

A Testnevelés
Tanítása

20518/

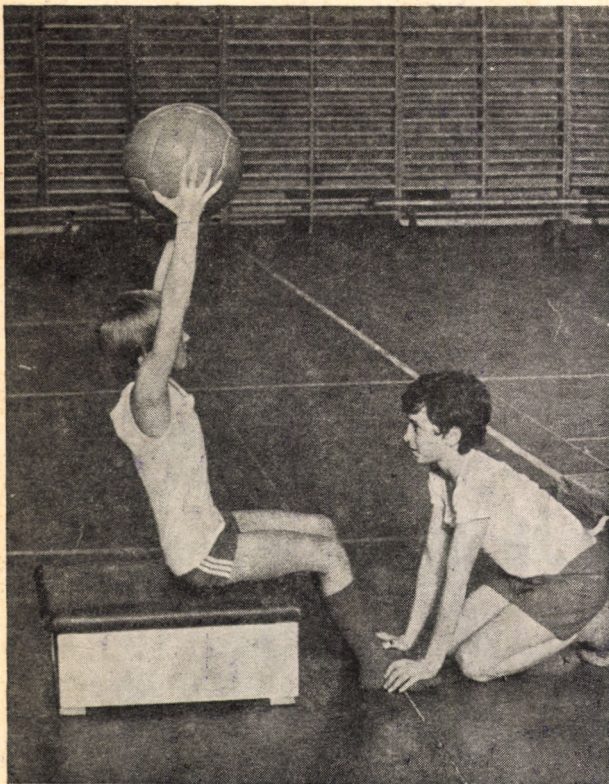
Testnevelés tanítása

XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 1

AZ OKTATÁSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:

Nagy Sándor

Tördelőszerkesztő:

Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztő bizottság:

Burka Endre

Gyenge József

Dr. Kálmánchey Zoltán

Dr. Nagy György

Dr. Székely Gabriella

Dr. Takács Ferenc

Varga Sándor

Várady Géza

Rovatvezetők:

Dr. Andor György

Dr. Csider Tibor

Lovas Albert

Somorjai László

Szentgyörgyi Zoltán

TARTALOM

<i>Várhelyi Györgyné:</i> Beindult az úttörőolimpia	1
<i>Szlatényi Béla:</i> Edzettebb-e két év óta a tanulói- júság?	3
<i>Kovács Tamás:</i> Síoktatás gyermekcipőben II. ...	5
Hozzászólás a teljesítményfüzethez	
<i>Kiss Erzsébet:</i> A teljesítményfüzet és az út- törőolimpiai versenyrendszer kapcsolata ..	11
<i>Szabó István:</i> A teljesítményfüzet egyéves ta- pasztalatai	15
Szakterületünk tudományos életéből	17
Ötletek, újdonságok	19
Sport és nyelv	24
Könyvismertetés	27
Folyóiratszemle	31

E számunk szerzői: dr. Biró Péterné egy docens, Bp.; Fehér Valéria OPI-munkatárs, Bp.; Gergely Gyula testnevelő tanár, Bp.; Kiss Erzsébet testnevelő tanár, Debrecen; Kovács Tamás testnevelő tanár, Bp.; Nagy Sándor OPI-munkatárs, Bp.; Szabó István szakfelügyelő, Győr; Szentgyörgyi Zoltán egyetemi testnevelő tanár, Bp.; Szlatényi Béla testnevelő tanár, Bp.; Várhelyi Györgyné testnevelő tanár, Bp.

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1046 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postafiók: 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető a hírlapkészítő posta-hivataloknál és a Posta Központi Hírlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) közvetlenül vagy postai utalványon, valamint átutalással a KHI 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27,— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hírlapboltban. Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft



Egyetemi Nyomda — 79.5005 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

Beindult az úttörő olimpia

VÁRHELYI GYÖRGYNÉ

Az általános iskolai korosztály új versenyzetési formáját ismertette a Testnevelés tanítása 1979/4. száma abban az időszakban, amikor a versenyrendszer végleges formája kialakult, de a bevezetéssel járó felkészítő munka még nem kezdődött meg.

A 15 éve már jól bevált és nagy népszerűségnek örvendő versenyzési formára ráépült az új versenyzési forma, mely szerkezeti és tartalmi változásokat hozott.

Ennek megismertetésére a tanév kezdetéig széles körű felkészítő munka indult meg a művelődésügyi és sportszakigazgatási szervek, valamint az úttörőszervek részéről. Mire a dokumentumok az iskolákhoz, úttörőcsapatokhoz, sportszervekhez eljutottak, a szóbeli felkészítés befejeződött.

A felkészítő és előkészítő munka értékelésére 1979. VIII. 23-án az Oktatási Minisztériumban került sor, amely kizárólag csak az úttörőolimpia tárgykörébe tartozó kérdésekkel foglalkozott.

Az értekezleten részt vett Hanga Mária oktatási miniszterhelyettes, valamennyi megyei, megyei-városi, fővárosi testnevelés és sport főelőadó, valamint az együttműködésben részt vevő társszervek képviselői.

A beszámolókra felkért előadók Bács-Kiskun, Vas, Komárom és Veszprém megye testnevelés és sport főelőadói, tájékoztatták a megyéjükben végzett felkészítő és előkészítő munkájukról.

Elmondták, hogy a szervezéssel járó feladatokat elvégezték, sikerült a beindításhoz szükséges feltételeket megteremteni. Kialakították a társszervekkel — úttörő és sportszervek-

kel — a munkakapcsolatot, a helyi irányító tevékenységbe bevonták az alsóbb szintű tanácsok szakigazgatási szerveit is.

Vas megyében az előkészítő munkák megkezdéséhez előkészítő bizottságot szerveztek. Felkészítették a szakfelügyelőket, testnevelő tanárokat, sport szakigazgatási szerveket, úttörőszerveket, a tanévben belépő új feladatokra.

Komárom megyében újjászervezték a Megyei Diáksport Tanács mellett működő Általános Iskolai Sportbizottságot, járásonként, városonként 1-1 elnököt jelöltek ki az irányító tevékenység ellátására.

Veszprém megyében felkészítési ütemtervet dolgoztak ki. Felkészítették a szakfelügyelőket, igazgatókat, testnevelő tanárokat. Járásonként, városonként 1-1 felelős vezetőt jelöltek ki. Kialakították az iskolai körzeteket. A rendkívüli tanácskozáson elhangzott beszámolóok arra engedtek következtetni, hogy a kellő előkészítés lehetővé tette a tanévindítással egy időben történő új rendszerű úttörőolimpia bevezetését.

A terveknek megfelelően a tanév kezdetére valamennyi általános iskola, úttörőcsapat, és sportszakigazgatási szerv megkapta az úttörőolimpia dokumentumát. Ezt követte az úttörőolimpiai versenyrendszer melléklete, és e két kiadvány együtt tartalmazott minden olyan tudnivalót, amelyek a versenyrendszer zavartalan lebonyolításához szükségesek.

Az iskolákból érkező információk a művelődésügyi szakigazgatási szerveken keresztül jutottak el a testnevelés-és sportfőelőadókhöz. Ezért nem sokkal a tanév kezdése után részükre ismét országos értekezlet megtartására került sor, és önálló napirendi pont keretében megvitatásra kerültek az úttörőolimpiai versenyek bevezetésének eddigi tapasztalatai.

Az információk alapján egyértelműen bebizonyosodott, hogy a területeken kedvezően fogadták az úttörőolimpiai versenyrendszert. Egyetértettek és elfogadták a versenyrendszer hármas fő célkitűzését; mely szerint a tanév teljes időtartamában, rendszeres és folyamatos sporttevékenységbe kell bekapcsolni a tanulójfjúságot.

A versenyrendszer irányelveinek figyelembevételével elkészültek a megyei vesenykiírások, melyek a sajátosságokhoz, lehetőségekhez és igényekhez alkalmazkodva valószínűsítették meg a központi elképzelést.

A versenykiírás alapján az iskolák nevezési kötelezettségüknek eleget tettek. Pozitívumként került megállapításra, hogy egyes iskolák több csapattal jelezték részvételüket, mint amennyit a versenykiírás számukra meghatározott. Például a Békés megyei Gerendás 8 tanulócsoporttal működő általános iskola 3 sportágban 4 csapattal, atlétika, kézilabda fiú-lány, és labdarúgás sportágban nevezett.

A nevezési határidő betartása Somogy megyében nem okozott szervezési nehézséget. Szeptember 10-ig kellett az iskoláknak nevezéseiket megküldeni a területileg illetékes művelődésügyi osztályra. Az 1. ábra mutatja, hogy Somogy megyében a 218 általános iskola milyen sportágakra nevezett.

Sportág	Nevezett csapatok száma		Összesen
	fiú	lány	
Atlétika	101	89	190
Torna	13	19	32
Úszás	1	1	2
Kézilabda	43	63	106
Kosárlabda	5	2	7
Labdarúgás	66		66
Röplabda	3	2	5

1. ábra

napot. Hasonló megítélés választott Békéscsaba is, ahol hétfői napokon rendezik a körzeti versenyeket.

A szakszövetségek, sportegyesületek is bekapcsolódtak az úttörőolimpiai versenyek lebonyolításába. Kiemelkedett a MLSZ elnökének megnyilvánulása, aki felhívással fordult a megyi labdarúgó szövetségek és sportegyesületek elnökeihez, hogy a rendelkezésre álló személyi és tárgyi feltételekkel segítsék az úttörőolimpiai versenyek lebonyolítását.

Az úttörőolimpiai versenyek eddigi tapasztalataiból messzemenő következtetéseket nem lehet levonni. A körzeti versenyek valamennyi megyében megkezdődtek. A szakmai tapasztalatok értékelésére azonban csak a tanévet

Sportág	Nevezett csapatok száma		Körzet-szám
	fiú	lány	
Atlétika	259	255	65
Torna	85	124	20
Úszás	91	83	10
Kézilabda	131	157	55
Kosárlabda	91	106	37
Röplabda	43	42	10
Labdarúgás	175		33

2. ábra

A nevezések összesítése után került sor a járási, városi, Budapest kerületi körzetek kialakítására.

Fejér megyében a bicskei, dunaújvárosi és móri járásban egységesen 3, a sárbogárdi járásban 4, a székesfehérvári járásban 8 körzetet jelöltek ki.

Fejér megyében talákoztunk azzal a jó kezdeményezéssel, hogy nemcsak testnevelő tanárt kértek fel a körzetfelelősi teendők ellátására, hanem iskolaigazgatókat, igazgatóhelyetteseket, más szakos tanárokat is.

A fővárosban a kerületi körzetek irányítását megbízott sportszervezők végzik. Budapest 297 általános iskolájából az alábbi sportági nevezések érkeztek be (2. ábra).

Az úttörőolimpiai versenyek zavartalan megrendezését jó kezdeményezéssel segítették Győr-Sopron megyében. A tanóra védelmére, a különböző elfoglaltságok koordinálására, valamint a rendelkezésre álló feltételek jobb kihasználására bevezették az egységes sport-

követően kerülhet sor, amikor elegendő mennyiségű és minőségű információ áll rendelkezésre. A területeken közreműködők aktív segítségét kell kérni, hogy a következő tanévtől kezdődően a szerzett tapasztalatokat hasznosítani lehessen.

A korszerűsített úttörőolimpia a Nemzetközi Gyermekévből indult útjára, abban az időszakban, amikor koncentrált figyelem fordult a gyermekek felé. Az új feladat beindításával a többletenergia felszabadult, és megteremtődtek azok a feltételek, melyek a korszerűsített versenyrendszert sikerre vihetik.

„... minden emberi tehetség, akár testi, akár lelki, csak szüntelen gyakorlással, traininggel érheti el legmagasabb fokát, legnagyobb fényességét.”

(Széchenyi István)

Edzettebb-e két év óta a tanulóifjúság?

SZLATÉNYI BÉLA

Bizonyára nem egyedi tapasztalat, hogy a testnevelő tanárok erőteljes érdelemnyilvánítást tanúsítanak az Edzett ifjúságért tömegsportmozgalom hallatán. Találkozhatunk ezzel továbbképzéseken, felügyeleti, vagy célvizsgálatok esetében, de magánjellegű beszélgetés során is. Hozzátehetjük, hogy az érdelemnyilvánítás nem egyforma töltésű; erőteljesebbnek tűnik a bírálókat, az ellenállást, mint az azonosulást, ami fakadhat abból is, hogy a nehézségekre rámutató észrevétel orvoslást igényel, messzebbre hangzik, mint a helyeslés, amelyre csak azt kell mondani: köszönet érte, így tovább!

Ami ebben a jelenségben figyelemre méltó, az az érdelemnyilvánítás hőfoka, a magasztalástól a keserű dühig csapó, vitázó végletek. Enyhe túlzással azt mondhatnánk, hogy amíg a mozgalom szervezésében, irányításában érintett szervek képviselői egy kisebb részénél inkább a rutinjelleg, a közömbösség található meg, a testnevelést tanító pedagógusoknál a végletes indulat.

Úgy véljük a két tényező valahol a valóságban közös gyökérre vezethető vissza, nevezetesen a kívánatos munkamegosztás hiányára.

Kétségtelen az, hogy az indulat, a nem közömbösség valaki részéről fontos jelenség. Jelzés arra vonatkozóan, hogy félti, felelősséggel kezeli a hivatása által határolt területet, érzékenyen minősíti az új tendenciákat, törekvéseket. Magyarán, minden lényeges érdeklődés, ami a testnevelés tanítása és a diáksport területén történik. Jelzés továbbá arra is, hogy egyéni érdekeltységét, feladatainak alakulását, elismerési lehetőségeit mennyiben érinti az új

jelenség, jelen esetben az Edzett ifjúságért mozgalom.

Végül pedig elenyésző mértékben bár, de nem az Edzett ifjúságért mozgalomra illő, más, korábbi, vélt, vagy valós sérelem utórezgése, esetleg személyes tényezők fűtik fel az indulatokat igénylő, vagy elutasító irányba.

Mindezek a tapasztalatok összegezve jelentkeznek a mozgalom kétéves értékelésében. Megfogalmazásuk más, tartalmuk, lényegük ugyanaz. A mozgalom indulása, megtervezése idején folyó viták, alternatív módon eldöntendő kérdések ma már, mint tapasztalat, tényekre alapuló bizonyosság állnak rendelkezésünkre. Megkönnyítve ezáltal a továbbfejlesztés útját. Peldaként csak egyet, a jelvény formában történő „díjazást” említjük.

Tudatában voltunk annak, hogy a jelvények népszerűsége hazánkban nem közelíti meg azt a szintet, mint pl. az NDK-ban, vagy a Szovjetunióban, de számos érv szólt a jelvények bevezetése mellett is. Ma már világos, hogy ez a fajta jelvény — egyfelől — a jelvényforma kizárólagossága nem „megért hatás” a fiatalok körében.

Más területre, a témánk szempontjából fontos területre kanyarodva várható volt, hogy a mozgalom egyik fő lehetőségét, a közös felelősségből fakadó együttműködés lehetőségét nem lesz könnyű kihasználni. Jó esetben meglendül a tanulóifjúság tömeges sporttevékenysége; olyan szervek, személyek, anyagi- és erkölcsi energiák is bekapcsolódnak ennek a fejlesztésébe, amelyeket korábban sem „szép szóval”, sem egyéb módon megközelíteni nem sikerült, rossz esetben viszont a testnevelő tanár, tanárok továbbra is egy (két-három) személyben felelősek (nem főfelelősek, hanem kizárólagos felelősek) a tanulóifjúság testi épüléséért.

A tapasztalat azt mutatja, hogy a mozgalom a legkiegyensúlyozottabb módon ott fejlődött, ahol a szakszerűen ellátott testnevelési órákat, tanórán kívüli sportfoglalkozásokat találjuk; az általános iskolák felső tagozatán és a középokú tanintézeteknél. Ezzel egyidejűleg azonban azt is megfogalmazzák az értékelések, hogy sok helyütt még mindig magára hagyatottan, kevés igazgatói, kartársi, mozgalmi segítséget kapva végzik a tanárok a munkát.

Tekintet nélkül arra, hogy szakfolyóiratban, vagy egyéb sajtótermékben elemezzük a mozgalom egyik-másik vonását, ezeket a hangulati tényezőket figyelembe kell venni, s csak ezután térhetünk ki a címbe rejtett problémára: *eredményezett-e az a két mozgalmi év olyan fejlődést, amely a testnevelés tanításában, a gyerekek edzettebbé válásában tettenérhető?*

Az értékelhető jelenségeket két csoportra oszthatjuk. Az *elsőbe* a közvetlenül érzékelhető, a testnevelés és iskolai sport továbbfejlődését szolgáló hatások tartoznak, a *másodikba* a közvetett módon érvényesülő, nem kevésbé jelentős hatások tartoznak. Közvetlenül ható, jelentős eredmény volt a *testnevelési teljesítményfüzetek* megjelenése.

A törekvés, a gondolat arra vonatkozóan, hogy a testnevelés tanításában alkalmazásra kerüljön egy ilyen típusú segédeszköz, nem új. A nevelési, oktatási tevékenység egyéb területein már bevett gyakorlatként szerepelt. A nemzetközi összehasonlítást is kiálló testnevelési teljesítményfüzetek azonban, több évvel később jelentek volna meg az Edzett ifjúságért mozgalom nélkül. Másfelől ezek a tanárnak, tanulónak, szülőnek oly fontos segédeszközök nem kísérleti jellegűek, (természetes igény időnkénti korszerűsítésük) hanem akkor is megmaradnak, ha esetleg a mozgalom más irányt vesz.

A mozgalom jelentős hatással volt a *létesítményfeltételek javulására* is.

Fennállásának második évében 154,3 millió forint létesítményfejlesztés valósult meg, amelyből a társadalmi munka értéke 32,3 millió forint. Falusi, kisvárosi vonatkozásban ezeknek a létesítményeknek döntő többsége az oktatási intézményekhez kapcsolódik, a tanulóifjúság edzettebbé válását szolgálja.

A teljesítményfüzetekhez hasonló katalizátorszerepet töltött és tölt be a mozgalom az általános iskolások új tanórán kívüli sportolási rendje, az úttörőbajnokságok és úttörő-olimpia kialakulása tekintetében. A versenyes már folynak, a nevezések és a nyomokban kialakított körzetek adatai azt mutatják, hogy közel százezerre tehető azok száma, akik ebben részt vesznek (Budapesten pl. kb. 21 ezer tanuló). Hatalmas — és a korábbi helyzetet ismerők előtt világos —, hogy nem csupán gondolatilag kiszámolt, hanem valószínűsítőleg gyerektömeg ez.

Ami a közvetett hatásokat illeti, ezek közül a legjelentősebb, hogy az Edzett ifjúságért mozgalom szabályzata tartalmában, megközelítési módjában teljesen adekvát, egybeeső a tantárgy-korszerűsítési, ezen belül a tantervi munkálatokkal. Értendő ez alapelveire (választhatóság, öntevékenység, fokozatosság, folyamatosság stb.) is, de a követelménytípusok tartalmára, koncentrikus körökhöz hasonló elhelyezkedésére. Azt is mondhatnánk: kölcsönhatása révén hozzásegít a tanterv cél-és feladatrendszerének megértéséhez — ha „átkapcsolós” módon is.

Egy konkrét példánál megragadva a mondanivalót: elmondhatjuk, hogy az életkori sajátosságoknak megfelelő fizikai alapképességek a tanuló önmagához mért fejlesztése és a teljesítmény mérése lényeges eleme a testnevelési óráknak. Ugyanígy kötelező, szilárd magját képezik mindezek a mozgalom követelményeinek is. S ha a megfelelő reprezentációjú felmérés hiányában nem mondható is el, hogy a teljesítménymérés standardjainak átlagértéke nőtt az Edzett ifjúságért mozgalom „közreműködése” következtében, azt aligha állíthatja bárki is, hogy nem erősödött ez a valószínűség.

Végezetül még egy közvetett hatásmechanizmusra hívjuk fel a figyelmet. A mozgalom pozitív irányba befolyásolta azt a sok esetben laikus, vagy passzív közeget, amelyben a testnevelés az ifjúság testedzése folyik. Lehetőséges, hogy nem olyan mértékben, amint azt a mozgalom irányítóinak egy része véli, de jelentős mértékben hatott a 6—10 éves korú gyermekek szüleire, az iskolák közötti szűkebben-lazábban értelmezhető szociális közegre. Mindezen hatásoknak az erősítése a mozgalom egyik további feladata, hatékonyabb kihasználása, minden munkáját szerető testnevelő tanár érdeke.

„... Én ugyanis igen bölcs dolognak tartom, ha a testiüket okkal-móddal edzzük, épségét neveljük, megtarjuk, bár azért a testi erőt nem tekintem oly kincsnek, mint a testi ügyességet.”

(Széchenyi István)

Síoktatás

— gyerekcipőben II.

KOVÁCS TAMÁS

Cikkünk első részében a gyerekek síoktatásának kérdései közül az oktatási korcsoportokkal (2—5 éveseknek a téli környezet és a sí megszokása, az 5—9 éveseknek az egyszerű irányváltoztatások játékos megtanulása, a 9—12 év közöttieknek a már tudatos sítanulás, míg a 12 évesnél idősebbeknek rendszeres edzéssel a teljesítményfokozás az elsődleges célja), a gyerekek pszichomotoros fejlődésének síbeli sajátosságaival, a megfelelő sífelszereléssel és a telet megelőző un. „száraz” felkészüléssel foglalkoztunk. Ebben az anyagban a gyereksíoktatás módszertani alapjait ismertetjük. Reméljük, hogy az összegyűjtött ismeretek már ezen a télen segítséget adnak a kisdíákok első sílépéseit irányító pedagógusoknak.

A gyereksíoktatás módszertani kérdéseit a tanulás folyamatában tárgyaljuk, hangsúlyozva, hogy szándékunk szerint nincs ellentmondás az előző részben tárgyalt korcsoportokra bontás és a mostani anyag „időtlenése” között. Igazolja ezt az előző számban már megfogalmazott gondolat felidézése: „A felnőtté válást megelőzően a síelést bármely korban elkezdve használható az ismertetendő oktatási folyamat, csak az előző korosztály(ok) ismeretanyagát pótlólag, gyorsítottan kell elsajátítani.”

Cikkünkben most a síléc és hó megszokása, a síklás, lesíklás, valamint az irányváltoztatás témájával foglalkozunk.

A síléc és a hó megszokása

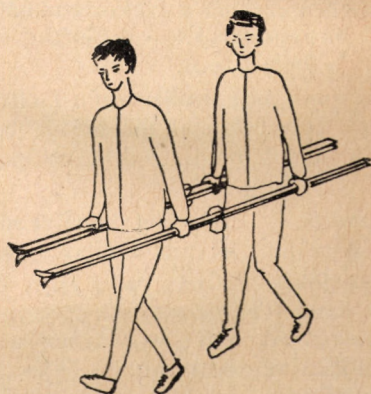
Ehhez az időszakhoz *teljesen sík*, lehetőleg puha, nyomtartó, de nem mély hóval borított

terepet válasszunk. Jól megfelel akár az iskola udvara, vagy egy közeli park is.

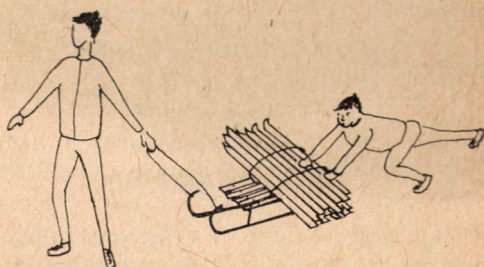
Mielőtt a síelésre sor kerülne, meg kell tanulni a *síléc szállítását*. Felnőtt módra a valószínűleg nehéz és kényelmetlen a gyerekeknek. Számukra az ábrákon látható módon célszerű vinni egyedül (1. ábra), ketten (2. ábra) és csapatostul (3. ábra). Időrendben ezután következik a *síléc felcsatolása*. Emlékeztetőül felhívjuk a figyelmet néhány szempontra:



1. ábra



2. ábra



3. ábra

a havat tisztítsuk le a sícipő talpáról (4. ábra), mindig a lejtés irányára merőlegesen fektessük a hóra a síléceket; először a völgy felőlít csatoljuk fel; ne feledjük bekapcsolni a biztosító zsinórt, ami „pórázon tartja” az eséskor leoldódó lécet.

Ezután már jöhetnek is a *léchez szoktató gyakorlatok*.

Remek szórakozás, és mintegy melleleg jó léczoktató gyakorlat a nyomtaposás (5. ábra).

A különböző járásmódok jól segítik a biztos léczmozgatást, pl. óriás-, törpe-, mackójárás.

Azok is hasznos gyakorlatok, amelyeknél a sílécet eszközként használjuk: a lécz elejére majd végére tett hógolyók magasba ill. távolra rúgása; a lécz végére tett hógolyók feldobása páros léccel felugorva.

A különböző fogócskák, versenyfutások szintén játékos formában adnak nagy léczbiztonságot.

Síklás, lesíklás

Kezdetben ezeknél a gyakorlatoknál is lejtés nélküli nyomtartó hóval borított terepen vesszük a foglalkozást.

Tanuljanak meg sírollerozni a tanítványok (6. ábra). Természetesen mindkét lábbal gyakorolják, majd rendezzünk távcsúszó versenyt.

Jőringezés — szánkóba kapaszkodva (7. ábra). A szánkó kiiktatásával is végezhetik.

Ennyi előkészítés után pedig jöhet az igazi síterep. Kezdetben persze csak egészen enyhe lejtőt válasszunk, ami hosszú kifutóban, vagy ellenlejtőben végződik, ahol a síklás „magától” ér véget. A síoktatási tapasztalat azt mutatja, hogy a léchez szoktatás és az egyenes síklás (lejtés irányban irányváltoztatás nélküli síelés) kiadós iskolázása, begyakorlása később kamatozik, jó alapot adva és meggyorsítva a további sitanulást.

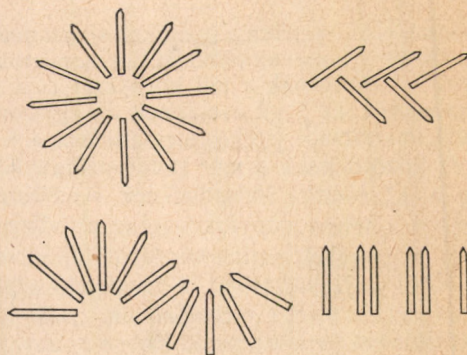
Az *egyenessíklás* igazi síélményt ad.

Az első lecsúszásokat guggolásban (a mély súlypont adta stabilitásra alapozva) végezzék a gyerekek.

Azonos helyről indulva azon versenyezzenek, hogy ki csúszik távolabbra, természetesen bot segítségével nélkül.



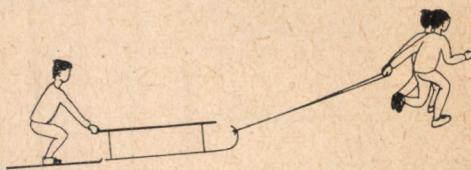
4. ábra



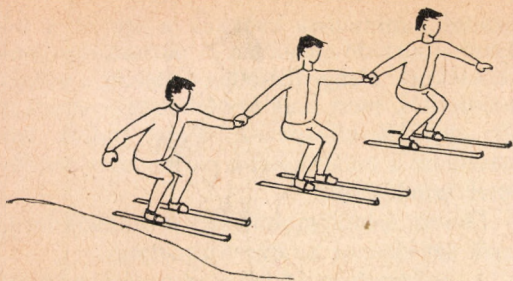
5. ábra



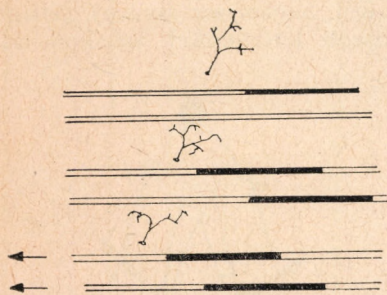
6. ábra



7. ábra



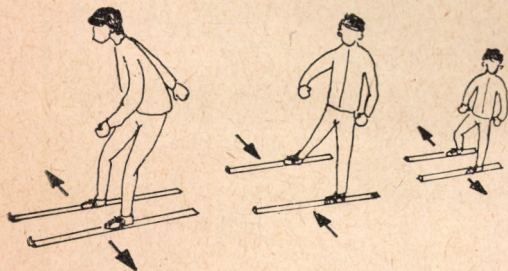
8. ábra



9. ábra



10. ábra



11. ábra

Ketten-hárman egymás kezét fogva csúszszanak le, közben tanári vezénylettel „hullámozzanak”, guggoljanak le és álljanak fel (8. ábra).

Ki tud lesiklás közben havat felvenni és a tanárt megdobni?

A lesikló nyom mellé tett kesztyűt (fenyőgallyat) ki tudja lesiklás közben felvenni?

Lesiklás közben ki tudja többször megemelni egyik-egyik lécét, majd ki tud hosszabban siklani egy lécen?

Az egymás melletti lesiklónyomokon vándoroljanak oldalirányú átlépéssel. Később tegyünk jeleket a nyom mellé (9. ábra) és ezeknél a „váltóknál” lépjenek másik „vágányra”.

Átsielés a síbotokból készült alagutakon és viaduktokon (10. ábra).

Széles és keskeny nyomtáv váltogatása ugrással (11. ábra).

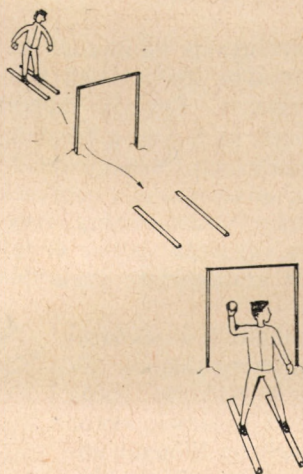
Összefoglaló gyakorlattal „vizsgáztassuk” le a tanítványokat (12. ábra).

Az újabb és újabb lecsúszásokhoz mindig vissza is kell jutni a sílejtő tetejére. Ennek módjai a következők:

Kevésbé meredek emelkedőre a hóba taposott nyom alapján halszálkázásnak nevezett, határozott bottámasszal segített hegymenettel is feljutunk (13. ábra).

Nagyon meredek hegymenethez is jól használható az oldalirányú lépegetés, nyoma alapján a lépcsőzés. Csak arra kell figyelni, hogy a lécek állandóan az esésvonalra (lejtésirányra) merőlegesek legyenek.

Jó szolgálatot tesz és kissé a liftezés előgyakorlatának is tekinthető, ha a felmenetel mellé vastag kötelet (mászó-, húzó- vagy autóvontató kötelekből) feszítünk ki (14. ábra).



12. ábra



A cikk első részében már ismertettük, hogy kisgyermekkorban reflektorikus alapon a gyerekek könnyedén fordulnak új irányba — a tekintetük által vezérelve. Ez történhet az új irányba lépegetve, de elfordulhatnak az ott ismertett „rotációs” technikával, párhuzamos léczvezetéssel is.

Ez utóbbival nem szükséges külön foglalkozni. Ha a gyerekek ösztönösen úgy síelnek, akkor hagyjuk rájuk, de ne ösztönözzük, ne tanítsuk őket.

Az *ellépegetés*, az új irányba lépegetés azonban fontosabb. Alapját képezi napjaink legkorszerűbb technikájának, a lépő lendületeknek.

Az oktatáshoz válasszunk nagyon lapos és sima lejtőt, ahol a hó ne legyen jeges és mély. Csak ilyen körülmények között képesek a gyerekek szorongás nélkül a siklás közbeni váltott lábemelgetésre és az egy lécen siklásra:

Mindenek előtt érdemes átismételni az egyenessiklás gyakorlatai közül a lábemelgetéseket és egy lábom csúszásokat. Az ismétlés után már adhatjuk is a célfeladatot: apró, gyors ellépegetéssel, a csőr nyitásával-zárásával lépegessenek el a gyerekek az esésvonalból, egészen a megállásig (15. ábra). Ezt gyakoroltassuk mindkét irányba, később célul tűzve, hogy minél kevesebb lépéssel jussanak el a megállásig. Kellő gyakoroltság után kapcsoljunk össze két, majd több irányváltoztatást. Rakjunk jelöléseket a hóra, azok kerülgetésével akár versenyezni is lehet... (16. ábra).

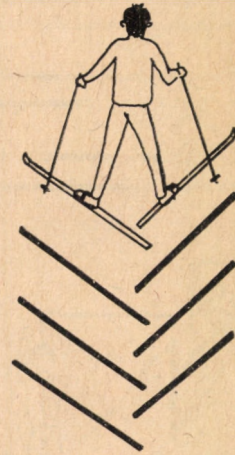
Amikor már tanítványaink könnyedén kanyarognak az új irányba lépegetéssel, szervezzünk páros versenyt. Egymás mögött síelve a hátul levőnek az legyen a feladata, hogy híven utánozza társát. Néhány önálló kísérlet után adjunk tanácsot az elől síelőknek a hirtelen, cseles irányváltoztatásokra, meglepő leguggolásokra, egy lécen síelésre és így tovább. Hangulatos szórakoztató gyakorlás ez tulajdonképpen.

Rövid úton is eljuthatunk a *párhuzamos lendületekhez* a terephullámok felhasználásával. Ha a gyakorló lejtőn nincsenek természetes hullámok, akkor érdemes néhányat építeni. Előnyük abban rejlik, hogy a hullámtetőn átsíelve „automatikusan” tehermentesedik a lécz,

ezáltal minimálisra csökken a lécz és a hó közötti súrlódó ellenállás. A párhuzamos lendületeknek elengedhetetlen feltétele a tehermentesítés, mert csak így lehetséges mindkét lécz egyidejű elforgatása. Ezért tudjuk felhasználni a hullámokat a párhuzamos lendületek tanulásához.

Először a hullámokon síelést tanítsuk meg, csak azt kövesse az irányváltoztatás:

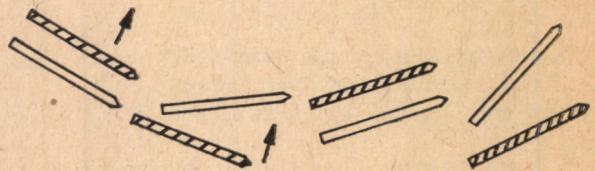
A hullámokon átsíelve arra törekedjünk, hogy a gyerekek súlypontja ne kövesse a hullámok ívét, hanem azt mintegy „átlagolva” a legkisebb kitérésekkel haladjon. Ha ez



13. ábra



14. ábra



15. ábra

„megértve” nem sikerül, akkor használjuk a sítoból készült kapukat kényszerítőnek (17. ábra).

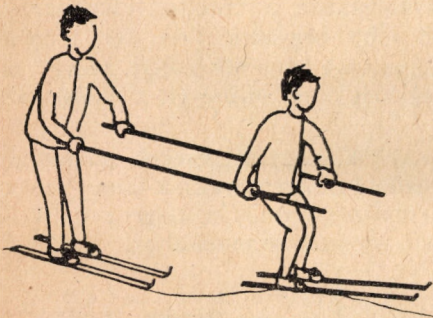
A begyakorlást elősegíthetjük ha egyidejűleg többen végzik a feladatot: kellő hosszúságú rudat használva tandemsíelés (18.



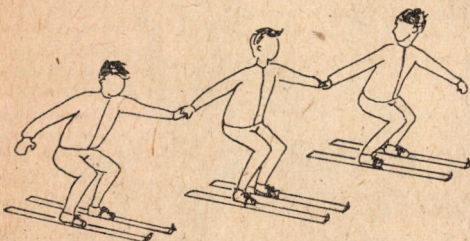
16. ábra



17. ábra



18. ábra



19. ábra

ábra), vagy egymás mellett kézfogással síelés (19. ábra).

Tudatosítsuk a különbséget a kirugózott (hullám-elnyelő) és a merev lábas elrepítő hullámvétel között (20. ábra).

Ezután már következhet is az *irányváltoztatás*; a hullám tetején átsúszva használják ki a lécs tehermentesedését és csavarják valamelyik irányba mindkét lábukat-lécüket:

Először azt adjuk feladatul, hogy a hullámtető után fordítsák a léceket azonnal keresztbe: cél a gyors megállás.

Ha a párhuzamos lécek elforgatásával már mindkét irányba problémamentesen meg tudnak állni, következhet az adagolt irányváltoztatás jobbra-balra, kígyóvonalban (21. ábra).



20. ábra



21. ábra

Innen — a passzív tehermentesítéstől — már csak rövid ugrás az aktív tehermentesítéssel végzett párhuzamos lendületig. Ezt kezdetben eltúlozva, felugrással végezzék, ami aztán természetes módon redukálódik a szükséges mértékűre.

Hóeke, hóeke ívelés

Nem természetellenes, ha többeknek sem sikerül rövid úton eljutni a párhuzamos lendületekhez. Rövid kitérő a hóekézéshez (amit később az ügyesebbeknek is pótolni kell) és máris behozható a hátrány...

A hóekeív oktatásának célja az egyik láb (léc) új irányba forgatásának megtanulása, alkalmazása. Ez közbeeső fokozat a két láb egyidejű forgatásához. Kezdetben kemény, de még képlékeny hóval borított, enyhe, lapos kifutóban végződő lejtőt válasszunk a tanuláshoz.

Különösebb előkészítés nélkül, azonnal a teljes végrehajtást próbálhatjuk. Nyitott léczvezetéses egyenes siklásból egyik lábbal léczforgatás az új irányba: forgáspont a csípőízület, térd befelé, sarok kifelé forgat, eredményeként a forgatott lécz vége távolodik a másiktól, új irányba fordul. A testsúly kezdetben mindkét lábon egyformán oszlik meg, csak később, kellő gyakoroltság után fokozható a forgatott lécz terhelése. A lécek közelítőleg



22. ábra



23. ábra

laphelyzetben (nem az oldalára billentve, élezve) legyenek, mert így könnyű a forgatás (22. ábra).

Ha nem eredményesek az első hóekeivelési próbálkozások, akkor a következő előkészítő és rávezető gyakorlatokat végeztessük:

egyenes siklásból a lécek szétforgatása hóeke helyzetbe, majd csúszás közben egymás mellé engedése, többszöri ismétléssel:

az előző feladatot azzal módosítsuk, hogy egyenes siklásban guggoljanak és a felemelkedést kövesse a szétforgatás;

az egyenes siklás nyomvonala mellé kb. 1—2 méterre tegyünk jeleket, változtatva mindkét oldalra. Síelés közben ezekhez kell a közelebbi síléc végét odaforgatni, ami ívet eredményez (23. ábra).

Amikor a gyerekek már sikeresen végre tudják hajtani az egyszerű hóeke íveket, akkor fokozatosan nehezíthetjük a végrehajtás körülményeit:

síeljenek a tanár által fektetett nyomon;

a hóra tett jelekkel (fenyőgally) készítsünk pályát;

párosával: a hátul csúszó a társa nyomán síeljen;

óriáskígyó: egymás derekát fogva hóekeivelgessen 6—8 gyerek, a tanár pedig lehet az óriáskígyó „feje”.

A gyerekek síoktatásában eddig eljutva a továbbiakban a tanultak alkalmazására, minél jobb begyakorlására kell törekedni. Változassuk a terep nehézségét, az ívek méretét, egymás utáni sűrűségét, a siklás sebességét.

Reméljük, hogy a gyerekek síoktatásának közreadott ismeretanyaga a tanári tapasztalattal ötvözve hasznos segítséget nyújt sok-sok kisdíák örömteli sitanulásához.



Hozzászólás a teljesítményfüzethez

A teljesítményfüzet és az úttörő- olimpiai versenyrendszer kapcsolata

KISS ERZSÉBET

Azok közé a testnevelők közé tartozom, akik a teljesítményfüzet megjelenésekor nem az ezzel járó pluszmunka esetleges terhét éreztem, hanem azt kerestem, hogy beépítve az órák szerkezetébe, hogyan tudnám azt hasznosítani és a tanulók önállóságát, aktivitását segítségével fokozni.

Már az első órán a szokásos feladatok mellett megbeszéltük a füzetrel szemben támasztott követelményeket. Leszögeztük, hogy a testnevelésórák kötelező felszerelési tárgya, íróeszközzel együtt, mint a trikó, cipő, tisztasági csomag stb. Az öltözőbe minden esetben le kell hozni, hogy az órán használjuk-e, vagy sem, azt a szertárfelelőssel minden esetben az óra elején szoktam közölni. Megbeszéltük használatának módját, szükségességét, és megegyeztünk, hogy rendszeres és pontos vezetése az érdemjegyek egyik részosztályzatát képezik.

Általam meghatározott időközökben ellenőrzésemet aláírással igazoltam, néhol megjegyzéseket eszközöltem és az őszi és tavaszi eredmények teljesítése után a szülői aláírást is megköveteltem, hogy előttük is

világossá váljon a gyermek teljesítménye, illetve az őszi eredmények a szülőt is ösztönözzék arra, hogy gyermekükkel szabadidejükben milyen kötött és kötetlen mozgásformát végeztesenek, vagy végezzen együtt a család. Az osztályszülői értekezleteken, fogadóórakon is tájékoztattam a szülőket az ezzel kapcsolatban támasztott követelményekről.

A teljesítményfelmérések alkalmával azt a módszert követtem, hogy egyszerre kb. öt fő végezte az erre alkalmas gyakorlatot (pl. fekvőtámasz, négyütemű fekvőtámasz, labdapasszolás...). Öt tanuló számolta, én az időt mértem és az általam kiválasztott, de előttük nem ismert tanuló gyakorlatát számoltam kontrollképpen. Erre a módszerre rövid idő múlva egyáltalán nem lett szükség, jobban számon tartották egymás eredményeit, mint én. Szerepcserékkel igen rövid idő alatt végezhetünk a felméréssel, amelynek eredményét azonnal rögzítették a munkafüzetbe és rögtön megtörtént a százalékos számítás is. Az ügyesebbek segítették a gyengéket. Ezután erősorrendben felállítottam őket, külön a fiúkat és külön a lányokat, megjegyzésként ösztönözve őket a szabadidőben történő gyakorlásra. A gyors és rendes munka a játékidő növelésére buzdította az osztályt.

