomagok, vagy tananyagcsomag-részek megrendelésére, valamint lemondására nincs lehetőség. Az ELO Könyvkiadó Kft. az egyes tananyagcsomagokat az ügyfél választása szerinti rendszerességgel juttatja el az ügyfeleinek, a vételár kiegyenlítése ennek megfelelő részletekben történik. Amennyiben az ELO Könyvkiadó Kft. ügyfele a tananyagsorozat-vásárláson túl az Európai Levelező Oktatási Kft. által biztosított képzésben is részt kíván venni, úgy lehetősége van a képzési szolgáltatás nyújtására szerződést kötni az Európai Levelező Oktatási Kft.-vel, és rendkívül kedvező díjazás ellenében jogosult részt venni az ELO cégcsoport tanfolyamain. A tanfolyam keretei között a képzésben résztvevő jogosult az egyes tananyagcsomagokhoz tartozó házi feladatokat, valamint a zárótesztet megoldani és visszaküldeni, az Európai Levelező Oktatási Kft. pedig vállalja ezek szaktanári javítását és értékelését. Tananyagsorozat típustól függően a képzésben résztvevő jogosulttá válik a tanulói oldal, valamint online, tanulást segítő programok használatára (ELOnet, Memoplus). Az Európai Levelező Oktatási Kft. által biztosított képzés az elvégzéséről szóló igazolás kiállításával záródik. A képzés elvégzésének esetleges elmaradása vagy sikertelensége nem érinti az ELO Könyvkiadó Kft.-vel kötött, a tananyagsorozat megvásárlására létrejött ügyletet, amelyet a tananyagsorozatot vásárlónak a képzés elvégzésétől függetlenül is teljesítenie kell.

Az alábbiakban az Európai Levelező Oktatási Kft. Általános Szerződési Feltételek – képzési szolgáltatás nyújtására – alapján nyújtott Relaxációs technikák tanfolyam oktatási programját ismertetjük.

### **A képzés során megszerezhető kompetenciák:**

A képzésben részt vevő az elméleti tananyagsorozat elsajátítása során:

- megismeri a különböző relaxációs technikákat,
- megismeri a relaxáció hatásait a különböző élethelyzetekben,
- megismeri a relaxációs alapszabványokat,
- megismeri, hogyan szabadulhatnak meg a mindennapi stressztől,
- elsajátítja, hogyan oldják a szorongásaikat, félelmeiket.

A tananyagsorozat részletes tartalma a tanfolyami tematikában található.

### **A képzésben való részvétel feltétele:**

A képzésben való részvétel feltétele, hogy a Résztvevő a teljes tananyagsorozatot megvásárolja az ELO Könyvkiadó Kft.-től egyösszegű teljesítéssel vagy részletfizetéssel, továbbá a képzési szolgáltatás nyújtására vonatkozó szerződést elfogadja és a képzés ellenértékét megfizesse.

### **A tervezett képzési idő:**

A képzés idejét a képzésben résztvevő határozza meg azáltal, hogy milyen rendszerességgel kívánja átvenni a tananyagsorozathoz tartozó egyes tananyagcsomagokat.

A képzésben résztvevő a tananyagsorozatot az alábbi ütemekben rendelheti meg:

- a) normál tempó – havonta 1 tananyagcsomag (16 hónap)
- b) késleltetett tempó – kéthavonta 1 tananyagcsomag (32 hónap)
- c) gyorsított tempó – havonta 2 tananyagcsomag (8 hónap)
- d) komplett szállítást tartalmazó megrendelés – teljes tananyagsorozat egyszerre történő átvétele

### **A képzés formája:**

Egyéni felkészülés távoktatással. Az ELO Könyvkiadó Kft. távoktatási módszere rugalmas megoldást kínál a tanulásra. A módszer segítségével a képzésben részt vevő a tananyagsorozatban található információkat kis részekre bontva, egyénileg is feldolgozható formában, otthonában sajátítja el.

A képzésben részt vevő a teljes tananyagsorozat vásárlására ad le megrendelést, amely tartalmazza a hozzá tartozó valamennyi tananyagcsomagot; kizárólag egyes tananyagcsomagok, vagy tananyagcsomag-részek megrendelésére, sem azok lemondására nincs lehetőség. Az ELO Könyvkiadó Kft. az egyes tananyagcsomagokat a képzésben résztvevő választása szerinti rendszerességgel juttatja el (lásd: A tervezett képzési idő).

A képzés keretében az Európai Levelező Oktatási Kft. azt biztosítja, hogy a képzésben résztvevő online úton visszaküldött, a tananyagcsomagokban található házi feladat megoldásokat szaktanár kijavítja, és ezek a képzésben részt vevőnek megküldésre kerülnek, illetőleg a szaktanár igény esetén írásban válaszol a tananyaghoz kapcsolódó további kérdésekre. Az online házi feladat megoldás lehetőségét az ELO cégcsoport honlapján keresztül működtetjük. Az online házi feladat rendszer összeköttetésben van az ügyfélszolgálat nyilvántartásával. A tanfolyam lezárásaként a képzésben részt vevő interneten keresztül – zárótesztet old meg, amelyet szintén szaktanár javít és melynek sikeres teljesítése (legalább 51%-os eredmény), valamint az összes házi feladat megoldása esetén igazolást kap a képzés lezárásáról.