Az új versenyrendszer bevezetése még jobban megnövelte a testnevelők feladatát és ennek érdekében feltétlen még fokozottabban kell igényelni a tanulói önállóságot. Ennek szolgálatába lehetne állítani a teljesítményfüzeteket, néhány módosítással. Kapjanak 1-2 oldalt a különböző versenyágak. Előre elkészített táblázaton vezessék a tanulók a különböző szintű versenyeken elért eredményeiket. Kötelező jelleggel a tanórai felméréseket, szorgalmi feladatként a házi, körzeti és magasabb szintű versenyek eredményeit, iskolai vonatkozásait. Például:

ATLÉTIKA 3—4. osztály

Versenyszámok	Ered- mény	Pont- szám	Háziverseny			Körzeti verseny			Megjegyzés
			ered- mény	pont- szám	helye- zés	ered- mény	pont- szám	helye- zés	
30 m síkfutás Kislabdahajítás Távolugrás Mezei futás									

Össz. pontszám:

5—6. osztály
versenyszámai:

60 m síkfutás
kislabdahajtás
400 m síkfutás
távolugrás
—
mezei futás

7—8. osztály
versenyszámai:

60 m síkfutás
kislabdahajtás
600 m síkfutás
távolugrás
súlylökés
mezei futás

Az önálló munka érdekében hasznosnak tartanám a korosztálynak megfelelő pontértéktáblázat közlését.

Tekintettel arra, hogy az atlétika sportágat kiemelt anyagként kell kezelni és legalább a háziverseny kötelező valamennyi tanuló számára, ajánlatos lenne a munkafüzetben néhány jó tanáccsal utalni az egyes mozgásformák képekben, képsorokban történő bemutatására, valamint az alapsportágaknál néhány hasznos szabályismeretre. Például:

FELADATOK

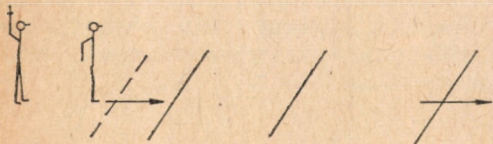
Rajzolj pálcikaemberkéket a megfelelő rajthelyzetben!

guggolórajt

állórajt

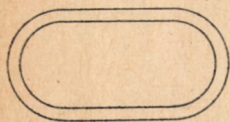
térdelőrajt

A rajtformák vezényszavai:

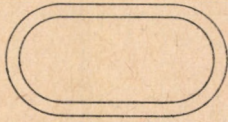


Rajthoz! Vigyázz! Jelre: Start!

Jelöld be a pályán a start és a cél helyét!



400 m-nél



600 m-nél

Mondd el társadnak, hogyan méred ki távolgarásnál a rohamodat!

Hány lábfejet mérsz ki az indulásodhoz?

Melyik lábad van elől az indulásnál?

Tanács a testnevelőknek:

Saját munkánkat könnyíthetjük meg, a tanulókat pedig érdekeltébbé tehetjük a gyakorlás folyamatában, ha eredményeiket folyamatosan figyelemmel kísérhetik az egyes versenyszámoknál. Pl.: a kislabdahajtást végeztessük állandó helyről és ha lehetőség van rá az oldalvonal körül, akár falra, fára olajfestékkel jelöljük be a különböző távolságokat. Biztos támpontként szolgálhat egy pálya állandó mérete, alapvonal távolsága a kidobás helyétől, hatos, 7m-es vonal, 11-es pont, felpálya stb. Így a labda leesésének helyén a tanulók körülbelül ki tudják számolni dobásuk eredményét, így is motiválhatjuk őket gyakorlás közben is az eredményeik javítására.

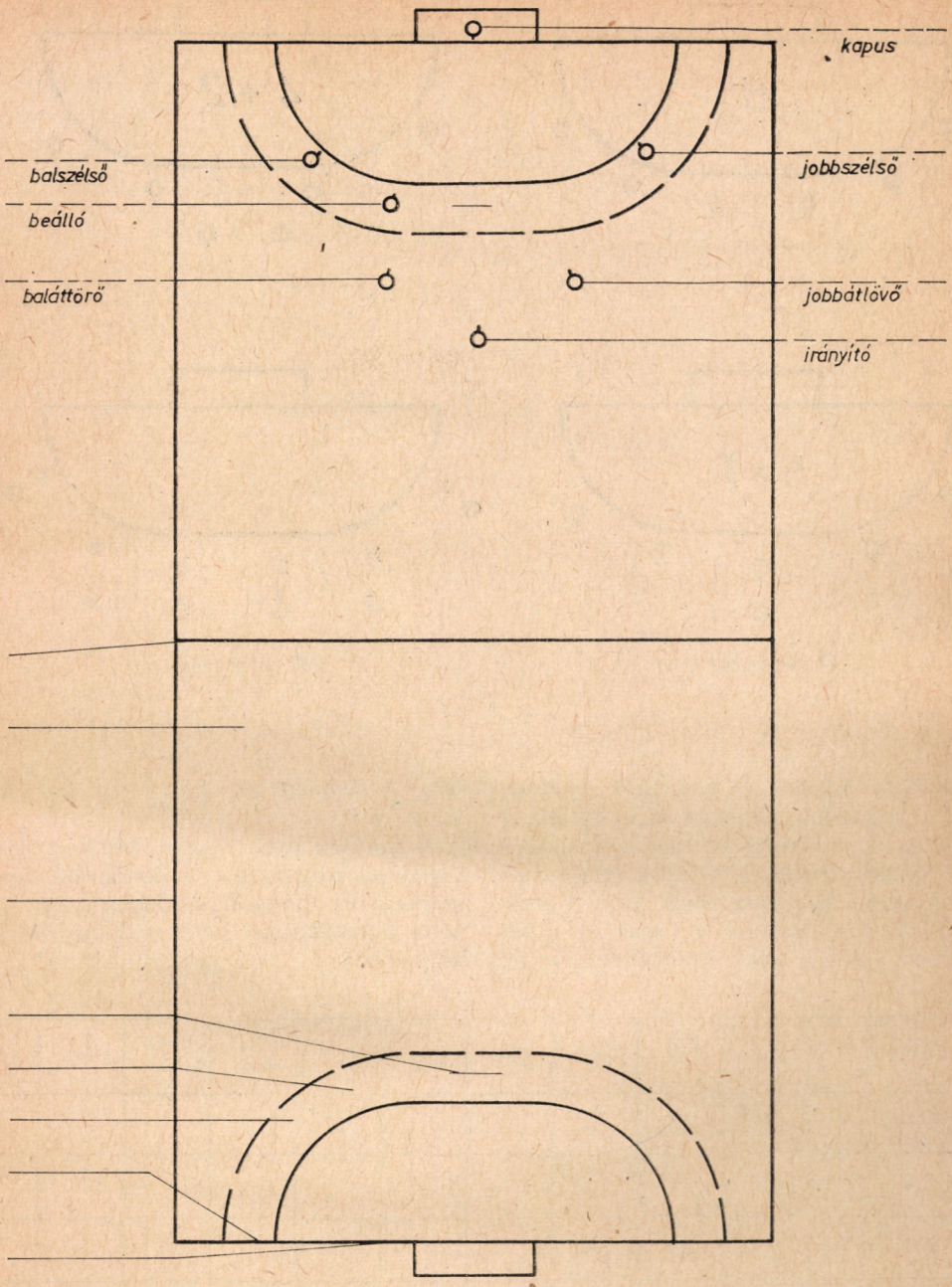
A távolugrógödör szélén beépített vagy beépíthető keretre szintén felfesthetjük félméterenként a rovátkákat és ez is segítségünkre lehet. Az egyszeri befektetett munka később időben is, energiában is sokszorosan megtérül.

Az általános iskolai tantervben szereplő labdajátékok élményszerű megismertetését a következő séma szerint képzelem el. Az egyes sportágak pályarajzaival lehetne kezdeni az ismertetőt. A pályavonalak megnevezését a tanulók töltik ki. A kezdőjátéknál, az alapfelállásnál használatos posztok nevét készen kaphatnák az ábra alatt. Feladatukat abban szabhatnánk meg, hogy az általuk kiválasztott osztály-, vagy iskolaválogatott társaik nevével töltsék ki.

Példaként kiválasztok egy sportágat és ennek mintájára készíthető el a többi labdajátéki is.

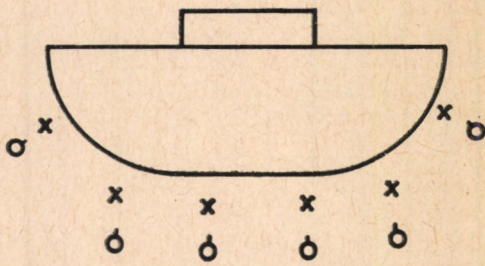
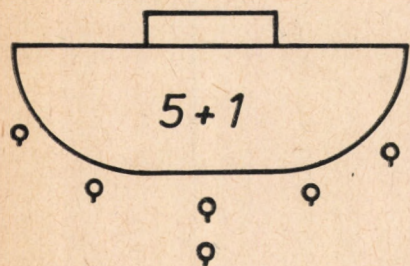
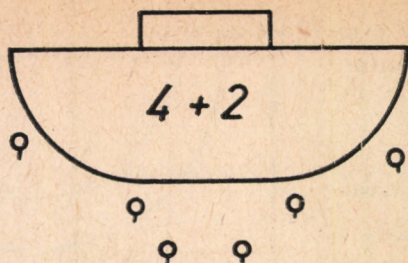
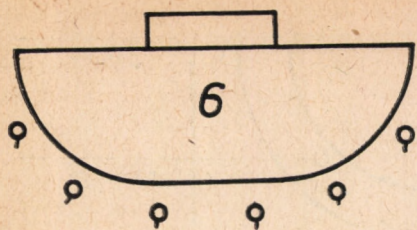
KÉZILABDA

Igen nagy népszerűségnek örvend, fiúk, lányok részéről egyaránt, tömeg-, és versenysport céljára kiválóan alkalmas sportág. Űzhető bitumenes, salakos, füves pályán egyaránt. Nagyon sok iskolaudvaron megtalálható szabályos vagy kicsinyített méretben, a kispályás labdarúgáshoz is igénybevehető pályá.



Feladatok:

- a) A megjelölt posztok mellé írd oda az általad legjobbnak fártott osztály-, vagy iskolaválogatottak nevét. Egyeztesd pajtásaid véleményével!
- b) Nevezd meg a megjelölt pályavonalakat!
- c) Hogyan nevezik az alábbi védekezési formákat? A számok segítségedre lehetnek! (Az ábrák a 14. lapon vannak.)



o támadójátékos

x védőjátékos

Osztályok közötti bajnokságok eredményeinek vezetésére könnyen megtaníthatjuk a gyerekeket. Tömegsport-foglalkozásokon lebonyolításra kerülő mérkőzések vezetésének mintájára vezethetők az órsők közötti eredmények is. A sportfelelős vagy szakköri titkár azután az úttörő-, vagy sportfaliújságon te-

heti közszemlére az egyes évfolyamok eredményeit.

A tanulók ilyen irányú képzésével nagy segítséget nyújthatunk a testnevelő tanárok számára és utánpótlását képezhetjük a felsőbb korosztálynál annyira hiányolt sportaktíváknak.

Osztály	7/A	7/B	7/C	8/A	8/B	8/C	Össz. pont	Gól-arány	Hely	Lőtt gól-jaim
7/A	/									
7/B		/								
7/C			/							
8/A				/						
8/B					/					
8/C						/				
Összesen:									/	

A teljesítményfüzet egyéves tapasztalatai

SZABÓ ISTVÁN

Általános megállapítások

Az elmúlt egy esztendő kevés, hogy a teljesítményfüzetről minden részletre kiterjedő, teljes értékű bírálatot lehessen összegyűjteni. Most ismerték meg a tanulók, de nekünk tanároknak is menet közben kellett megismernünk.

A teljesítményfüzet jól kapcsolódik az új tanterv célkitűzéseéhez. Segíti és színesebbé teszi, kiegészíti a „szabadidősport” kiszélesítését, a tantervi sportágakon kívüli sportokban való tájékozódást. Feltétlenül segíti — az eddig sem mellőzött alapvető elméleti ismeretekben való tájékozódást.

„A teljesítményfüzetek bevezetésével — írja dr. Nagy Tamás — nem testnevelés-elméleti ismeretek elsajátítása, nem a gyakorlati tevékenység háttérbe szorítása a cél, hanem a tevékenység során szerzett tapasztalatszerzést, a sokoldalúbb mozgástanulás érvényre jutását akarjuk elérni.” Ennek szüksége egyetlen testnevelő tanár számára sem volt vitatható. A tanárok teljes egyetértésével találkozott. Megyénk iskoláiban már korábban is találkoztam hasonló kezdeményezésekkel, amelyek számonkérték a tanulóktól a tantervi ismereteket, a tantervi mozgásanyag gazdaságos, célszerű végrehajtásának módját.

A testnevelő tanárok egyetértének a teljesítményfüzet bevezetésével, célkitűzéseit elfogadták és a kezdeti ismerkedés után segítették a tanulókat a füzet használatában. Az eredmények inkább ott jelentkeztek, ahol az év elején több időt fordítottak erre és nem pusztán a tanulókra bízta annak használatát. A tanulók rendszeres segítésére szükség volt.

A tanulók érdeklődése vegyes volt. Sokan érdeklődéssel forgatták, voltak akik feleslegesnek tartották, mások egyéb iskolai elfoglaltságukra hivatkoztak. Gondot jelentett — mert ilyen is volt egy-egy iskolában —

hogy nem, vagy csak jóval később, néha kisebb példányszámban érkeztek meg a füzetek.

Az igazgatók és a tantestületek többsége természetesnek tartotta, hogy a követelmények és igények emelkedésével testnevelés-teljesítményfüzetet is kapnak a tanulók.

Hogyan használtuk a füzetet?

A tanév eleji tájékoztatás után a tanulók a füzetet elhozták a testnevelési órákra, ezt év közben a szaktanárok 2-3 alkalommal ellenőrizték. Sokan a teljesítménymérések idején a füzeteket összeszedték, és az iskolában tartották, kitöltésükkel így nem volt gond. Több kolléga a füzet összegyűjtését, a kitöltés ellenőrzését az osztály sportfelelősére bízta.

A füzeteket időnként összegyűjteni azért is indokolt, mert több tanuló „elkeveri”, nem találja, elveszíti, különösen a szakmunkásképző iskolákban.

A füzet rendszeres használatához adott jó ösztönzést, hogy a füzet rendszeres vezetéseért kétes osztályzat esetén a jobbik osztályzatot kapták a tanulók.

A szakmunkásképző intézetben volt olyan vélemény is, hogy harmadik osztályban a heti egy alkalom, 1 óra kevés, az egyéb feladatok mellett a füzetekre a tanórán alig jut idő, ezért a tanulók a füzetet önállóan használták és töltötték ki.

Hasznosnak bizonyult, hogy a füzet feladatait a tanulók „házi feladatként” teljesíthették.

Nem szakszerű helyettesítési órákon mód és alkalom volt arra, hogy a füzet feladataival foglalkozzanak, de nehézséget jelentett, hogy a tanulók ilyenkor nem, vagy alig tartják maguknál a füzetet.

Összefoglalva: a füzet használata nagyon eltérő, de ha kitöltését egész évre elosztjuk, egy negyedévre 5-6 oldal jut.

Mi tetszett legjobban a füzetekben?

A teljesítménypróbák leírása és kitöltésének módja.

A fejlődést ábrázoló grafikonok.

A sportágak ismertetése.

A teljesítményt befolyásoló, növelő tényezők kiemelése.

Ismerkedj a tornával.

Önfejlődésre készítő adatok rögzítésének lehetősége.

Egészségügyi ismeretek és gyakorlatok leírása.

A „Melyik a helyes válasz” és a Totó feladatok.

Módosítások, javaslatok:

Jó lenne, ha a tantervi követelmények osztyalonyként szerepelnének.

A tantervi anyaghoz kapcsolódó alapvető ismeretek és szabályok ismertetése részletesebb lehetne.

Jobb lenne, ha csupán egy füzet lenne a középiskola négy évére.

A magyar sportolók eredményeinek részletesebb ismertetése még színesebbé tenné a füzeteket.

A „kísérleti” év nem teljes értékű, a szerzett tapasztalatokat azonban a jövő tanévben már jól fel tudjuk használni és így várhatóan sikeresebb lesz a füzet használata.



SZAKTERÜLETÜNK TUDOMÁNYOS ÉLETÉBŐL

Nemzetközi konferencia a testnevelő tanár személyiségéről

Olomouc, 1978. szeptember 17—25.

A szocialista nemzetek kutatási együttműködése keretében 1978 szeptemberében tudományos ülészsakat rendeztek. A konferencia fő témája: *A testnevelő tanár személyiségének alakítása a társadalmi gyakorlat követelményeinek figyelembevételével*. 85 előadás három szekcióüléssn hangzott el:

- a) szociálpedagógiai;
- b) pedagógiai-pszichológiai;
- c) sportmotorikus témakörben.

A pedagógiai-szociológiai megközelítésben a testnevelő tanárt a társadalmi makrostruktúrában vizsgálták. Figyelembe vették azokat a társadalmi, környezeti helyzeti különbségeket, amelyekben, mint sajátos miliőben a testnevelő pedagógiai tevékenységét kifejti. Ezen belül nagy jelentőséget tulajdonítottak azoknak a konkrét életszituációknak, amelyekben a pedagógiai közeg hatását mérték. *A különböző szituációk a testnevelőtől nagyfokú alkalmazkodási képességet igényelnek*, s ha a társadalom a különböző pozíciókban ugyanazt a személyt különbözőképpen értékeli, könnyen vezethet ez az egyén belső konfliktusához, ellentmondások kiéleződéséhez.

Külön érdekes vizsgálati kérdés volt *a testnevelő tanár társadalmi hatékonyságának vizsgálata*, iskolaigazgatók, szülők, tanulók véleményei alapján. Vizsgálták az ún. magas hatékonyságú sikeres tanári csoportokat is, és összevetve a két eredményt azt tapasztalták, hogy a testnevelő tanár a sikeres tanárok listáján a közvélemény alapján csak a 7. helyen áll.

Egy másik vizsgálat *a testnevelő tanár iskolán belüli és az iskolán kívüli sporthoz való kapcsolatát* elemezte. Azt a kérdést boncolva, hogy hogyan éli át, mint pedagógiai folyamatot mind a kettőt, és az iskolán kívüli sportmunkát milyen motívumok alapján vállalja? Első helyen a sportág szerete, második helyen a tanulókkal való foglalkozás igénye és csak ezek után szerepeltek az anyagi tényezők motívumként.

A pedagógiai-szociológiai mikrostrukturális vizsgálatokban a testnevelő tanárjelöltekkel foglalkoztak. A szociális mikrostrukturát ebben az esetben a képző intézmény jelentette. Hangsúlyozottan és több előadásban visszatérő módon szó esett *a tanárjelöltek különböző jellegű alkalmazkodási képességéről*. Más ugyanis a helyzete a felvételizőnek, más a képzésben résztvevőnek a gyakorló tanítások során és a kezdő tanári pozícióban.

Lényeges kérdésekként szerepeltek, a *testnevelő tanárjelölt szociális státuszproblémái a képző intézményen belül*. A hallgatói csoportok, ezeken belül a különböző kapcsolatok; az objektív és szubjektív lehetőségek és követelések közötti konfliktusok hatása a tanárjelöltre. Nevelési eredményvizsgálatok mutatták be mennyire érzik a jelöltek adekvátnak saját életcéljait és hivatásbeli perspektíváikat a képző intézmény kötelező érvényű formáival és tartalmával.

A *pedagógiai-pszichológiai szekcióban* jellemző volt az a törekvés, hogy megkíséreljék meghatározni a *testnevelő tanári személyiségprofil*. Kérdésként merült fel, hogy vajon a testnevelő tanári specifikumokat a személyiségjellemzőkben vagy inkább a motivációs bázis különbözőségeiben kellene-e keresni. Ezért több előadás is foglalkozott a beállítódás és a vezetői képességek viszonyával, a testnevelő tanári pálya iránti vonzalom kialakulását befolyásoló tényezőkkel. Ezek között kiemelt helyen szerepeltek a középiskolai tanulók életeszmenyeit pozitívan befolyásoló testnevelő tanári és edzői példaképek.

Visszatérő probléma volt a *testnevelő tanárjelöltek kiválasztása, a felvételi rendszerek reformjának szükségessége*. Ezzel kapcsolatban vetődött fel, hogy milyenek a testnevelő tanári pályára való alkalmasságnak specifikus tényezői. Bár a motorikus és érzékszervi követelményeket szokták kiemelten kezelni e tekintetben — ezeknek úgy tűnik sokkal nagyobb szerepe van a mozgások elsajátításában, mint a későbbi tanári tevékenységben.

A testnevelő tanári személyiségvizsgálatok egyik alapvető problémájaként fogalmazódott meg, hogy nem helyes ha csak előre gyártott tipológiákban tudunk gondolkodni. Az egyéniségnek ilyenfajta besorolása könnyen vezethet éppen a sajátos karakterisztikájuk elhomályosításához. Lényeges tehát, hogy ne csak a személyiség struktúrája érdekelje a kutatókat, hanem az, hogy az egyéni személyiségvonások kialakítása a képzés folyamatában hogyan történhet.

Dr. Biró Péterné

A. P. Szokolszkij: A megnyitás és a középjáték alapelvei

(Sport, Bp. 1979. 134.)

A könyv céljáról a szerző a következőket írja:

„— E könyv fő célja megvilágítani a megnyitás és a középjáték vezérelveit. Ha korábban beszélhettünk is megnyitásról, középjátékról és végjátékról, amelyek a játszma három fázisát képezik, ma már nagyon nehéz ezeket egymástól elválasztani. Ma ugyanis oly gyorsan halad a megnyitási rendszerek kidolgozása, hogy a megnyitás összefolyik nemcsak a középjátékkal, hanem a végjátékkal is. A megnyitás ma már nem csupán az erők célszerű fejlesztésével foglalkozik, hanem számol a lehetséges bonyodalmakkal is, nemcsak a tervre mutat rá, hanem az útra is, amelyen az megelősítható.

A célból, hogy az olvasó könnyebben megértse a mai megnyitási felépítések finomságait, könyvünkben áttekintjük a megnyitás és a középjáték alapelveit.

Mi a fontos ebben az állásban? Mi legyen a terv? Ezek a kérdések merülnek fel a sakkozásban.

Ha a sakkozó a tipikus módszerekkel tisztában van sokkal könnyebben értékeli az állást, könnyebben tud a fennálló lehetőségek közül választani. Néha le kell térni a kézenfekvő útról, de ha a szabályokat ismerjük, könnyebben megtaláljuk a kivételeket.”

Rendkívül tömören, világosan fogalmazza meg a könyv írója, aki többszörös szovjet bajnok, a megnyitás és a középjáték elveit:

„A sakkjátszmában három szakaszt különböztünk meg: a megnyitást, a középjátékot és a végjátékot. Ez a felosztás természetesen feltételes.

Ahhoz, hogy megérthessük a harc folyamatát a játszmában, meg kell ismerkednünk a megnyitás alapelveivel, amelyek különben gyakran érvényesek a középs- és a végjátékban is.

Az általános feladat, amelyet a sakkozónak a játszma egyik szakaszában sem szabad szem elől tévesztenie: a tiszték és a gyalogok harmonikus fejlesztése. A megnyitásban a következő alapvető elvekre kell ügyelni:

I. A haderő fejlesztése. A tiszteket a leggyorsabban és idővesztés nélkül kell mozgósítani s arra törekedni, hogy az ellenfél hasonló eljárást megakadályozzuk.

II. Harc a centrumért. Legyen célkitűzésünk az, hogy a sakktábla közepét tisztjeinkkel és gyalogjainkkal birtokoljuk, rá nyomást gyakoroljunk, továbbá, hogy a centrumból elűzzük az ellenfél tisztjeit és gyalogjait.

III. Jobb gyalogszerkezet létesítése. A gyalogokat úgy kell elhelyezni, hogy azok eléggé előnyomuljanak, teret nyerjenek a tiszték elhelyezéséhez, mozgékonyak maradjanak, ne torlaszolja el a tiszték útját — különösen nem a centrumban és a vezérszárnyon — és ne legyenek gyengék.”

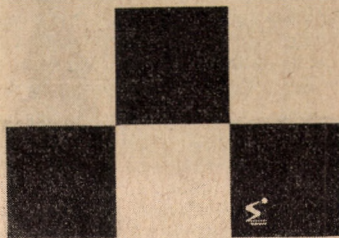
Az általános elvek után részletesen kifejti, szemléletes példákkal bemutatja, hogyan valósulnak meg ezek az elvek a gyakorlatban.

A művet rövid példajátszmák és a teljes játszma mutatója egészíti ki.

J. J.

A. P. SZOKOLSKIJ

A megnyitás és a középjáték alapelvei



Tanulmányok a TFKI kutatásaiból 1977/1978

Főszerkesztő: Arday László
(Testnevelési Főiskola, Bp., 1978. II. 274 p.)

Változatos és színvonalas tanulmányokat jelentetett meg a Testnevelési Főiskola újabb tanulmánygyűjteményében.

Nádori László „Ajánlások a szomatikus nevelés tartalmaira” című tanulmányában a testkultúra jelentőségével, és a szomatikus nevelés és az iskolapolitika összefüggéseivel foglalkozik. Megfogalmazza a szomatikus nevelési tartalmakat meghatározó alapelveket, tendenciákat. Ír a testi fejlődés és mozgásfejlődés, a testnevelés és személyiségfejlődés kapcsolatáról. A javasolt szomatikus nevelési tartalmakat a következő pontokba foglalja:

„1. Ismeretek az ember biopszichikai természetéről, amelyek elősegítik az egyén tevékenységfajtáinak (munka, tanulás, szabadidő) és életmódjának harmonikus alakítását, amelyek alkalmassá teszik az egyént a környezetben végbemenő változások egészségügyi jelentőségének értékelésére, valamint egészségmegőrző tulajdonságok kialakítására. A szomatikus műveltség elemei közé tartoznak továbbá az olyan eljárások, módszerek ismerete, amelyekkel alapvető higiénés szokások, szükségletek teremthetők az egészség megőrzése és fenntartása érdekében. A sport- és játéktevékenység sikeres üzéséhez fontos feltételt jelent a szükséges képzési, fejlesztési eljárások, módszerek ismerete. Ezek birtokában — megfelelő alapképzettség mellett — képes az egyén játékok, sportok önálló elsajátítására, önértékelésre és ellenőrzésre.

2. A játékokban és sportokban való tájékozódás készsége, jártasság a játék- és sporttevékenység jellegzetes területein, továbbá az önálló testedzésre, sportolásra való képesség a szomatikus nevelés alapvető műveltségénél. A változó feltételek mellett testedzés, játék és sportolás az egyén életmódjának, tevékenységének, igényének megfelelően magvalósulhat az egyesületi, versenyszerű sportolás keretében, a munkahelyi, szervezett vagy alkalmi testedzés és sport keretében, a családban, baráti körben, az egyén kondicionáló testedzésének (pl. futás, úszás, evezés, gimnasztika, turisztika stb.) keretében.

3. Fontos nevelési tartalom a köznapi, kulturált viselkedés elsajátítása és a szükséges viselkedésformák készségszintű alkalmazása a mindennapi életben (pl. közlekedésben) és a honvédelmi feladatok megoldásában.

4. A testi működések, a szervezet optimális fejlődésének elősegítése érdekében kedvező környezeti ingereket (napfény, levegő, víz) mindennek előtt, a mozgás ingereket kell alkalmazni. Az alkalmazás ténye és módja képvisel szomatikus műveltségi elemet.”

Bakonyi Ferenc—Nádori László „Adatok a 4—12 évesek mozgáskoordinációjának életkori szintjeihez” címmel közlik kutatási eredményeiket, melyekkel elsősorban az ezredforduló várható nagy oktatásügyi reform testnevelési részéhez kívánnak adatokat szolgáltatni. Kutatásuk középpontjában a mozgáskoordináció áll. A kutatás két részből tevődött össze: egy keresztmetszet- és egy longitudinális vizsgálatból. Elemzően

foglalják össze a vizsgálat eredményeit, és 18 táblázatban mutatják be az adatokat. Végül az ajánlásban összegzik gondolataikat: „Vizsgálatunkkal és annak eredményeivel szeretnénk felhívni a tantervkészítők figyelmét, hogy a gyermek fejlődésében nagy szerepet játszó koordinációs feladatokat fokozottabb mértékben vegyék figyelembe. A vizsgálat első ízben közül 4—9 év közötti magyar gyermekek koordinációs teljesítményére vonatkozóan adatokat. Ezek figyelmet érdemlően mutatnak rá arra a körülményre, hogy ezen életkorokban a gyerekek koordinációs teljesítményei növekvő tendenciájúak és jól fejleszthetők. Ez a kutatás a 4—12 éves gyerekek koordinációs szintjére vonatkozóan nyújt tájékoztatást, azonban az óvodai és iskolai testnevelés szempontjából annak ismerete is fontos, hogy a testnevelési anyag egyes részei koordinációs szempontból milyen nehézségi fokúak. Ezért szükséges lenne a testnevelési anyag koordinációs szempontból történő objektív vizsgálat alapján történő felmérése.”

Megvizsgálta Petz Veronika és Fábán Gyula a mozgásfrekvencia és a fizikai teljesítmény, az életkor, valamint a testmagasság kapcsolatát 11—14 éves fiúknál. Kutatásuk nagy érdeklődésre tarthat számot, mivel a nemzetközi szakirodalomban nagyon kevés mozgásfrekvenciára vonatkozó tanulmány van, az életkori dinamikával pedig senki sem foglalkozott eddig. A mérések során a következő tulajdonságokat vizsgálták: a mozgásfrekvencia maximális értéke, a maximális mozgásfrekvenciára való felgyorsulás, a láb gyorsereje mozgásgyorsaság (0—20 és 20—50 m-es szakaszon), testmagasság, életkor.

Élettani vizsgálatokról még három tanulmány jelent meg a kötetben: Rigler Endre—Eiben Ottó—Kotsis Attiláné: „Testalkati és fizikai képességvizsgálatok a magyar női röplabda-válogatott olimpiai felkészítésében”, Pilven Márton: „A látótér különböző pontjaiban váratlanul megjelenő különböző színű fényingerekre adott egyszerű és diszjunktív reakcióidők vizsgálata”, Nagykaládi Csaba—Kalmár László: „Tájfutók terhelésének hatása néhány pszichofiziológiai funkcióra”.

Mérési módokról, a sportmozgás elemzésének módszereiről szóló írások: Csizmadia Ferenc—Fábán Gyula: „A futómozgás matematikai modellezése, kinematikai és dinamikai elemzése”, Bretz Károly—Nemessuri Mihály—Syed Mahbudur Rahman—Dévai Endre: „Elektromiogramok, dinamogramok korrelációja és időkülönbsége”, Derzsy Béla: „A lóugrás erőhatásainak elemzése”, Arky Nándor—Nemessuri Mihály: „A sportolók izmainak objektív vizsgálata”, Bretz Károly—Csáki Péter—Porkoláb Lajos: „Profil-tárcsás elektromechanikus izomvizsgáló konstrukciója”.

Rigler Endre és Tóth Dezső leírják megfigyeléseiket és a hozzá kapcsolódó elemzésüket az 1977. évi Súlyemelő Világ- és Európa-bajnokságról.

Szociometriai elemzést végzett Büchler Róbert, aki labdarugó-csapatok társas szerkezetének alakulását vizsgálta.

Beszámolót olvashatunk Makkár Márta tollából: „Magyar sportpszichológusok a IV. Nemzetközi Sportpszichológiai Világkongresszuson” és Zsiedegh Miklóstól: „Az 1977. évi evezős VB tapasztalatai” című cikkben.

Fehér Valéria

ÖTLETEK, ÚJDONSÁGOK

milyen módon rögzítsük (természetesen foghatják oldalról a tanulók is). Alsótagozatosak részére hasznosnak bizonyult a különböző számolyállásra helyezett padhoz ugráló, vagy gumikötelekkel rögzített szőnyeg alkalmazása (2. ábra). (A megfelelő „alépitményről” ez esetben is gondoskodnunk kell.)

A legideálisabbnak a szekrényre helyezett hosszú, vagy rövid padok leborítása bizonyult. A pálya stabilizálása és hossza ugyanis a legsokoldalúbb gyakorlás feltételeit biztosítja. Építésénél ügyeljünk, hogy legalább 4 pad szélességű legyen, és ha lehet, a bordásfalal párhuzamosan közvetlen mellé helyezzük. Így az egyik oldalról a bordásfal „biztosít”, a másik oldalon pedig legcélszerűbb, ha a tanár segít. Gyakorlás közben mindig ellenőrizzük a szereket és gondoskodjunk megfelelő ún. „kiguruló” szőnyegről.

Ferde talaj

Kerezi Endre 1930-as években megjelent Tornagyakorlatok c. könyvében már a bukfencek tanításánál, mint hasznos lehetőséget említi. Előnye azonban elsősorban nem abból adódik, hogy az átfordulásoknál segít, mert a lejtő irányába érvényesül a gravitációs erő, hanem azért is, mert a súlypont mint forgáspont nemcsak vízszintesen előre, hanem lefele is halad. A gurulások kezdő és befejező szakaszainak térbeli helyzete ezzel megváltozik és módosul az út és időviszony is. Így a vízszintes gurulásoktól eltérően megváltozik a végrehajtás ritmusa és a sorozat gyakorlásánál ez fel is gyorsulhat. Talán ezért is élvezik a gyerekek önfeledten a dombról való gurulásokat, bukfenchezéseket.

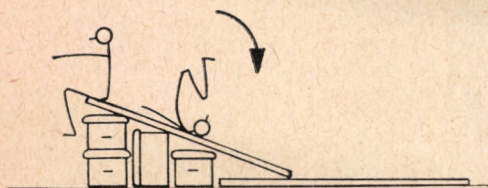
Néhány egyszerűbb gyakorlat:

guggolásból bukfenc előre;

ülésből, vagy guggolásból bukfenc hátra;

nekifutásból felbukfencezés (számolyról, dobantóról is elugorhatnak);

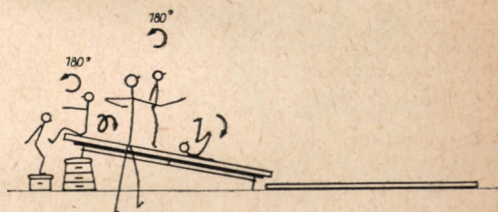
sorozat gurulások, függőleges felugrásokkal, 180°-os fordulatokkal (3. ábra);



1. ábra

A ferde talaj alkalmazása azonban több pusztán „fűszernél”. A rajta végzett gyakorlás ugyanis nemcsak sokoldalúan fejleszti a térbeli tájékozódó képességet, hanem ügyesít is. Építése ezért mindenképpen megéri a fáradságot.

A legegyszerűbb formái már számolyokkal kialakíthatók (1. ábra). Lényeges, hogy a megfelelő lejtésű alépitményt akár régi, vagy új laticel szőnyeggel, vagy szőnyegekkel úgy borítsuk le, hogy a szőnyeget vala-



3. ábra

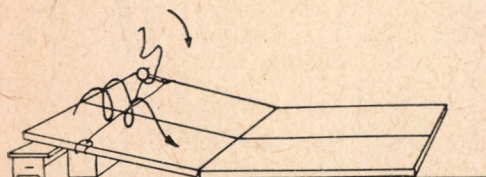
nekifutásból felugrás 180°-os fordulattal üléskébe, folyamatosan bukfenc hátra (sorozatok);

gurulások hasonfekvésből kiindulva oldalra (henger);

nekifutásból egylábás elugrással vízszintes szög helyzetbe, majd folyamatosan gurulás oldalt;

rohammal cselgáncsgurulás.

A feladatok a pálya meredekségével módosíthatók, nehezíthetők.



2. ábra

Szentgyörgyi Zoltán

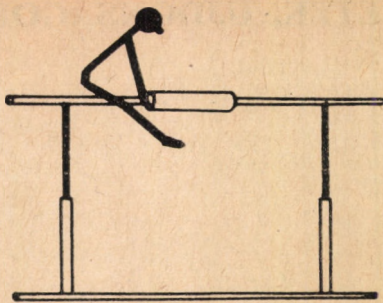
„Párnázott” szerek és egy kampó

Igen hasznos volt számomra a főváros IX. kerület Telepy utcai Általános Iskolában tett látogatásom. Már a tornaterembe való belépéskor felfigyeltem a szerek igen gazdaságos, praktikus elhelyezésére és a terem atmoszférája is olyan hatást keltett, mintha ebben az iskolában a gyerekek érdekében állandóan keresnék az újat.

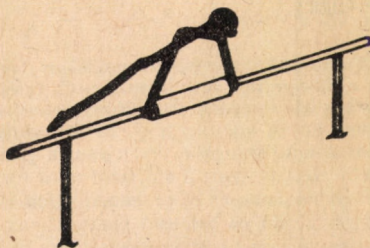
Nagy Tamás testnevelő tanár kollégám házi újtársainak szertárában így pillantottam meg a laticel párnával ellátott korlátot, nyújtót és egy olyan gumikötélre erősíthető kampót, melynek használata úgy vélem a gyakorlatban sokat segíthet.

Igaz, nem nagy dolgokról van szó, de ami a testnevelés hatékonysága, a gyerekek szempontjából előnyös azt mégis jelentősnek kell értékelnünk.

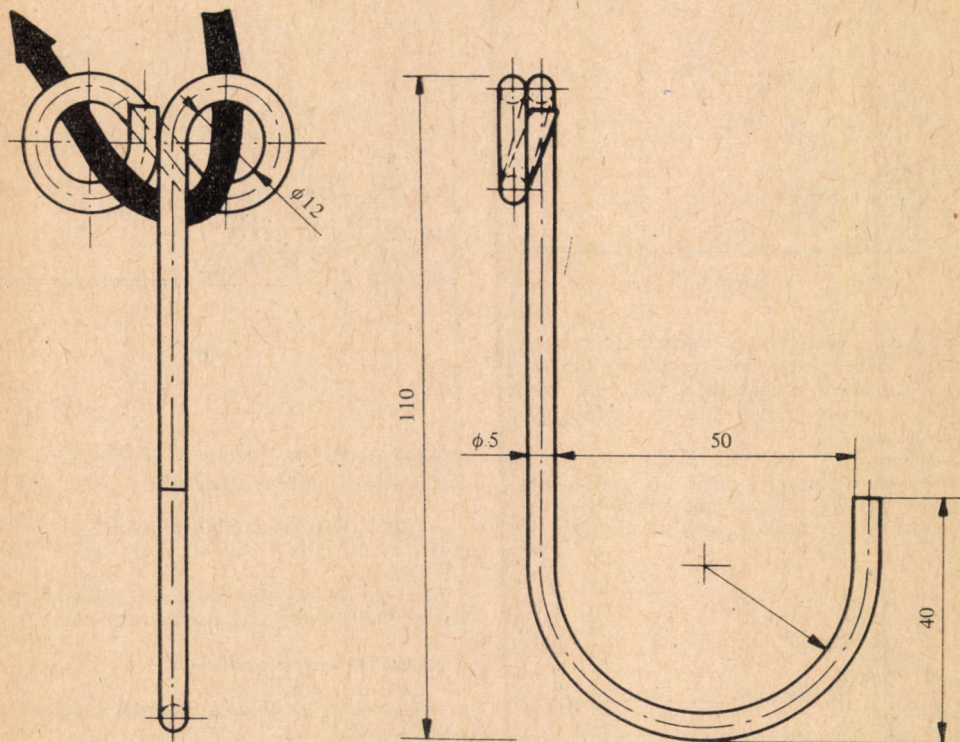
Meglevő hagyományos tornaszereinken, így természetesen a korlátot és nyújtót is elsősorban a hagyományos gyakorlatok végzésének lehetőségei biztosítottak. A szerek alkalmazásánál ezért szinte elképzelhetetlen, hogy a kezdőknél és a gyengébb tanulóknál pl. korlátot felkarállásnál, felkarfüggéseknél és támaszkodnál vagy nyújtón a kelep- és térdfellendülé-



1. ábra



2. ábra



3. ábra

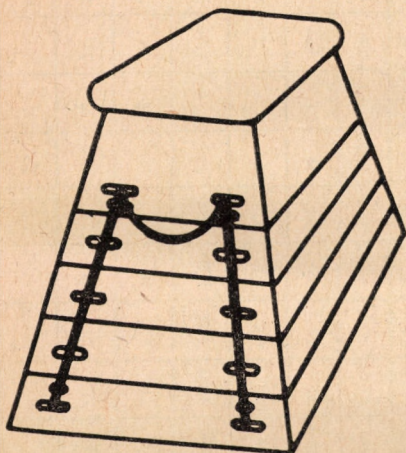
seknél, a forgások többszöri ismétlésénél bizonyos kellemetlen nyomásérzés (fájdalom) ne keletkezzen. A megfelelő „izompárnát” és szoktatást pótolja a szerekre helyezett laticel.

A korlát két karfáján könnyen mozgatható 50—60 cm hosszú rátét tulajdonképpen egy hosszában kettévágott laticelhenger volt. A tanulók a fogást a laticel előtt vették és így indították a terpeszülésből az átfordulást (1. ábra).

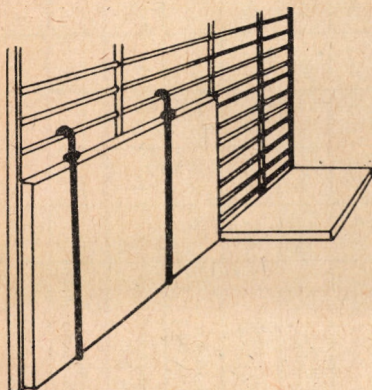
Annak ellenére, hogy a laticel a két karfa közötti távolságot szűkíti, a korlátot „hagyományos” szélességre állítva használjuk.

Gyújtóra helyezett henger természetesen rövidebb, kb. 30 cm (2. ábra), mert feladata elsősorban a csípőnek ütközéses nyomáscsökkentése. (A párna szélessége nem lehet nagyobb a vállszéles fogásnál.)

Nagy Tamás kollega ötlete nemcsak a hagyományos szerek használatát népszerűsítette, hanem a testülyterheléses erősítéseknek olyan kedvező feltételeit is megteremtette, melyek nemcsak a tér- és egyensúlyérzéklet fejlesztik, hanem a felső végtagon keresztül történő test mozgatásával ügyesítenek is.



4. ábra



5. ábra

A kampó melynek használatát a cipzár vagy a patentgomb alkalmazásához hasonlíthatjuk, 5 mm vastagságú acéldrótból házilag is előállítható.

Lényeges, hogy a kampó kettős fülének ún. nyolcas hurkos hajlítása az „előírásnak” megfelelően (3. ábra).

A fülék belső méretei pontosak legyenek, mert ellenkező esetben a befűzött gumikötél vagy csúszni fog, vagy pedig annyira beszorul, hogy a kapocs állíthatóságát gátolja. (Fontos az ábra szerinti befűzés.) A kapocs félrebillenve önszorító módon rögzít. Előnye tehát kettős: állíthatósága szabályozható (a gumiköteleket nem kell darabolni), a rögzítéssel pedig nincs külön feladat.

A kapcsos gumikötelekkel nemcsak mászóköteleket, rudakat, faliszereket erősíthetünk a falhoz, hanem felhasználhatjuk szekrények, zsámolyok rögzítéséhez, szőnyegek tárolására is. Így pl. egy kötélnek megfelelően elosztott 4 kapocs segítségével a szekrényt a hordfüleknél fogva egyszerűen leszoríthatjuk (4. ábra).

Alacsonyabb szekrényeknél ugyanilyen kampóállásnál a rögzítést keresztbe is elvégezhetjük. Egymásra helyezett zsámolyok összecsatolását pedig a párnázott felületen keresztül oldhatjuk meg a legkönnyebben.

Külön kívánom megemlíteni a gumikötelek segítségével a bordásfalnál történő szőnyegtárolást (5. ábra). Az ilyen módon felerősített szőnyeg előnye, hogy nem foglal el nagy helyet, párnázza a bordásfalat és a gyors levétel nemcsak szabaddá teszi annak használatát hanem földretéve mindjárt alkalmazható is.

Szentgyörgyi Zoltán

Tájékoztató és eredmény-nyilvántartás

A testnevelés gyakorlata, a követelményrendszer szerinti testneveléstanítás szempontjából nagyon fontosnak tartom a tanulók pontos tájékoztatását, amely szerint önmagát, teljesítményét viszonyítani tudja az országos átlaghoz, valamint azt, hogy elért eredményét és teljesítményének viszonyszáalakát áttekinthető formában követni tudja.

Ennek szemléltetésére mutatok be kétféle táblázatot, amelyek közül az egyik (a teljesítményszint táblázat, l. 22. lap) az eligazításban, a felmérő versenyeken elért eredmények értékelésében segíti a tanulókat, a másik (a teljesítmény-nyilvántartó táblázat, l. 23. lap) pedig a praktikus, jól áttekinthető eredmény-nyilvántartás egyik lehetőségét mutatja be.

Az eredmény-nyilvántartó lapon vízszintes irányban 14 számozott rubrika van, ami azt jelenti, hogy a teljesítményszint táblázaton függőleges irányban felsorolt 8 próbában túlmenően egyéb (pl. távolugró) versenyeredményeket is nyilván lehet tartani, a tanár vagy a tanulók érdeklődésétől függően.

Gergely Gyula

PRÓBA	TELJESÍTMÉNY SZINTEK (lányok)																							
	10%				30%				50%				70%				80%				90%			
	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.
60 m futás (sec)	10.4	9.0	9.3	9.3	9.8	9.0	8.9	8.9	9.4	8.7	8.6	8.6	9.0	8.4	8.3	8.3	8.7	8.0	8.0	8.0	8.4	7.6	7.7	7.7
Súlypont- emelkedés (cm)	34	36	41	40	37	40	44	44	39	42	46	47	41	44	48	50	42	46	50	52	43	48	52	54
Tömöttlabda- dobás (m)	4,2	5,5	6,7	6,9	5,4	6,5	7,6	7,9	6,2	7,2	8,2	8,5	7,0	7,9	8,8	9,1	7,6	8,5	9,4	9,6	8,2	8,9	9,7	10,1
800—1000 m futás (sec)	3:45	3:20	4:10	4:00	3:25	3:10	3:50	3:40	3:10	3:00	3:40	3:30	2:55	2:50	3:30	3:20	2:45	2:40	3:25	3:15	2:35	2:30	3:20	3:10
Labdapsszolás (db)	21	20	22	22	24	24	26	27	26	27	29	30	28	30	32	33	29	32	34	35	30	34	36	37
4 ütemű fekvőtámasz (db)	20	19	21	19	22	22	23	22	24	25	25	25	26	28	27	28	27	30	29	30	28	31	30	31
Mellső fekvő- támasz (db)	10	10	10	10	14	14	16	16	16	18	20	21	18	22	24	26	20	24	27	30	22	26	30	33
Húzódzkodás (db)	1	2	2	2	2	3	3	4	3	4	5	6	4	5	6	8	5	6	7	10	6	8	9	13

PRÓBA	TELJESÍTMÉNY SZINTEK (fiúk)																							
	10%				30%				50%				70%				80%				90%			
	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.	I.	II.	III.	IV.
60 m futás (sec)	11.5	11.2	11.3	11.5	11.0	10.8	10.8	11.0	10.6	10.3	10.2	10.5	10.2	9.9	9.8	10.0	9.9	9.6	9.5	9.7	9.7	9.4	9.3	9.5
Súlypont- emelkedés (cm)	30	32	31	30	32	34	34	33	34	36	36	35	36	38	38	37	37	39	40	40	38	40	41	40
Tömöttlabda- dobás (m)	4,8	4,0	4,0	4,2	5,8	5,3	5,3	5,3	6,4	6,5	6,5	6,4	7,2	7,7	7,7	7,5	7,6	8,4	8,4	8,1	8,0	9,0	9,4	9,5
600—800 m futás (sec)	3:10	3:10	4:10	4:25	3:00	3:00	4:00	4:10	2:50	2:50	3:50	3:55	2:40	2:40	3:40	3:40	2:35	2:35	3:35	3:30	2:50	2:30	3:30	3:25
Labdapasszo- lás (db)	18	19	19	19	20	22	22	21	22	24	24	23	24	26	26	25	25	27	27	26	26	28	28	27
4 ütemű fekvőtámasz (db)	14	16	16	13	18	19	19	18	20	21	22	21	22	23	24	24	24	25	27	27	26	26	28	29
Mellső fekvő- támasz (db)	1	2	2	1	4	5	5	4	6	6	7	7	8	8	9	10	9	9	10	12	10	10	12	13
Húzódzkodás (db)		1	1	1	1	2	2	2	2	3	4	4	3	4	5	5	4	5	6	6	5	6	7	7

NÉV:

Osztály: 198 -8 tanév

PRÓBA

Átlag
%

Helyezés

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Átlag %	Helyezés
I.	Ö																
	%																
	T																
	%																
II.	Ö																
	%																
	T																
	%																
III.	Ö																
	%																
	T																
	%																
IV.	Ö																
	%																
	T																
	%																

Van-e kedvenc csapatod?

Igen, a Ferencváros. Elsősorban talán a színe miatt. A lila—fehér szín nekem sohasem tetszett. Emellett az URAK és az UTE, az Újpest amatőrcsapata mindig nagy riválisok voltak.

A Ferencváros gyermekkoromban élt egyik fénykorát. Egyszer együtt játszottam Sárosi Bélával. Az ilyenek a fiatalokra mindig hatnak.

Beszélgetés dr. Bánhidi Zoltánnal

ANDOR GYÖRGY

Kedvenc sportágad?

Elsősorban a már említettek.

1918-ban született Rákospalotán. Itt végezte el az elemi és a középiskolát, majd az akkori Pázmány Péter Tudományegyetemen szerzett magyar—angol szakos tanári diplomát. A Somogy megyei Csurgón, később Kecskeméten tanított, mindkét helyen betöltötte az igazgatóhelyettesi posztot is. 1951-ben megyei szakfelügyelő lett, 1952-től az Eötvös Loránd Tudományegyetem Központi Magyar Nyelvi Lektorátusának munkatársa. Docens, kandidátus.

A sport iránti szereteted és nyelvész voltod indokolja kutatásaid egyik nagy területét. Cikkeid egy része és maga a kandidátusi értekezésed nemcsak a nyelvészetnek, hanem a magyar sporttörténetnek is jelentős műve. Rendszeresen idéznek, hivatkoznak rád. Volt-e még más indítéked is, hogy a sportnyelv történetét és jelenét feldolgozd?

Természetesen volt. A nyelvészetben lépten-nyomon előkerültek a sportkifejezések, és éppen ez a terület volt a szív a magyar nyelvtudományban. Bárczy Géza és Fábíán Pál kezdeményezett valamit, de ez édeskeves volt — maguk is vallották. Tudatosan választottam tehát, mert úgy éreztem: szükség van rá. S ezt igazolta is a kandidátusi dissertációmon nyomán megszületett könyvem. A magyar sportnyelv története és jelene megjelenése óta eltelt idő. Az érdeklődők kénytelenek még ma is az én könyvemhez fordulni.

Sportoltál-e valaha aktívan?

Kisgyerek korom óta szívesen futballoztam, pingpongoztam, túráztam, Rákospalotán a Szilas-patak mellett erre sok lehetőség volt. A versenysportba — de csak amatőr alapon — 16—17 éves koromban kapcsolódtam be. Az Újpesti—Rákospalotai Atlétikai Klub (URAK) második csapatának játékosa voltam. Soha nem kerültem be az első csapatba, mert nem volt időm a tréningezésre. Amikor egyetemista lettem, átiratkoztam a BEAC-ba, az előbbihez hasonló okok miatt itt is a második csapatban játszottam. Később is szívesen futballoztam, még 4—5 éve is az egyetem kari öregfiúk csapatában. Más kapcsolatomban is volt a sporttal: Csurgón is, Kecskeméten is tanítottam testnevelést és edzősködtem a helyi, illetve az iskola sportcsapatánál. Most kétnaponként megyek úszni, de szívesen pingpongozok és túrázok is. Elméletben is tartom a kapcsolatot a sporttal: a Népsport mindennapi olvasmányom.

Kik támogattak munkádban?

Segítséget személy szerint senkitől sem kaptam. Már nem voltam kezdő nyelvész, amikor munkámba belekezdtem. Biztattak viszont a sporttudósítók, az újságírók. Az 1960-as években 6—7 éven keresztül tanfolyamot tartottam a Magyar Újságírók Szövetségében. Ekkor ismertem meg Szepesi Györgyöt, Vitray Tamást és a többiüket, akik nagyon jó ötleteket adtak, érdekes kérdéseket tettek fel.

Hozzávetőlegesen mennyi időt szántál könyved megírására?

Körülbelül 15 évet. Ezt a munkát vidéken nem lehetett volna megcsinálni. Első cikkem e témából Budapestre kerülésem után jelent meg, s a könyvet 1968-ban fejeztem be. Állandóan gyűjtöttem az anyagot. Például amikor az erdélyi önéletrásokat olvastam, akkor az ott szereplő sportjellegű tevékenységeket, ezek leírását feljegyeztem.

Kandidátusi értekezésed szövege teljesen azonos a könyvével?

Nem, a főcím azonos csak. Teljesen új viszont a mintegy 4000 szócikket felölelő nyelvtudományi szótár. Ehhez a biztatást nyelvtanárunktól, elsősorban Bárczi Gézától kaptam. Bár minden benne van a szöveges részben is, mégis könnyebb a szavaknak, a kifejezéseknek a szótárban utánanézni.

Arra kérlek, mutasd be röviden könyvedet olvasóinknak!

Az első fejezet a *sport* szó jelentéstörténete. A nyelvészek rengeteget vitáztak, hogy jó-e ez a szó. Foglalkozom továbbá a sport rokon értelmű szavaival is, a testedzéssel, a testneveléssel, a testgyakorlással, sőt az idegen atlétikával, gimnasztikával, valamint ezek kapcsolatával, jelentésük történeti változásával is. Együttal a sport társadalmi hátterét is bemutatom. Fontos tudni, hogyan alakult ki a sport szó mai jelentése. A történeti áttekintés nélkül nehéz lenne megmagyarázni a szó olyan jelentését, hogy például valaki *sportból tíz korsó sört iszik meg*.

A második fejezet a sport szónak és magának a sportolásnak a története, a sport jellegű tevékenység kifejlődése Magyarországon. A legelső adat, melyet találtam, Anonymus *turnamentum* szava, mely azonos a magyar torna szóval. Érdekesnek találtam például a XVI. századi városi krónikákat, többek között a lőcseit, ahol a tekeverseny olyan leírását találhatjuk meg, melyhez ma sem lehetne sokat hozzátenni. Azután a kimondottan magyar emlékek következnek, például Sylvester János „*verseny*” szava és néhány atlé-

tikai kifejezés, melyeket ma már csak magyarul lehet megérteni: *szökjünk hamarját, hamarját futnak, töttem lapdázást*. Ez utóbbi nekem szívügyem, hiszen a futball alapja. *Töttem lapdázást*, azaz labdáztam, de nem akárhogyan, hanem a megfelelő szabályok szerint. Aztán jön Tinódi, Ilosvai, Heltai egy-egy sportkifejezés. 1620-ból találtam az első sporttudósítást. Érdekes aztán Comenius, aki elsősorban az iskolai testneveléssel foglalkozott. Munkáját illusztrációk díszítik, s ez sokat mondhat a korabeli sportról a mai ember számára. Ugyanebben az időben jelenik meg a sport mint szórakozás.

A harmadik fejezet az igazi sporttevékenység megjelenését tárgyalja, nemcsak nálunk, hanem Európában. Ez a felvilágosodás és a reformkor idejére esik. Ekkor jelennek meg az első igazi sportkönyvek, s az első tudományos cikk *A testet tárgyazó nevelésről*. Ezek azt bizonyítják, hogy nem a sport volt az elsődleges, hanem az iskolai testnevelés. Ugyancsak ekkor adják ki az első sportágazati szakkönyveket a lovaglásról, a vívásról, az úszásról. Foglalkozom Wesselényi és Széchenyi gyakorlati sportéletével is.

A negyedik fejezet a magyar sportélet kibontakozásának nyelvi képe. Ebben az időben jelenik meg a német eredetű *tornázás* s magyar szaknyelve. Ugyanígy az evezés is. Az 1969. évi törvénycikk a tanodai tornatanítás nyelvére hat vissza a német torna és az angol atlétika. A kettő teljesen ellentétes egymással. A német már ekkor mindent vezényszóra csinált (egy: fel a nyújtóra, kettő: leugrás stb.), az angol sport viszont a szabad mozgásnak, a játéknak ad teret, elsősorban az atlétikának, majd néhány év múlva a labdarúgásnak. Megkezdődött tehát az atlétika és a torna harca — a sportban és a nyelvben egyaránt. E korban jelenik meg először — Kolozsvárott — újság-cikkben is a *sport* szó, majd megindul a Tornaügy és a Hercules című szaklap is: az első főleg az iskolai tornával, a második a szabad játékokkal foglalkozik. A Sportvilág már az olimpia szellemét tükrözi. Ettől kezdve erősen szétválnak az egyes sportágak, megkezdődik az erőteljes szakosodás.

Az ötödik fejezet a modern sportélet nyelvezetét tárgyalja 1896-tól 1920-ig. Érdekes a kor sportjának társadalmi, politikai háttere. Az eredmények ugyanazok a különböző tu-

dóításokban, a győztesek is, de a stílus, a szellem, a biztatás egészen más. A Pesti Hírlap például arról ír nagy cikket, hogy a válogatottak között milyen gróf volt, a Pesti Napló viszont arról, hogy Hajós Alfréd hogyan ugrik bele a vízbe, legszívesebben kijönne, olyan hideg a víz, de — erős akarattal — megnyeri az olimpiát. Az ezeréves évforduló egyébként nagyon alkalmas volt a sport fellendülésére. Rájöttek ugyanis, hogy a külföld többet beszél, ír egy-egy nagy magyar sportsikerről, mint néhány mágánunk kártyacsatájáról. E korban jelennek meg az első, a sporttal foglalkozó nyelvészeti cikkek is.

A következő fejezet a két világháború közötti időszak sportnyelvét foglalkozik, ezt már én is végigéltem. Ekkor alakulnak a munkás sportklubok. A meginduló Nemzeti Sport című újság tömegsportot akar. E részben foglalkozom a sportnyelv magyarításának előzményeivel és a Nemzeti Sport ilyen irányú tevékenységével. A húszas években kapcsolódik be ebbe a munkába nagy nyelvészünk, Bárczi Géza is. A Nemzeti Sport egyébként a felső tízezer lapja — legalábbis induláskor —, a Sporthírlap viszont az alsóbb rétegeké. Ez utóbbi nyelve éppen ezért közelebb áll a beszélt nyelvhez, mint az előzőé. Tudósítója leírja például, hogy *hülyézik a bírót, bekasztlizták a rendőrök* stb.

Az utolsó fejezet napjaink sportnyelvét tárgyalja a mindennapi gyakorlat alapján, egészen 1968-ig. Feldolgoztam a Népsport, a Sportélet cikkeit, a Népszabadság, a Népszava és a Magyar Nemzet sportrovátát. Külön szólok a rádió és a televízió sportnyelvéről, a szakajtó nyelvészeti bírálatáról. Szóba kerülnek a legújabb nyelvi metaforák, például a *dugó*, a *bunda*, mely abban az időben mint szó is és mint jelenség is új volt — ma már eléggé elterjedt, szólok a *köténycselről*, a *kengurucselről* stb.

Végül a részletes szakirodalmi jegyzéket a már említett sportnyelvi szótár követi. Ez utóbbiban feltüntettem a szó, a kifejezés általam ismert első megjelenési forrását.

A könyv kéziratának lezárása óta sokat fejlődött, változott a sportnyelv. Foglalkozol-e most is a témával?

Igen. Több előadásom és cikkem közül szeretném kiemelni a Pais- emlékülésen tartottat, mely a Nyelvtudományi Közleményekben meg is jelent. Itt összefoglalom a legújabb, illetve a vitatott sportkifejezésekről szóló mondandómat, az utóbbiakat új adalékokkal egészítve ki. Így szólok a *gól*, a *csalogatás*, a *csín*, a *bikázik*, a *pulykázik* stb. szavakról is.

Könyved már régen nem kapható, évek óta hiánycikk. Várható-e újabb kiadása?

Nem tudok róla. Én nem keresem, nem is kereshetem meg a kiadót, ők pedig nem jönnek hozzám. Így az érdeklődőknek csak a könyvtárakat tudom ajánlani.

Köszönöm a beszélgetést.

A sportpedagógia fejlődése

A tudományok fejlődése a tudományos anyag mennyiségének növekedése mellett a tudományok differenciálódásában is kifejeződik — írja Schmitz J. N. Így jött létre az önálló sporttudomány és ezen belül a sportpedagógia.

A szerző a történelmi visszaillesztés és a mai helyzet elemzése alapján foglalkozik a kérdéssel. Önálló sportpedagógiai területről az első világháborútól beszélhetünk. Bizonyos megtorpanásokkal a hatvanas évek elejétől a sportpedagógia ugrásszerűen fejlődik. Kialakul a speciális sportdidaktika, amely a hetvenes években több didaktikai koncepciót is teremtett. Ennek eredménye, hogy olyan differenciálódási irány rajzolódik ki, amely a sport és testi nevelés nevelési vonatkozásai a sportpedagógia elméletében kapnak helyet, míg a sportdidaktika inkább a gyakorlatra orientált elmélet szerepét tölti be.

A szerző szerint az lenne a megoldás, ha a testi nevelés terminológiája és elve helyett egységes — antropológiai, filozófiai, társadalmi és nevelési elveket magába foglaló — tudományos koncepciót dolgoznának ki. Ehhez javasol kutatási és oktatási modellt: 1. Kutatási metodológia; 2. Antropológiai megalapozás; 3. Történelmi elemzés; 4. Összehasonlító sportpedagógia; 5. Szervezeti és intézményhálózati kérdések a társadalmi hatások kritikai elemzésével; 6. Sportdidaktika és módszertan. Az oktatás középpontjába a mozgások kialakítása, a készségek, képességek fejlesztése, a kreatív és értelmi elemek, pszichikus funkciók, életmóddal összefüggő kérdések kerülnek.

(International Journal of Physical Education, 1979. 1. 10—15.)

Gerevich Aladár—Szepesi László: Korszerű kardvívás

(Sport, Budapest, 1979. 192.)

A kardvívásnak hazánkban nagyon erős hagyományai vannak. Ezek a hagyományok azonban nem csak az olimpiai aranyérmek számában mutatkoznak meg. A jelentős és példamutató szakirodalmi munkásság is a hagyományok eredménye. Ez a kötet ennek újabb szemléletes bizonyítéka. A könyv még azok



számára is rendkívül érdekes és tanulságos olvasmány, akik nem ismerik a kardvívás részletkérdéseit.

A könyv szakmailag igényes munka, de számunkra főleg azok az általános módszertani megállapítások hasznosak inkább, amelyek valamennyi testgyakorlati ág tanításánál-tanulásánál alapvetőnek mutatkoznak. Igaz, a könyvben elsősorban és centrálisan a kardvívásról, a kardvívás tanításáról-tanulásáról van szó, mégis azt szeretnénk kiemelni, amely a testnevelő tanári munkában is segítséget jelenthet.

Az általános mondanivalót annál könnyebb megtalálni, mivel a könyv szerkesztése olyan, hogy a lényeget a szerzők minden tárgyalási rész után összefoglalják és dőlt betűvel jelölve is kiemelik. Ilyen

például az edző és tanítvány közötti kapcsolat alakulásáról szóló rész: „A sikeres felkészülés és szereplés az edzőbe vetett hiten, tekintélyének elismerésén és elfogadásán túl, a tanítvány elgondolásait, észrevételeit, megállapításait is figyelembe vevő harmonikus edző-tanítvány kapcsolaton is múlik”.

A kötet gazdag gyakorlatanyagában, a rajzok szemléletesek (Gaál Csaba készítette őket), a szerkesztés (Lukovich István) jól illeszkedik a kardvívás természetéhez. Fenti megállapítások alapján nem vívó szakos testnevelő tanárainknak is ajánljuk.

N. S.

Tóth Kálmán: Szélszélben... viharban...

(Második, átdolgozott, bővített kiadás Sport, Budapest, 1979. 240.)

Tóth Lászlónak — a Magyar Vitorlás Szövetség elnöke — a kötet előszavában megfogalmazott sorával ajánljuk a könyvet testnevelő tanárainknak:



„Örömmel bocsátom útjára a „Szélszélben... viharban...” kibővített és átdolgozott új kiadását. Ez a megjelenésben és tartalmában egyaránt igényes könyv már eddig is eredményesen járult hozzá, hogy a vitorlázás szépségeit felfedezőik egyre szélesebb rétege olyan szakkönyvet kapjon, amely — a korszerű hazai és nemzetközi irodalmat is belefoglalva — szakszerű és közérthető módon ad eligazítást a vitorlázás elméleti és gyakorlati kérdéseiben.

Joggal remélhető, hogy az új kiadás a vitorlázással ismerkedőknek és a versenysportban résztvevőknek egyaránt hasznos olvasmánya lesz.”

N. S.

Tanulmányok a testnevelés- és sporttudományok köréből

Főszerkesztő: dr. Nádori László
(Testnevelési Főiskola, Bp., 1978. 281 l.)

A Testnevelési Főiskola kiadásában megjelenő kötet mindig sokféle élményt adó, hasznos olvasmány. A testnevelési és sporttudományokat foglalkoztató legaktuálisabb kérdésekről olvashatunk lapjain.

Az oktató-nevelő munkát segítő témákkal foglalkozó tanulmányok közül tanulságos *Mészáros János* —*Mohácsi János* írása, amely a „*Testnevelési és nem testnevelési osztályba járó tanulók alkatának és fizikai teljesítményének vizsgálatá*”-val foglalkozik. A tanulmány az 1977. évi rektori pályázat díjnyertes munkája. Céljukat így fogalmazzák meg: „A testnevelési osztályok számának növekedése előtérbe helyezi az emelt számú testnevelési órák hatásainak vizsgálatát. A testnevelési órák számának növekedésétől és a speciális tantervektől azt várják világszerte, és hazánkban is, hogy a fiatalok fizikai felkészítése jobb legyen. A testnevelési osztályokban folyó munka hatékonyságát lemérhetjük a tanulók általános testi fejlettségén és teljesítményeiken. Amikor ezt a két alapvető követelményt különböző módszerekkel vizsgáljuk, akkor az emelt számú testnevelési órák hatékonyságát és létjogosultságát kívánjuk feltárni.” Az 1976/77. tanév második félévében 310 általános iskolai tanulót (200 tagozatos, 110 nem tagozatos) vizsgáltak meg a Budapest, XX. ker. Mártírok útja 215. sz. alatti Stromfeld Aurél Általános Iskolában. A következő kérdésköröket vizsgálták: „Milyen hatást eredményez a megnövelt óraszámú és speciális tantervű testnevelés az általános iskolai korosztályokban az általános testi fejlettség, az alkat típus, a testösszetétel, a motoros teljesítmények és az általános egészségi állapot terén? Összehasonlító vizsgálatukat a szerzők különböző módszerekkel végezték, ezek eredményeit több táblázatban mutatják be tanulmányukban. A cikk összefoglalásában következőképpen összegezik a vizsgálat eredményeit, tanulságait:

„Eredményeinket összegezve megállapíthatjuk, hogy az általános testi fejlettségben és az alkati tulajdonságokban a 7–14 éves jellemző gyors ütemű növekedés miatt a testnevelési és kontrollosztályok között nem tapasztaltunk lényeges különbségeket. A testi fejlettség és alkati azonosság ellenére a motoros teljesítményekben néhány testnevelési osztály javára különbségek mutatkoztak... azonban eredményeink a testnevelési osztályokban folyó munka hatékonyságának fokozására figyelmeztetnek. Ez a vizsgált mutatók alapján is felvethető, még akkor is, ha más mutatókban eltérést kaphatunk volna. A testnevelés, illetve sportfoglalkozás óraszámának növelése önmagában nem elegendő a testi fejlődésben a morfológiai, illetve funkcionális többlet elérésére, és még inkább így van ez a sajátos sportági képzésben. A testnevelési osztályok testi és teljesítménybeli fejlődésének nyomon követése továbbra is fontos feladat, hiszen viszonylag kevés még az erre vonatkozó tapasztalat. Ezek figyelembevételével a testnevelés módszerei és hatásfoka javítható lenne.”

Nádori László „*A mozgástanulás szakaszai*”-ról írt tanulmányt. Három szakaszt javasol: „az első szakasz: a mozgás durva koordinációjának kialakulása; második szakasz: a mozgás finom koordinációjának kialakulása; harmadik szakasz: a mozgás finom koordinációjának megszilárdulása, alkalmazása változó feltételek mellett”. A szerző részletesen a mozgástanulás első szakaszát elemzi a tanulmányban, amely a tanulási feladat megértésétől a mozgás durva koordinációjának kialakulásáig tart. „Oktatási szempontként és következtetésként az alábbiak emelhetők ki. Az alkalmazott módszerek kiválasztásában, az oktatásban, a nevelő hatások megteremtésében a meglévő konkrét feltételekből kell kiindulnunk. Különös figyelmet érdemel ilyen tekintetben a motorikus kiindulási szint, a tanulási aktivitás és a tanulási motiváció. A feladat jó, világos kitérésének meghatározó jelentőségű befolyása van a tanulási aktivitás, a tanulási motiváció és a mozgásról alkotott durva elképzelés kialakulásában. Amikor a tanuló a feladatot megértette, el kell kezdenie a feladat végrehajtását, hozzá kell fognia a rendszeres gyakorláshoz. További magyarázatok, a bemutatás különböző módjainak alkalmazása a végrehajtással, a végrehajtáshoz kötött szerepeljen. Úgy szervezzük az oktatást, hogy a tanuló néhány kezdeti próbálkozás után jusson el a feladat megoldásáig, „*hozza össze*” a gyakorlatot. A magyarázat, hibajavítás, bemutatás legyen tartalmi kapcsolatban a tanuló mozgásészlelésével, mozgáspaszatlatával, az oktatótól kapott információk épüljenek be a tanuló tapasztalataiba, mozgásról alkotott képébe.” — *össze*gi véleményét cikkében a szerző.

Arday László ismerteti a „*Tanulmányok az általános iskolai testnevelés köréből*” című kiadványt (szerkesztette: Kutassi László; MPT Testi Nevelési Szakosztálya, Bp., 1977. 235. l.), amelyet a testnevelés tanításában is ismertettünk.

Két tanulmány kapcsolódik a Testnevelési Főiskola életéhez, munkájához. *Makszín Imre*: „A hálóterv alkalmazásának lehetősége a Testnevelési Főiskola optimális tantervének elkészítésében” című írása, amely más felsőoktatási intézmények számára is hasznosítható olvasmány. *Pótznyé Keresztesi Katalin*:



„A hallgatók beilleszkedése és életvitelének alakulása a Testnevelési Főiskolán” címmel írta le vizsgálati eredményeit. Bár a TF sajátos, a többi egyetemről jelentősen eltérő felsőoktatási intézmény, mégis érdekesek a vizsgálat tapasztalatai.

Sporttörténeti témákról írnak *Kun László* és *Bugyi Balázs*.

Életani témájú tanulmányokat is tartalmaz a kötet. *Frenkl Róbert* „Az edzett szív (sportszív) korszerű szemléleté”-ről írt érdekes cikket az Olasz Kardiológus Társaság 11. Konferenciáján (Milánó, 1977 szept. 26.) elhangzott referátuma alapján. *Gubich Vilmos* tanulmányában 16 táblázatot közöl a sportolók helyes étrendjének összeállításához. *Molnár Sándor* a közép- és hosszútávfutók részére a fő életani hatások szerint különíti el tanulmányában az egyes edzésmódszereket. *Szabó András—Maszlobjev—Mezei István* dolgozatában közzétették azokat a vizsgálati eredményeket, amelyek a súlyemelők testi súlya és teljesítőképessége közötti korrelációra vonatkoznak.

Érdekes szociometriai vizsgálatról számol be *Földesiné Szabó Gyöngyi* tanulmányában. Tíz válogatott evezős munkahelyén végeztek vizsgálatot: milyen pozíciót foglalnak el a versenyzők munkahelyi közösségük szociogramján. „Szükséges és hasznos lenne megtudni, miért nem kap megfelelő hangsúlyt a munkahelyeken az élsportolókra vonatkozó közösségi ítéletek és döntések kialakításában a versenyzők munkateljesítménye. Hogyan vélekedik a szűkebb és tágabb munkahelyi környezet az élsportolói státusról?” — állapítja meg a szerző.

Trebíts Jolántól „A balett alkalmazása a tornászok felkészítésében” címmel olvashatunk hasznos tanulmányt. Az „alkalmazott balett” gyakorlatairól ír, amelyek a női sportornában összekötő elemként felhasználhatók. Példaként gyakorlatsorokat közöl cikkében, amelyek a tornászok felkészítésében használhatók a balettanyagból.

A tanulmánygyűjteményben megjelent *Vittek Lajos* írása a tájékozási futás alapismereteiről.

Az aktualitások fejezetbe két izgalmas olvasmány került. *Frenkl Róbert* „Életmód, egészség, sport” címmel logikusan, következetesen, elemzően végigvezeti a címben jelölt három fogalom tartalmát és összefüggéseit. „... a sport a szabad idő vetélkedő elfoglaltságai közül előrelépett. Ma a sportot az életmód kötelező részének tartjuk... azt jelenti, hogy rövidebb-hosszabb idejű sportolást, rendszeresen, minden embernek, életkora, neme, edzettségi állapota, érdeklődése, lehetőségei függvényében ajánlunk... miért épp a sport vált az életmód kötelező részévé, melyek a sport azon hatásai, amelyek a mai és a holnap társadalomban ezt a kiemelt szerepét indokolják... a választ a sport, a rendszeres testedzés életani hatásainak áttekintéséből kaphatjuk.” — fejtí ki véleményét a szerző.

Nagy György: „Öröm—élmény—tanulás—sport” című cikkét költői gondolatokkal fejezi be: „...nem születünk egyformának, különbözünk egymástól, de a fontos mégis a szorgalom, a tanulás, a gyakorlással hasznosan és rendszeresen eltöltött idő. Lehet, hogy kisebb a testsúlyunk, mint a társunké, és ezért ő fogja kezdetben messzebbre lökni a súlygolyót, de ezt a »hátrányunkat« jobb technikával kiegyenlíthetjük és így tovább. Sokféle módon segíthetünk ma-

gunkon, ha van bennünk akarat! Törekedjünk tehát állandóan arra, hogy túlszárnyaljuk saját legjobb teljesítményünket!

Másképpen ezt úgy is meg lehet fogalmazni, hogy az igényünknek valamivel meg kell haladnia a képességeinket. Mit jelent ez? Csupán annyit, hogy nem elégszünk meg azzal, amit adott pillanatban tudunk, amire pillanatnyilag képesek vagyunk. A fejlődés azonban nem végtelen, mert korlátot állítanak neki a fiziológiai tényezők, s ezen túllépni nehéz, ehhez már olyan speciális edzés kell, amelyet csak sportegyesület tud biztosítani. Amikor önmagunkkal szembeni igényeinket megfogalmazzuk, mindig jusson eszünkbe Arany János szép és igaz verse:

„Előtted a küzdés, előtted a pálya,
Az erőtlen csügged, az erős megállja,
És tudod: az erő kicsoda? — akarat,
Mely előbb vagy utóbb, de borostyánt arat!”

Fehér Valéria

Öttusa, háromtusa. Verseny- és játékszabályok

(Sport, Budapest, 1979. 118.)

A szabálykönyvben megtaláljuk az öttusa általános szabályai mellett a lovaglás, vívás, lövészet, úszás és futás szabályait. Külön fejezet foglalkozik a háromtusa szabályaival és a sportfegyelmi szabályzattal.

A szabálykönyvet tizenegy táblázat és tíz melléklet egészíti ki, és teszi teljessé.

N. S.



Takács Ferenc: Ép testben...

(Móra Könyvkiadó, Budapest, 1979. 285. l.)

Ha egy szóval kellene és lehetne a kötetet jellemezni, a kedvcsinálás szó jutna eszünkbe. Kedvcsinálás a rendszeres mozgáshoz, sportoláshoz. Erre a kedvcsinálásra ma nagyobb szükség van, mint valamikor. Nap mint nap beszélgetünk testnevelő tanárokkal, edzőkkel, akik vérmérsékletük szerint hevesen vagy már kicsit beletörődve mondják, a fiatalok nem szeretnek sportolni, sokan még a játékos sportolástól is idegenkednek.

A szerző a klasszikus sportok bemutatásával, sporttörténeti érdekességekkel, szaktudományos és szépirodalmi idézetekkel, otthon is végezhető testedzési módszerek ajánlásával buzdítja az olvasót arra, hogy szellemi és testi egészsége védelmében ne legyen rest kielégíteni természetes mozgásigényét. A humorral bőven fűszerezett, mulatságos illusztrációkkal (Dunai Imre alkotásai) díszített könyv kellemes szórakozásul és hasznos útmutatóul szolgál a személyiségüket sokoldalúan fejleszteni akaró tanulóifjúságnak.

A könyvet tizennégy éven felülieknek ajánlja a kiadó, mi azonban mégis azt gondoljuk, hogy kartársaink a könyvet nyugodtan ajánlhatják már az általános iskola felső tagozatán is, különösen a 7–8. osztályokban.

Jól tudja a könyv szerzője is, hogy a sportról nem beszélni (írni) kell, hanem csinálni. Ezért írja befejezésül: „A sportban mindenkéltől a tett a fontos, ez a siker, az öröm, az élmény, az egészséges élet forrása. Merítsünk ebből a »tiszta forrásból«. Egészségünkre!”

N. S.



Marthy Gábor (szerk.): Tömegsport

(Második, bővített kiadás. Sport, Budapest, 1979. 164.)

A könyv első kiadásának ismertetésében azt irtuk, hogy a mű hézagpótló, ez az első olyan könyv hazánkban, amely a tömegsport valamennyi területén ilyen mélységben átfogja.

A megállapítás igazságát mi sem bizonyíthatja jobban: a könyv rövid idő alatt elfogyott, tehát úgy tűnik hogy a tömegsport irányítóinak és vezetőinek kézikönyvévé vált.

Foglalkozik ez a könyv a tömegsport fogalmával, céljával, feladataival, irányításával, szervezésével. Ismerteti a különböző testedzési formákat és módszereket és az egyes sportágak rövidített játékszabályait, közöttük sok ún. „szabadidő sportt” is (fejelés, lábtenisz).

Nagyon hasznos a sportlétesítményekkel kapcsolatos ismertetés és a rendeletek, határozatok kivonatolatos leírása is.

A könyv most a korábbiánál szebb formában, kemény kötésben jelent meg.

Ajánljuk a kartársaknak.

J. J.



„Egyébiránt annyi mód és fortély van, amelyeket ismerve a kisebb egészségű testi tehetségeit megkettőzetheti.”

Széchenyi István

Sporttanárképzés Európa szocialista országában

Siegfried, H. tájékoztatást nyújt összehasonlító, elemző munkájáról, amelyben a szocialista tábor hét országának sporttanárképzését vizsgálta. Megállapítja, hogy az NDK minden egyetemének, főiskolájának és tanárképző intézményének jó a kapcsolatai az összes testvérintézményekkel, de mindaddig még kevés tapasztalat válhatott közkinccsé.

Jelen összehasonlító vizsgálódásának célkitűzését 3 pontban foglalja össze:

1. Információk a különféle tanárképző intézmények szervezeti felépítéséről; a testnevelőtanár-képzés tartalmáról és a képzés folyamatáról.

2. A szerzett információk összehasonlítása és tudományos megvitatása.

3. A tanárképzés tendenciáinak (irányzatainak) és elveinek megismerése, valamint egyes speciális kérdések és problémák felderítése. Ismerteti azokat a megjegyzéseket és különbözőségeket, amelyek a követelmény- és felvételi rendszerben, valamint a képzés irányában találhatók, annak ellenére, hogy az alapvető szemléletben teljes a megegyezés a hét szocialista államban.

Bulgáriában, Csehszlovákiában, Magyarországon és Romániában két különböző fokozatban folyik a tanárképzés.

1. Szaktanárképzés középiskolák számára.
2. Tanárképzés az ált. isk. felső tagozata számára.

A Szovjetunióban, Lengyelországban és az NDK-ban egységes főiskolai tanulmány van, amely valamennyi iskolafokon a testneveléstanításra képesít.

Lengyelország kivételével minden szocialista államban az alsó tagozat számára a tanítóképzők képezik a tanárokat. Említésre méltó Lengyelország példája a testnevelés megbecsülése szempontjából.

1973-tól az általános iskola alsó tagozatán is szaktanítók vezetik a testnevelést, és ezzel kibővítették a testnevelési főiskolai képzést és oktatást az alsó tagozatos tanárképzésre is. A főiskolán a képzés 4 évig tart. A Lengyel Munkáspártok Központi Bizottsága 1973-ban a következő határozatot hozta: „1985-ig valamennyi iskolai fokozat minden osztályában a testnevelési órák számát heti 6 órára kell emelni.”

Ezt a nagy feladatot úgy próbálják megoldani, hogy a kötelező órákat az osztályok emelkedésével — lépésről lépésre — választhatóan kötelező foglalkozásokká alakítják át. Így a délelőtti szorgalmi időből az iskolai oktatáson kívüli időszakba helyezik át, és az érdeklődésnek megfelelően szervezik meg. Azóta 122 lengyel iskolába bevezették a „kibővített testnevelés oktatását is”. Ezeknek az óráknak a tantervét az iskolai hatóságok a sportmozgalom képviselőivel közösen dolgozták ki. Ebben a 122 iskolában a testnevelő tanárokon kívül 166 végzős is besegít. Közülük 84-et a sportegyesületek bocsátották az iskolák rendelkezésére. Így 1980-ra kb. 15 000 gyereket vonnak be az intenzív testnevelésbe.

A lengyel képzés másik különlegessége, hogy a turisztikának nagyobb a szerepe, mint pl. az NDK-ban. 1971—75 között a belföldi turizmus 85%-kal nőtt. Ez a sporttanárképzésben is új utakat nyit meg. Lengyelország 8 sporttanárképző intézményében „testnevelő” szak mellett „szabadidő- és üdültetési sport”, „mozgásrehabilitáció és turisztika”, „edzőverseny és teljesítménysport számára” mellékképzés is választható.