### **A képzés egységei (moduljai), célja, tartalma, terjedelme:**

A tananyagsorozat 16 tananyagcsomagból, ezen belül 32 leckéből áll. A tananyagsorozat mellékletét képezi a letölthető MP3 formátumú hanganyag, ami a tananyagsorozattal kapcsolatos gyakorlatokat tartalmazza.

A tananyagsorozat célja, hogy aktuális ismereteket közvetítsen, és könnyen követhető felépítésével ismeretet adjon a relaxációs technikákról.

Minden tananyagcsomag egységesen épül fel. Minden tananyagcsomagban két lecke van, amelyekben egyaránt találhatóak elméleti ismeretek, gyakorlati példák, esetleírások és feldolgozandó kérdések.

A felépítés lényeges elemét képezik a feladatok, gyakorlatok, amelyek segítik a tananyagsorozat elsajátítását.

Minden lecke végén összefoglalás található, melyben megismételjük a legfontosabb ismereteket, összefüggéseket. A tudás ellenőrzésére minden lecke önellenőrző kérdéseket tartalmaz.

Minden lecke házi feladattal végződik, így a képzésben történő részvétel esetén lehetőséget ad a tananyagsorozat elsajátításának ellenőrzésére.

A leckéket szakirodalmi ajánlások egészítik ki, amelyek feldolgozásával további információkhoz lehet jutni.

### **Az elméleti és gyakorlati óraszámok:**

Tekintve, hogy a képzésben részt vevő egyéni felkészülés révén otthoni tanulással sajátítja el az ismereteket, elméleti és gyakorlati óraszámok kialakítására nincs lehetőség.

#### **Maximális csoportlétszám a távoktatásnál:**

Mivel egyéni felkészüléssel, távoktatással tanulnak a képzésben résztvevők, csoportok nem indulnak. Technikailag az együtt kezelhető tanulók létszámát 500 főben határoztuk meg, ez az egy tanári kódhoz tartozó képzésben részt vevők létszáma.

#### **Jelenléti ív és haladási napló:**

A képzés formája és módszere miatt a jelenléti ív és a haladási napló nem értelmezhető. A képzésben részt vevő haladását az egyes tananyagcsomagok küldésének ütemezése szerint nyilvántartjuk.

#### **A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása:**

A teljesítmény értékelése a tananyagsorozathoz tartozó, az otthoni tanulást és a tananyagcsomag feldolgozását elősegítő házi feladatokkal, valamint a zárótesztel történik.

A házi feladatok küldése online módon történhet.

A házi feladatok megoldására és szaktanár által történő javítására a képzésben résztvevő kizárólag a tananyagsorozat megküldésének végét, azaz az utolsó tananyagcsomagra vonatkozó számla keltét követő egy éven belül jogosult. Ha eddig az időpontig a képzésben résztvevő nem veszi igénybe a házi feladatok megoldását és javítását, a későbbiekben erre már nincs lehetősége. A komplett szállítást tartalmazó tananyagsorozatot kérő képzésben résztvevő a tananyagsorozat kézhezvételét követő maximum 24 hónapig veheti igénybe a házi feladatok megoldását és javítását.

A tananyagsorozat utolsó tananyagcsomagjának kézhezvételét követően a képzésben részt vevő számára lehetőség van záróteszt megoldására, amely online küldhető el.

A házi feladatok és a záróteszt elvégzése során nyújtott teljesítményt az Európai Levelező Oktatási Kft. által megbízott szakmai javítótanár értékeli.

Amennyiben a képzésben résztvevő az online házi feladat beküldési lehetőséget igénybe veszi, saját azonosítóval belépve ELO cégcsoport honlapján hozzáférhet a házi feladataihoz, záróteszthez, azt ott megoldhatja, valamint ezen a platformon kapja vissza kijavított házi feladat, záróteszt értékelését.

#### **A képzésről, illetve a képzés egyes egységeinek (moduljainak) elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei:**

Amennyiben a képzésben részt vevő a teljes tananyagsorozatot átvette, lejárt tartozása nem áll fenn, a házi feladatokat teljes egészében megoldotta és visszaküldte, és a zárótesztet sikeresen (legalább 51%-os eredménnyel) megoldotta, igazolást kap a képzés lezárásáról. Az igazolás nem minősül államilag elismert bizonyítványnak, szakképzettséget és egyéb végzettséget nem biztosít és mindezekkel nem egyenértékű.

#### **Az oktatási program végrehajtásához szükséges személyi és tárgyi feltételek, ezek biztosításának módja:**

Az oktatási program végrehajtását az ELO Könyvkiadó Kft. pedagógus végzettségű termékfejlesztési szakembergárdája, a tananyagsorozat szakmai szerzői, valamint az Európai Levelező Oktatási Kft. által megbízott javítótanárok szakmai kompetenciája garantálja. A tananyagsorozat a belső

minőségbiztosításnak megfelelően Szerzői kézikönyv alapján készül, a képzés módszertanát a Tanári útmutató adja.