Valamennyi szocialista államban követelmény, hogy a főiskolai képzés felkészítsen az iskolai testnevelés-oktatásra és az oktatáson kívüli iskolai sportra, mely állandó fejlődése miatt a testnevelőtanárképzés továbbfejlesztését hordja magában. A Szovjetunióban erőfeszítéseket tesznek, hogy a sport szerepét az iskolák nevelő-oktató rendszerében továbbfejleszték, a testnevelés tanítását hatásosabbá tegyék, és a tanulókat minél nagyobb számban vonják be az iskolai sportkörök munkájába.

A továbbiakban a képzésre fordított összoraszámokat hasonlítja össze a szerző, és felsorolja azokat a tantárgyakat is, amelyek egyik vagy másik állam főiskolai képzésében megvannak, és megfontolásra érdemesek a többi tanárképző főiskola órarendjébe is.

(Körpererziehung, 1977. 7. 334—343.)



A testnevelés korszerűsítése Lengyelországban

A lengyel iskolareformról a Szakértők Bizottsága, írja G. Badora, kiemelte a testnevelés jelentőségét a felnövekvő nemzedék nevelése szempontjából. Az 1971-ben alakult Párt- és Állami Bizottság ugyancsak hangsúlyozta ennek jelentőségét. A korszerűen értelmezett testnevelés legyen össznemzeti jellegű, és szolgáljon az egyén személyisége fejlesztésének fontos tényezőjéül. Kiemelték a mozgásos tevékenység jelentőségét. (Üdülés, sport, honvédelem stb.) A testnevelő tanár a tanévben rendszeresen ellenőrizze a tanulók motorikus tulajdonságainak fejlődését.

Az Iskolai Tantervi Intézet elkészítette az 1976/77-es évben az I–X. osztály részére a Testnevelés című módszertani kézikönyvet, amely tárgyalja a tízosztályos iskola testnevelés tárgyával kapcsolatos leglényegesebb kérdéseket.

A kézikönyv két részből áll:

1. A tanterv struktúrájának egyes elemei.
2. Gyakorlati példaanyag.

Az első részben 7 fejezet van:

1. A tanterv pedagógiai értelmezése.
2. A tanórai és a tanórán kívüli sportfoglalkozások anyaga.
3. A mozgásos aktivitás 3 alapvető formáját mutatja be: a ritmikus zenei és esztétikai kifejezési gyakorlatok, üdülési-hasznossági és a sporthoz hasonló nem hagyományos formák, sportfoglalkozások anyaga.
4. Ismeretek címen a tízosztályos iskolai testnevelés oktatási és nevelési folyamatát ismerteti.
5. A testnevelő tanár munkájának módszerei.
6. Egészségügyi gondozás, korrekció (ismerteti a korrekciós eljárás módozatait is).
7. A testnevelő tanár együttműködése a környezettel.



A tankönyv második része feloleli a gyakorlatok széles körű felhasználását és a sportjáratosságok ellenőrzését. A társszerzők által készített kézikönyv tanácsadó jellegű, a testnevelési gyakorlat számára magyarázó funkciót tölthet be. Ismerteti az alkalmazandó szereket és készülékeket, különösen a több funkciót betöltőket. Gondot fordít a gimnasztikai részre is.

A kézikönyvet nagyszerűen egészíti ki a tanulók teljesítményfüzete.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1977. 6. 167–172.)

Testnevelési konferencia Magdeburgban

Volhölter Horst az 1977. október 20–21-én Magdeburgban megtartott és az iskolai sport kutatásával foglalkozó IV. Kollokviumról tudósít.

Az értekezleten az NDK pedagógiai főiskoláin dolgozó neves sportkutatók mellett a baráti államok is képviseltették magukat.

A nyitó előadás a IX. Pártkongresszus szellemében iskolapolitikai problémákkal foglalkozott.

A Pedagógiai Tudományok Akadémiájának Testnevelés és Sport szakáról Drenkow, E. tartott előadást. Ebben a testnevelés anyagának és módszereinek kérdéseit tárgyalta, majd ismertette az egyes sportágak időszakos kihangsúlyozásának alkalmazását, az alkalmazás eredményességét.

Dr. Töpel példákkal támasztotta alá Drenkow E. állítást. Példák segítségével mutatott rá: az egyes sportágak (szertorna, úszás, kézilabda, atlétika stb.) időszakos kihangsúlyozott oktatása előnyösnek mutatkozott mind a testi képességek — mind az egyes sportágak mozgáskészségeinek fejlesztése szempontjából. Szükséges azonban a jövőben kidolgozni az egyes sportágakkal való kihangsúlyozott foglalkozás időtartamát, valamint a váltás legkedvezőbb időpontját.

A fenti előadást négy előadás egészítette ki, a kutatók vizsgálataik alapján lényeges megállapításokra jutottak. Sportáganként külön-külön számoltak be az időszakos hangsúlyozás módszerének eredményeiről. Sok adattal bizonyították, hogy az ismertett eljárás főleg az alapvető testi képzés határfokának növelésére volt nagyon jó.

A konferencia második napján főleg az időszakos hangsúlyozó módszer szociológiai és orvosi hatásaival foglalkozó előadások szerepeltek.

Az érdeklődés igen nagy volt, amit a sok hozzászólás is bizonyított.

A konferencia célja a jövő tantervei számára előmutató javaslatok és irányelvek ismertetése volt.

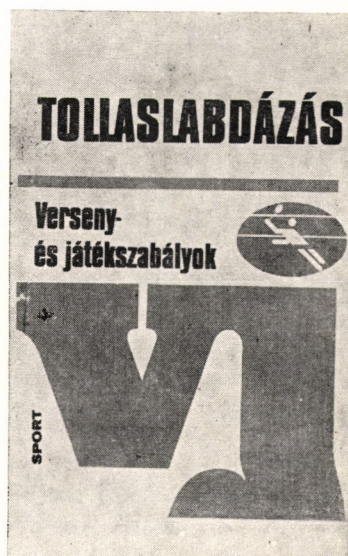
(Körpererziehung, 1978. 1. 55–57.)

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Варгейи Дьёрдне:</i> Началась пионерская олимпиада	1
<i>Слатени Бела:</i> Стала-ли более закалённая учащаяся молодёжь за два года	3
<i>Ковач Тамаш:</i> Инструктирование по лыжному спорту — в начальной стадии II	5
Высказывание к тетради по достижению	
<i>Киш Эржебеш:</i> Связь между тетрагью по достижению и системой соревнования пионерских олимпиад	11
<i>Сабо Иштван:</i> Опыт тетради по достижению за один год	15
Из научной жизни нашей специальности	17
Идеи, новости	19
Спорт и язык	24
Рецензия	27
Обзор журналов	31

INHALT

<i>Györgyné Várhelyi:</i> Die Pionierolympiade hat ihren Anfang genommen	1
<i>Béla Sztatényi:</i> Ist unsere Schuljugend in den letzten zwei Jahren abgehärteter geworden?	3
<i>Tamás Kovács:</i> Schiunterricht in Kinderschuhen (II)	5
Diskussionsbeiträge zum Thema Leistungsheft	
<i>Erzsébet Kiss:</i> Der Zusammenhang zwischen dem Leistungsheft und dem Wettbewerbsystem der Pionierolympiade	11
<i>István Szabó:</i> Die Erfahrungen des einjährigen Leistungshefts	15
Aus dem wissenschaftlichen Leben unseres Fachbereiches	17
Ideen, Neuigkeiten	19
Sport und Sprache	24
Buchbesprechung	27
Rundschau	31



Mindkét szabálykönyv 2. kiadásában a Sport Kiadónál 1979-ben jelent meg.

4,50 Ft



INDEX: 25824



A testnevelés tanítása

XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 2

AZ OKTATÁSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





Lovas Albert felvétele

A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:

Nagy Sándor

Tördelő szerkesztő:

Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztő bizottság:

Burka Endre

Gyenge József

Dr. Kálmánchey Zoltán

Dr. Nagy György

Dr. Székely Gabriella

Dr. Takács Ferenc

Varga Sándor

Várady Géza

Rovatvezetők:

Dr. Andor György

Dr. Csider Tibor

Lovas Albert

Somorjai László

Szentgyörgyi Zoltán

TARTALOM

<i>Horánszky Nándor: A testnevelés tanításának repertórium</i> 1965—1979	33
Ötletek, újdonságok	III

INHALT

<i>Nándor Horánszky: Repertorium unserer Zeitschrift</i> 1965—1979	33
Ideen, Neuigkeiten	III

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Хорански Нандор: Библиография нашего журнала</i> (1965—1979 гг.)	33
Новост и идеи	III

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1046 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postafiók 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a kézbesítőknél és a Posta Központi Hírlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) személyesen vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27,— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út. 76. sz. alatti hírlapboltban. Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft.



Egyetemi Nyomda — 80.5326 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

A TESTNEVELÉS TANÍTÁSÁNAK REPERTÓRIUMA

1965—1979

Szerkesztette és összeállította: HORÁNSZKY NÁNDOR

Lektorálta: NAGY SÁNDOR

Bevezetés

A testnevelés tanítása repertórium a folyóirat 1965 és 1979 között megjelent cikkeit és közleményeit ismerteti két részben. Az első rész a szakrendi, a másik rész a betűrendes szerzői mutatót tartalmazza. A könnyebb eligazodás végett előljáróban külön közöljük a szakrendi sémát.

A címek leírásánál az érvényes magyar szabványokat alkalmaztuk. A címfelvételeknél csak a nyilvánvaló sajtóhibákat korrigáltuk. Az eredetileg fel nem tüntetett szerzők neveit és a csak kezdőbetűvel jelzett keresztnév feloldását (ahol erre lehetőségünk volt) []-ben közöljük.

A betűrendes szerzői mutatóban, az egyes nevek után csak a közlemények sorszáma található.

Az Ill. jelölés az illusztrációra utal.

A szerkesztőség 1965—1979 között

Szerkesztők

Burka Endre	1965. 1. sz.—1973. 6. sz.
dr. Nagy György	1974. 1. sz.—1976. 2. sz.
dr. Nagy Tamás	1976. 3. sz.—1976. 4. sz.
Nagy Sándor	1977. 1. sz.—

Szerkesztő bizottság

Beke Mártonné	1968. 4. sz.—1971. 6. sz.
Bellay Lászlóné	1965. 2. sz.—1976. 4. sz.
Dobiné Mónus Erzsébet	1977. 1. sz.—
Gyenge József	1979. 1. sz.—
dr. Kálmánchey Zoltán	1965. 1. sz.—
dr. Nagy György	1976. 3. sz.—
dr. Nagy Tamás	1977. 1. sz.—
Nyiri János	1965. 1. sz.—1978. 2. sz. és 4. sz.
Paku Ernő	1965. 1. sz.—1973. 6. sz.
Raffel Zoltán	1965. 1. sz.—1974. 6. sz.
Ruszkai Katalin	1975. 1. sz.—1978. 4. sz.
Sós István	1965. 1. sz.—1973. 6. sz.
dr. Székely Gabriella	1965. 1. sz.—

Szuh Csaba
dr. Takács Ferenc
Várady Géza
Varga Sándor

1965. 1. sz.—1968. 3. sz.
1968. 4. sz.—
1974. 1. sz.—
1974. 1. sz.—

A repertórium szakbeosztása

1. AZ ISKOLAI TESTNEVELÉS HELYZETE, FELADATAI, EREDMÉNYEI. AZ ISKOLA ÉLETE ÉS MUNKÁJA. A TESTNEVELÉS KÜLFÖLDÖN

- 1.1 Általános szempontok. (Az egyes tanévek jellemző főbb feladatai)
- 1.2 Egyes iskolatípusok, tagozatos osztályok munkájáról, feladatairól
 - 1.21 Budapesti és vidéki iskolák helyzete
- 1.3 A testnevelés személyi és tárgyi körülményei
 - 1.31 Személyi feltételek
 - 1.31.1 Tanárképzés
 - 1.31.2 Továbbképzés
 - 1.31.3 A tantestület és a testnevelő tanár
 - 1.31.4 Szakfelügyelet
 - 1.32 Tárgyi feltételek. Iskolai élet
 - 1.32.1 Az iskola tárgyi feltételei, felszerelése. Eszközellátottság. („Ötletek, újdonságok”)
 - 1.32.2 Sportkörök. Sportszakosztályok
 - 1.32.3 Sportversenyek. Mozgalmak
 - 1.32.4 Munkavédelem
- 1.4 Az iskolai testnevelés szervezeti keretei. Jogszabályok
 - 1.41 Rendeletek. Határozatok
 - 1.42 Tudományos ülések. Szervezetek, társaságok
- 1.5 A külföld testnevelésügye

2. TESTNEVELÉS-TUDOMÁNY. KUTATÁSI MÓDSZEREK. A TESTNEVELÉS ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA. A NEVELÉS ÉS OKTATÁS ELVI ÉS GYAKORLATI KÉRDÉSEI

- 2.1 Általános szempontok. A sport hatása a tanulókra
 - 2.11 Leányok a testnevelésben. Koedukáció
- 2.2 Testnevelés-tudomány és határterületek
 - 2.21 A személyiség fejlesztése. Az oktatás lélektani alapjai
 - 2.21.1 Önállóságra nevelés. Aktivitás
 - 2.22 Testi fejlettség. Fizikai képességek. (Állóképesség, mozgás stb.)
- 2.3 A nevelés és oktatás elvi és gyakorlati kérdései
 - 2.31 Nevelés
 - 2.32 Oktatás
 - 2.32.1 Tanterv. Tanmenet
 - 2.32.2 Teljesítménymérés. Ellenőrzés, értékelés, osztályozás. Érettségi
 - 2.33 A nevelés és oktatás gyakorlatából
 - 2.33.1 Képességfejlesztés (Játék, dobás stb.)
 - 2.33.2 Atlétika

- 2.33.3 Torna
- 2.33.4 Sportjátékok. (Labdajátékok)
- 2.33.5 Szabadidő-sportok. Téli foglalkozások. Úszás
 - 2.33.51 Úszás
- 2.34 Gyógytestnevelés
 - 2.34.1 Könnyített testnevelés. Felmentés

3. TESTNEVELÉS-TÖRTÉNET

4. A SZAKIRODALOM SZEREPE A TESTNEVELÉS TANÍTÁSÁBAN. EGYÉB IRODALOM

- 4.1 Könyvismertetés
- 4.2 Folyóirat-ismertetés. Külföldi lapszemle. Szakirodalmi figyelő
- 4.3 Méltatások
- 4.4 Nekrológok
- 4.5 Hírek. Tudósítások
- 4.6 Egyéb irodalom. (Könyvtárügy. Nyelvészet)

1. AZ ISKOLAI TESTNEVELÉS HELYZETE, FELADATAI, EREDMÉNYEI. AZ ISKOLA ÉLETE ÉS MUNKÁJA. A TESTNEVELÉS KÜLFÖLDÖN

1.1 Általános szempontok. (Az egyes tanévek jellemző főbb feladatai)

1. BÉKEFI László: Az iskolai testnevelés és sporttevékenység és az utánpótlás nevelése. =1971. 5. sz. 151—153. p.
2. BODÓ László: Beköszöntő. [A Testnevelés Tanítása c. lap indulása.] =1965. 1. sz. 1—2. p.
3. BUGYI Balázs: Az iskolai testnevelés újszerű propagálása. =1972. 5. sz. 153—155. p. Illusztr.
4. BULLA András: Testnevelés és joga. (Hasznosítjuk-e a jogát az iskolai testnevelésben?) =1979. 4. sz. 108—109. p. Fotók.
5. GYENGE József: Az [ezerkilencszázhetvennyolc/hetvenkilenc] 1978/79-es tanév értékelése és az 1979/80-as tanév fő feladatai. =1979. 5. sz. 129—133. p.
6. KÁLMÁNCHÉY Tiborné: A testnevelés időszerű problémái. =1965. 5. sz. 154—155, 160. p.
7. KAZINCZYNÉ TEMESI Tünde: Gondolatok a tanórán kívüli testnevelésről és sportról. =1976. 2. sz. 60—62. p. Bibliogr.: 62. p.
8. KOBELA Lehelné: Így is lehet... =1969. 4. sz. 123—124. p.
9. KOLTAI Jenő: Hova fejlődik az atlétika? Somorjai László beszélgetése — — —-vel. =1970. 3. sz. 86—90. p.
10. KOVÁCS Ildikó: A testi nevelés követelményei és a bejáró tanulók helyzete. =1968. 1. sz. 8—12. p.
11. NÁDORI László: Néhány irányzat a testnevelésben és a sportban. =1966. 4. sz. 105—109. p.
12. NAGY Tamás: [Az ezerkilencszázhetvenhét-hetvennyolc] 1977/78-as tanév fő feladatai. =1977. 3. sz. 65—69. p.
13. NAGY Tamás: Az [ezerkilencszázhetvennyolc-hetvenkilenc] 1978/79. tanév fő feladatai. =1978. 3. sz. 91—94. p.
14. NYIRI János: Az iskolai testnevelés helyzete, feladatai az alapdokumentumok vizsgálata alapján. =1969. 4. sz. 97—100. p.
15. NYIRI János: A korszerű iskolai testnevelés időszerű kérdései. =1970. 4. sz. 97—99. p.

16. NYIRI János: A tanítási év néhány fontosabb feladata. =1965. 4. sz. 97—99. p.
 17. NYIRI János: Az új tanév elé. =1966. 4. sz. 97—98. p.
 18. PÁRICSKA Zoltán: [Az ezerkilencszázhetvennégy-hetvenöt] 1974—1975-ös tanév elé. =1974. 4. sz. 97—99. p.
 19. PÉTERFALVI Lajos: [Az] elsőéves egyetemi hallgatók testnevelési előképzettsége. =1970. 6. sz. 185—190. p.
 20. SOMORJAI László: Minden sport alapja az iskola. =1977. 3. sz. 88—90. p.
 21. SOMORJAI László: Nem minden az objektív feltételek hiánya! =1975. 4. sz. 128. p.
 22. SÓS István: Az iskolai testnevelés és sport néhány adata. (1967. december 31.) Összeáll. — —. =1968. 3. sz. 93. p.
 23. SZABÓ János: Az iskolai sport és testnevelés lehetőségeinek jobb felhasználása. =1968. 1. sz. 5—7. p.
 24. SZÉKELY Gabriella: Tartsuk szabadban a testnevelési órákat. =1966. 2. sz. 38—39. p.
 25. SZENTGYÖRGYI Zoltán: Korszerűsödött iskolai testnevelésünk egyik időszerű kérdése. =1975. 1. sz. 28—30. p. A 3. testnevelési óra.
 26. TAKÁCS F[erenc]: Az egészséges életért. (Egy vezércikk margójára.) [Magyar Nemzet, 1972. június 3.] =1972. 4. sz. 127. p.
 27. TAKÁCS Ferenc: Közművelődés — testkultúra — iskolai testnevelés. =1977. 1. sz. 1—4. p.
 28. TAKÁCS Ferenc: Nyitott borítékban a harmadik óráról. =1975. 3. sz. 70—73. p.
 29. TAKÁCS Ferenc: Tervek és feladatok — a testnevelésért. =1974. 1. sz. 1—2. p.
 30. TAKÁCS Ferenc: A tudományos-technikai forradalom és néhány konkrét hatása az iskolai testnevelésre. =1972. 6. sz. 184—188. p.
 31. A Testnevelés Tanítása lapterve az 1967—69. évre. [Közread. a] Szerk. Biz. =1967. 2. sz. 59—61. p.
 32. ZARÁNDI László: Hová fejlődik az atlétika? Somorjai László beszélgetése — — -val. =1970. 2. sz. 57—61. p. Ábrák.
- L. még: 95, 175, 184, 188, 194, 211, 409, 547, 549, 557, 687, 695, 696

1.2 Egyes iskolatípusok, tagozatos osztályok munkájáról, feladatairól

33. ALBERT Antal: A kisiskolák testnevelésének problémái. =1971. 6. sz. 187—188. p.
34. BALI Istvánné: Oktatási-nevelési tapasztalataink a testnevelés tagozatos osztályokban. =1974. 1. sz. 19—24. p. Táblázatok.
35. BÁNFALVI József: Hogyan segítheti a testi nevelés célkitűzéseit a tanulók szakmai előképzése? 1—2. =1965. 1. sz. 14—17. p.; 2. sz. 51—55. p.
36. BATA Teréz: A középiskolai elsőosztályosok testnevelésbe és sportba való beilleszkedése. =1971. 2. sz. 45—48. p. Táblázatok.
37. DOBINÉ MÓNUS Erzsébet: Szakosított tantervű osztályok néhány szervezési tapasztalata. =1972. 2. sz. 51—53. p.
38. FERTŐI Pál: Tömegsport-foglalkozás a középiskolában. =1969. 4. sz. 119—122. p.
39. MAKKÁR Márta: Mivel tölti szabad idejét egy felső tagozatos általános iskolai osztály? =1965. 1. sz. 11—13. p.
40. MEZŐFY András: A középiskolai sport feladatairól. =1967. 4. sz. 100. p.
41. MUTSCHLER Mátyás: Gondolatok a testnevelés feladatairól a szakmunkásképző iskolákban. =1969. 6. sz. 177—181. p.
42. NÁDORI László: Sport és alsó tagozatos iskolai testnevelés. =1968. 1. sz. 12—15. p.
43. NAGY Tamás: A testnevelés szakosított tantervű osztályok működésének hároméves tapasztalatai. =1972. 6. sz. 161—166. p.
44. NAGY Tamás: Testnevelés „tagozatos” iskolák. =1970. 4. sz. 112—116. p.
45. NAGY Tamás: A testnevelés tagozatos osztályok működésének 1970/71. évi tapasztalatai. =1971. 5. sz. 133—136. p. Táblázatok.

46. NYIRI János: A középiskolai testnevelés értékelése, az alapidokumentumok és megvalósulásuk. =1972. 4. sz. 97—99. p.
 47. OSZETZKY Tamásné: Az alsó tagozat órái a szabadban. =1974. 3. sz. 80—86. p. Ábrák.
 48. SIPOS György: Az alsó tagozati testnevelés néhány problémája. =1973. 6. sz. 161—163. p.
 49. SOMORJAI László: Az alsó tagozati osztályok testnevelésének megjavításáért. =1973. 5. sz. 159—160. p.
 50. SOMORJAI László: A magyar sport utánpótlása a KSI-ben. =1968. 5. sz. 157—159. p.
 51. SÓS István: Az általános iskolák sportja számokban. =1967. 4. sz. 103—105. p. Táblázat.
 52. SÓS István: A középfokú iskolai sport új és megújuló feladatai. =1969. 4. sz. 101—103. p.
 53. SÓS István: Tapasztalatok és feladatok a középfokú iskolák sportjában. =1968. 4. sz. 97—100. p. Táblázat.
 54. SZUH Csaba: Az általános iskolai sport 1964—65. évi mérlege. =1965. 4. sz. 103—107. p. (Iskolai sport)
 55. VARGA Sándor: Ankét a testnevelési osztályokról. =1977. 2. sz. 61. p.
 56. ZENGŐ József: A középiskolai három testnevelési órával kapcsolatos észrevételeim. =1975. 2. sz. 62. p.
- L. még: 1.21, 1.32 fejezeteket

1.21 Budapesti és vidéki iskolák helyzete

57. BÓRA Ferenc: Somogyi helyzetkép. =1975. 1. sz. 30—31. p. A 3. testnevelési óra tapasztalatai
 58. B[URKA] E[ndre]: Korszerű előfeltételek — korszerű oktatás. [A jászberényi Lehel vezér Gimnázium sportpályája.] =1966. 4. sz. 128— Borító 3. Ill.
 59. GERGELY Ferenc: A testi nevelés helyzete a budapesti kollégiumokban. 1—2. =1973. 6. sz. 183—186. p.; 1974. 1. sz. 30—32. p. Táblázatok.
 60. [Kétszáz] 200 éves a jászberényi gimnázium. =1967. 4. sz. 105. p. Ill.
 61. KOVÁCS György: Szabolcs megyei helyzetkép. =1975. 5. sz. 160. p. — Borító 3.
 62. N[AGY] S[ándor]: Békés megye iskolai testnevelése és sportja. =1977. 3. sz. 77. p.
 63. OBERST György: Mindennapos testnevelés a szentlőrinci általános iskolában. =1972. 3. sz. 88—90. p.
 64. OROSZ Ottó: A mohácsi járás iskolai testnevelése. =1965. 4. sz. 100—102. p.
 65. SOMORJAI László: Testmozgás, munka, tanulás. Látogatás a Than Károly Vegyipari Technikumban. =1968. 6. sz. 181—182. p. Fényképek.
 66. VARGA Sándor: A heti három testnevelési óra bevezetésének tapasztalatai Budapesten. =1975. 4. sz. 102—107. p.
- L. még: 1.2 és 1.32 fejezeteket.

1.3 A testnevelés személyi és tárgyi körülményei

1.31 Személyi feltételek

1.31.1 Tanárképzés

67. AMBRUS Lászlóné: Az [ezerkilencszázhetvennyolc] 1978. évi felvételi vizsgák néhány tapasztalata a Pécsi Tanárképző Főiskola testnevelés szakán. =1979. 2. sz. 50—53. p. Táblázatok.
68. HERENDI V[ilmos]: A jövő testnevelési szakembereinek személyiségnevelése a főiskolai oktatásban. *Ism.*: — —. =1971. 3. sz. 96 — Borító 3. p.
69. HORVÁTH Antalné: A testnevelés szakra jelentkezők felkészültsége. =1975. 5. sz. 129—134. p.

70. KARDOS Alajos: Felkészítés és felkészülés a tanárképzők testnevelési szakának felvételi vizsgáira. =1970. 2. sz. 37—44. p.
71. NÁDORI László: Előterben a tudományos kutatás — tanárképzésünk új távlatai. =1968. 6. sz. 166—170. p.
72. NAGY György: Pályaválasztás testnevelésben. =1978. 1. sz. 16—18. p. Táblázatok.
73. N[AGY] Gy[örgy]: A tudományos diákkör ülészaka a Testnevelési Főiskolán. =1974. 2. sz. 58—59. p. Fotók.
74. RIESZ Béla: Főiskolai hallgatók testi neveltségi szintjének vizsgálata. =1977. 3. sz. 75—77. p.
75. (S[OMORJAI] L[ászló]): Évnyitó a Testnevelési Főiskolán. =1968. 6. sz. 192. p. Fényképek.
76. SZEPEŠ Lajos: Főiskolások és az élvezeti szerek. =1973. 3. sz. 65—69. p. Táblázatok.
77. TAKÁCS Ferenc: Fél évszázad a testkultúra szolgálatában. =1975. 5. sz. 157—160. p. A Testnevelési Főiskola létrehozása
78. [TAKÁCS Ferenc]: Talár és epomis nélkül — egyetemi rangon [a Testnevelési Főiskola]. [Írta]: (-tf-) =1976. 1. sz. 1. p.
79. [TAKÁCS Ferenc]: Tudományos konferenciák a Testnevelési Főiskolán. Hallgatók a testnevelés-tudományért. [Írta]: (-tf-) =1970. 3. sz. 95—96. p. — Borító 3.
- L. még: 205, 214, 218, 681

1.31.2 Továbbképzés

80. B[URKA] E[ndre]: Debrecen ismét várja a testnevelőket! =1966. 3. sz. 90. p. (Tájékoztató) Továbbképző tanf.
81. (B[URKA] E[ndre]): Sikeres nyári tanfolyam Debrecenben. =1965. 5. sz. 156—157. p. Ill. (Tájékoztató)
82. Irodalomjegyzék a 3 éves továbbképzési terv témaköreire. 1—2. =1966. 5. sz. 144 — Borító 3.; 6. sz. 192. p.
83. A kecskeméti testnevelő tanárok Budapesten. =1967. 3. sz. 84. p. Fotók.
84. Képek Debrecenből [a testnevelő tanárok továbbképző tanfolyamáról]. =1966. 5. sz. 156—157. p. Ill.
85. SZABÓ Péter: Gyógytestnevelő tanárok országos továbbképzése. Vác, 1976. április 27—28. =1976. 3. sz. 94—95. p.
86. Tanfolyamok az Országos Pedagógiai Intézetben. =1967. 1. sz. 26. p.
87. Tanító- és óvónőképzés tanárok Sárospatakon. [1967. január 23—28. között tartott tanácskozás.] =1967. 2. sz. 62—63. p. Ill.
- L. még: 213, 555, 688, 693

1.31.3 A tantestület és a testnevelő tanár

88. GLATZ László: Mit tehet a testnevelő tanár az iskolai sport és testnevelés fejlesztéséért? =1974. 1. sz. 8—10. p.
89. GYARMATI Lajos—KOVÁCS Kálmán: A testnevelő tanári magatartás és vezetési stílus, mint a teljesítményt befolyásoló tényező. =1978. 1. sz. 7—13. p. Bibliogr.: 13. p.
90. GYÓRI Pál: [Tíz] 10 éves a Veszprém megyei Testnevelő Tanárok Klubja. =1977. 4. sz. 128. p.
91. JELES István: Néhány gondolat a testnevelők „védelmében”. =1970. 4. sz. 120—121. p.
92. KERÉKGYÁRTÓ Imre: Testületi egység és a testnevelő tanár. =1969. 3. sz. 65—67. p.
93. NAGY György: A testnevelő tanár személyisége. Egy felmérés tanulságai. =1979. 5. sz. 146—149. p. Táblázatok.
94. NAGY György: Vonzó-e a testnevelő tanári pálya? =1979. 2. sz. 54—56. p. Táblázatok.
95. NAGY Sándor: Kísérletezzünk, kutassunk, publikáljunk. =1975. 5. sz. 145—149. p.
96. OZSVÁTH Ferenc: Gondolatok a korszerű testnevelői tevékenységről. =1973. 5. sz. 148—149. p.

97. SZENTGYÖRGYI Zoltán: Vegyes gondolatok az atlétikus képzésről. =1979. 5. sz. 144—146. p.
98. SZILÁGYI Dezső: A testnevelő tanár személyiségének főbb jellemzői. =1979. 3. sz. 87—88. p.

1.31.4 Szakfelügyelet

99. BÉKEFI László: Tapasztalatból — őszintén a testnevelésről. =1969. 4. sz. 117—119. p.
100. NYIRI János: Szakfelügyelők beszámolója Debrecenben. =1965. 2. sz. 61—63. p. (Tájékoztató)
101. VARGA Sándor: Budapesti szakfelügyelők látogatási tapasztalatai. =1965. 5. sz. 150—154. p. (A tanítás gyakorlatából)
102. VARGA Sándor: A tanítás eredményességének vizsgálata és tapasztalatai Budapesten. =1967. 1. sz. 5—7. p.
- L. még: 34

1.32 Tárgyi feltételek, iskolai élet

1.32.1 Az iskola tárgyi feltételei, felszerelése. Eszközellátottság. („Ötletek, újdonságok”)

103. BALOGH Miklós: Mérőeszköz a SARGENT-féle teszthez. =1977. 4. sz. 110. p. Ábra.
104. BALOGH Miklós: „Sportszerkutató és fejlesztő bázis” az Iskolabútor- és Sportszergyárban. =1977. 2. sz. 64. p.
105. B[URKA] E[ndre]: Képek a TRIÁL kiállításáról. =1973. 6. sz. 191—192. p. Fényképek.
106. DARÓCZI Sándor: Szertári labdatartó. =1965. 6. sz. 188—189. p. Ill. Ábrák.
107. FARMOSI István: Egyszerű műszer a koordináció méréséhez. =1971. 3. sz. 91—92. p. Fotók, ábrák.
108. IVITZ Zoltán—NICKEL Géza: Kosárlabdaállvány Dexion-Salgó elemekből. =1977. 2. sz. 60—61. p. Ábrák.
109. JUHÁSZ Károly: A testnevelés felszerelési, eszközellátottsági szintjéről. =1971. 1. sz. 19—23. p. Táblázatok.
110. KECSKEMÉTI Gábor: Ugrószekrények rongálódásának megelőzése. =1966. 3. sz. 74. p. Ábra.
111. KRIZSANEC Károlyné—KUNOS Andrásné: Mesarács. Új játék- és tornaeszköz. =1965. 5. sz. 158—159. p. Ill.
112. LUKSZICS Ernő: Rajtgépsor házilag. — Célbadobás kislabdával. =1979. 5. sz. 158. p. (Ötletek, újdonságok)
113. LUKSZICS Ernő: Súlypontemelkedés-mérő. — Távolugró-mérőeszköz. — Testmagasság-mérő házilag. =1979. 4. sz. 119—120. p. (Ötletek, újdonságok)
114. MOLNÁR Sándor: Egy tornaszer, amely kedvelté tette a tornázást. =1975. 2. sz. 64. p.
115. Ötletek, újdonságok. VARGA István: Szerezz a visszapattanó labdával gölt. — SZENTGYÖRGYI Zoltán: „Kézenállógép.” — NAGY Sándor: Új játék született: RINGÓ. — SZÉP Ilona: Szabadtéri tornaszerállvány. =1979. 6. sz. 182—187. p. Illusztr. (Ötletek, újdonságok.)
116. P[ETROVICH] E[rnő]: Amit a dobófalról elmondhatok. =1979. 2. sz. 61. p. Fotók.
117. SOMKUTI Ede: Korszerű előfeltételek — korszerű oktatás! Sportudvar. =1966. 3. sz. 95. p. Ill. (Tájékoztató)
118. SÓS István: Testnevelés különféle gyakorlólhelyeken. =1966. 6. sz. 170—174. p. Ill.
119. SZABÓ József: Játékudvart az iskolába! =1975. 1. sz. 31—32. p.
120. SZENTGYÖRGYI Zoltán: A gumizsinór alkalmazása. =1977. 3. sz. 90—94. p. Ábrák
121. SZ[ENTGYÖRGYI] Z[oltán]: „Kapitányos számolylabda.” =1979. 1. sz. 22—23. p. (Ötletek, újdonságok)

122. SZ[ENTGYÖRGYI] Z[o]ltán: Kombinált szabadtéri függő- és tornaszerárvány. — Vonalcica. =1979. 2. sz. 59—60, 61. p. Ábrák. (Ötletek, újdonságok)
123. SZENGYÖRGYI Zoltán: [Új rovat indul]: Ötletek, újdonságok. [1.] NDK sportszerek. =1978. 1. sz. 27—28. p. Ábrák. (Ötletek, újdonságok)
124. TENKEI Antal: Kiselejtezett autógumik a testnevelésórán. =1978. 2. sz. 62. p. Ábrák
125. TENKEI Antal: Szabadtéri sportlétesítményeink helyzete. =1971. 3. sz. 89—90. p.
126. VARGA Gyula: Néhány szó a tantermi testnevelési órák megszervezéséről. =1971. 3. sz. 83—86. p. Ábrák
127. VARGA Pál: 33-as kézigránát. [Gumiból készült kézigránát] =1976. 1. sz. 31—32. p.
128. VILLANT László: Készítsünk sílécet házilag! =1965. 6. sz. 177—180. p. Ábrák.
129. Vízrel töltött teniszlabda. [Dézsi György újítása] =1978. 2. sz. Borító 3. Ábra. Részben téves ábraanyag.
130. ZENTAI Ferenc: Minitenisz. =1978. 3. sz. 95. p. Ábra. (Ötletek, újdonságok.)
L. még: 58, 470, 493, 683

1.32.2 Sportkörök. Sportszakosztályok

131. BÉKEFFY László: Tapasztalatok a „sportóráról”. =1967. 5. sz. 150—152. p.
132. BÉKEFFY László: Még egyszer a sportóráról. =1968. 1. sz. 24—26. p. Ábrák
133. BUDAI Zsigmond: Országjáró diákkörök folyamatos téli túrázásának szervezése. =1979. 3. sz. 76—83. p. Ábrák
134. ÉDES László: A középfokú iskolai sportkörök 1965/66. tanévi feladatai. =1965. 4. sz. 108—109. p.
135. GERGELY Ferenc: Sportköreink előtörténetéhez. =1975. 5. sz. 134—138. p. Bibliogr.: 137—138. p.
136. HARSÁNYI László—NOVÁK István: Úttörő-sportszakkörök szervezése. =1965. 4. sz. 110—112. p.
137. KOBELA Lehelné: A középfokú iskolai sportegyesületek 1971/72. tanévi sportmunkájáról. =1973. 1. sz. 1—5. p.
138. A legeredményesebb sportkörök. =1967. 6. sz. 184. p.
139. SÓS István: A középfokú iskolák szakosztályai. =1969. 3. sz. 83—84. p. Táblázat
140. VARGA Sándor: A középfokú iskolák sportkörüi tevékenységéről. 1—2. =1965. 2. sz. 55—57. p.; 3. sz. 80—81. p. (Iskolai sport.)

1.32.3 Sportversenyek. Mozgalmak

141. Az általános, a középfokú és a felsőoktatási intézmények 1968/69. tanévi országos versenynaptára. Összeáll.: Madarász Endre. =1968. 6. sz. 183—190. p.
142. ÁRPÁSSI Károly: A Kilián-mozgalom az általános iskolai oktatásban. =1968. 2. sz. 56—57. p.
143. CHRISTIÁN László: Az országos középfokú iskolai atlétikai bajnokságok csúcseredményei. =1971. 2. sz. 61—62. p. Táblázat
144. Az [ezerkilencszázhatvanhét/hatvannyolc] 1967/68. tanévi középfokú iskolák országos atlétikai bajnokságának végeredménye. Összeáll.: Dékán Antal. =1968. 4. sz. 122—127. p.
145. GYENGE József: A korszerűsített úttörő olimpia. =1979. 4. sz. 104—106. p.
146. [Harmadik] III. Nyári Úttörő Olimpia 1967. =1967. 4. sz. 118—120. p. III.
147. Iskolai sportunkról. SÓS István: Az úttörő és diák sportjelvénytörző versenyek tapasztalatai. — KOBELA Lehelné: A középfokú iskolák országos bajnokságairól. =1971. 1. sz. 1—7. p.
148. JÁMBOR Gyula: Az O[rszágos] S[port] N[apok] tapasztalataiból. =1966. 5. sz. 149—152. p. III.
149. Középfokú iskolák pontversenye. [Fejér megye versenykiírása.] =1970. 3. sz. 90—94. p.

150. MADARÁSZ Endre: A középfokú iskolák országos bajnokságához. =1967. 6. sz. 174—175. p.
151. A [második] II. Téli Úttörő Olimpia után. =1967. 2. sz. 35. p.
152. NYIRI János: A tanulmányi verseny részvétele az Országos Sportnapokon. =1966. 3. sz. 65—66. p.
153. Országos úttörő-bajnokságok döntői. =1965. 4. sz. 125—128. p. Ill. Fotó: Kozák—Simay—Kutvölgyi
154. SÓS István: Az általános és a középfokú iskolák országos sportversenyei számokban. =1969. 1. sz. 26—29. p. Táblázatok
155. SÓS István: Indul az úttörő-sportjelvénytulajdonos verseny. [Szabályzat] =1971. 4. sz. 97—101. p. Jelvényábrák.
156. SÓS István: Az úttörő- és diák sportjelvénytulajdonos versenyek bevezetése. — Úttörő- és diák sportjelvénytulajdonos verseny szabályzata. (Tervezet) =1970. 4. sz. 103—107. p.
157. SZLATÉNYI Béla: Az Edzett Ifjúságért mozgalomról — testnevelőknek. =1977. 3. sz. 70—71. p.
158. Úttörő Olimpia, 1966. Horváth István felvételei. =1966. 5. sz. 158—159. p.
L. még: 38.

1.32.4 Balesetvédelem

159. JUHÁSZ Károly: Csökkentek a testnevelési balesetek. =1966. 5. sz. 153—154. p.
Helyreigazítás: 1966. 6. sz. 178. p.
160. JUHÁSZ Károly: Hogy a testnevelés betölthesse feladatát... [Baleset-elhárítás.] =1967. 6. sz. 170—173. p. Fénykép: Vassányi Béla.
161. JUHÁSZ Károly: Ötszáz tanulóbaleset. =1965. 5. sz. 142—146. p.
162. Munkavédelem az iskolában. [Kiállítás.] =1965. 6. sz. 190. p. Ill.
163. (T[IBOLDI] T[ibor]): Baleset-elhárítási kézikönyv a testnevelés tanításához. =1966. 3. sz. 66. p.

1.4 Az iskolai testnevelés szervezeti keretei, jogszabályok

1.41 Rendelet, határozatok

164. [Együttes program az iskolai testnevelés és sport fejlesztésére. Tájékoztató.] =1969. 5. sz. 156—159. p.
165. KÁLMÁNCHEY Zoltán: Az M[agyar] T[estnevelési és] S[portszövetség] nevelési irányelvei és az iskola. =1967. 2. sz. 33—35. p.
166. Kormányhatározat az ifjúság körében végzendő munkáról. =1967. 4. sz. 116. p. (Tájékoztató)
167. A Magyar Testnevelési és Sportszövetség Országos Elnökségének 7/1965. (MTS É. 4.) Orsz. Eln. számú határozata a kötelező iskolai testnevelés társadalmi irányításáról. =1965. 3. sz. 92. p. (Tájékoztató)
168. MEZŐFY András: A Magyar Testnevelési és Sportszövetség Ügyvezető Elnökségének 7/1966. (MTS É. 7.) Ügyv. Eln. számú határozata a középfokú tanintézetek és szakmunkástanuló iskolák sportköreinek 1966—67. tanévi feladatairól. =1966. 4. sz. 118—121. p. (Iskolai sport)
169. Rendelet — közlemények. =1965. 5. sz. 136. p.; 1966. 1. sz. 16. p.; 1967. 1. sz. 22. p.
170. SÓS István: Az iskolai testnevelés és sport fontosabb jogszabályai. =1965. 1. sz. 30—32. p.
171. TURI Imre: Az OTSH állásfoglalásának szerepe a vidéki iskolák atlétikai életének fejlesztésében. =1976. 2. sz. 63. p.

1.42 Tudományos ülések. Szervezetek, társaságok

172. ARDAY László: „Testedzés — Egészségvédelem”. (Konferencia Tatán. 1972. december 1—2.) =1973. 3. sz. 93—95. p.
173. B[URKA] E[ndre]: Konferencia a testi nevelésről. [1970. ápr. 29—30.] =1970. 4. sz. 124—126. p. (Szemle)
174. B[URKA] E[ndre]: Nemzetközi Jubileumi Testnevelési Tudományos Ülésszak. =1977. 2. sz. 55. p.
175. B[URKA] E[ndre]: Urbanisztika és testnevelés. [Tanácskozás 1971. október 7—8-án.] =1971. 6. sz. 188—189. p. (Szemle)
176. FEHÉR Valéria: „Elénk rajzolódott a kívánt jövő”. [Nemzetközi tudományos ülésszak a Pécsi Tanárképző Főiskolán 1978. október 25—27. között az általános iskolai tanárképzés 30. évfordulóján.] =1979. 1. sz. 25—26. p. (Szakterületünk tudományos életéből)
177. FEHÉR Valéria: A Magyar Pedagógiai Társaság Testi Nevelési Szakosztályának életéből. Szakosztályi ülés Budapesten 1978. november 23-án. =1979. 1. sz. 26. p.
178. JÁMBOR Gyula: Megalakult szakszervezetünk [a Pedagógusok Szakszervezete] testnevelési tagozata. =1965. 2. sz. 64. p. (Tájékoztató).
179. KOCSIS Mihály: International Olympic Academy 12. ülésszaka. =1973. 1. sz. 27—32. p. — Borító 3.
180. KUN László: A testnevelés és sporttörténeti kutatómunka az UNESCO szófiai fórumán. =1973. 2. sz. 60—61. p.
181. LOCHMAYER György: Gondolatok az olimpiáról Olympiában. [A Nemzetközi Olimpiai Akadémia 12. ülésszaka.] =1973. 2. sz. 46—49. p.
182. A Magyar Testnevelési és Sportszövetség II. Kongresszusa. =1968. 1. sz. 1—5. p.
183. NÁDORI László: Mozgásbiológiai szimpózium. Tihany, 1976. =1977. 2. sz. 62—63. p.
184. NÁDORI László: Testkultúra és szocializmus. =1968. 3. sz. 90—92. p. Konferencia Lipcsében 1967. november 23—25. között
185. N[AGY] S[ándor]: A Magyar Pedagógiai Társaság Testi Nevelési Szakosztálya életéből. — A Testi Nevelési Szakosztály ankétja Szegeden. =1977. 1. sz. 28, 32. p.
186. N[AGY] S[ándor]: A Magyar Pedagógiai Társaság Testi Nevelési Szakosztálya életéből. =1977. 3. sz. 96. p.
187. NÉMETH József: Nemzetközi Nevelélméleti Konferencia Zánkán. (1976. május 24—27.) =1976. 3. sz. 93—94. p.
188. SÓS István: Az iskolai testnevelés és sport az MTS II. kongresszusán. =1968. 2. sz. 33—38. p. Fénykép.
189. Szakterületünk tudományos életéből. NÉMETH József: Gyermekeink egészségéért. — VAMOS Károlyné: Tudományos emlékülés a Tanácsköztársaság 60. évfordulója alkalmából. =1979. 4. sz. 122—123. p. (Szakterületünk tudományos életéből)
190. SZÉKELY Gabriella: Kerekasztal-konferencia az OTSI [Országos Testnevelési és Sportegészségügyi Intézet]-ban. =1968. 1. sz. 28—29., 32. p. (Tapasztalatok)
191. [TAKÁCS Ferenc]: Konferenciáról konferenciára. [Írta]: (-tf-) =1972. 1. sz. 32. p. — Borító 3.
192. [TAKÁCS Ferenc]: Nemzetközi Tudományelméleti Konferencia a TF-en. [Írta]: (-tf-) =1972. 5. sz. 156—157. p.
193. [TAKÁCS Ferenc]: Sport és pszichológia. [A Magyar Pszichológiai Társaság Sportpszichológiai Szekciójának munkájáról.] [Írta]: (-tf-) =1970. 2. sz. 63. p. A Szerkesztőség kiegészítő megjegyzései: =1970. 5. sz. 159. p.
194. [TAKÁCS Ferenc]: Szabadidő és sport. [A szocialista országok 1. nemzetközi sport-szociológiai konferenciája. 1972. október 26—30.] [Írta]: (-tf-) =1973. 2. sz. 59—60. p.
195. A testi nevelés ügye az V. Nevelésügyi Kongresszuson. (Kálmánchey Zoltán, Páldi Gyuláné, Kozmanovics Endre, Burka Endre, Németh József, Bódos Mihályné, Nagy György, Terényi Imre hozzászólásaival.) =1970. 6. sz. 161—177. p. Fotók.

196. VÁMOSNÉ DOMOSZLAY Éva: A Magyar Pedagógiai Társaság Testi Nevelési Szakosztályának életéből. =1978. 4. sz. Borító 3.
L. még: 79—81, 84.87, 202, 406, 431.

1.5 A külföld testnevelésügye

197. Ausztrália iskolai testnevelése. =1969. 3. sz. 93. p.
198. BAKONYI Ferenc: Az angol iskolai testnevelés. =1966. 6. sz. 186—189. p. (Tájékoztató)
199. BECSY BERTALAN Sarolta: Új utakon az NDK iskolai testnevelése. 1—4. =1968. 2. sz. 45—52. p.; 3. sz. 82—85. p.; 4. sz. 105—110. p.; 5. sz. 131—142. p.; Bibliogr.: 110, 142. p.
200. BURKA Endre: Egy hét Lengyelországban. =1966. 4. sz. 124—127. p. Ill.
201. B[URKA] E[ndre]: Jókívánságainkat küldjük német kollégáinknak. =1969. 6. sz. 189. p.
202. BURKA Endre: Tudományos konferencia a Szovjetunió Pedagógiai Tudományos Akadémiáján. =1969. 3. sz. 96. p.
203. B[URKA] E[ndre]: Új tantervek készülnek a Szovjetunióban. =1966. 5. sz. 155. p. (Tájékoztató)
204. FEHÉR Valéria: Moszkvai tudósítás. =1979. 6. sz. 187—188. p. (Szakterületünk tudományos életéből)
205. FÖLDESINÉ SZABÓ Gyöngyi: Pillanatkép a kölni Német Sportfőiskoláról. (Deutsche Sporthochschule Köln.) =1978. 2. sz. 42—44. p. Ábra.
206. HERENDI Vilmos: A főiskolai testnevelés az USA-ban. [Szuhoockij cikke nyomán] ismerteti — —. =1972. 5. sz. 157—160. p. Táblák.
207. HERENDI Vilmos: Gromadszkij, E. Sz.: A testnevelés és sport tudományos kutatási programja a Szovjetunió új ötéves tervében. (Moszkva, 1971.) Ism. — —. =1971. 4. sz. 123—126. p. (Szemle)
208. HERENDI V[ilmos]: A szovjet testnevelési rendszer alapszint-követelményeiről. =1970. 2. sz. 64. p.
209. HERENDI Vilmos: Testi fejlettségi tesztek és normák az USA-ban. =1972. 3. sz. 91—96. p. — Borító 3. Táblázatok, grafikonok. Bibliogr.: Borító 3. Helyesbítés: 1972. 5. sz. 141. p.
210. KOCSIS Mihály: Escuela Deportiva BRAFA. A barcelonai BRAFA sportiskola ismertetése. =1972. 2. sz. 55—60. p.
211. KOREK József: A néptömegek művészi tornája a Koreai Népi Demokratikus Köztársaságban. =1976. 3. sz. 95—96. p.
212. Lengyelországi tapasztalatok. =1967. 6. sz. 180—182. p. Fénykép: Gombás Ferenc. (Tapasztalatok)
213. LENTZNER, Kurt-A.: A testnevelő tanárok továbbképzése a rostocki körzetben. =1969. 1. sz. 1—10. p. Bibliogr.: 10. p.
214. NÁDORI László: Reformtörekvések a lipcsei Testnevelési Főiskolán. =1970. 6. sz. 190—192. p. — Borító 3.
215. NÁDORI László: Svédországi tapasztalatok. 1—2. =1971. 6. sz. 177—181. p.; 1972. 1. sz. 19—21. p.
216. NOVÁK István: A svéd általános iskolák testnevelése és sportja. =1965. 6. sz. 190—192. p. — Borító 3. Ill.
217. NYIRI János: A középiskolai testnevelés Franciaországban. 1—5. =1970. 3. sz. 69—73. p.; 5. sz. 129—133. p.; 6. sz. 181—184. p.; 1971. 1. sz. 8—11. p.; 3. sz. 65—67. p.
218. RÓKUSFALVY Pál: Testnevelőtanár-képzés és sportpszichológiai kutatás a kölni Sportfőiskolán. =1970. 2. sz. 46—49. p.
219. SÓS István: Az ausztrál sport alapjait a tanítók rakják le. =1967. 4. sz. 117. p.
220. S[ÓS] I[stván]: Fontos láncszem. =1968. 4. sz. 128. p. A Szovjetunió iskolai testnevelésének továbbfejlesztéséről

221. SÓS István: Az iskolai testnevelés és sport Japánban. =1965. 3. sz. 94–96. p.
 222. SÓS István: Az NDK oktatási törvénye. =1965. 4. sz. Borító 3. p.
 223. SÓS István: A Szovjetunió össz-szövetségi iskolai spartakiádja. =1968. 2. sz. 62–63. p.
 (Tájékoztató)
 224. S[ÓS] I[stván]: Tuniszban ez a helyzet. =1965. 3. sz. 96. p.
 225. [TAKÁCS Ferenc]: Körkép az iskolai testnevelés aktuális kérdéseiről. [Írta] (-tf-) =
 1967. 4. sz. 125–127. p.
 226. TAKÁCS Ferenc: Testnevelés a csehszlovák iskolákban. =1966. 4. sz. 121–124. p.
 (Tájékoztató)
 L. még.: 395, 434, 464.

2. TESTNEVELÉS-TUDOMÁNY, KUTATÁSI MÓDSZEREK, A TESTNEVELÉS ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA. A NEVELÉS ÉS OKTATÁS ELVI ÉS GYAKORLATI KÉRDÉSEI

2.1 Általános szempontok. A sport hatása a tanulókra

227. ANDOR György: Testnevelés és pályairányítás. =1979. 5. sz. 137–140. p.
 228. BAKONYI Ferenc: Atlétikai kiválasztás az iskolában. 1–2. =1972. 3. sz. 72–76. p.;
 4. sz. 102–106. p. A 2. r. címe: Atlétikai kiválasztás az iskolákban.
 229. BAKONYI Ferenc: Az iskolai testnevelés hatása a tanulók testneveléssel és sporttal
 kapcsolatos szemléletére. =1969. 1. sz. 19–24. p. 1. közlemény.
 230. BAKONYI Ferenc: Szeretik-e a tanulók a testnevelést – hány órát szeretnének? =1969.
 2. sz. 35–38. p. Táblázatok. 2. közlemény.
 231. BAKONYI Ferenc: A testnevelés mennyiségének és minőségének befolyása a sportolási
 igény alakítására. =1969. 3. sz. 75–78. p. Táblázatok. 3. közlemény
 232. BAKONYI Ferenc: A tanulók testneveléssel kapcsolatos szemléletének érzelmi gyökerei.
 =1969. 4. sz. 110–116. p. Táblázatok. 4. közlemény
 233. BAKONYI Ferenc: A tanulók véleménye a testnevelési óra egyes tartalmi problémáiról.
 =1969. 6. sz. 168–174. p. Táblázatok. 5. közlemény.
 234. BIRÓ Péterné–JÁKI László: A sport hatása a középiskolai tanulók spontán társas
 kapcsolataira. =1965. 3. sz. 82–87. p. Ábrák.
 235. KÉREKGYÁRTÓ Imre: Sport és magatartás. =1971. 6. sz. 161–162. p.
 236. KOVÁCS Iván–TÓTH Katalin: Sportági alkalmasság és a kiválasztás. =1979. 4. sz.
 110–115. p. Ábrák. Javasolt irodalom: 115. p.
 237. MOLETZ Judit: A család befolyása a tanulók testnevelési és sporttevékenységére.
 (Egy gimnáziumi felmérés főbb tanulságai.) =1975. 4. sz. 113–116. p. Bibliogr.: 116. p.
 238. NAGY György: A középiskolai testnevelési tanórák néhány tanulsága. =1975. 1. sz.
 4–8. p.
 239. NAGY György: Szülők és [nyolc-tizenöt] 8–15 éves gyermekek sporttal kapcsolatos
 indítékai és elvárásai. 1–2. =1969. 6. sz. 161–167. p.; 1970. 1. sz. 1–4. p. Bibliogr. ;
 4. p. Táblázatok
 240. NÉMETH József: Egyetemi hallgatók tevékenységi struktúrájának alakulása. =1972.
 3. sz. 85–87. p.
 241. TURI Imre: Kiválasztás atlétikában. =1975. 2. sz. 53–57. p. Táblázatok.
 242. VARGA Jenő: Levél a sport hasznáról [a Szerkesztőség megjegyzéseivel.] =1970. 5. sz.
 153–157. p. Fényképek.
 243. ZÖLD János: Etikai felmérés egy középiskolai testnevelésórán. =1974. 3. sz. 87–95. p.
 Bibliogr.: 94–95. p.

L. még: 36.

2.11 Leányok a testnevelésben. Koedukáció

244. FARMOSI István: Középiskolás lányok ugráserejének komplex vizsgálata. =1970. 4. sz. 116—119. p. Táblázatok. Bibliogr.: 119. p.
245. HARGITAY György: Circuit rendszerű órák a leányok testnevelésében. =1966. 3. sz. 83—87. p. Ábrák. (A tanítás gyakorlatából)
246. KERPÁN Zsuzsanna: Testsúlymérés a testnevelési órán középiskolás lányoknál. =1979. 6. sz. 181—182. p.
247. KISS Judit: A testnevelés és sport helye egy budapesti szakközépiskola leánytanulónak szabadidő kihasználásában. =1975. 4. sz. 117—120. p. Bibliogr.: 120. p.
248. NAGY Gézané: Feminizált testnevelést! (Középiskolás lányok testnevelése a modern gimnasztika jegyében.) =1971. 6. sz. 184—186. p.
249. NAGYKÁLDI Csaba: Az erőérzékelés jellemzői középiskolás lányoknál. =1970. 1. sz. 5—9. p. Táblázatok, grafikonok. Bibliogr.: 9. p.
250. PADÁNYI Máriauszné SZÜLE Ágnes: A torna képességfejlesztő gyakorlatainak módszertani megoldása a gimnázium I. testnevelési leányosztályában. =1978. 2. sz. 54—61. p. Ábrák
251. RAFFEL Zoltán: A testnevelés és a koedukáció. =1966. 4. sz. 109—111. p.
252. SÓS István: A koedukált osztályok testnevelése. =1966. 2. sz. 33—37. p. Bibliogr.: 37. p.
253. [TAKÁCS Ferenc]: Testnevelés a menstruáció alatt. [Írta] (-tf-) =1968. 6. sz. 190—191. p. Grafikonok

2.2 Testnevelés-tudomány és határterületek

254. ADONYI Ágnes: Sportoló és nem sportoló diákok néhány szociológiai és biológiai jellemzője. =1975. 4. sz. 120—123. p. Diagram
255. BAKONYI Ferenc: Matematikai-statisztikai módszerek a testnevelés-kutatásban. 1—4. =1967. 1. sz. 27—30. p.; 4. sz. 112—115. p.; 5. sz. 155—160. p.;—Borító 3.; 6. sz. 175—180. p. Ábrák. Táblázatok. Apródi Jenő rajzaival. (Vizsgálati módszerek)
256. BAKONYI Ferenc: Sportszociológiai vizsgálatok tanulságai. =1967. 2. sz. 40—42. p.
257. BARTON József: A motoros transzfer problémái tesztek validitásának megítélésében. =1973. 3. sz. 70—74. p. Táblázat, ábra. Bibliogr.: 74. p.
258. BATA Teréz: A tanításnak a tanulásra gyakorolt transzferhatása. =1971. 6. sz. 175—176. p. Bibliogr.: 176. p.
259. BEREZ György: A testnevelés-tudomány néhány (tudomány) elméleti kérdése. 1—2. =1972. 2. sz. 33—39. p.; 3. sz. 65—72. p. Bibliogr.: 39. 72. p.
260. BURKA Endre: Kibernetika és testnevelés-tanítás. =1967. 3. sz. 73—79. p. Bibliogr.: 79. p.
261. GOMBOS Marianna, N.: A bemutatás és a magyarázat határfokának vizsgálata. =1967. 2. sz. 43—48. p. Ill. Ábrák
262. GOMBOS Marianna, N.: A köredzés alkalmazásának lehetőségei az iskolai testnevelésben és sportban. 1—4. =1972. 5. sz. 138—141. p.; 6. sz. 166—172. p.; 1973. 1. sz. 14—18. p.; 2. sz. 38—42. p. Ábrák
263. HÁMORI József: Mozgáskultúra és az idegrendszeri fejlődés összefüggései. =1976. 3. sz. 74—78. p.
264. KÁLMÁNCHÉY Zoltán: Alapvető vizsgálati módszerek a testnevelésben. =1967. 2. sz. 51—58. p. Bibliogr.: 58. p.
265. KIS Jenő: Értékek, értékelések, testnevelés, sport. 1—2. =1977. 1. sz. 12—19. p.; 2. sz. 41—51. p. Bibliogr.: 19, 51. p.
266. MAGYAR Beatrix: A célviszony alakítása és alakulása az iskolai testnevelésben és sportban, különös tekintettel az oktatástechnológiai szempontokra. =1979. 2. sz. 48—50. p.

267. MAKKÁR Márta: L.: Vizsgálatok az optimális megterhelés normarendszerének kialakításához. 1—2. =1967. 1. sz. 1—4. p.; 2. sz. 36—39. p. Táblázattal. Bibliogr.: 4. p.
268. MAKSZIN Imre: Optimális elsajátításhoz vezető tanulás az iskolai testnevelésben. =1978. 1. sz. 22—26. p. Folyamatábrák. Bibliogr.: 26. p.
269. NÁDORI László: A tudományfejlődés sajátosságai. =1969. 5. sz. 129—133. p.
270. NAGYKÁLDI Csaba: Gimnasztikai mozgástanulás vizsgálata többféle tanulási módszer együttes hatása alapján. 1—2. =1974. 1. sz. 11—18. p.; 2. sz. 51—54. p. Táblázatok, ábrák. Bibliogr.: 54. p.
271. NAZAROV, Vaszilij Petrovics: A gyermekek mozgáskészségének tanulmányozásához. =1972. 4. sz. 100—102. p.
272. ŐS Gabriella, N.: A sportszociológia koncepciója és hatásköre. (Conception and Range of Sport Sociology. =International Review of Sport Sociology, 1966. No. 1. 7—17. p.) [Folyóiratcikk-ismertetés.] =1970. 5. sz. 160. p. — Borító. 3.
273. RÓKUSFALVY Pál: A sportmozgás mint cselekvés tulajdonságai és pszichológiai osztályozása. =1973. 1. sz. 5—13. p. Táblázat. Bibliogr.: 13. p.
274. TAKÁCS Ferenc: Napirenden a sportszociológia. =1971. 6. sz. 190—191. p. (Szemle)
275. ZÖLD János: A testnevelés és a sport filozófiai és a társadalomtudományok érdeklődésének előterében. =1968. 3. sz. 76—82. p. Bibliogr.: 81—82. p.
- L. még: 30, 95, 183, 192, 207, 218, 620, 622, 625, 630, 634, 636, 639.

2.21 A személyiség fejlesztése. Az oktatás lélektani alapjai

276. BRUZSA Ferenc: Az akarat tulajdonságok fejlesztése a karatében. =1978. 1. sz. 20—21. p.
277. GOMBOS Marianna, N.: Az emlékezet vizsgálata. =1970. 5. sz. 138—142. p. Ábrák. Táblázatok
278. GOMBOS Marianna, N.: A figyelem vizsgálata. =1970. 4. sz. 99—103. p.
279. GOMBOS Marianna, N.: Az igény szint vizsgálata. =1971. 1. sz. 12—14. p. Táblázatok.
280. GOMBOS Marianna, N.: Az iskolai sport pszichológiája. =1968. 2. sz. 53—55. p.
281. GOMBOS Marianna, N.: Objektív pszichológiai vizsgáló módszerek a tanulók megismeréséhez. =1970. 1. sz. 19—23. p.
282. GOMBOS Marianna, NÁDORINÉ.: Szempontok a személyiség megismeréséhez és jellemzéséhez. 1—2. =1966. 6. sz. 175—178. p.; 1967. 1. sz. 8—12. p.
283. GOMBOS Marianna, N.: A tanulók megismerésének lehetőségei a testnevelésben =1968. 5. sz. 129—131. p.
284. HIDVÉGI Judit: A gyermekek sportlélektanáról. =1977. 3. sz. 94—96. p.
285. JAKABHÁZY László: Testnevelési feladathelyzetek a pszichológia szemszögéből. =1978. 2. sz. 38—40. p. Bibliogr.: 40. p.
286. KARDOS Alajos: Az akarat szerepe a mozgásigény szokássá válásában. 1—2. =1976. 1. sz. 29—31. p.; 2. sz. 55—57. p. Bibliogr.: 56—57. p.
287. KARDOS Alajos: Testedzés iránti igény kialakításának pszichikai tényezői. =1974. 4. sz. 110—113. p. Bibliogr.: 113. o.
288. KARDOS Alajos: A testnevelés hatása a magasabb idegtevékenységre. =1966. 6. sz. 161—165. p.
289. KERÉKGYÁRTÓ Imre: A tanulók személyiségének megismerése és testi nevelésük. =1968. 2. sz. 42—44. p.
290. KESZTHELYI Ildikó: A jól és kevésbé jól sportoló tanulók teljesítmény-motivációjának kísérleti vizsgálata általános iskola felső tagozatos tanulóival. =1974. 2. sz. 38—43. p. Táblázatok. Bibliogr.: 43. p.
291. KOVÁCS Ildikó: Önértékelés, igény szint-reálitás a testnevelésben. =1966. 4. sz. 112—115. p. Ábrák
292. MÁNYAI Judit: A siker-kudarc magyar nyelvű irodalmából. =1967. 1. sz. 12—15. p.

293. MEINEL, Kurt: Mozgástanulás és gondolkodás. =1968. 1. sz. 16–19. p. Fejezetek a szerző *Bewegungslehre* c. munkájából
294. MOHÁS Livia: Társas kapcsolatok vizsgálata labdarúgó gyerekeknél. =1969. 2. sz. 39–44. p. Ábrák
295. NÁDORI László: Az optimális terhelés pszichikai követelményei. =1967. 4. sz. 97–100. p. Bibliogr.: 100. p.
296. NAGY György: Egy motoros tesztben elért teljesítményt befolyásoló tényezők elemző vizsgálata 8–9 éves tanulók körében. =1973. 3. sz. 75–81. p. Bibliogr.: 81. p.
297. NAGY György: Életkor és motiváció. 1–3. =1975. 2. sz. 57–61. p.; 5. sz. 142–144. p. Táblázatok. Hozzászólás: Nagyné Kovács Ildikó. =1975. 4. sz. Borító 3.
298. NAGY György: A motiválás és igénykeltés problémája [a(z) iskolai] testnevelésben. 1–2. =1969. 3. sz. 67–74. p.; 4. sz. 103–109. p. Bibliogr.: 109. p.
299. NAGY Tamás: A képességfejlesztés feladatai a testnevelésben. =1972. 1. sz. 9–12. p.
300. NAGYKÁLDI Csaba: A testnevelés hatása a tanulók emberalak-ábrázolásában. =1977. 2. sz. 36–41. p. Ábrák. Bibliogr.: 41. p.
301. NAGYNÉ KOVÁCS Ildikó: Önértékelés és igényszint-realitás. =1975. 5. sz. 138–141. p. Táblázatok
302. RÓKUSFALVY Pál: A tevékenységregulációs elv érvényesülése és a személyiség megismerése a testnevelésben. =1974. 6. sz. 181–184. p.
303. SÁGHEGYI Elemérné: A kisiskoláskori rendszeres testnevelés motivációjáról. =1973. 5. sz. 150–154. p. Bibliogr.: 154. p.
304. SIPOS Kornél: A rendszeres izomellazító gyakorlatokról. 1–3. =1969. 2. sz. 58–61. p.; 6. sz. 186–188. p.; 1970. 1. sz. 16–19. p. Bibliogr.: 60–61. p.; 19. p.
305. ZSAKAY Kálmán: Néhány adat a testnevelés motivációs kérdéseire. =1972. 1. sz. 1–8. p. Táblázat. Bibliogr.: 8. p.
306. ZSAKAY Kálmán: A teljesítményorientáció jelentősége a testnevelésben. =1972. 6. sz. 176–180. 184. p. Bibliogr.: 184. p.
- L. még: 68, 155, 156, 193, 263, 614.

2.21.1 *Önállóságra nevelés. Aktivitás*

307. BURKA Endre: Önállóságra nevelés a testnevelésben. =1966. 3. sz. 67–70. p.
308. DÁN Józsefné: Csapatfoglalkozás a mai testnevelésben. =1968. 5. sz. 147–150. p.
309. EMBER Lászlóné: Testnevelési „házi feladat”. =1967. 6. sz. 161–165, 169. p. Ábra. Bibliogr.: 169. p.
310. KALÁSZ Jánosné: A tanulók aktivizálása a torna tanításában. =1965. 4. sz. 114–119. p.
311. KOZÉKI Béla: Családi nevelés és az iskolai aktivitás összefüggése. =1975. 4. sz. 108–112. p.
312. N[AGY] S[ándor]: Amerikai úszóedző az ösztönzésről. =1977. 3. sz. 69. p.
313. N[AGY] S[ándor]: Jelvény az úszásórán. =1977. 2. sz. 64. p.
314. OROSZ Ottó: Néhány tapasztalat a tanulói aktivitással kapcsolatban. 1–2. =1966. 1. sz. 21–23. p.; 2. sz. 40–42. p.
315. SZILÁGYI Dezső: Neveljük tanítványainkat a gyakorlatias önálló munkára. =1966. 4. sz. 102–104. p.
316. TAKÁCS István: A szakcsoportos sportfoglalkozás. =1978. 1. sz. 13–15. p.

2.22 **Testi fejlettség. Fizikai képességek. (Állóképesség, mozgás stb.)**

317. BAKONYI Ferenc: Célkitűzések a tanulók fizikai erőnlétének fejlesztésére. =1973. 6. sz. 164–172. p. Táblázatok
318. BAKONYI Ferenc: Az erő fejlődése a 7–18 éves iskolai tanulónál. =1973. 3. sz. 82–90. p. Táblázatok
319. BAKONYI Ferenc: A gyorsaság, az állóképesség, a ruganyosság fejlődése 7–18 éves iskolai tanulónál. =1973. 4. sz. 102–111. p. Táblázatok

320. BAKONYI Ferenc: [Hét-tizennyolc] 7—18 éves iskolai tanulók testi fejlődése. =1973. 5. sz. 132—147. p. Táblázatok
321. BAKONYI Ferenc: Az iskolai testnevelésben szereplő sportágak hatása a kar tolóerejének fejlődésére. =1974. 5. sz. 153—159. p. Táblázatok
322. BAKONYI Ferenc: Újabb szempontok a tanulók állóképességének fejlesztéséhez. =1966. 5. sz. 145—148. p. Bibliogr.: 148. p.
323. BAKONYI Ferenc—BARNA István: A zene hatása a mozgástanulásra. =1966. 1. sz. 17—21. p. Ábrák. Bibliogr.: 21. p.
324. BARLA-SZABÓ László: Állóképesség 9—11 éves korban. =1975. 2. sz. 61. p.
325. FARMOSI István: Sportoló és nem sportoló gyermekek testösszetétele. =1976. 4. sz. 106—109. p. Ábrák. Bibliogr.: 109. p.
326. FARMOSI István: A testmagasság, a testsúly és a szorítóerő összefüggése 9—10 éves korban. =1969. 3. sz. 79—82. p. Táblázatok, grafikonok. Bibliogr.: 82. p.
327. FARMOSI István: A testmagasság és a szorítóerő növekedése a 15—18 éves korban. =1973. 2. sz. 33—38. p. Grafikonok, táblázatok. Bibliogr.: 38. p.
328. GALAMBOS János: A testi képességek fejlesztésének iskolai problémái. =1969. 5. sz. 153—156. p.
329. HECKENBERGERNÉ PINTÉR Gyöngyi: A gimnasztikai mozgásanyag korszerűbb alkalmazásáért. =1979. 1. sz. 8—10. p.
330. HONFI László: A test teltsége 7—18 éves magyar iskolai tanulónál. =1976. 4. sz. 110—112. p. Táblázatok. Helyreigazítás: 1977. 2. sz. Borító 3.
331. KALMÁR Lajosné: A zenéhez szoktatás játékos módszere a művészi tornában. =1967. 1. sz. 18—22. p.
332. KERSENBROK, A.: Az iskoláskorúak állóképességéről. [- -: Az állóképesség edzése az iskolai és az ifjúsági korcsoportban. A Sportska Praksa, 1967. 3/4. számában megjelent cikk rövidített közlése.] =1967. 6. sz. 186—189. p.
333. KOVÁCS Géza: Az iskolai tanulók munkaképességének fejlesztése újabb módszerekkel. =1968. 2. sz. 38—42. p. Fényképek
334. Középiszkolai tanulók alkati és motorikus változása egy évtized alatt. [Írták]: Farmosi István, Derzsy Béla, Petz Veronika, Riegler Endre. =1979. 5. sz. 133—137. p. Táblázatok, grafikonok. Bibliogr.: 137. p.
335. MÉSZÁROS János—NAGY Tamás: Testméretek és teljesítmények összehasonlítása egy felmérés keretében. =1976. 2. sz. 35—42. p. Táblázatok. Diagramok
336. NÁDORI László: Az erőfejlesztés néhány kérdéséről. =1979. 4. sz. 116—118. p.
337. NAGY Tamás: A testi (morfológiai) fejlődés vizsgálata az általános iskolában 1—3. =1967. 5. sz. 143—148. p.; 6. sz. 166—169. p.; 1968. 1. sz. 19—23. p. Táblázatok, diagramok. Bibliogr.: 148. p.
338. NEMCSIK Pál: A teljesítőképesség és a populációs genetikai tényezők összefüggése a testnevelésben. =1967. 3. sz. 86—87. p. Ábrák. Apródi Jenő rajzaival
339. ÓS Gabriella, N.: Miroslav Vanek—Vaclav Hosek: Teljesítményigény a sporttevékenységben. (Az International Journal of Sport Psychology 1970. 2. számában megjelent tanulmány ismertetése.) =1971. 5. sz. 156—158. p. (Szemle)
340. SCHOLICH, Manfred: A köredzés mint a kondícióedzés szervezési, módszertani formája. =1966. 2. sz. 42—46. p. Ábra
341. SOMORJAI László: Az erő forrása. =1971. 1. sz. 27—28. p. Az iskolai testnevelés
342. STEINERNÉ KUTTNY Márta: Tanulóink testtartása. =1975. 1. sz. 8—11. p.
343. SZABÓ János: Állandó feladat az ügyesség fejlesztése. =1969. 5. sz. 133—139. p.
344. SZABÓ Zoltán: Egyes testi képességek funkcionális változásai úttörő-táborozás során. =1974. 1. sz. 25—30. p. Táblázatok, diagramok. Bibliogr.: 29—30. p.
345. SZALAY Miklós: Az állóképesség fejlesztésének jelentősége és módszerei. =1975. 1. sz. 11—14. p.

L. még: 74, 107, 109, 246, 249, 267, 508, 523, 613, és a 2.21 fejezet több anyagát

2.3 A nevelés és oktatás elvi és gyakorlati kérdései

2.31 Nevelés

346. BARNÁ István: Egy jól sikerült honvédelmi nap. =1969. 6. sz. 175–177. p.
347. BÓRA Ferenc: A tanulók sportszeretetének felhasználása a hazafias nevelésben. =1967. 4. sz. 101–102. p.
348. CZÉGENY Sándor: Nevelőmunka a testnevelésben. =1965. 5. sz. 139–142. p.
349. ILLYÉS József: A honvédelmi nevelés néhány tapasztalata tanítóképzőben. =1970. 5. sz. 142–147. p. Ábrák. Táblázatok
350. JELES Istvánné: Az iskolai testnevelés és esztétikai nevelés. =1975. 3. sz. 84–87. p.
351. KÁLMÁNCHEY Tiborné: Az egészséges életre nevelés alapfeltételei. =1976. 1. sz. 24–28. p. Bibliogr.: 28. p.
352. KÁLMÁNCHEY Zoltán: A testnevelés szerepe a világnézeti nevelésben. =1966. 1. sz. 1–6. p.
353. KERÉKGYÁRTÓ Imre: Nevelésközpontú iskola és testnevelés. =1972. 2. sz. 46–47. p.
354. KOBELA Lehelné: A testnevelés és a sport az iskolai nevelőmunkában. =1967. 5. sz. 138–143. p.
355. MOLNÁR Dezső: A tanterv atlétikai anyaga és a honvédelmi nevelés. =1972. 5. sz. 129–137. p. Bibliogr.: 137. p.
356. NAGY György: Az oktatás és nevelés korszerűsítése a testnevelésben. (Néhány gondolat a tantervi kutatásokról.) =1974. 6. sz. 162–164. p.
357. NAGY György: A sport és testnevelés nevelési feladatai egy szülői közvélemény-kutatás tükrében. =1970. 3. sz. 73–76. p.
358. SZTANKIN, Mihail Joszifovics: A nevelés módszerei – az edző fegyvertára. =1972. 4. sz. 122–126. p.
359. TAKÁCS Ferenc: A világnézeti nevelés néhány lehetősége és módszere a testnevelésben. =1967. 3. sz. 65–72. p. Bibliogr.: 72. p.
360. T[I]BOLDI T[ibor]: A rendgyakorlatok és a honvédelmi előképzés. =1965. 4. sz. 112–113. p. (A tanítás gyakorlatából.) Helyreigazítás: 1965. 5. sz. 138. p.
361. VARGA Sándor: Gondolatok a hazafias és honvédelmi nevelésről a testnevelésben. = 1966. 5. sz. 141–144. p.
- L. még: 165, 187, 371, 407, 411, 412, 562, 594.

2.32 Oktatás

362. BURKA Endre: Játék és tanulás. =1973. 4. sz. 122–128. p. Folyamatábrák. Bibliogr.: 128. p.
363. KÁLMÁNCHEY Zoltán: Az óratervezés és felépítés kérdéséhez. =1966. 6. sz. 166–169. p.
364. KALMÁR Lajosné: Szakmódszertani elgondolások a művészi torna általános iskolai oktatásához. =1969. 5. sz. 139–143. p.
365. LALIA András: A filmről való szemléltetés lehetősége a középiskolai testnevelésben. = 1973. 1. sz. 25–27. p.
366. MARKOS Tiborné: Programos testnevelési óra. =1977. 2. sz. 52–55. p. Táblázatok.
367. A módszerek kiválasztásának és alkalmazásának általános szempontjai. [Közread. az] OPI Testnevelési Tanszék. =1975. 5. sz. 149–154. p.
368. MOLNÁR István: Tanítsuk érdekesebben a testnevelést. =1972. 1. sz. 28–30. p.
369. NÁDORI László: A teljesítmény mint pedagógiai módszer. =1967. 3. sz. 80–84. p.
370. NAGY Dezső: Szorgalmi feladatok a testnevelésben. =1971. 5. sz. 146–150. p.
371. NAGY György: Az oktatás és nevelés egységéért. (Módszertani tájékoztató.) = 1974. 3. sz. 65–72. p. Bibliogr.: 72. p.
372. NAGY György: Technika és feladatmegoldás. =1977. 3. sz. 78–87. p. Táblázatok

373. NAGY Sándor: A bemutató tanításról. =1977. 1. sz. 29–32. p.
374. NAGY Sándor: Közvetett és közvetlen [tanítási] cél. =1974. 4. sz. 123–127. p.
375. NAGY Tamás: Feladatmegoldás jelentősége és formái a testnevelés tanításában. =1973. 4. sz. 112–117. p. Táblázatok
376. NAGY Tamás: A tagozatos osztályok testnevelési foglalkozásainak órátípusai. =1971. 3. sz. 73–76. p.
377. NAGY Tamás: A testnevelés tanításának programozása. =1968. 4. sz. 115–121. p. Táblázatok, grafikonok. Bibliogr.: 121. p.
378. SOMORJAI László: Az állandó jellegű gyakorlatok. =1965. 1. sz. 21–23. p. Ill. (A tanítás gyakorlatából)
379. SZABÓ János: A játékműveltség és annak kialakítása. =1966. 4. sz. 116–117. p.
380. SZENTGYÖRGYI Zoltán: Tapasztalataim és módszereim. 1–5. =1975. 2. sz. 43–48. p.; 3. sz. 65–69. p.; 4. sz. 97–102. p.; 1976. 1. sz. 13–19. p.; 2. sz. 48–54. p. Ábrák
381. TENKEI Antal: A testnevelési órák hatékonyságának fokozása. =1972. 4. sz. 118–121. p. Grafikonok
382. [Új oktatófilmek.] =1965. 1. sz. 17. p.
383. VESZPRÉMI László: Az őszei-téli testnevelési óra didaktikai kérdései. 1–2. =1965. 5. sz. 147–149. p.; 6. sz. 166–171. p. Ill. Bibliogr.: 170–171. p.
384. ZSAKAY Kálmán: Csoportstruktúra és a testnevelés. =1975. 1. sz. 1–4. p. Bibliogr.: 4. p.
L. még: 24, 25, 28, 34, 43, 47, 56, 57, 66, 72, 102, 126, 131, 132, 309, 548, 598, 633, 648 és a 2.2 fejezet

2.32.1 *Tanterv, tanmenet*

385. BIRÓNÉ NAGY Edit: Néhány didaktikai szempont a testnevelési tantervi munkálatokhoz. 1–2. =1974. 6. sz. 191–192. p.; 1975. 1. sz. 17–20. p.
386. BURKA Endre: Adalékok a tantervemlélethez. 1–5. =1970. 3. sz. 76–80. p.; 4. sz. 108–112. p.; 5. sz. 133–138. p.; 1971. 1. sz. 15–19. p.; 2. sz. 39–44. p. Bibliogr.: az egyes fejezetek végén. Alcímek: 1. r. A sport tartalmi kérdései. — 2. r. Sportágak a tantervben. — 3. r. Igényszint és a sporttevékenység színvonala. 4. r. — 5. r. —.
387. B[URKA] E[ndre]: Baranyai tapasztalatok a testi nevelésről és a gimnáziumi tantervről. =1966. 3. sz. 90–94. p. (Tájékoztató)
388. BURKA Endre: Bevezetés előtt az új gimnáziumi tanterv. =1965. 1. sz. 2–5. p.
389. BURKA Endre: Készség és képzés, tananyag és követelmény. =1972. 1. sz. 22–26. p.
390. BURKA Endre—SÓS István—TIBOLDI Tibor: A tanmenet korszerűsítése. =1966. 5. sz. 129–140. p.
391. BURKA Endre—NAGY Sándor: A tantervek kipróbálásáról. =1977. 2. sz. 33–36. p. (Az új tantervekről)
392. BURKA Endre: A tantervi koncepció és követelmények néhány alapvető kérdése a testnevelésben. =1974. 6. sz. 164–174. p. Bibliogr.: 173–174. p.
393. BURKA Endre: Tematikus tervezés — tananyagfelbontás. =1966. 2. sz. 52–58. p.
394. BURKA Endre: A testnevelés műveltségtartalma. =1975. 3. sz. 73–83. p.
395. BURKA Endre: Az új szovjet tantervekről — dióhéjban. =1977. 4. sz. 111–115. p.
396. FEHÉR Valéria: A tantervek kipróbálásáról. (A második év tapasztalatai.) =1979. 3. sz. 73–76. p.
397. GYENGE József—NAGY Sándor: A tantervek kipróbálásáról. =1977. 4. sz. 119–121. p.
398. KIS Jenő: Környezeti tényezők vizsgálatának jelentősége, lehetősége korszerű testnevelési tanterv alkotásának folyamatában. =1974. 6. sz. 185–190. p. Bibliogr.: 190. p.
399. NAGY Sándor: A középiskolai részletes követelményrendszer. 1–3. =1979. 2. sz. 33–38. p.; 3. sz. 65–73. p.; 4. sz. 97–104. p. Ábrák, táblázatok.
(Az új tantervekről)

400. NAGY Sándor: Tantervfeldolgozás. =1979. 5. sz. 152—157. p. Ábrák. (Az új tantervek elé)
401. NAGY Sándor: Az új gimnáziumi testnevelési osztályok tantervéről. =1978. 2. sz. 33—37. p. Táblázatok
402. NAGY Tamás: A „gyakorlatok” értelmezése a tantervben. =1972. 2. sz. 48—50. p.
403. NAGY Tamás: [Az új tantervekről.] 1—4. 1—2. A tantárgyi cél- feladatrendszeréről. — 3. A tantervi anyag kiválasztása, elrendezése. 4. Tantárgyi követelményrendszer. 1—2. = 1976. 1. sz. 7—13. p.; 2. sz. 43—47. p.; 3. sz. 68—73. p.; 4. sz. 97—105. p.; 1977. 1. sz. 4—11. p. Táblázatok. (Az új tantervekről.) Bibliográfia a fejezetek végén
404. SZABÓ Béla: Tanácsok a tanmenet készítéséhez. =1979. 5. sz. 150—151. p.
405. A szakközépiskolai tantervek vitája. =1965. 1. sz. 29. p. (Tájékoztató)
406. SZALAY Mária—BURKA Endre: Tantervelméleti kollokvium Halleban. (1967. június 18—24.) =1967. 4. sz. 121—122. p. III.
407. SZEKERES Sándor: Tanterv — Nevelési terv. =1965. 5. sz. 137—138. p. Ált. isk.
408. Tájékoztató az általános iskolai testnevelés tananyagának csökkentéséhez. Összeáll.: Burka Endre, Műv. Min. Ált. Isk. Oszt. tantárgyi bizottsága. =1973. 4. sz. 97—101. p.
409. TAKÁCS Ferenc: Pártdokumentumaink és az új testnevelési tanterv. =1976. 1. sz. 2—7. p. Bibliogr.: 7. p.
410. A tantervmódosítás tapasztalatai. [Közread. az] OPI Testnevelési Tanszék. =1974. 4. sz. 100—102. p. Bibliogr.: 102. p.
411. TIBOLDI Tibor: Az általános iskolai Tanterv és Nevelési terv eredményeinek vizsgálata Baranya és Szolnok megyében. =1966. 6. sz. 182—185. p. — Borítók 3.
412. TIBOLDI Tibor: Tapasztalatok az általános iskolai Tantervről és Nevelési tervről. =1965. 6. sz. 163—165. p.
413. Az új tantervek elé. Tanmenetkészítés, tanmenetminták. 1—2. 1. Báthory Béla, Burka Endre, Dán Józsefné, Nagy Sándor, Nagy Tamás, Németh József: [Általános szempontok.] 2. Báthory Béla, Burka Endre, Csider Tibor, Dán Józsefné, Nagy Sándor, Nagy Tamás, Németh József, Solty Jenő. =1978. 3. sz. 65—90. p.; 4. sz. 97—128. p.
414. Vélemények a tantervekről. 1—2. (Közéiskola.) — (Általános iskola.) [Közread. az] OPI Testnevelési Tanszék. =1976. 2. sz. 33—35. p.; 3. sz. 65—67. p.
L. még: 46, 203, 456, 478, 657.

2.32.2 Teljesítménymérés, ellenőrzés, értékelés, osztályozás. Érettségi

415. BENYÓ Béla: A folyamatos osztályozás nevelő értéke. =1973. 3. sz. 91—92. p.
416. Értékelés — de önértékelés is! =1968. 3. sz. 65—67. p.
417. Hozzászólás a teljesítményfüzethez. — BOGNÁR István: Jegyzetek az általános iskolai füzetekhez. — SZABÓ Ferenc: Szolnok megyei tapasztalatok. (Közéiskola.) =1979. 6. sz. 179—180. p.
418. KÁLMÁNCHEY Zoltán: Vizsgálódás a testnevelési érdemjegyekkel kapcsolatban. =1968. 4. sz. 100—104. p. Táblázatok, grafikonok
419. KATICS Kálmán: A testnevelés írásbeli munkájáról. =1979. 4. sz. 121. p. (Ötletek, újdonságok)
420. MARANCSICS Imre: Ellenőrző lap a teljesítmény értékelésére. =1972. 5. sz. 150—153. p.
421. Módszertani útmutató az értékelés és az osztályozás korszerűsítéséhez a testnevelés tanításában. [Közread. az] OPI Testnevelési Tanszék. =1973. 5. sz. 129—132. p.
422. MOHÁS Lívia: Testnevelés az érettségi vizsgán. =1965. 1. sz. 27—28. p. Vitafórum.
423. NAGY György: Értékelés és objektivitás. =1979. 6. sz. 172—175. p.
424. NAGY György: Osztályozás nélküli testnevelési kísérlet az alsó tagozatban. =1974. 5. sz. 129—133. p.
425. NAGY György: Teljesítményértékelés a szituatív sportági elemzés alapján. =1969. 1. sz. 11—18. p. Bibliogr.: 18. p.

426. NAGY Sándor: A középfokú iskolák testnevelés-teljesítményfüzete. =1979. 1. sz. 1—5. p. Ábrák
427. NAGY Tamás: Próbák és feladatlapok együttes alkalmazása a testnevelés tanításában. =1974. 6. sz. 174—180. p. Bibliogr.: 179—180. p.
428. NAGY Tamás: Teljesítményfüzetek testnevelésből. =1977. 4. sz. 101—110. p. Ábrák
429. PATAKINÉ KUTTNY Márta: Gondolatok a teljesítményfüzetről. =1978. 2. sz. 52—53. p.
430. PÜNKÖSTY Huba: Testnevelés — osztályozás nélkül. =1974. 4. sz. 128. p. — Borító 3. Kieg.: 1974. 6. sz. Borító 3.
431. SÓS István: Nemzetközi konferencia a testnevelés osztályozásáról. =1968. 1. sz. 27—28. p. (Tájékoztató)
432. SÓS István: Az osztályozás egyes kérdéseinek helyes értelmezéséről. =1966. 3. sz. 75—80. p.
433. SÓS István: A testnevelés érdemjegyének megállapítása. =1965. 5. sz. 129—136. p. Helyreigazítás: 1966. 3. sz. 94—95. p.
434. SÓS István: Testnevelési érettségi Franciaországban. =1967. 4. sz. 123. p.
435. STARK Tivadar: Csongrád megyei tapasztalatok az osztályozás terén. =1967. 5. sz. 134—138. p.
436. SZILÁGYI Dezső: Folyamatos osztályozás a testnevelési órán. =1972. 6. sz. 181—184. p.
437. TENKEI Antal: A teljesítményteszt mérése a középiskolában. =1978. 2. sz. 50—51. p.
438. TIBOLDI Tibor: A tanulói teljesítmények értelmezése és az osztályozás. =1966. 3. sz. 71—74. p.
439. TÓTH Tibor: A teljesítményteszt mérése általános iskolai testnevelési osztályoknál. =1978. 2. sz. 44—50. p. Táblázatok
440. TURI Imre: Azonos értékű-e a testnevelési jegy a többi osztályzattal? =1970. 2. sz. 44—45. p. Táblázatok.
- L. még: 89,103, 209, 291, 301, 306, 335.

2.33 A nevelés és oktatás gyakorlatából

2.33.1 Képességfejlesztés (játék, dobás stb.)

441. BÉKÉSI Lászlóné: „Telitalálat” verseny-játék. (Újítás) =1971. 5. sz. 159—160. p. Ábrák. Dobó-labdakészség
442. FARMOSI István: A függőleges felugrás komplex vizsgálata 15—19 éves fiúk adatai alapján. =1970. 5. sz. 147—150. p. Ábrák, táblázatok. Bibliogr.: 150. p.
443. FARMOSI István: A rendszeres testnevelés hatása a függőleges felugrásra. =1968. 6. sz. 170—173. p. Táblázatok
444. GLATZ László: Élmény-e a játék? =1971. 5. sz. 129—133. p. Bibliogr.: 133. p.
445. KOVÁCS István: A sportjátékok és a testnevelési játékok kapcsolata. =1975. 2. sz. 49—52. p.
446. KRIZSANEC Károlyné: Kötélgyakorlatok gyermekeknek. =1966. 3. sz. 88—89. p. Ábrák
447. LUKOVICH Istvánné: A játékos módszer és a játék szerepe a testnevelés oktatásában. =1974. 2. sz. 54—58. p.
448. NÁDASI Lajos: A korszerű játszás szellemében. =1974. 2. sz. 64. p.
449. NÁDASI Lajos: Közeledve a testnevelési játékokhoz... =1973. 4. sz. 118—121. p.
450. NÁDASI Lajos László: Páros fogyasztó. [Játékleírás.] =1972. 6. sz. 188—189. p.
451. NÁDASI Lajos: Új testnevelési játékok. =1976. 4. sz. 116—120. p.
452. NAGY Tamás: A célbadobás didaktikai elemzése. =1970. 3. sz. 80—86. p. Táblázatok. Grafikonok. Bibliogr.: 86. p.
453. NAGY Tamás: A célbadobás legnagyobb optimális távolsága. =1969. 2. sz. 52—57. p. Táblázatok

454. NAGY Tamás: Elfelejtett játékok. 1—2. Zászlószerezés. Királylabda. — Csürközés. Táboros. =1969. 2. sz. 61—63. p.; 3. sz. 90—92. p. Ábrák
455. NAGY Tamás: A játék szerepe a testnevelés tanításában. 1—5. =1974. 1. sz. 3—8. p.; 2. sz. 33—38. p.; 3. sz. 73—80. p.; 4. sz. 103—109. p.; 5. sz. 133—142. p. Bibliogr.: az egyes fejezetek végén
456. NAGY Tamás: A tanterv testnevelési játéka. =1970. 1. sz. 24—28. p. Ábrák
457. NEMCSIK Pál: A célbadobás eredményességének fokozása az általános iskolában. 1—2. =1972. 2. sz. 60—63. p.; 3. sz. 90—91. p.
458. RAFFEL Zoltán: Csapatsportjátékok a középiskolákban. 1—2. =1965. 1. sz. 6—10. p.; 2. sz. 45—50. p. Ill. A 2. rész címe: Csapatjátékok a középiskolában.
459. SOMKUTI Ede: Létragyakorlatok. =1967. 2. sz. 48—50. p. Ábrák. A rajzokat Apródi Jenő készítette
460. SZENTGYÖRGYI Zoltán: „Testőr-fogyasztó”. =1979. 4. sz. 120. p. (Ötletek, újdonságok)
461. ZSAKAY Kálmán: Képességfejlesztés testnevelési játékokkal. =1979. 1. sz. 23—24. p. (Ötletek, újdonságok)
462. ZSAKAY Kálmán: Variációk tömött-labdával. =1977. 4. sz. 116—118. p. Ábrák. L. még: 112, 115, 116, 121, 127, 250, 379, 587, 617, 626, 629, 644.

2.32.2 Atlétika

463. BÉKEFI László: Segítő és kényszerítő helyzetek a távolugrás tanításában. =1968. 4. sz. 110—114. p. Ábrák
464. EMBER Lászlóné: Balsevic, V.—Siris, P.: Sprintre alkalmas gyermekek kiválasztása. (Felvételi normák a szovjet gyermek- és ifjúsági sportiskolákban.) Szemlézte — —. =1972. 1. sz. 31—32. p.
465. EMBER Lászlóné: Gajlic, M.: A futógyorsaság és a lazaság viszonya az általános iskola 5. osztályos tanulóinál. [A Sportska Praksa nyomán] szemlézte — —. =1972. 6. sz. 192. p. — Borító 3.
466. FARMOSI István: A gyorsaság és a gyorsaság és a gyorsaság többváltozós regresszió-elemzése. =1974. 5. sz. 142—146. p. Grafikonok. Bibliogr.: 146. p.
467. FARMOSI István—FERTŐI Pál: Magasugrás egész éven át. =1971. 1. sz. 24—26. p. Táblázatok, grafikonok
468. GAÁL Lajos: Atlétikai mozgások célszerű oktatása a testnevelési órán. =1966. 2. sz. 46—51. p. Ábrák. Bibliogr. 51. p. (A tanítás gyakorlatából)
469. KERTÉSZ Tibor: A magasugrás oktatásának problémái az általános iskolában. 1—2. =1968. 5. sz. 154—156. p.; 6. sz. 174—188. p. Táblázatok
470. KOÓS Andor: Rajttábla oktatási célokra. =1968. 2. sz. 58—59. p. Fénykép
471. NAGY Tamás: A helyből távolugrás. 1—[2]. =1971. 2. sz. 49—52. p.; 1973. 2. sz. 42—45. p. Grafikonok, táblázatok. A 2. rész címe: Még egyszer a helyből távolugrásról
472. NEMCSIK Pál: Megfigyeléseim magasugrás tanításában. =1966. 2. sz. 59—62. p. Ábrák
473. [SZALAI Miklós]: A távolugrás oktatása „globális” módszerrel. =1974. 2. sz. 44—45. p. Szerzőnek — tévesen — Turi Imre van feltüntetve
474. SZILÁGYI Dezső: Az atlétika népszerűsítése a középiskolában. =1975. 2. sz. 63. p.
475. TÁRNOK Dezső: A futás az iskolai testnevelésben. =1976. 4. sz. 123—126. p.
476. TÁRNOK Dezső: Táblázatok az általános iskolás korú tanulók futóedzés intenzitásának tervezéséhez. =1979. 3. sz. 88—93. p. Bibliogr.: 89. p.
477. TIBOLDI Tibor: Kislabdahajtás szökkenéssel. =1967. 1. sz. 16—17. p. Ill.
478. ZARÁNDI László: A tanterv atlétikai ugrószámainak tanítási anyagáról. =1971. 6. sz. 168—174. p.
479. ZSAKAY Kálmán: Tapasztalatcsere a súlylökés oktatásáról. =1979. 1. sz. 6—7. p. Ábrák.
- L. még: 9, 32, 97, 113, 143, 171, 228, 241, 597, 607.

2.33.3 *Torna*

480. BÉKEFI László: Gyűrűgyakorlatok páros kötélén. =1969. 5. sz. 149—152. p. Ábrák, fényképek
481. BÉKEFI László: Játékos bordásfalgyakorlatok. =1970. 2. sz. 53—56. p. Ábrák.
482. KRIZSANEC Károlyné: Karikagyakorlat. =1966. 1. sz. 24—28. p. Ábrák. A rajzokat Apródi Jenő készítette. (Tanítási gyakorlat)
483. LÉVAY Pálné: Gyermektorna. =1970. 4. sz. 122—124. p.
484. NEMCSIK Pál: Az egyensúlyérzék vizsgálata a támaszugrások tanításában az általános iskolában. =1968. 5. sz. 143—146. p. Táblázat
485. SÁGHEGYI Elemérné: Így könnyebb. [Gurulás.] =1967. 4. sz. 106—108. p. Ill.
486. SOLYMOSI Ottó: Segítségadás — képekben. Támaszugrások. =1965. 1. sz. 23—26. p. L. még: 114, 122, 595, 637.

2.33.4 *Sportjátékok. (Labdajátékok)*

487. ARDAY László: Egyén a csapatban. 1—2. =1972. 2. sz. 39—45. p.; 3. sz. 77—85. p.
488. BÁNKI Ferenc: A játékelemek alkalmazása a területvédelem elleni játékban. =1973. 1. sz. 19—24. p. Ábrák
489. CSILLAG Béla: A kapura lövés általános iskolai oktatása. =1970. 5. sz. 151—152. p.
490. HAVASI Gyuláné: Röplabdázás szórakoztató, játékos formában 10—14 éves korban. =1968. 5. sz. 151—153. p.
491. HETEY István: A kézilabdázás az általános iskolában. 1—2. =1965. 3. sz. 79—80. p.; 4. sz. 119—123. p. Ill. A 2. rész címe: Kézilabda az általános iskolában
492. NÁDASI Lajos: Labdát a kézbe! =1973. 6. sz. 181—183. p.
493. NAGY Sándor: Ülő kosárlabda. (Sportjáték szükség tornateremben.) =1972. 2. sz. 53—54. p. Ábrák
494. N[AGY] T[amás]: Úttörő „mini” kosárlabda. =1968. 1. sz. 32. — Borító 3.
495. SOMORJAI László: Kosárrautés szerekről. =1978. 1. sz. 1—7. p. Fotók, ábrák
496. SOMORJAI László: Visszapillantás a középiskolák kosárlabdaspportjára. =1971. 4. sz. 118—121. p. Fotók
497. SZABÓ János: Egyszerű emberfogás elleni támadás tanítása. =1974. 4. sz. 114—118. p. Ábrák
498. SZABÓ János: Egyszerű zóna elleni támadás és tanítása. =1976. 3. sz. 88—92. p. Ábrák
499. SZABÓ János: A helycserék és oktatásuk a testnevelési órákon. =1967. 3. sz. 88—93. p. Ábrák
500. SZABÓ János: Nehéz-e a kosárlabdát tanítani az általános iskolában? 1—3. =1971. 2. sz. 53—56. p.; 4. sz. 104—108. p.; 6. sz. 163—167. p. Ábrák.
A 3. rész címe: Nehéz-e a kosárlabdázást tanítani. . .
501. SZABÓ János: Szabálymódosítások a kosárlabdázásban. =1969. 6. sz. 182—185. p. Ábrák
502. SZABÓ János: A taktika meghatározó szerepe a játékos- és csapatképzésben. =1973. 2. sz. 55—58. p.
503. SZABÓ János: A védekezés és a támadás elválasztása. =1972. 4. sz. 107—110. p. Ábrák
504. SZENTGYÖRGYI Zoltán: Elmélkedés a cselről. =1978. 2. sz. 40—42. p.
505. TARNAWA Ferdinánd: Az alkarérintés és oktatása. =1965. 6. sz. 180—183. p. Ill. (Iskolai sport)
506. TARNAWA Ferdinánd: Szabályváltozások a röplabdázásban. =1965. 2. sz. 57—60. p.
507. TURI Imre: Az egykezes felsődobás lábmunkájáról az általános és középiskolában. =1971. 3. sz. 86—88. p. Táblázatok
508. TURI Imre: A gyorsaság szerepe a kézilabdázásban. =1974. 3. sz. 95—96. p. — Borító 3.

509. TURI Imre: A gyorsindítás futómozgásának kialakítása a középiskolákban. =1971. 6. sz. 182—184. p.
510. TURI Imre: Az irányító játékos szerepének vizsgálata a testnevelési órán. =1973. 2. sz. 52—54. p. Táblázat
511. ZSIDEGH Miklós: A gyűrűről lepattanó labda leérkezési helyének meghatározása matematikai módszerrel. =1971. 2. sz. 68—73. p. Ábrák.
- L. még: 106, 108, 588, 589, 591, 615, 640, 645.

2.33.5 Szabadidő-sportok, téli foglalkozások, úszás

512. DETRE Pál: Téli szabadtéri játékok. =1965. 6. sz. 171—177. p. Ábrák. (A tanítás gyakorlatából)
513. DOBOZY László: A [Testnevelési Tudományos Kutató Intézet] TTKI sívellegű testnevelési kísérlete Sátoraljaiújhelyen. 1—2. =1969. 2. sz. 45—52. p.; 1970. 1. sz. 10—16. p. Táblázatok, grafikonok. A 2. rész TFKI.
514. GLATZ László: A görkorcsolya a szabadidős program „lendítője”! =1979. 1. sz. 20—22. p.
515. KÁRPÁTI Károly: Birkózás és testnevelés. =1976. 2. sz. 57—60. p. Ábrák, táblázat.
516. KISS István: Téli foglalkozások, korszerű síoktatás Borsod megyében. =1968. 6. sz. 178—180. p. Fényképek
517. KOCSIS Mihály: Közlekedésbiztonság építése két keréken. [A kerékpározásról.] =1970. 2. sz. 50—52. p.
518. KOVÁCS Tamás: Síoktatás gyermekcipőben. 1. =1979. 6. sz. 168—172. p. Ábrák.
519. Téli örömök. [Fényképek.] =1968. 1. sz. 30—31. p.
520. VITTEK Lajos: A harmadik testnevelési óra és a tájékozási futás. =1974. 2. sz. 45—50. p. Ábrák
521. VITTEK Lajos: [Tizenhat] 16 óra tájfutás. =1979. 1. sz. 11—20. p. Ábrák.
- L. még: 128, 130, 133, 600, 606, 610.

2.33.51 Úszás

522. ALAXAI Józsefné: Az úszásoktatás tapasztalatai középiskolás lányoknál. =1976. 4. sz. 120—122. p.
523. FARMOSI István: Az edzés hatása a gyermekúszók testalkatára. =1977. 3. sz. 71—74. p. Ábrák, táblázat. Bibliogr.: 74. p.
524. GERGELY Ferenc: Kollégistáink úszótudásáról. =1979. 5. sz. 141—143. p. Táblázatok
525. KOCSIS Mihály: A kötelező úszóoktatás életközérlől. =1969. 5. sz. 144—149. p. Táblázatok
526. MOHÁS Lívia: A szinkronizált úszás. =1965. 3. sz. 87—91. p. Ábrák
527. NAGY Sándor: Aki siklik, félig úszik. =1971. 4. sz. 109—117. p. Fotók. Bibliogr.: 117. p.
528. NAGY Sándor: Csapatfoglalkozás az úszás tanításában. =1972. 5. sz. 142—150. p. Táblázatok
529. NAGY Sándor: Az első félidő után. [Az úszásoktatásról.] =1971. 3. sz. 77—82. p. Táblázatok
530. NAGY Sándor: A második osztályosok úszástanítása. =1971. 5. sz. 137—145. p. Táblázatok. (Egy hároméves kísérlet első éve)
531. NAGY Sándor: A második osztályosok úszástanítása. 1—2. =1973. 5. sz. 154—158. p.; 6. sz. 186—190. p. Táblázatok. Grafikonok. A 3 éves kísérlet második éve
532. NAGY Sándor: A másodikosok úszni tanulnak. =1971. 2. sz. 57—60. p.
533. NAGY Sándor: Az úszótudás fejlődése az iskolai úszásoktatás után. =1975. 1. sz. 21—28. p. Táblázatok

534. ÓS Gabriella, N.: James E. Counsilman: Az úszás tudománya. (The Science of Swimming.) Bp. 1971., Sport. =1971. 4. sz. 121. p. (Szemle)
535. SZIGETI Lajos: Néhány tapasztalat a 7–10 évesek úszásoktatásáról. =1972. 1. sz. 13–18. p.
536. TIBOLDI Tibor: Pillanatképek az iskolai úszásoktatásról. =1965. 4. sz. 124–125. p. Ill.
537. TÓTH Ákos: Tapasztalataim a gyorsúszás levegővételének oktatásában. =1977. 1. sz. 20–28. p. Ábrák
- L. még: 538, 539, 543, 590.

2.34 Gyógytestnevelés

538. CSIDER Tibor: Gerincdeformitások és hipertóniás gyermekek uszodai foglalkozása. =1972. 6. sz. 172–175. p. Táblázatok
539. CSIDER Tibor: A gyógytestnevelésben alkalmazott úszásoktatás módszerének néhány problémája. =1973. 2. sz. 49–51. p. Táblázatok
540. CSIDER Tibor—KISFALVI Zsuzsa: Izometriás gyakorlatok a gerinctornában. =1978. 1. sz. 19–20. p.
541. CSIDER Tibor: A keringés helyreállítási folyamatainak néhány problémája a gyógytestnevelési foglalkozásokon. =1976. 3. sz. 79–88. p. Ábrák, grafikonok. Bibliogr.: 88. p.
542. CSIDER Tibor: Kísérlet a szív és a keringési rendszer terhelés ellenőrzésére a gyógytestnevelésben. =1973. 6. sz. 173–181. p. Táblázat, grafikon. Bibliogr.: 181. p.
543. CSIDER Tibor—KISFALVI Zsuzsa: Az úszásoktatásnál tapasztalt típushibák és javításuk. =1979. 2. sz. 38–48. p. Ábrák
544. GÁRDOS Magda: Az iskolai gyógytestnevelés két évtizede. =1965. 2. sz. 43–45. p. Ill.
545. GINDER Katalin—NOVÁK Lászlóné: Gyakorlatsorozatok reggeli tornához. =1967. 1. sz. 23–26. p. Ábrák
546. GINDER Katalin: Testnevelés és sport a gyógyítás szolgálatában. 1–2. =1969. 3. sz. 85–89. p.; 4. sz. 125–128. p. Fényképek. A 2. rész alcíme: Gyógyító sport
547. Gyógytestnevelési konzultációs központok. =1965. 1. sz. 28–29. p. (Vitaforum)
548. GYÖRÖK Gyula: Gyógytestnevelő tanárok figyelmébe. [Új oktatófilmek.] =1965. 4. sz. 113. p.
549. GYÖRÖK Gyula: Segítsük elő a gyógytestnevelés széles körű bevezetését. =1966. 4. sz. 99–101. p. Helyreigazítás: 1966. 6. sz. 178. p.
550. HERENDI Vilmos: Tanácskozások fiatal sportolók lúdtalpának gyógyítására és megelőzésére. (Kuracsenkov—Szenatorova): Módszertani levél a gyermeksportiskolások tanáraihoz és edzőihez. Ism. — —. =1971. 1. sz. 29–31. p. (Szemle)
551. KÁLMÁNCHÉY Tiborné: A gyógytestnevelés helyzete és szerepe az iskola testi és mentálhigiénés nevelésében. =1976. 4. sz. 113–116. p.
552. KÁLMÁNCHÉY Tiborné: [Tizenöt] 15 éves a gyógytestnevelés Debrecenben. =1968. 4. sz. 128. p. (Szemle)
553. KÁRPÁTI Károly: Gerincferdülések javítása. 1–2. =1975. 4. sz. 123–128. p.; 5. sz. 155–156. p. Ábrák. Helyreigazítás: 1976. 1. sz. 29. p.
554. KRÁNITZ Istvánné: Kötélmászás gyógytestnevelési órán. =1967. 4. sz. 109–111. p. Ill.
555. SZÉKELY Gabriella: Orvosok gyógytestnevelési továbbképzése. =1973. 2. sz. 64. p.
556. SZÉKELY Gabriella—MÓNUS András: Vegyesdiagnózisú belgyógyászati csoport iskolai gyógytestnevelésének tapasztalatai. =1968. 3. sz. 68–75. p. Ábrák, táblázatok. Helyesbítés: 1968. 4. sz. 105. p.
557. VARGA Sándor: A gyógytestnevelés fejlesztésének szükségessége. =1976. 1. sz. 20–23. p.
- L. még: 85, 602, 604, 631.

2.34.1 Könnyített testnevelés, felmentés

558. (B[URKA] E[ndre]): Egy kicsit pontosabban... [A könnyített testnevelés diagnózis lapjainak kitöltése.] =1965. 3. sz. 91. p.
559. FARKAS Istvánné: Beszéljünk a könnyített testnevelésről. =1974. 4. sz. 119–122. p.
560. GYÖRÖK Gyula: A könnyített testnevelésről. =1971. 5. sz. 154–155. p.
561. HECKENBERGERNÉ PINTÉR Gyöngyi: A könnyített testnevelés a gyakorlatban. =1965. 3. sz. 72–75. p.
562. KOVÁCS Ilona: A nevelőmunka néhány kérdése a könnyített testnevelésben. =1966. 3. sz. 81–82. p.
563. MARÓTI József: A könnyített testnevelés szervezése Vas megyében. =1965. 3. sz. 75–78. p. Ill.
564. NOVÁK István: Van még mit tenni! Felmentést kér... =1966. 6. sz. 181. p.
565. NYIRI János: A könnyített testnevelés a megvalósulás útján. =1965. 3. sz. 65–67. p.
566. SZALAI István: A testnevelés alóli „felmentések” visszatérő orvosi problémái. =1965. 1. sz. 18–21. p.
567. SZÉKELY Gabriella: A könnyített testnevelés az orvos szemével. =1965. 3. sz. 67–71. p.

3. TESTNEVELÉS-TÖRTÉNET

568. CSIDER Tibor: A gyógytestnevelés fejlődése 30 év tükrében. =1975. 3. sz. 87–91. p.
569. KERESZTÉNYI József: [Hetvenöt] 75 év [es az olimpiai mozgalom.] =1969. 6. sz. 190–192. p. — Borító 3. Kemény Ferenc fényképével
570. KERESZTÉNYI József: Olimpiai kaleidoszkóp. 1–2. =1967. 4. sz. 128 — Borító 3.; 1967. 5. sz. 152–154. p.
571. KERESZTÉNYI József: Olimpiai megemlékezés. =1975. 1. sz. 14–16. p. — — fényképével
572. KERESZTÉNYI József: Olimpiai mitológia. =1968. 2. sz. 60–61. p.
573. KERESZTÉNYI József: Pierre de Coubertin. =1966. 6. sz. 179–181. p. Bibliogr.: 181. p.
574. KUN László: Évfordulóra. [A Tanácsköztársaság emlékére.] =1969. 2. sz. 33–34. p.
575. KUN László: [Hatvan] 60 év távlatából. =1977. 4. sz. 97–100. p.
576. KUN László: [Huszonöt] 25 éve léptünk a szocialista testkultúra útjára. =1970. 2. sz. 33–36. p. Bibliogr.: 36. p.
577. KUN László: Népi demokráciánk testkultúrájának 20 éves fejlődése. =1965. 2. sz. 33–42. p. Ill. Bibliogr.: 42. p.
578. KUN László: A szocialista testnevelési és sportmozgalom fél évszázados jubileuma. =1967. 5. sz. 129–133. p. Bibliogr.: 133. p.
579. KUN László: V[ladimir] I[ljics] Lenin. 1870–1970. =1970. 3. sz. 65–69. p. Helyreigazítás: 1970. 4. sz. 121. p.
580. NAGY Sándor: A „Tornaügy”-től „A Testnevelés tanításáig”. (A testnevelő tanárok folyóiratai.) =1979. 6. sz. 161–167. p. Ill.
581. NAGY Tamás: Testnevelésünk [harminc] 30 éve. =1975. 2. sz. 33–42. p. Fotók. Bibliogr. 42. p.
582. [Negyven] 40 éves a Testnevelési Főiskola. =1965. 6. sz. 161–162. p. Ill.
583. SIMON Gyula: Az [ezernyolcszázhatvannyolcadik évi harmincnyolcadik] 1868. XXXVIII. törvénycikk 100. évfordulójára. =1968. 6. sz. 161–165. p. Jegyzetek: 165. p.
584. TAKÁCS Ferenc: Lenin a testi nevelésről. =1970. 6. sz. 178–180. p.
585. Ünnepi ülés a Testnevelési Főiskolán. — KEREZSI Endre: Ünnepi beszéd [a Főiskola alapításának 40. évfordulója alkalmából.] — CSANÁDI Árpád: A Testnevelési Főiskola helye és feladatai a testnevelési és sportmozgalomban. =1966. 1. sz. 6–16. p.
586. VARGA László: A Heves megyei iskolai testnevelés történetéből. =1974. 5. sz. 146–153. p. Bibliogr.: 153. p.
- L. még: 60, 77, 90, 135, 176, 180, 189, 544, 627, 628, 641–643, 646.

4.1 Könyvismertetés

587. AGÓCS Jenő: Nádori László—Koltai Jenő: Sportképességek fejlesztése. Bp. 1973. Sport. =1973. 6. sz. 190—191. p.
588. ARDAY László: Páder János: A kosárlabdázás oktatása. Bp. 1971. =1972. 4. sz. 128. p. — Borító 3.
589. ARDAY László: Szabó János: Kosárlabda ABC. Bp. 1972. Sport. =1972. 6. sz. 190—191. p.
590. AROLD Imre: Az úszók korszerű edzése. (Szerk. Butovics, N. A., Nádori László. Bp. 1967. Sport K.) =1967. 6. sz. 189—190. p.
591. BÁTOR Vilmos: Páder János: A kosárlabdázás oktatása. Bp. 1968. Sport. =1969. 1. sz. 30—31. p.
592. BEREND Mihály: Sportkönyvek 1978-ban. =1978. 1. sz. 31. p.
593. BEREND Mihály: Új sportkönyvek. =1977. 2. sz. 56. p.
594. BODÓ László: Magyar István: Az alkalmatlan katona. Bp. 1978. Zrínyi K. =1979. 1. sz. 30—31. p.
595. B[URKA] E[ndre]: Kerezsi Endre: Sporttorna. Bp. 1971. Sport. =1973. 3. sz. 95. p.
596. B[URKA] E[ndre]: Nádori László: Az edzés elmélete és módszertana. Bp. 1972. Sport. =1973. 3. sz. 96. p.
597. CHRISTIÁN László: Atlétika. (Szerk. Bácsalmási Péter, Koltai Jenő.) =1968. 3. sz. 95—96. p. (Szemle)
598. DÁN Józsefné: Tanári kézikönyv a 7—8. osztály testnevelés-tanításához. (Bp. 1967. Tankönyvk.) =1968. 3. sz. 94. p. (Szemle)
599. F[EHÉR] V[aléria]: Testnevelés- és sporttudományos közlemények. Főszerk. Nádori László. Bp. 1977. =1979. 1. sz. 27—28. p.
600. FEKETE Mária: Karakas Éva: Támadás a király ellen. Bp. 1974. Sport. =1974. 5. sz. 160. p.
601. FEKETE Mária: Sport a családban. Bp. 1973. Sport. =1974. 2. sz. 60—61. p.
602. GYÖRÖK Gyula: Nemessuri Mihály: Gyógytestnevelés 1. — Grubich Vilmos: Gyógytestnevelés 2. (Főiskolai jegyzet.) =1966. 1. sz. 30—31. p. (Szemle)
603. GYULAI Tibor: Útmutató a művelődési házakban folyó modern gimnasztika oktatásához. Bp. 1971. Népművelési Prop. Iroda. =1972. 6. sz. 191—192. p.
604. KÁLMÁNCHÉY Tiborné: Iskoláskorú gyermekek gyógytestnevelése. (Bp. 1975. Tankönyvkiadó.) =1976. 4. sz. 127. p.
605. Könyvekről. Könyvismertetések. [Állandó rovat.] =1965. 1. sz. 13. p.; 1967. 3. sz. 94—95. p.; 1968. 1. sz. 7, 15. p.; 3. sz. 96. p.; 1969. 4. sz. 109. p.; Borító 3.; 6. sz. 177. p.; 1970. 1. sz. 30. p.; 2. sz. 62—63. p.; 5. sz. 157. p.; 1971. 1. sz. 32. p.; 1972. 4. sz. 117, 121. p.; 1974. 4. sz. 113. p. 5. sz. Borító 3.; 1975. 2. sz. 64. p.; Borító 3.; 3. sz. 95—96. p. 1976. 1. sz. 32. p.; 1977. 2. sz. 59. p.; 3. sz. Borító 3.; 4. sz. 100. p.; 1978. 1. sz. 21, 32. p.; 3. sz. 95. p.; 1979. 2. sz. 62—63. p.; 3. sz. 94—96. p.; 4. sz. 124—127. p.; 5. sz. Borító 3.; 6. sz. 190—192. p. és Borító 3.
606. KŐSZEGI Jánosné: Bartók Ernő: Evezős ABC. Bp. 1974. Sport. =1974. 3. sz. Borító 3.
607. LÁSZLÓ Ferenc: Tóth Géza: Súlyemelő ABC. Bp. 1970. Sport. =1971. 3. sz. 95. p.
608. MEZŐFY András: Sportmódszertan diákoknak... [A Módszertani útmutató füzetéről.] =1966. 2. sz. 63. p. (Szemle)
609. MEZŐFY András: Sportmódszertani füzetek. =1967. 3. sz. 96. p.
610. MOJZES Sándor: Fodor—Kaplony—Rázsó: Tollaslabdázás. Bp. 1973. Sport. =1973. 3. sz. 96. p.
611. NÁDORI Lászlóné: Tömegsport. Szerk. Marthy Gábor. =1977. 2. sz. 57. p.

612. N[AGY] Gy[örgy]: Adrian N. Ionescu: Sportmasszázs, Bp. 1974. =1974. 4. sz. 109. p.
613. N[AGY] Gy[örgy]: Hepp Ferenc: A mozgásérzékelés kísérleti vizsgálata sportolókön. Bp. 1973. Akad. K. =1974. 2. sz. 62. p.
614. N[AGY] Gy[örgy]: Rókusfalvy Pál: Általános lélektan. Bp. 1972. Magyar Testnevelési Főiskola. =1972. 4. sz. 127–128. p.
615. NAGY György: Madarász István: Kézilabdázás. Bp. 1974. Sport. =1974. 5. sz. 160. p.
616. N[AGY] Gy[örgy]: Testneveléstudomány 1972. 4., 1973/1, 2. =1974. 2. sz. 61–62. p.
617. N[AGY] S[ándor]: Koltai Jenő—Nádori László: Sportképességek fejlesztése. Bp. 1976. Sport. =1977. 2. sz. 58–59. p.
618. [NAGY Sándor]: Közlemények a testnevelés- és sporttudományok köréből. Főszerk. Nádori László. Bp. 1976. [Ismereti]: J-J. =1979. 2. sz. 63–64. p.
619. [NAGY Sándor]: Magyar sakk történet. Szerk. Barcza Gedeon. Bp. 1975. Sport. [Írta]: J-J. =1979. 1. sz. 30. p.
620. N[AGY] S[ándor]: Nádori László: Az edzés elmélete és módszertana. (Bp. 1976. Sport.) =1976. 4. sz. 128. p.
621. N[AGY] S[ándor]: Peters Alice—Sziij Zoltán: Előbb a szárazon, azután a jégen. Bp. 1977. Sport. =1978. 1. sz. 30–31. p.
622. [NAGY Sándor]: Schiller János: A sportszociológia néhány kérdése. Bp. 1978. Sport. [Írta]: J-J. =1979. 1. sz. 32. p.
623. N[AGY] S[ándor]: Szabó László: A vívás és oktatása. Bp. 1977. Sport. =1977. 4. sz. 124. p.
624. N[AGY] S[ándor]: Tanulmányok az általános iskolai testnevelés köréből. Szerk.: Kutassi László. Bp. 1977. =1978. 1. sz. 15. p.
625. NAGY Tamás: Bély Miklós—Kálmánchey Zoltán: Testnevelélmélet. Bp. 1972. Tankönyvkiadó. =1973. 4. sz. 128. p.
626. NAGY Tamás: Hajdu Gyula: Magyar népi játékok gyűjteménye. Bp. 1971. Sport. =1971. 6. sz. 191. p. (Szemle)
627. NAGY Tamás: Keresztényi József: Az olimpiák története Olümpiától Mexikóig. Bp. 1968. Gondolat. =1969. 1. sz. 32. p.
628. NAGY Tamás: Kun László: A sport története 1. köt. Bp. 1972. Sport. =1972. 5. sz. Borító 3.
629. N[AGY] T[amás]: Varga Péterné: Az iskolai testnevelés játéka. Bp. 1971. Sport. =1972. 1. sz. 30. p.
630. NAGYKÁLDI Csaba: Nagy György: Sport és pszichológia. Bp. 1973. Sport. =1973. 5. sz. 160. p. — Borító 3.
631. NEMESSURI Mihály: Csider Tibor—Kránitz Istvánné: Gyógyító testmozgás. Bp. 1972. Sport. =1973. 2. sz. 64. p. — Borító 3.
632. [Ötészáz] 500 kérdés-felelet a sport világából. Bp. 1968. Sport. =1969. 1. sz. 32. p. — Borító 3.
633. PÁLOS József: Kézikönyv az általános iskolák 5–6. osztálya számára. =1966. 6. sz. 189–190. p.
634. SIPOS György: Bély Miklós—Kálmánchey Zoltán: Testnevelélmélet. =1967. 6. sz. 185–186. p. (Szemle)
635. A sport és testnevelés időszerű kérdései. Szerk. Nádori László. Bp. 1969–1978. Ismeretik: Nagy György, Nagy Sándor. =1970. 1. sz. 31. p.; 5. sz. 158. p.; 1971. 4. sz. 122. p.; 1972. 2. sz. 64. p. — Borító 3.; 1973. 2. sz. 62–63. p.; 5. sz. 147. p.; 1974. 1. sz. 63. p.; 5. sz. Borító 3.; 1975. 3. sz. 95. p.; 1977. 2. sz. 57–58. p.; 4. sz. 125–126. p.; 1978. 2. sz. 63. p.; 1979. 1. sz. 31. p.
636. SZÉKELY Gabriella: Kereszty Alfonz: Élettan—sportélettan. =1968. 2. sz. 63–64. p. (Szemle)

637. SZÉKELY Gabriella: Krizsanec Károlyné: Gyermektorna. Bp. 1970. =1971. 1. sz. 29. p.
638. SZENTGYÖRGYI Zoltán: Galla Ferenc—Szabó István: Judo övvizsgák. Bp. 1973. Sport. =1974. 1. sz. 32. p. — Borító 3.
639. SZILASINÉ SZABÓ Gyöngyi: Sportszociológia. Bp. 1974. Közgazd. és Jogi K. =1975. 1. sz. 32. p. — Borító 3.
640. [TAKÁCS Ferenc]: Kránitz I.—Madarász I.: Védőjáték a kézilabdázásban. Bp. 1969. Sport. [Írta] (-tf-) =1969. 5. sz. 159. p. (Szemle)
641. [TAKÁCS Ferenc]: Kun László: Egyetemes testnevelés- és sporttörténet. [Írta] (-tf-) =1966. 6. sz. 191—192. p.
642. [TAKÁCS Ferenc]: Kun László: Egyetemes testnevelés- és sporttörténet II. [Írta]: (-tf-) Bp. 1969. Sport. =1970. 1. sz. 29—30. p.
643. [TAKÁCS Ferenc]: [A] Magyar Testnevelési Főiskola jubileumi évkönyve. („25 év a szocialista testkultúra útján”) [Írta]: (-tf-) =1971. 2. sz. 62—63. p.
644. [TAKÁCS Ferenc]: Siegfried Rauchmaul: „100 kisjáték”. [Írta] (-tf-) =1967. 3. sz. 93—94. p. (Szemle)
645. [TAKÁCS Ferenc]: Tarnawa—Porubszky—Kiss: A röplabdázás oktatása. [Írta] (-tf-) =1967. 6. sz. 190—191. p.
646. TERÉNYI Imre: Földes—Kun—Kutassi: A magyar testnevelés és sport története. Bp. 1977. =1977. 4. sz. 122—124. p.
647. TIBOLDI Tibor: Az ifjúsági testnevelés magyar irodalmának bibliográfiája. =1966. 1. sz. 30. p. (Szemle)
648. VARGA Sándor: A testnevelés néhány tantárgypedagógiai problémája. Bp. 1972. OPI. =1974. 2. sz. 62—63. p.
649. ZALKA A[ndrás]né KERTÉSZ Alice: Kerecsi Endre: Gimnasztika. Bp. 1968. Sport. =1969. 2. sz. 64. p.
L. még: 163, 207, 534.

4.2 Folyóirat-ismertetés. Külföldi lapszemle. Szakirodalmi figyelő

650. (B[URKA] E[ndre]): Testneveléstudomány. [Új időszakos kiadvány.] =1967. 4. sz. 116—117. p.
651. EMBER Lászlóné: Educational Gymnastics. [London, 1965.] =1966. 5. sz. 160. p. — Borító 3. (Szemle)
652. [Külföldi] folyóiratszemle. =1979. 1. sz. 28—29. p.; 4. sz. 128. p.
653. MERŐ Nóra—SZABÓ Ildikó: Nyugati országok testnevelési folyóirataiból... =1966. 3. sz. 96. p. — Borító 3. (Szemle)
654. Szakirodalmi figyelő. Folyóiratszemle. [Állandó rovat.] 1967. 4. sz. 123—125. p.; 6. sz. 191—192. p. — Borító 3.; 1968. 2. sz. 64. p. — Borító 3.; 3. sz. 96. p.; — Borító 3.; 4. sz. Borító 3.; 5. sz. 159—160. p.; 6. sz. Borító 3.; 1969. 3. sz. 94—96. p.; 4. sz. 116. p.; 6. sz. Borító 3.; 1970. 2. sz. 61—62. p.; 4. sz. 128. p.; 1971. 1. sz. 31—32. p.; 4. sz. 126. p.; 1972. 5. sz. 155. p.; 6. sz. 192. p.; 1975. 3. sz. 83. p.; 1977. 3. sz. 87, 90. p.; 4. sz. 121. 124. p.; 1978. 1. sz. 7, 13. p.; 2. sz. 37, 50, 53, p.; 1979. 1. sz. 5, 20. p.; 3. sz. 76. p.; 4. sz. 115. p.; 5. sz. 137, 140, 143, 149, 151, 160. p.; 6. sz. 182, 187, 188—189. p.
655. Szakirodalmi figyelő. Ismertetik: Herendi V[ilmos], Ember Lászlóné. =1971. 4. sz. 127—128. p. — Borító 3.
656. TAKÁCS Ferenc: Szakirodalmi figyelő. =1967. 2. sz. 61, 64. p.
657. T[AKÁCS] F[erenc]: Testnevelés életközelen. — Tanterv változatos módszerekkel. — Testoktatás vagy testnevelés? [Szakirodalmi szemle.] =1976. 4. sz. 122, 126—127. p.
658. WEIN Dezsőné: Körpererziehung. 1965. 1—2. sz. =1965. 3. sz. 93—94. p. (Szemle)
659. WEIN Dezsőné: Körpererziehung. 1965. 3—9. L. =1966. 1. sz. 31—32. p. és hátsó borító belső old. (Szemle)
L. még: 206, 339, 465.

4.3 Méltatások

660. BEDŐ István: Kalózzal a Dunán. Somorjai László riportja — — nal. =1979. 3. sz. 83—86. p. Fotók
661. BÉLY Miklós—Bély Miklósról. =1972. 4. sz. 111—117. p. Fotó
662. Köszöntjük gyémánt- és aranydiplomásainkat! [Banga Sámuel.—Detrekői Oszkárné. Salkovits Pálné.] =1965. 6. sz. 187—188. p. Fényképek
663. Köszöntjük aranydiplomásainkat. Vikman István felvételei. Hunfalvy Erzsébet, dr. Szathmáry Károlyné, Vikár Erzsébet, Csorba Ernő, Erdődy Imre, Greguss Pál. =1966. 6. sz. 174. p.
664. MOHÁCSI János: Munkatársak és tanítványok szeretetétől övezve... [Kereszty Alfonz kitüntetése.] =1972. 1. sz. 27—28. p. Fotó.
665. N[AGY] Gy[örgy]: Nyugalomba vonult Kecskeméti Gábor. =1976. 2. sz. 64. p. Fénykép.
666. NAGY Sándor: Látogatóban Kerezsi Endrénénél. =1979. 5. sz. 159. p. Fotók. (Szakterületünk tudományos életéből.)
667. PAULINYI Jenő: Egy testnevelő tanár nyugdíj előtt. Somorjai László beszélgetése — — - vel. =1968. 3. sz. 86—88. p. Fényképek.
668. SINKA György: Szeretettel köszöntjük Somorjai Laci bácsit! [70. születésnapján.] =1971. 3. sz. 93—95. p. Fotók.
669. SOMORJAI László: „Egész életemben a hobbymnak élhettem...” [Bácsalmási Péter] =1969. 1. sz. 24—25. p. Fényképek.
670. SOMORJAI László: „Röpke ifjúságomnak siratnivaló darabja az az idő, melyet a világ legjobb diákjaival töltöttem együtt.” Somorjai László beszélgetése — — - val. =1977. 4. sz. 126—128. p. Fotók.
671. SZABÓ János: Úgy érzem játéokra születtem. Somorjai László riportja — — testnevelő tanárral. =1979. 6. sz. 176—178. p. Fotók.
672. SZUKOVÁTHY Imre: Somorjai László riportja dr. — — - vel. =1979. 2. sz. 57—58. p. Fotó. Szukováthy Imre 1978. március 31-én a riport elkészülte után néhány napra halt meg.
673. VARGA László: Kemény Ferenc Egerben. =1979. 4. sz. 107. p.

4.4 Nekrológok

674. B[] G[]: Mészáros István. (1920—1968.) =1968. 3. sz. 89. p. (Tájékoztató.)
675. BARSONY Sándor. 1908—1969. =1969. 5. sz. 160. p.
676. D[] P[]: Dr. Wein Dezsőné Brunner Éva. (1903—1968.) =1968. 3. sz. 88—89. p. (Tájékoztató)
677. (KUN László): Dr. Niklay Ferenc. 1904—1965. =1965. 6. sz. 186. p. Fénykép.
678. NAGY Sándor: Emlékezzünk Stark Tivadarra. =1979. 1. sz. 32. p. Fotó
679. [TAKÁCS Ferenc]: Kerezsi Endre. 1908—1971. [Írta] (-tf) =1971. 4. sz. 101—103. p. Fotók.
680. TIBOLDI Tibor. (1912—1967) =1967. 5. sz. 149. p. Fénykép.

4.5 Hírek, Tudósítások

681. Évnyitó ünnepély a Testnevelési Főiskolán. =1967. 6. sz. 183. p. Fénykép.
682. [Hírek, tudósítások.] =1968. 1. sz. 26. p.; Borító 3.; 2. sz. 44, 55. p.; 4. sz. 114, 121. p.; 5. sz. 156. p.; 6. sz. 170, 178. p.; 1969. 1. sz. 28. p.; 2. sz. 52, 57. p.; 4. sz. 100. p.; 5. sz. Borító 3.; 6. sz. 185. p.; 1970. 1. sz. 23, 28, 32. p.; 3. sz. 90. p.; Borító 3.; 4. sz. 121, 127. p.; 1971. 1. sz. 28. p.; 2. sz. 64. p.; 3. sz. 73, 96. p.; 4. sz. 122. p.; 6. sz. 192. p.; 1972.

1. sz. 12, 30. p.; 4. sz. 99. p.; 1973. 5. sz. 158. p.; 1974. 1. sz. 2. p.; 4. sz. 99, 129. p.; 6. sz. 161, 162, 180. p.; 1975. 3. sz. Borító 3.; 4. sz. 113. p.; 1978. 2. sz. 51. p.; 3. sz. 96. p.; 1979. 1. sz. 2, 26. p.
683. JELES István: Szabolcs-Szatmár megyei hír [a szükség tornatermekről]. =1966. 2. sz. 51. p.
684. NYIRI János: Bolgár tudományos kutató [Ivan Popov] magyarországi tanulmányútja. =1966. 2. sz. 64. p. — Borító 3.
685. Pályázati felhívás [sportolók kiválasztása témakörben]. =1968. 3. sz. 90. p.
686. Tótágas. =1970. 4. sz. 126. p.

4.6 Egyéb irodalom. (Könyvtárügy. Nyelvészet.)

687. AMBRUS László: A testnevelés és sport könyvtárügyéről. =1965. 6. sz. 184—185. p. (Tájékoztató)
688. ANDOR György: Frázisok, közhelyek. =1979. 5. sz. 160. p. (Sport és nyelv)
689. ANDOR György: Nyelv és sport. =1979. 3. sz. Borító 3.
690. ANDOR György: Sportnyelv — magyar vagy idegen szavakkal? =1979. 4. sz. 123. p. (Sport és nyelv)
691. HORVÁTH Antalné: Nyelv és sport. =1978. 1. sz. 29. p.
692. HORVÁTH Antalné: Nyelv és sport. Szaknyelv és anyanyelv. =1978. 3. sz. 96. p.
693. HORVÁTH Antalné: Sport és nyelv. A szép beszédért. =1979. 1. sz. 24. p.
694. J[ANI] A[nna]: Nemzetközi nyelv — sportolóknak is [az eszperantó]. =1978. 1. sz. 30. p.
695. KÁLMÁNCHÉY Zoltán: Az iskolai könyvtárak testnevelési és sport-irodalmi anyaga. (Egy felmérés tényei és tanulságai.) =1971. 2. sz. 33—38. p. Táblázatok
696. TAKÁCS Ferenc: Szakirodalmi figyelő. A szakirodalom és a tudományos tájékoztatás szerepe a testnevelésben. =1967. 1. sz. 31—32. p. — Borító 3.

Névmutató

- | | |
|--|---|
| Adonyi Ágnes 254 | Békefi László (Békeffy László) 1, 99, 131, 132, 463, 480, 481 |
| Agócs Jenő 587 | Békési Lászlóné 441 |
| Alaxai Józsefné 522 | Bély Miklós 661 |
| Albert Antal 33 | Benyó Béla 415 |
| Ambrus László 687 | Berecz György 259 |
| Ambrus Lászlóné 67 | Berend Mihály 592, 593 |
| Andor György 227, 688—690 | Biróné Nagy Edit (Bíró Péterné) 234, 385 |
| Arday László 172, 487, 588, 589 | Bodó László 2, 594 |
| Arold Imre 590 | Bódosi Mihályné 195 |
| Árpási Károly 142 | Bognár István 417 |
| Bácsalmási Péter 669 | Bóra Ferenc 57, 347 |
| Bakonyi Ferenc 198, 228—233, 255, 256, 317—323 | Bruzsa Ferenc 276 |
| Bali Istvánné 34 | Budai Zsigmond 133 |
| Balogh Miklós 103, 104 | Bugyi Balázs 3 |
| Bánfalvi József 35 | Bulla András 4 |
| Bánki Ferenc 488 | Burka Endre 58, 80, 81, 105, 173—175, 195, 200—203, 260, 307, 362, 386—395, 406, 408, 413, 558, 595, 596, 650 |
| Barla-Szabó László 324 | Christián László 143, 597 |
| Barna István 323, 346 | Csanádi Árpád 585 |
| Barton József 257 | Çsider Tibor 413, 538—543, 568 |
| Bata Teréz 36, 258 | Csillag Béla 489 |
| Báthory Béla 413 | Czégény Sándor 348 |
| Bátor Vilmos 591 | |
| Becsy Bertalan Sarolta 199 | |
| Bedő István 660 | |

- Dán Józsefné 308, 413, 598
 Daróczi Sándor 106
 Dékán Antal 144
 Derzsy Béla 334
 Detre Pál 512
 Dézsi György 129
 Dobiné Mónus Erzsébet 37
 Dobozy László 513
 Édes László 134
 Ember Lászlóné 309, 464, 465, 651, 655
 Farkas Istvänné 559
 Farmosi István 107, 244, 325—327, 334, 442, 443, 466, 467, 523
 Fehér Valéria 176, 177, 204, 396, 599
 Fekete Mária 600, 601
 Fertői Pál 38, 467
 Földesiné Szabó Gyöngyi 205
 Füle Ildikó 605 (Több könyvismertetés)
 Gaál Lajos 468
 Galambos János 328
 Gárdos Magda 544
 Gergely Ferenc 59, 135, 524
 Ginder Katalin 545, 546
 Glatz László 88, 444, 514
 Gombos Marianna, Nádoriné 261, 262, 277—283, 611
 Gyarmati Lajos 89
 Gyenge József 5, 145, 397
 Györi Pál 90
 Györök Gyula 548, 549, 560, 602
 Gyulai Tibor 603
 Hámori József 263
 Hargitay György 245
 Harsányi László 136
 Havasi Gyuláné 490
 Heckenbergerné Pintér Gyöngyi 329, 561
 Herendi Vilmos 68, 206—209, 550, 655
 Hetey István 491
 Hidvégi Judit 284
 Honfi László 330
 Horváth Antalné 69, 691—693
 Illyés József 349
 Ivitz Zoltán 108
 Jakabházy László 285
 Jáki László 234
 Jámbor Gyula 148, 178
 Jani Anna 694
 Jeles István 91, 683
 Jeles Istvänné 350
 Juhász Károly 109, 159—161
 Kalász Jánosné 310
 Kálmánchey Tiborné 6, 351, 551, 552, 604
 Kálmánchey Zoltán 165, 195, 264, 352, 363, 418, 695
 Kalmár Lajosné 331, 364
 Kardos Alajos 70, 286—288
 Kárpáti Károly 515, 553
 Katics Kálmán 419
 Kazinczyné Temesi Tünde 7
 Kecskeméti Gábor 110
 Kerékgyártó Imre 92, 235, 289, 353
 Keresztényi József 569—573
 Kerezi Endre 585, [679]
 Kerpán Zsuzsanna 246
 Kersenbrok, A. 332
 Kertész Tibor 469
 Keszthelyi Ildikó 290
 Kis Jenő 265, 398
 Kisfalvi Zsuzsa 540, 543
 Kiss István 516
 Kiss Judit 247
 Kobela Lehelné 8, 137, 147, 354
 Kocsis Mihály 179, 210, 517, 525
 Koltai Jenő 9
 Koós Andor 470
 Korek József 211
 Kovács Géza 333
 Kovács György 61
 Kovács Ildikó
 Id. Nagyné Kovács Ildikó
 Kovács Ilona 562
 Kovács Iván 236, 445
 Kovács Kálmán 89
 Kovács Tamás 518
 Kozéki Béla 311
 Kozmanovics Endre 195
 Kőszegi Jánosné 606
 Kránitz Istvänné 554
 Krizsanec Károlyné 111, 446, 482
 Kun László 180, 574—579, 677
 Kunos Andrásné 111
 Lalia András 365
 László Ferenc 607
 Lentzner, Kurt A. 213
 Lévy Pálné 483
 Lochmayer György 181
 Lukovich Istvänné 447
 Lukszics Ernő 112, 113
 Madarász Endre 141, 150
 Magyar Beatrix 266
 Makkár Márta, L. 39, 267
 Makszin Imre 268
 Mányai Judit 292
 Marancsics Imre 420
 Markos Tiborné 366
 Maróti József 563
 Meinel, Kurt 293
 Merő Nóra 653
 Mészáros János 335
 Mezőfy András 40, 168, 608, 609
 Mohácsi János 664
 Mohás Livia 294, 422, 526
 Mojzes Sándor 610
 Moletz Judit 237
 Molnár Dezső 355
 Molnár István 368
 Molnár Sándor 114
 Monus András 556
 Mutschler Mátyás 41
 Nádasi Lajos 448—451, 492
 Nádori László 11, 42, 71, 183, 184, 214, 215, 269, 295, 336, 369
 Nádori Lászlóné Nádoriné, Gombos Marianna
 Id. Gombos Marianna, N
 Nagy Dezső 370
 Nagy Gézáné 248

- Nagy György 72, 73, 93, 94, 195, 238, 239, 296—298, 356, 357, 371, 372, 423—425, 612—616, 635, 665
 Nagy Sándor 62, 95, 115, 185, 186, 312, 313, 373, 374, 397, 399—401, 413, 426, 493, 527—533, 580, 605 (Több könyvismertetés) 617—624, 635, 666, 678
 Nagy Tamás 12, 13, 43—45, 299, 335, 337, 375—377, 402, 403, 413, 427, 428, 452—456, 471, 494, 581, 625—629
 Nagykáldi Csaba 249, 270, 300, 630
 Nagyné Kovács Ildikó 10, 291, 301
 Nazarov, Vaszilij Petrovics 271
 Nemcsik Pál 338, 457, 472, 484
 Nemessuri Mihály 631
 Németh József 187, 189, 195, 240, 413
 Nickel Géza 108
 Novák István 136, 216, 564
 Novák Lászlóné 545
 Nyiri János 14—17, 46, 100, 152, 217, 565, 684
 Oberst György 63
 Orosz Ottó 64, 314
 Oszetzky Tamásné 47
 Osváth Ferenc 96
 Ós Gabriella, N. 272, 339, 534
 Padányi Máriusz, Szüle Ágnes 250
 Páldi Gyuláné 195
 Pálos József 633
 Páricska Zoltán 18
 Patakiné Kuttny Márta 429
 Paulinyi Jenő 667
 Péterfalvi Lajos 19
 Petrovich Ernő 116
 Petz Veronika 334
 Pünkösty Huba 430
 Raffel Zoltán 251, 458
 Riegler Endre 334
 Riesz Béla 74
 Rókusfalvy Pál 218, 273, 302
 Sághegyi Elemé, Szüle Ágnes 250
 Scholich, Manfred 340
 Simon Gyula 583
 Sinka György 668
 Sipos György 48, 634
 Sipos Kornél 304
 Solty Jenő 413
 Solymosi Ottó 486
 Somkuti Ede 117, 459
 Somorjai László (Hajdúnánás) 20, 21, 49, 341, 378, 496, 668, 670
 Somorjai László 9, 32, 50, 65, 75, 495, 660, 667, 669—672
 Sós István 22, 51—53, 118, 139, 147, 154—156, 170, 188, 219—224, 252, 390, 431—434
 Stárk Tivadar 435, [678]
 Steinerné Kuttny Márta 342
 Szabó Béla 404
 Szabó Ferenc 417
 Szabó Ildikó 653
 Szabó János 23, 343, 379, 497—503, 671
 Szabó József 119
 Szabó Péter 85
 Szabó Zoltán 344
 Szalai István 566
 Szalay Mária 406
 Szalay Miklós 345, 473
 Székely Gabriella 24, 190, 555, 556, 567, 636, 637, Szekeres Sándor 407
 Szentgyörgyi Zoltán 25, 97, 115, 120—123, 380, 460, 504, 638
 Szép Ilona 115
 Szepes Lajos 76
 Szigeti Lajos 535
 Szilágyi Dezső 98, 315, 436, 474
 Szülasiné Szabó Gyöngyi 639
 Sztatényi Béla 157
 Sztankin, Mihail Joszifovics 358
 Szuh Csaba 54
 Szuhockij 206
 Szukováthy Imre 672
 Takács Ferenc 26—30, 77—79, 191—194, 225, 226, 253, 274, 359, 409, 584, 640—645, 656, 657, 679, 696
 Takács István 316
 Tarnawa Ferdinánd 505, 506
 Tárnok Dezső 475, 476
 Tenkei Antal 124, 125, 381, 437
 Terényi Imre 195, 646
 Tiboldi Tibor 163, 360, 390, 411, 412, 438, 477, 536, 647, [680]
 Tóth Ákos 537
 Tóth Katalin 236
 Tóth Tibor 439
 Turi Imre 171, 241, 440, 507—510
 Vámosné Domszlay Éva (Vámos Károlyné) 189, 196
 Varga Gyula 126
 Varga István 115
 Varga Jenő 242
 Varga László 586, 673
 Varga Pál 127
 Varga Sándor 55, 66, 101, 102, 140, 361, 557, 648
 Veszprémi László 383
 Villant László 128
 Vittek Lajos 520, 521
 Wein Dezsóné 658, 659, [676]
 Zalka Andrásné Kertész Alice 649
 Zarándi László 32, 478
 Zengő József 56
 Zentai Ferenc 130
 Zöld János 243, 275
 Zsakay Kálmán 305, 306, 384, 461, 462, 479
 Zsiedegh Miklós 511

ÖTLETEK, ÚJDONSÁGOK

Kezdsénel a csapatok saját térfelükön és a „senkiföldjén” állhatnak fel. Az indító jelére a csapatok tagjai kölcsönösen támadnak és védekeznek. Akit megérintettek, az nem áll ki véglegesen, hanem visszatér a saját térfelére és ott valamelyik játékos társának érintésével „újraéled” és tovább folytathatja a játékot.

Szabályok:

- A „senkiföldjén” harc nincs. Átfutni, be-kilépni, benn tartózkodni, helyezkedni szabad.
- Az ellenfelet csak a saját térfélen és csak vállánál fogva lehet megérinteni.
- Aki a saját várába belép, vagy a játékeret határoló vonalon kilép véglegesen kiáll.
- Feléleszteni csak a saját területen lehet.

Foglalld el a várat

A játékot több mint egy évtizede egy jugoszláv játékkönyvben olvastam. Kipróbálása annak idején nagy sikert aratott az általános iskola felső osztályaiban.

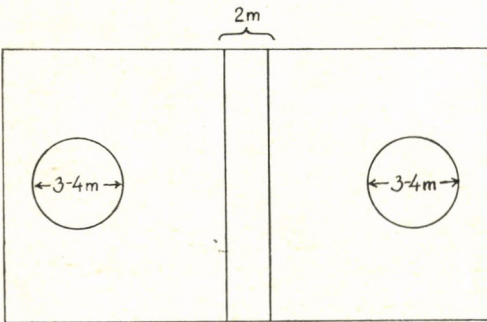
Szabadban, tágas udvaron nagy létszámú csoportokkal játszható fogójáték. A területet téglalap formában jól látható vonallal körülhatároljuk és középen egy 2 m széles sávval az ún. „senkiföldjével” ketté oszadjuk. A térfelek hátsó végének közepétől egyforma távolságra egy-egy 3–4 m átmérőjű kört (várat) jelölünk. Ezt a várat kell elfoglalni az ellenfelek úgy, hogy a csapat zászlósa a körbe bejutva zászlaját „kitűzze”. (Középre áll, a „zászlót” magasba emeli feltartott kezével.) Győz az a csapat, amelyik a másikat megelőzi.

Változatok:

- A játék többször megismételve a szerzett pontok alapján is értékelhető.
- A „felélesztést” csak a meghatározott személyek (pl. kapitány, őrség,) esetleg csak meghatározott helyen végezhetik.

Megjegyzés: A támadók játéka, kivéve a zászlósét, tulajdonképpen a megtévesztő mozzanatok sorozata, mert ténylegesen csak a zászlósnak az érdeke a várba való bejutás.

Szentgyörgyi Zoltán



A játék menete: Két egyforma létszámú csapatot alakítunk és az egyik fél megkülönböztető jelzést kap (szalag, trikó, sapka stb.). A kijelölt csapatkapitányok egy-egy „zászlót” (nyakkendőt, jelzőszalagot stb.) kapnak és ezeket a csapat „taktikai” megbeszélésén a megválasztott zászlósnak adják át. A zászlósok ezt trikójuk alá rejtik úgy, hogy személyük a játék folyamán titokban maradjon. Ez lényeges, mert ha kitudódik, az ellenfél már csak rájuk ügyel. A „zászlót” játék közben a társaknak átadni nem szabad.



4,50 Ft



INDEX: 25824

A testnevelés tanítása

XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 3

AZ OKTATÁSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:

Nagy Sándor

Tördelőszerkesztő:

Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztői bizottság:

Burka Endre

Gyenge József

Dr. Kálmánchey Zoltán

Dr. Nagy György

Dr. Székely Gabriella

Dr. Takács Ferenc

Varga Sándor

Várady Géza

TARTALOM

<i>Várhelyiné Kulcsár Magda: Az úttörő-olimpia tapasztalatai</i>	65
<i>Bakó László: A tantárgyi teszt gyakorlati haszna</i>	67
<i>Dr. Nagy Tamás: A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése (1869—1945) I.</i>	69
<i>Iglói László—Iglói Lászlóné: Testnevelés a számok tükrében</i>	78
<i>Albert József: Érdemes-e testnevelési osztályt működtetni?</i>	81
<i>Csányi Barna—Csányi Barnáné: Ügyességfejlesztő labdás gyakorlatok a kosárlabda tantervi anyagának feldolgozásához</i>	87
Ötletek, újdonságok	90
Szakterületünk tudományos életéből	92
Sport és nyelv	94
Könyvismertetés	95
Folyóiratszemle	96

E számnak szerzői: Albert József igazgató, Székesfehérvár; dr. Andor György OPI-munkatárs, Bp.; Bakó László testnevelő tanár, Dunaharaszti; Csányi Barna testnevelő tanár, Eger; Csányi Barnáné testnevelő tanár, Eger; Iglói László testnevelő tanár, Szombathely; Iglói Lászlóné testnevelő tanár, Szombathely; Nagy Sándor testnevelő tanár, OPI, Bp.; dr. Nagy Tamás OTSH-elnökhelyettes, Bp.; Nemesuri Mihály tudományos kutató, Bp.; Szentgyörgyi Zoltán egy. testnevelő tanár, Bp.; Várhelyiné Kulcsár Magda testnevelő tanár, OM, Bp.

Rovatvezetők:

Dr. Andor György

Dr. Csider Tibor

Lovas Albert

Somorjai László

Szentgyörgyi Zoltán

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1046 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postafiók 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadáért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a kézbesítőknél és a Posta Központi Hirlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) személyesen vagy postautalványon, valamint átutalással a KH1 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27.— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út. 76. sz. alatti hírlapboltban. Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft.



Egyetemi Nyomda — 80.5433 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

Az úttörő-olimpia tapasztalatai

VÁRHELYINÉ KULCSÁR MAGDA

Az általános iskolai tanulók az 1979/80-as tanévtől a korszerűsített úttörő-olimpiai versenyrendszerben küzdenek az úttörő-olimpiai bajnoki cím elnyeréséért. E rangos cím eddig is megkövetelte a résztvevő csapatok és egyéni versenyzők jó felkészítését, küzdeni tudását, a küzdelemben az erkölcsi magatartás magas fokát. Az új rendszerű verseny a körzeti bajnoksággal indul. Az őszi-tavaszi fordulók befejezése után dől majd el, hogy melyik iskola csapata nyer jogot a továbbversenyezésre, amelynek végküzdelme az országos döntő, s végcélja az úttörő-olimpiai bajnoki cím elnyerése.

Az általános iskolákban folyó úttörő-olimpiai körzeti versenyek őszi fordulója befejeződött, a téli úttörő-olimpia versenyszámai-ban bajnokokat avattak. Az országos döntőkön magas színvonalon rendezett, nagyszerű küzdelemsorozatoknak lehettünk szemtanúi, és e versenyek lebonyolításával tovább erősödött a jó hagyományokkal rendelkező úttörő-olimpiai versenyforma.

A versenyek megrendezését követően valamennyi megyében, az irányító, szervező és lebonyolító munkába bekapcsolódott szakemberek segítségével elemző, értékelő megbeszélése került sor. A féléves megyei tapasztalatok alapján országos helyzetelemzést készítettünk: megnyugtató kép bontakozik ki az úttörő-olimpiai versenyvezetés rendszeréről.

A megyei és alsóbb szintű tanácsok művelődésügyi szakigazgatási szervének irányító

tevékenysége a központi elveknek megfelelően alakult. Újjászervezték a Megyei Diáksport Tanácsok mellett működő Általános Iskolai Sportbizottságokat, és megalakultak a járási-városi Általános Iskolai Sportbizottságok is. A hierarchia különböző szintjén az irányítás mechanizmusa egységes elvek alapján működik, azonban a gyakorlati végrehajtás során a feladatok igényesebb ellátása érdekében szükséges további finomítása.

Az úttörő-olimpiai versenyek szervezésében és lebonyolításában közreműködők felkészítése a tanév kezdésére befejeződött. Az előkészítő munkák után megkezdődhetnek a körzeti versenyek.

A versenyszabályzatban meghatározott sportági nevezési kötelezettségeknek az iskolák eleget tettek. Az országos összesítő táblázatot a körzeti bajnokságra beérkezett nevezések alapján készítettük el.

Az osztott rendszerben működő iskolák száma: 2576

Sportág	Nevezett csapatok			
	fiú	%	lány	%
Atlétika	2561	99,42	2519	97,79
Torna	403	15,64	521	20,23
Úszás	233	9,05	227	8,81
Kézilabda	1105	42,90	1398	54,27
Kosárlabda	210	8,15	258	10,20
Röplabda	158	6,13	167	6,48
Labdarúgás	1786	69,33	—	—

Értékelve az országos összesítést megállapítható, hogy atlétikában közel minden iskola nevezett fiú és lány csapattal. Nagy az érdeklődés kézilabdában és labdarúgásban, mérsekeltebb tornában, úszásban és kosárlabdában. Röplabdában csak az iskolák kisszázaléka nevezett fiú és lány csapattal.

A megyei szintig megrendezhető választott 5 sportágban a versenyszabályzatban szereplő sportágakon túl, (pl. asztalitenisz, sakk, stb.) atlétika egyéni, grundbirkózás, kispályás labdarúgás, gyorskorcsolya, jégkorong sportágak kerültek megrendezésre, melyek az adott lehetőségekhez képest, csak szerény mértékű igényt elégítettek ki.

A körzeti versenyek beindulásával *megpezsdült az általános iskolák sportélete*. A sorozatversenyek megkezdődtek, megnyiták az iskolák kapui az úttörő-olimpiai versenyzők, vendégcsapatok előtt. Az érdeklődés megnyilvánult az iskolaigazgatók, a nevelőtestületek tagjai, szülők, sportegyesületek szakemberei és a nem versenyző iskolai tanulók részéről is, akik eddig nem tapasztalt igyekezettel próbálták környezetüket ünnepélyessé tenni.

Néhány forduló lebonyolítása után *gondok jelentkeztek* a körzeti versenyek megrendezésénél. A korai sötétedés miatt hamarabb kellett befejezni a versenyeket, egyes színhelyekre az utazás csak nehézségekkel sikerült, a tanulónkénti állami támogatás összege nem volt elegendő minden iskolánál az utazási költségek fedezésére, versenybírók, játékvezetők sem álltak minden alkalommal rendelkezésre, a tanórák védelmét sem tudták maradéktalanul betartani.

A felmerült problémák megoldására azonnali intézkedésekre került sor. Kialakították egy-egy városban az *egységes sportnapokat*, amikor az úttörő-olimpiai versenyeken résztvevő tanulók elfoglaltsága nem ütközik más irányú iskolai elfoglaltsággal. Meghatározták egy-egy megyében, hogy hány órától lehet versenyeket rendezni. Versenybírók, játékvezetők hiányában testnevelő tanárok, ÁISB tagok, egyesületi edzők, tanárképző főiskolák hallgatói is vezettek mérkőzéseket. A hiányzó utazási költségek fedezését magára vállalták az úttörőcsapatok, támogatást nyújtottak a művelődésügyi szakigazgatási szervek is. Az utaztatással járó nehézségek megoldására szülők, iskolával együttműködő intézmények, sportegyesületek nyújtottak segítséget.

Az országos helyzetet vizsgálva megállapítható, hogy alapos és körültekintő szervező és koordináló munkát kell végezni az elkövetkezendő időszakban ahhoz, hogy a következő tanévben minimálisra lehessen csökkenteni a versenyek során jelentkező problémákat.

Az elmúlt időszak tapasztalatai alapján megynként felül kell vizsgálni a korábban kiala-

kított iskolai körzeteket. Az utazási költségek és a megközelíthetőség figyelembevételével szükség esetén körzetátcsoportosítást lehet végrehajtani, és indokolt esetben (szombati versenynapon) két mérkőzést is játszhat egy csapat. Ha kisebb iskolai körzetet kell kialakítani (pl. egy körzethez 3 iskola tartozik), többfordulós, 2 fordulós őszi, 2 fordulós tavaszi versenyt lehet rendezni.

Positívan értékelhető, hogy az *iskolák nagy része több sportág iránt érdeklődött és nevezett mint amennyit a versenyszabályzat részükre megfogalmazott*. Az úttörő-olimpiai versenyek lebonyolítása azonban nem hátráltathatja az iskola nevelő-oktató munkáját, nem sérteti a rendtartást, a tanórai tevékenységet.

A körzeti versenyek nagy részét az iskolákban rendezik. A rendelkezésre álló feltételek iskolánként változóak, ezért a sportegyesületek megnyitották kapuikat az úttörő-olimpiai versenyek előtt, és széles körű társadalmi összefogással bonyolódhatnak az úttörő-olimpiai versenyek.

A korszerűsített versenyrendszer fontos és döntő jelentőségű célokat tűzött ki a felnövekvő nemzedék fizikai állapotának javítására, az egészséges életmódra nevelésben, a testnevelés és sport iránti készségek kialakításában. A tanulóifjúság széles körű bevonása a versenyrendszerbe, és a tanév teljes időtartamában szervezett versenyek jól szolgálják a célkitűzések megvalósítását. A felkészítés folyamatában a nevelés eredményeként az általános iskolás tanulók mindegyike élményszerűen átélheti teljesítményének, eredményeinek számszerű alakulását, és méltán örülhet annak, hogy iskolája csapatába bekerült.

Az eddigi tapasztalatok azt is megmutatták, hogy a testnevelés és sport nemcsak a tanulóifjúság fizikai állapotát, teljesítményét és sporteredményeit javítja, hanem értékes magatartás-szabályozó, közösségi érzelmeket formáló hatása is jelentkezik, mely szervesen illeszkedik az iskola nevelő-oktató munkájához.

A tantárgyi teszt gyakorlati haszna

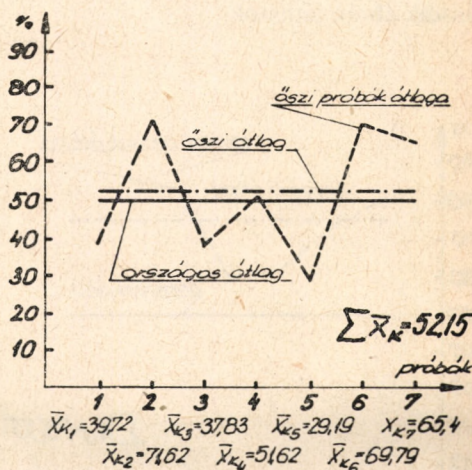
BAKÓ LÁSZLÓ

Mint a gyakorló tanárok többsége, én sem fogadtam kitörő lelkesedéssel a teljesítményteszt bevezetését. A mérések megszervezése, lebonyolítása, az adatok rögzítése, a megfelelő százaléértékek behelyettesítése, az átlagértékek kiszámítása, a sokunk számára „nemszeretem papírmunka” növelését látszott szolgálni. Sokat törtem a fejem, hogyan lehetne ezt az időt, fáradságot igénylő tevékenységet megkönnyíteni.

Hivatalból, mi testnevelők is tagjai vagyunk az Edzett ifjúsáért tömegsportmozgalom iskolai szervező bizottságának. Iskolánkban, a dunaharaszti Baktay Ervin Gimnázium és Vízügyi Szakközépiskolában hagyomány, hogy tanévenként két KISZ-sportdelutánt rendezünk az Edzett ifjúsáért. A mozgalom követelményeiben szerepel a teljesítményteszt is. Önként adódott a gondolat, hogy egy-egy ilyen sportdelután keretében mérjük fel a tantárgyi teszt szintjét is, hisz ugyanezt a dolgot főlöszleges lenne kétszer mérni, ráadásul a patronáló tanárok segítségünkre lehetnek az egyes próbák felmérésében. A stencilezett teljesítménylapokat az osztályok sportfelelősei vitték magukkal egy iratgyűjtőben a soron következő állomásra, ahol a szerek és a felmérés módjában járatos KISZ patronáló tanárok várták őket. Teljesítményüket a kartársak vezették a teljesítménylapokra. Rövid, átmozgató gimnasztika után kerülhetett sor a próbák végrehajtására forgószínpadszerűen. A felmérés után osztályonként a testnevelés órán írtuk be az eredményeket és a százaléértékeket a teljesítményfüzetbe, valamint a teljesítménylapokra.

Ezek után az eredmények összegezése és az átlagok kiszámítása, valamint az országos átlaggal való összehasonlítás volt hátra.

Az első ábrán látható grafikonból nagyszerrű következtetéseket vonhatunk le a tanmenet elkészítésére.



1. ábra

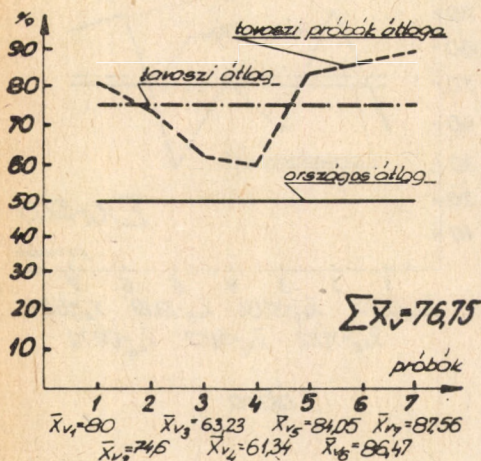
A tanulók teljesítményének átlagos szintje megfelel az országos átlagnak. A próbákban a szélső értékek közötti különbség 42,4%. Az egyes, a hármas, a négyes és az ötös próbákban elért teljesítmények meglehetősen alacsonyak. A teendőket úgy fogalmazhatnánk meg, hogy a szélső értékek közötti különbséget csökkenteni kell, az egyes, a hármas, a négyes és az ötös próbákban elért teljesítmények átlagát a kettes, a hatos és a hetes próbákban elért teljesítményértékek átlagának szinten tartása mellett növelni kell. A motorikus teljesítmények növelésére a tanterv képességfejlesztő gyakorlatok keretében ad lehetőséget.

A teljesítmény növelésének a következő módszereit alkalmaztam:

1. a futóteljesítmény növelésére az OTSH által kiadott amerikai programozott „Futóedzés” című kiadványt használtam;
2. az erő növelésére a TF Edzéselmélet szöveggyűjtemény második kötetének ötvenedik oldalán Richard Berger által legkedvezőbbnek tartott módszert választottam;

3. az ötödik próbában nyújtott igen alacsony teljesítmény javítására a tanterv kötelezően választható anyagait, sportjátékait, a kézilabdázást választottam.

Az alkalmazott módszerek helyességét az év végén hasonló körülmények között végzett felmérések igazolták, melynek eredményei a második ábrán láthatók.



2. ábra

A grafikonok összehasonlításából kitűnik, hogy a fentiekben megfogalmazott követelményeknek eleget tettünk. A szélső értékek különbsége 26,2%-ra csökkent. Az egyes, a hármas és az ötös próbában mért teljesítmények átlagos értéke lényegesen nőtt, ugyancsak a többi próbában nyújtott teljesítmények is növekedtek.

Ennek megfelelően tanulóinknak a tantárgyi teljesítménytesztben leírt motorikus próbákban elért szintje 24,6%-kal nőtt.

Az alkalmazott módszerek jók, mert a második próba kivételével ahol a kezdeti érték is elég magas volt az eredmények igen erősen szignifikánsak.

Az eddig leírtak után elmondom azt is, hogy mi vezetett erre az elég sok időt igénybe vevő számolásra, az önkontrollos vizsgálat, az egymintás „t” próba elvégzéséhez.

Előttem nem volt kétséges a fejlődés, bár néhány esetben magam is meglepődtem ennek mértékén. Nemrég zajlottak le az osztályozó konferenciák, majd ezután a félévzáró értekezletek. A tanórai és a tanórán kívüli testnevelésünkről és sporteredményeinkről szóló beszámoló megbeszélése során felvetődött a kérdés: az iskolai DSK-szakosztályaiban elért, úgynevezett látványos eredményeinken kívül a tanórai testnevelés fejlődésében is fel tudunk-e mutatni valamit?

A tantárgyi teljesítményteszt nélkül ez bizony fogós kérdés lett volna. Így viszont a már ismertett számítások elvégzése után pontos választ tudunk adni a tantestület által felvetett kérdésre.

Ne idegenkedjünk tehát egy kis „papírmunkától”, hisz ha több munkával is, de olyan eszközt kaptunk a kezünkbe, amely egyzaktan, a matematikai statisztika módszereivel igazolhatja választott módszereinek helyességét, munkánk hatékonyságát.

Nevelési módszerek gyakorlati alkalmazása

Az iskolai oktatáson kívüli sport nevelési lehetőségeiről számol be J. Barsdi, amelyek igen sokrétűek. Ahhoz, hogy optimálisan ki lehessen ezeket használni, helyesen kell megszervezni a munkát, és a legmegfelelőbb módszereket kell alkalmazni.

A pedagógiailag képzetlenebb gyakorlatvezetők gyakran azt várják, hogy konkrét problémáikra kézen kapjanak tévedhetetlen módszereket.

Tudni kell azonban azt, hogy az egyes esetekben alkalmazandó nevelő-oktató eljárásokat sokféle körülmény befolyásolja. Tehát mindenkor az összes szempont figyelembevételével és ismeretében lehet csak az optimális módszert megválasztani és alkalmazni. Erre csak az adott sportszport vezetője lehet képes.

Az iskolai oktatáson kívüli sportszportok jó munkája tehát elsősorban a gyakorlatvezető személyes példáján, ügyszeretén, szakmai tudásán és sokszínű alkalmazott módszerein múlik.

A szerző mégis szükségesnek tartja, hogy az edzők és gyakorlatvezetők tapasztalatait általánosítva jól áttekinthető és a gyakorlatban könnyen alkalmazható útmutatót készítsen. Ez tartalmazza a legáltalánosabban felhasználható módszerek és ajánlott eljárások rendjét.

Elgondolása alapján a nevelési módszereket két nagy csoportba osztva ismerteti: a szoktatás módszerei és a meggyőzés módszerei.

(Körpererziehung, 1977. 7. 326—328.)

A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése (1869–1945) I.

DR. NAGY TAMÁS

Az első „tanítási tervek”, amelyek a testgyakorlást is magukba foglalták, a XIX. század első felében, a protestáns iskolai oktatásban jelentek meg Magyarországon. Célkitűzéseiket a francia felvilágosodás és a filantropizmus hatása jellemzi, azok megvalósítására döntően a népies jellegű játékok mozgásanyagát jelölték meg. (Nagy T. 1972)

Az iskolai testnevelés általános bevezetésére az 1868. XXXVIII. tc. alapján került sor. Az a történelmi háttér, amelyet az elmúlt több mint 100 év alatt tantárgytörténetünk nyomon követhet, rendkívül bonyolult. A kiegyezést követő ugrásszerű, de *sajátos polgári fejlődés* a testnevelésben is jelentkezik, mint tantárgy, minden fiatal számára kötelezővé válik. A gazdasági érdekeken túlmenően (a termelőeszközök forradalmi fejlődése, az uralomra törő burzsoázia profitérdeke stb.) politikai szempontok is (nemzettévalás, demokratikus reformok, jelszavak stb.) segítették a kötelezően előírt alapfokú oktatás megvalósulását.

Az oktatáspolitikai célkitűzések és a testneveléssel járó speciális feladatok egyeztetésének igénye már 1863-ban megfogalmazódott: „Az ifjúság testi kifejlesztése kell, hogy lényeges részét képezze a nevelésnek; hogy e cél elérjék, a testgyakorlat nem függhet többé egyesek tetszésétől, de a nevelés eszközei közt szükséges és törvényszerű sakképen egyenlő joggal kell helyet foglalnia. Szellem és testnek egyenlő lépéssel, együtt kell fejlődni, és ebben

fekszik a szabályszerű testgyakorlatoknak, mint a nevelés egyik ágának nagy fontossága.” (Zimányi J. 1863)

A kiegyezést követő oktatásügyi törvények és rendeletek alapján bevezetésre kerülő „testgyakorlás és tornaszat” legátfogóbb célmegfogalmazását *Eötvös József* 1857-ben már körvonalazta Bérczy Károlyhoz írt levelében:

„Miatán pedig angol szótárt véve kezünkbe, azt találjuk, hogy a sport tulajdonképp csak időtöltést, mulatságot jelent, sokan nagy komolysággal talán azt fogják kérdezni: vajon oly tárgy, mely csak mulattságnak, csak időtöltésnek tekinthető, méltó-e arra, hogy vele komolyan foglalkozzunk? E kérdésre, a dolgot magasabb szempontból tekintve, könnyű megfelelni, s ki ezt teszi, át fogja látni, hogy mindazon okok közt, melyek a népek fejlődésére elhatározó befolyást gyakorolnak, alig van olyan, mely egyes nemzetek emelkedésével, vagy süllyedésével szorosabb kapcsolatban állna; mint azon multság vagy időtöltés nemei, melyek egyrészt a nemzet jellemének kifogásai, másrészt arra visszahatnak... A régi népek a sportot nem tartották oly mellékes dolognak...” — hivatkozik a görög államok példáira, majd összefoglalva megállapítja, hogy „a sportnál éppen csak a név idegen és semmi más.” (Eötvös J. 1902)

1868

Tíz évvel később ezek az eötvösi gondolatok a közoktatásban úgy realizálódtak, hogy a testgyakorlás kötelező tantárggyá vált: „Mert örök igazság, hogy ép lélek csak ép testben lakik, különösen az újabb társadalmi viszonyoknál fogva föltétlenül szükséges, hogy az iskolákban a test épségeinek fenntartására, a testi erő edzésére szintén kiváló figyelem fordíttassék. Ennél fogva szükségesnek tartom, hogy... a testgyakorlás a tornaszat minden tanulóra kötelezőleg és pedig osztályonként a tanév egész folyamata alatt alkalmaztassék.” (Bély M. 1940)

A kötelező iskolai testnevelés bevezetése előtt a „testgyakorlás”, mint foglalkozási forma lényegében a *mozgás- és játékigény kielégítésének*, a klasszikusan értelmezett sokoldalúság (testi-lelki harmónia) kialakításának egyik eszköze volt. Anyagában természetes gyakorlatok és népi játékok szerepeltek. A ta-

nulói teljesítményt a játékeredmény, a játékban elért helyezések, a résztvevők viszonyított teljesítményérték jelentette.

1869 után elsősorban elvileg, rendeletileg változott meg a helyzet, a gyakorlatban kevésbé. Bár az első tantervek csak a 6—9 évesek számára javasolják a szabadabb foglalkozásokat, a játékot, az elemi iskolák magasabb osztályaiban is ez jelenti a foglalkozások anyagát.

A népiskolai tantervek a „szabályszerű testgyakorlatok” rendszeres gyakorlására helyezik a hangsúlyt. A cél megfogalmazása utal a követelményre is: „... azon szabályok (ismerete), melyek szerint testünket, s annak egyes részeit tartanunk, s különféle mozgásba hoznunk kell. . .”. (1) A rend- és a szabadgyakorlatok kerülnek előtérbe, illetve a magasabb osztályokban a szergyakorlatok. *Megjelenik a német torna az iskolai testnevelésben*, s ezzel együtt egy nagyon konkrét nevelési követelmény is: a rend, a fegyelem, a parancsteljesítés, a feltétel nélküli engedelmesség. (Morvay K. 1876)

A vezérkönyvek az iskolai testgyakorlás célját az alábbiakban jelölték meg (Markó L. 1873):

- a) szép tartás (állásban és mozdulatban);
- b) a testi fejlődés és egészség előmozdítása;
- c) erő és ügyesség fejlesztése;
- d) sok hasznos gyakorlatra való szoktatás;
- e) lélek eleveenség, akarat szilárdság, megfontolás és kedv kialakítása;
- f) figyelem, parancsteljesítés, alárendelés elérése.

Az 1870-es években a 6—12 éves tanköteles gyerekek száma kb. 1,5 millió volt. Korabeli statisztikák szerint a részvétel kb. 70%-os lehetett. (Kiss Á. 1878)

A jelzett egymillió gyermekre sem terjedhet ki azonban a „terszerűen összeállított testedzésnek célzatos üzése”, vagyis a rendszeres testgyakorlás, hiszen elegendő a falusi népiskolák helyzetét, a képzetlen pedagógusok nagy számát, a szakszerűen oktató tornatanítók hiányát említenünk.

A torna tanításához — elsősorban a szergyakorlatokhoz — pedig hiányoztak az eszközök. Szükségszerűvé vált, hogy ezt az ellentmondást fel kell oldani.

Így írt erről egy korabeli tanulmány:

„A gyermek testét minden oldalú mozgások, ha nem is éppen rendszeres tornázás által kell erősíteni. . . A tornászatnak, mint iskolai tantárgynak szükségességét ma már minden pedagógus elismeri: csakis arról lehet szó, hogy a tornászat mikor, kinek, s annak micsoda neme taníttassék. . .

Az eddigi iskolai tornásznak az volt a baja, hogy a tanítók nem értettek hozzá, s ahol behozták, minden növendékre egyformán kényszerítették. Pedig az volna a helyes ha az egyenlő képességűek és erejűek együtt tanulnának. . . A szergyakorlatokra nézve megjegyzendő, hogy azokat soha sem szabad a népiskolákban főtárggyá tenni, az csak a legnagyobb tanulóknak (5—6. osztály) tartatik fenn.” (Bihari P. 1885)

1877

Az 1877-ben megjelent második népiskolai tanterv, amely szinte teljes egészében megfelelt az 1869-es előírásoknak, még nem tükrözte az egyre inkább felmerülő ellentmondásokat, a gyakorlat szempontjából jelentkező igényeket (2).

Az 1880-as évektől kezdődően — az 1905-ös tantervekig — a játékok (*természetes gyakorlatok*) szerepe nő a közoktatásban. A kézikönyvek, szakanyagok bírálják az elmúlt évek irodalmát, amiért „csupa szergyakorlattal” foglalkozott, s külön fejezetekben térnek ki a falusi népiskolákban üzendő tornagyakorlatokra. (Göhring T.—Józsa M. 1880)

A német torna gyakorlatanyagából a rend- és szabadgyakorlatokat emelik ki a szakemberek, hangsúlyozzák a tornajátékok jelentőségét: „... a gyermek egész lényé játékokra, azaz kedvvel űzött, szabadabb foglalkozásra van teremtve. . .” (Maurer J. 1883) Sőt megjelenik a játéktevékenység új értelmezése is: „Játék közben alkalom kínálkozik a tornázás alatt elsajátított erőt és ügyességet alkalmazásba hozatni.” (Szirtes I. 1883)

A tanítási célok változatlanul fogalmazódnak meg: „Célünk: helyesen összeválogatott rendszeres gyakorlatok által a gyermek testét erősíteni, ügyesíteni, egészségét fenntartani, őt testileg nevelni.” (Maurer J. 1884) A játék előretörése azonban megállíthatatlan, egyre több játékmertetés, játékkönyv jelenik meg (Hamari Béla, Botka József, Porzolt Lajos, Bély Mihály). A játék ebben az időszakban

még magába foglalja az atletikai jellegű mozgásokat is (pl. magasugrás, távolugrás, dobások), de ezek önállósodása, helykövetelése az 1880-as évek végén, a 90-es évek elején fokozatosan erősödik.

A *tantárgyi célok is bővülnek*, pontosabbakká válnak. Bár a tantárgy helyzete a gyakorlat eredményeinek szempontjából még mindig sok hiányosságot mutat, ugyanakkor a továbbfejlődés jelei is érzékelhetők. „A közoktatási minisztérium 1884/85. évi jelentése kimutatja, hogy a tornaoktatásra kötelezett 14 235 népoktatási tanintézet közül 6 477-ben a torna egyáltalán nem tanított; a pedagógia szabályainak nem megfelelően tanítattik 490-ben... tehát az iskoláknak majdnem fele nélkülözi a testgyakorlati oktatást!” (Porzolt K. 1886)

A szerző egyébként alapvető tartalmi módosításra tesz javaslatot: „... a mi testgyakorlati oktatásunknak kiváló előnyére válnék, ha az egyszerű görög testgyakorlatok mintájára alakulna... a régi görög testgyakorlat után legelső sorban az angolt kell fölemlítenünk, legkevésbé pedig a németet.”

A tantárgyi célok között pedig új gondolatként jelentkezik, hogy „kítartó munkálkodáshoz szoktasson”, illetve a „nevelési tornázás”-sal kell „az iskolai ülésnek káros behatását ellensúlyozni.” (Maurer J. 1889)

Az 1990-es évek elején a *testnevelés tartalmának köre bővült*: tornázás, atletika, játékok. Sőt két új sportág is bekerült a „gerincbe”: alkalmi úszás és télen a korcsolyázás. Bár az atletika és a torna harcában az utóbbi győz, a játékok szükségességét és tanítását egy miniszteri körlevél is megerősíti: „... a játékok nagy pedagógiai értéke abban keresendő, hogy a test fejlesztésének és a szabad mozgásnak biztosítása mellett a szellemi munkában kifáradt növendékeket hasznos és kellemes módon szórakoztatják, felvidítják, s idegrendszerüket újabb szellemi munka kifejtésének javára föltétlenül megpihentetik... legalább az utasításokban előforduló játékokat részesítsék a kellő figyelemben!” (Csáky 1891)

A játék szerepének növelése érdekében már többen *bírálják a torna mozgásanyagát*, egyre kevésbé tartják alkalmasnak a tantárgyi célok megvalósítására: „... habár testügyesítő hatása miatt a tornát azután is megtartandónak vélem, nem találom benne a testi nevelés-

nek azon eszközét, mellyel a szellemi munkát ellensúlyozni és ifjúságunkat frisebb életre lehetne ébreszteni.” A rend- és a szabadgyakorlatokat ugyanis a szerzők nem tartják szórakoztatónak, a szeryakorlatokat pedig túl erősnek, élettanilag károsnak ítélik meg. (Dollinger Gy.—Suppán V. 1891)

A játékok szerepének növekedésével — talán annak ellensúlyozásaként is — megjelennek a kidolgozott didaktikai célok és követelések is. A tanulói számadás a kialakuló, majd virágzását élő tornavizsgákon, bemutatókon, „szokásos versenyeken” a társadalom nyilvánosságára előtt zajlott le. Ezekben kezdetben csak „formális tornamutatványokra”, majd egyéb testedző játékokra, az „ifjúság nevelésének körébe beillő sportnemekre” is kiterjedtek. (Csáky 1890)

Az első viszonylag pontosnak tekinthető követelménymegfogalmazásokat a századvégi reáliskolai és gimnáziumi tantervekben, azok utasításában találjuk meg.

A tanítási anyagra épülő *követelmények és osztályozás* [A) rendgyakorlatok, B) Szabadgyakorlatok, C) Szeryakorlatok, D) Játékok] előírása az volt, hogy a tanár ne az általános benyomás alapján értékelje tanítványát. Pl: a II. gimnáziumi osztályok számára megjelölt felmérési javaslat: „... guggolás páros karlendítéssel előre (B), lendülés függésben (C), mászás utánfogással (C); egy magas- és egy távolugrás (D)”. (3) A reáliskolai utasítás ezt még kiegészíti azzal, hogy „a testi nevelésben sokkal inkább megbecsülendő a komoly igyekezet és szorgalom, mint a betanult gyakorlatokban elért ügyesség. Ez a körülmény szolgáljon zsinórmértékül az osztályzásban is...!” (4)

Ez a pedagógiai elv, amely a szorgalom, az aktivitás figyelembevételét írja elő a számonkérésnél, a tanuló értékelésénél, lényegében napjainkig érvényes volt, illetve alkalmazták jelenlegi tanterveink és maga a tanítási gyakorlat is.

Ezekben az években úgy tűnik, hogy a játék és torna tölti majd ki az iskolai testnevelést, az előbbi az atletikát is magába foglalva, melyet „gyermeki atletikának” neveznek. „Az a hibás irány, amelybe iskolaügyünk beletévedt, kiszorította az iskolából a játékot, s azt a testgyakorlat egy újabb fájával, a tornával igyekezett pótolni.” — olvashatjuk a reformtörekvéseket összefoglaló vezérkönyvben.

(Kiss Á.—Kun L. 1894) „A testnevelés öleljen föl mindent, ami erre előnyös... Hogy vajjon játék-e, torna-e, avagy atletikai versenyek? Mindegyiknek megvan a maga jelentősége.” (Mittelman B. 1894)

Mittelman Bernát dr. javaslatai több szempontból is előremutatóak és rendkívül jelentősek, hiszen először veti fel az iskola és a szülői ház, a család együttműködését a testi nevelésben. Megfogalmazza, hogy mindennapos testnevelésre lenne szükség, és meglepő, hogy azt milyen változatos képzeli el: játék, torna, séta, úszás, korcsolyázás stb.

A reformoknak azonban egy másik iránya is jelentkezik, az eddig lebecsült, csupán „egészségügyi tornának” nevezett *svéd torna* hívei fejtik ki véleményüket. Jelzik, hogy már nálunk is kezd méltatásra találni, ami természetes, hiszen „mint tápanyag és fűszer, olyan a különbség a torna és a slójd között”. Híveivel szemben a harc is megkezdődött, iskolai bevezetésével sem a német torna, sem a játék, sem az atletika — angol irányzat képviselői nem értenek egyet. (Tornaügy XII—XIV. évf.)

Az ezredfordulóra kialakult — „a testnevelési közvélemény átlagának” felmérésével — egy szélesebb szakemberi véleményre támaszkodó javaslat: „... az elmélet és a bölcseszett, a gyakorlat és az élet egyaránt igazolják, hogy ott, ahol a különböző utak és eszközök vezetnek egyazon célhoz, a legheylesőbb megoldás ezen utak és eszközök harmonikus egyesítésében rejlik, amit a havrei olympiai kongresszus alkalmával imígy fejeztem ki: »A testi nevelés újjászületésének eszményi célja legjobban a torna, az atletikai gyakorlatok és a játékok harmonikus egyesítése útján érhető tel.«” (Kemény F.—Kovács R. 1899)

1898—1905

A javaslat megvalósítására nem sokáig kell várni. Az 1898-ban megjelent gimnáziumi és a reáliskolai tantervek már *torna, atletika, játék* bázisra épülnek, s ugyanezt valósítja meg az 1905-ös népiskolai tanterv is. (5)

A miniszteri utasítás kiemeli a mozgásos játékok, a rend-, valamint a szabadgyakorlatok jelentőségét. A célokra vonatkozóan leszögezi: „A testgyakorlásban sem szabad so-

ha a népiskola általános célját szem elől téveszteni, ezt is főleg a játékokban nevelő hatásúvá kell tenni, és amennyire ezen a fokon lehetséges, a katonai kiképzés előkészítésére kell felhasználni.”

A tantárgyi célmegfogalmazás rövid: „A tanuló testi erejének és ügyességének fejlesztése.” Az utasítás kissé részletesebb kibontásában: „Mozgásos játékokkal és rendszeres gyakorlatokkal az ifjúság testi kiképzése, erejének és ügyességének összhangzatos fejlesztése, az egészségének fenntartása és különösen az egészséges fejlődésnek előmozdítása. Ellensúlyozzuk vele az iskolai hosszas ülés káros hatásait, ellenállóbbá tesszük a szervezetet, erősítjük az akaratot és ápoljuk a közösség érzelmét.”

A *tantervi követelmények* — az 1898-as középiskolai tantervek elvének megfelelően — „vizsgálatot” jelentenek: „Az iskolai év végén tartandó az év folyamán begyakorolt anyagból (felvonulás, szabad- és szery gyakorlatok). Versenyül mászás, ugrás vagy futás szolgáljon...”

A testgyakorlati almanach az éves „torna-vizsgálaton” kívül a középiskolások számára a következő test- és képességméréseket javasolja (Szatka M. 1905):

„*Testmérés.* Ismernünk kell a felkarizom és mellkas állapotát, továbbá a test magasságát és súlyát.

Erőmérés. A test meglevő erejét mindig a jelen levő testsúllyal párhuzamba állítva kell mérlegelnünk. Éppen azért a karhajlítást, tolódást és ennek megfelelően a sarkazást alkalmazzuk mértékül” (nyújtón húzózkodás, korláton karhajlítás; a kettő összegének kétszerese).

Képességmérés. (osztályozás évente háromszor)

„Az eljárás ez: A főbb szereken az osztályok átlagos képességének megfelelően lehetőleg öt mozgásból álló egyszerű, egymásba folyó kötelező osztályzati gyakorlat csoportokat tűzzünk ki év eleji, évközi és év végi 3-szoros mérsékelt fokozással.” A szerző „gyakorlatai” mászás, magas-átugrás, nyújtó, korlát, ló. Érdekes, hogy az értékelésre pontozást javasol: gyakorlatonként 5 pont (max. 25); 19-től jeles osztályzatot, 13—18 jó, 12-ig elégséges, 0-ra elégtelent kell adni.

Az iskolai testnevelés első világháború előtti éveit joggal nevezhetjük a játékokra épülő

„tornaóráknak”, a fejlesztési elképzelésekben azonban fokozatosan erősödik a svéd torna beépítésének igénye. Már 1909-ben két fő téma vonul végig például a Tornaügy hasábjain: a *svéd rendszer* átvételének és bevezetésének szükségessége, valamint a *katonai képzés* előkészítése. Az előbbiről kialakult álláspont lesz: „...a meglévő német rendszert a svéd rendszer megfelelő részével tökéletesíteni, a tavaszi, meg az őszi hónapokban a szabadtéri játékokra kell fektetni a fősúlyt...” (Tornaügy 1909/10.)

A különböző rendszerek egyeztetése lenne tehát az a forma, amelyben a továbbfejlődés megvalósul? Többen ezt már magyar rendszernek is nevezik, bár kidolgozására csak később kerül sor (1915). A gyakorlat, valamint a gyorsan fejlődő sportélet (olimpiák, sportegyletek, versenyek stb.) felvetik a célok pontosítását, azok értelmezésének kifejtését.

Kemény Ferenc erről pl. így írt: „Az iskolai testgyakorlás elsősorban nevelőeszköz; a szellemi s a testi tulajdonságok összehangzott képzése; nem öncél, hanem csupán eszköz... A testi nevelésnek nem lehet más célja, mint a testi, szellemi és erkölcsi *egészséges* életre való nevelés egyéni, társadalmi és nemzeti vonatkozásban...” (Kemény F. 1914.)

A *katonai képzés*, mint a másik sokat hangsúlyozott kérdés nem járt együtt szakmai vitával. Az iskolai testnevelés szempontjából továbbra is döntően a rendgyakorlatokban realizálódott, de kiemelten vetette fel az ellenállóképesség, az edzettégség megszervezésének szükségességét is. Az „egészség elve”, ahogy Kemény Ferenc megállapította, az újabb rendszerekben kezdett uralkodóvá válni, hol mesterséges eszközök igénybevételével, hol a szabad természet kultuszával. Ugyanakkor kevésnek tartja ebből a szempontból az „egészségi (svéd) tornát”, mert nem edzi kellően a szervezetet, s erősen kifogásolja az ifjúság „túl korai és részletes katonai kikészítését”.

Az iskolai testnevelés reformjára Kmetykó János 1915-ben dolgozza ki javaslatát, amely később a két világháború közötti időszak „*magyar rendszerévé*” válik. (Kmetykó J. 1915.) „A svéd, dán, német és az angol (játék, atletika) testnevelő rendszerekből kiválogattam mindazt az értékes testnevelő anyagot, mely az iskolai nevelés szempontjából úgy egészség-, élet-, fejlődés- és mozgástani szempontból értékes.” A célokról a következő-

ket olvashatjuk: „Az iskolai testnevelés valódi célja: tervszerűen összeállított nevelő tornagyakorlatokkal, s egyéb szabadtéri mozgásokkal az ifjúság egészségének előmozdítása, testi kiképzése, erejének és ügyességének összehangzott fejlesztése, életkedvének növelése, tiszta erkölcsének megőrzése, a közre irányított gondolkozásnak ápolása, továbbá soha szem elől nem tévesztendő végcél gyanánt: a közegészségügy, honvédelem és a közgazdaság szolgálata.”

A javaslatban azonban a hangsúlyt — terjedelemben is — a svéd gimnasztika kapja („...a nevelő tornarendszer alapját képezi a többi összes testgyakorlatnak”), s ennek megfelelően az *egészséggel összefüggő célok* is előtérbe kerülnek. Elvben megszületik a „szabályos testgyakorló óra” modellje:

- a) előkészítő rész (egyszerű hatású gyakorlatok);
- b) fő rész (erőteljesebb hatású gyakorlatok);
- c) befejező rész (szelíd hatást kiváltó gyakorlatok).

A kiadott jelszó: Háromszor kell az egész szervezetet átmozgatni!

A javaslat egyébként már a Budapesten korábban bevezetett (1913) helyi tanterv tapasztalatait is felhasználhatta (6). Ez a tanterv — bár leszögezi, hogy „a miniszteri tanterv anyagának és utasítása szempontjának szem előtt tartásával” készült — „a módszeres eljárás újabb mezsgyéjén halad, a svéd tornászat szelleméhez híven”. Kiemelt hangsúlyt kapott az önállóságra nevelés: „A népiskola főfeladata nem a részletes nevelés és nem az ismereteknek készen való nyújtása, hanem rávezetés az ismertekre... tudjon a tanuló önmaga munkálkodni...” Ennek megfelelően követelményként fogalmazódott meg a kiinduló állások és tartások, valamint egyszerűbb láb-, kar-, törzsgyakorlatok, mozgások ismerete.

A *svéd torna szerepének növekedése* abban is fellelhető, hogy az 1914–18 közötti tantervjavaslatokban a célmegfogalmazások az egészség kategóriáján belül „a tanulók szervezete minden részének harmonikus fejlesztésének” szükségességét húzzák alá (7).

Az 1917-ben készített népiskolai testnevelési tantervjavaslat szemléletére, és a sokat emlegetett rendszerek egyeztetésének megvalósulására kifejező az utasítás következő mon-

data: „A főgyakorlatokat gyakran játékok és atletikai gyakorlatok avagy versenyek pótolhatják...” (8)

1918—1919

1918 végére mintegy öt éves útkeresés és belső harcok után az Országos Testnevelési Tanács két fő irányelvet jelölt meg (Kiss D. 1970.):

— a rendszeres testnevelést és egészségápolást a nép legszélesebb rétegeire kell kiterjeszteni;

— a testgyakorlás célja: erős, egészséges, munkabíró és hosszú életű emberi test és szervezet nevelése és ápolása, hogy az országnak az emberi munka (szellemi és testi) által nyújtott termelőképessége és ennek eredménye minél nagyobb legyen.

A *Tanácsköztársaság* az iskolai testnevelés reformjának kérdését mint a gyermeknevelés fontos problémáját kezelte. Szakítani kívánt az eddigi formákkal, hamis elvekkel, a német torna militarista céljaival, de nem fogadta el a svéd torna gépies mozgásait sem, hangsúlyozva ugyanakkor annak lazító, testtartást javító, kedvező hatásait. Ezért a testnevelést a játékokra, a sportszerű játékokra, az atletikára és a „kiegészítő és korrekciós gyakorlatokra” kívánták építeni. (Kiss D. 1970.)

A Tanácsköztársaság bukásával a gyermekközpontú, szocialista elvekre épülő pedagógiai törekvések is megvalósíthatatlanná váltak. Az ellenforradalom a testnevelést is újra a nacionalizmus, a katonai képzés, a feltétlen engedelmisség szolgálatába kívánta állítani, bár a régi formákra való visszatérés a megváltozott viszonyok között nem valósulhatott meg.

1925

Az 1921. évi LIII. törvénycikk abban látta a testnevelés feladatát, hogy az egyének testi épségének és egészségének megóvása, lelki és testi erejének ellenálló képességének, ügyességének és munkabírásának kifejlesztése által megjavítsa a közegészség állapotát, gyarapítsa a nemzet munkarejét... (Ivánkovics K. 1935.)

Az 1925-ös tanterv (9) a testgyakorlás célját így fogalmazta meg: „Cél: A gyermekek egészségének, edzettségének, erejének és ügyességének tervszerű fejlesztése; az önfegyelmezettségre, engedelmességre, önuralomra, önálló elhatározásokra és cselekvésre, egymás szeretetére és összetartására való nevelés. Az egészséges testi életre és illedelmes magatartásra való szoktatás.” Más tantervek és a különböző kézikönyvek ezzel szemben csak két célt hangsúlyoznak:

- a) egészséges, erős, ügyes és arányosan fejlett test;
- b) bátorság, kitartás és fegyelmezetttség a kitűzött feladatok és a közösség szolgálatában (10).

Az iskolai célkitűzéseknek megfelelően („...az ismeretek értékesítése a gyakorlati életben”) tartalmaznak az 1925—26-os tantervek „gyakorlati életre előkészítő és munkára nevelő gyakorlatokat” (kirándulások, kereti munka, önvédelem, elsősegély-nyújtás stb.) is.

A tanítási anyagot általában különleges hatású, valamint általános hatású gyakorlatokban jelölik meg. A *különleges hatású gyakorlatoknak* az a feladatuk, hogy a testet arányosan fejlesszék, a tanulással járó káros hatásokat, deformításokat ellensúlyozzák s az egész testet a nagyobb erőt és ügyességet kívánó mozgásokra előkészítsék.

Az *általános hatású gyakorlatok* azt a célt szolgálják, hogy a gyermek izomrendszerének és belső szerveinek egészséges fejlődését fokozzák, ellenálló erejét növeljék, emellett önuralomra, egymás megértésére és támogatására szoktassanak.

A *gyakorlati életre előkészítő és a munkára nevelő gyakorlatoknak* az a feladatuk, hogy a két előbbi csoportba foglalt gyakorlatok által szerzett erők és ügyességek felhasználásával a gyakorlati élet követelményei elvégzésére a gyermeket alkalmassá és képessé tegyék.

A fő célok megvalósításának eszközei azonban csak az utasításra végrehajtott és pontosan meghatározott, „a test kiképzésére szolgáló gyakorlatok” voltak (a svéd torna gimnasztikai és szeryakorlatai), amelyek a kötelezően előírt órakeretben (8' előkészítő-, 19' fő- és 3' befejezőrész) a test teljes, háromszori átmozgatását jelentették. A fő-

rész 15 percében lehetett játékot, atletikát vagy bármilyen ügyességi gyakorlatokat végezteni.

Bár a tantervi utasítás (11) a tantárgyi feladatok között legfontosabbnak az „egészségre való hatást” jelölte meg — s ennek a tartalom alapvetően biológiai szempontból meg is felelt — az esztétikai követelmények is hangsúlyozottak voltak (szép tartás és mozgás.) Ebből fakadóan, valamint a „lelket nemesítő hatás” elérése érdekében a játékok közül a tánc, a magyar játékok, a küzdőjátékok, a labdázás, a háborúsi stb. felhasználása volt megengedett. Viszonylagos hangsúlytalanságát az utasítás is kifejezi: „... A játékok és a sportgyakorlatok anyagát a tanító állapítsa meg.”

Annak a célnak az elérése, hogy „a mindkét nembeli ifjúságból testben acélos, lélekben nemes, jellemben szilárd és minden áldozatra kész honpolgárok váljanak” — a testápoláson, a gondozáson és jellemnevelésen kívül — olyan gyakorlatok szolgálhatnak legeredményesebben, melyeknél lokalizálható az egészségi hatás, illetve a „lelket fegyelmező, erkölcsöt nemesítő” hatás. (Kmetykó J.—Misángyi O. 1929.)

Ennek biztosítása érdekében a két világháború között megjelent kézikönyvek, szakkikkek, tanulmányok azt a célt szolgálták, hogy óramintákkal, a konkrét gyakorlatok részletes leírásával, a helyes végrehajtás elemzésével merev keretek közé szorítsák az iskolai testnevelést. A tanári szabadság teljes kizárásával biztosítsák az elvek megvalósulását: „minden órán minden izmot megmozgatni”; nem az egyéni teljesítmény a főcél, hanem az osztály jó munkája”; a különböző rendszerekből fakadó „áthatolhatatlan dzsungel” megszüntetése”... stb. (Babocsay J. 1932; Erdődy I. 1933.)

A sportágak differenciálódása, a sportmozgalom egészségének fejlődése (egyesületek, bajnokságok, nemzetközi versenyek, olimpiák stb.) rendkívül meggyorsult, a sport beépülése az iskolai testnevelésbe azonban még nem történik meg. Ennek a képzési, nevelési célokkal való egyeztetetlenségére — a követelmények oldaláról — a Testnevelési Tanárok Közlönye ad közvetlen bizonyítékot: „Társadalmi szempontból a testgyakorlás több a sportnál, s mikor a gyermeket elbírálok, az első szempont annak fegyelmezettsé-

ge, készsége és parancsteljesítése kell hogy legyen.” (Szőke E. 1934.)

Ezzel valóban nem lehetett egyeztetni a sportjátékok szabad légkörét, az atletikai versenyek hangulatát, az egyéni teljesítmények javulásával járó önértékelést stb. A tanulók elbírálásának második szempontja ezért nem is léphetett túl — természetesen az elsőnek alárendelve — az előírt gyakorlatcsoportokban mutatott szorgalom figyelembevételén.

Az 1930-as évek végére az ellentmondások kiéleződnek, a kiadott tanmenetminták kezdik feloldani a „magyar rendszer” merev kereteit. (Király D. 1937.)

A módosított gimnáziumi tanterv (12) a tantárgyi célokat változtatlanul hagyva megerősíti a korábbi feladatrendszer („egészséges életműködés; szép testtartás és mozgás; az erők gazdaságos felhasználása; a szellemi és erkölcsi erők fejlesztése”), de a korábbiakhoz viszonyítva nagyobb hangsúlyt ad annak, hogy az „a vidámság és derű jegyében” valósuljon meg.

Az utasítások ugyanakkor arra kötelezik a pedagógust, hogy a testnevelési órák fegyelmezettsége „a leventeintézmény irányelveihez kell alkalmazkodjon”.

1941

Nem hoz változást a cél-feladatrendszerben — sőt a tanítás anyagának kiválasztásában és elrendezésében sem — az 1941-ben kiadott *nyolcosztályos népiskolai tanterv* és utasítás sem (13): „A népiskolai testnevelés célja az egészséges, értelmes és erkölcsös ember kiformalása. Elsősorban a gyermek egészséges fejlődésére irányul, majd a test erejének, ügyességének, edzettségének és szépségének fejlesztésére, az értékes lelki tulajdonságok felébresztésére, illetve meggyökereztetésére és ezzel az összhangzatos nevelés támogatására...”

Értelmezésében azonban kiemeltebb szerepet kapnak a „munkára nevelő gyakorlatok” és megváltozott az óraszerkezetben a fő rész feladata: „Ha az A) rész tartalmazott gimnasztikát, B)-ben nem kell, és fordítva. A fő részben vagy csak tornát, vagy csak atletikát, sportjátékokat és táncokat lehet beállítani.” (Kmetykó J.—Misángyi O. 1943.) Ez azt jelentette, hogy a sportágak helyet kaptak a tanórai testnevelésben!

A két világháború közötti időszak tantárgy-történetünk egyik legellentmondásosabb szakasza. A „nemzetnevelés” gondolatmenetében: „...az emberi életnek kétféle megnyilvánulása van, testi és szellemi ... Testi tekintetben nagyon egyszerű a kérdés: egészséges emberek kellene, legyenek erősek, edzettek, ügyesek... A magyar nemzet célja most a felemelkedés, s a jövődőtől azt várjuk, hogy amit veszítettünk, mind visszakapjuk...” (Imre S. 1942.)

Az iskolai testnevelés — tantárgyi feladatait, mozgásanyagát és a tanulókkal szemben támasztott követelményeit tekintve — ennek a „nemzeti tudatosságnak” megfelelt. Ugyanakkor konzervált egy olyan „magyar testnevelési rendszer”, amely nem engedte a különböző sportágak mozgásanyagának beépítését, a játékok széles körének az elterjedését, a tanári szabadság és tanulói önállóság kialakulását. Éppen azt nem valósította meg, amit dokumentumaiban a leggyakrabban hangsúlyozott: „...a népiskola tanítványait arányosan fejlődő, egészséges, izmosodó, hajlékony testű, erős akaratú, üde lelkű serdülők-ké neveli, akik készségesen tovább fogják folytatni az egészséges, fejlesztő testgyakorlásaikat a népiskola elhagyása után is”. (Barcsai J. 1931.)

Az 1946-os tanterv utasítása — értékelve az ellenforradalmi időszak testnevelését — már a kivezető utat is megjelöli azzal, hogy a testnevelést nem a régi „torna” korszerűsített fődőszavának, hanem a *nevelés egyik tényezőjeként* fogja fel (14):

„Múltban a »testnevelés« legfőbb gondja az volt, hogy miféle gyakorlatokkal tudja a lábizmokat, nyakizmokat, hasizmokat erősíteni. A jövő testnevelésének útja arrafelé vezet, ahol a nevelői problémák a körül forognak, hogy a tanítványokban miként lehet a torna, játék, atletika, tánc stb. oktatása során olyan lelkiállapotot felkelteni, hogy ők szívesen és készséggel... gondolkozva, sőt a követelményekre is gondolva... cselekedjenek. Különböző testgyakorlatokkal az efféle alkalmas megteremtése: a testnevelés.

Azt tartjuk célravezetőnek, hogy a vezényszóra végeztetett »testnevelés« mellett az oktatás különböző formái: a mese, az utánozó és játékos foglalkoztatás, a teljesítmény és kiviteli formára történő oktatás, a betanítás, a kiépítés, az ismertetés, a kitanítás, az előkészít-

tő oktatás, az edzés, a teljesítménypróbák, a versenyek és mérkőzések is — mindegyik a célnak megfelelő alkalommal és mértékben! — szerephez jussanak.”

IRODALOM

- Nagy T.*: Reformkori törekvések a testkultúra polgári arculatának megeremtésében. Doktori disszertáció. ELTE. Bp. 1972. 198.
- Zimányi J.*: Testgyakorlatlan. Pest, 1863. 145. Előszó IV.
- Eötvös J.*: Tanulmányok. Összes munkái XII. kötet. Bp. 1902. 275.
- Bély M.*: A gimnáziumi testnevelés múltja. Bp. 1940. 255.
- Markó L.*: Vezérkönyv a testgyakorlás tanításához. Pest, 1873. 84.
- Morvay K.*: Torna zsebkönyv. Kecskemét. 1876. 72.
- Márki J.*: Erkölcs-, testgyakorlat- és illemtan. Népiskolák könyve IV. rész. Pest, 1873. 128.
- Kiss Á.*: A nevelés és oktatás történeti kézikönyve. Bp. 1878. 162.
- Göhring T.—Józsa M.*: Tornászati vezérfonal. Sopron. 1880. 197.
- Bihari P.*: Testi nevelés vagy egészségtan. Bp. 1885. 79.
- Maurer J.*: A fegyelem tornázás közben. Tornaügy. I. évf. 1883/84. 1. szám. 12-14.
- Szirtés I.*: A tornajátékok értéke a nevelésben. Tornaügy. I. évf. 1883/84. 2. szám. 17-21
- Maurer J.*: A tanév kezdetén. Tornaügy II. évf. 1884/85. 1. szám. 9-14.
- Porzolt K.*: A testgyakorlati oktatás rendszere. Bp. (1886) 86.
- Maurer J.*: A tornázás története, általános előismere-
tei és módszertana. Bp. 1889. 165.
- (*Csáky*) A vallás és közoktatásügyi m. kir. minisz-
tertől ad 48 614/1890. Kézirat.
Mező F. gyűjtemény K-41.
- (*Csáky*) A vallás és közoktatásügyi m. kir. minisz-
ternek 1890. évi október 22-én 1812. eln. sz. a. a
nemzeti tornaegylet elnökéhez intézett átiratának
másolata. Kézirat. Mező F. gyűjtemény. K-41.
- Dollinger Gy.—Suppán V.*: Az ifjúság testi nevelésé-
ről két jelentés. Bp. 1891. 152.
- Kiss Á.*—*Kun A.*: Játéktanító vezérkönyv az elemi nép-
iskolai tanítók számára. Bp. 1894. 78.

Mittelmann B.: A testi nevelés teendőiből mennyi tartozik az iskolára, és mennyi a szülőre?
Tornaügy XI. évf. 1893/94. 3. szám. 35-37.

Kemény F.—Kovács R.: A testi nevelés állapota a magyar középiskolákban. (1897/98)
Bp. 1899. 118.

Kafka M. (szerk.): Testgyakorlati almanach
Bp. 1905. 10.
Tornaügy XXVII. évf. 1909/10. 9-10. szám 157.

Kemény F.: Magyar testnevelési rendszer?
Magyar Pedagógia XXIII. évf. 1914. 505-520.

Kmetykó J.: Az iskolai testi nevelés reformja.
Az Országos Testnevelési Tanács munkálatai. III. kötet
Bp. 1915. 264.

Kiss D. (szerk.): Iratok a magyar testnevelés és sport történetéhez
TTT. Bp. 1970. 330.

Kmetykó J.—Misángyi O.: A nevelő testgyakorlás tanítási anyaga I. rész. Utasítások.
Bp. 1929. 151.

Ivánkócs K.: A magyar testnevelés fejlődése és szervezete.
Bp. 1935. 54.

Babócsay J.: Vezérkönyv a népiskolai testneveléshez.
Bp. 1932. 47.

Erdődy I.: A gymnasztika az iskolai testnevelésben.
Testnevelési Tanárok Közlönye. (Szerk.: Szőke E.)
1933. I. évf. 10. szám. 225-248.

Szőke E.: Testgyakorlás és sport.
Testnevelési Tanárok Közlönye. 1934. II. évf.
5. szám. 121-126.

Király D.: Tanmenetminta a testnevelés tanításához.
4. osztály. Bp. 1937. 26.

Imre S.: Háborús élet, megújulás, nemzetnevelés.
Bp. 1942. 348.

TANTERVEK UTASÍTÁSOK

1. Törvény a népiskolai közoktatás tárgyában.
Miniszteri rendeletek gyűjteménye.
I. füzet. Pest, 1869. 40. (XXXVIII. törvénycikk).
II. füzet. Pest, 1869. 87. (Miniszteri rendeletek).
III. füzet. Pest, 1870. 128. (Tantervek),
2. Az 1877-es népiskolai tanítás tervét, amelyet a 21 678. sz. miniszteri rendelettel adtak ki, Porzolt Kálmán: A testgyakorlati oktatás rendszere c. könyvből ismerjük. (Porzolt K. 1886.)

3. A gymnasiumi tanítás terve és a reá vonatkozó utasítások. (Az 1879-es módosítva az 1883-as és 1887-es rendeletekkel.)
Bp. 1898. 165.

4. A reáliskolai tanítás terve, s a reá vonatkozó utasítások.
(Kiadott a vallás- és közoktatásügyi m. kir. miniszter 1899. évi 32 818. sz. rendeletével.)
Bp. 1912. 257.

5. Tanterv és utasítás az elemi népiskola számára. (Kiadva a 2202/1905. sz. eln. alatt.)
Bp. 1909. 353.

6. Budapest székesfőváros elemi népiskoláinak helyi tanterve.
Bp. 1913. 443.

7. A hétosztályú polgári leányiskola tanterv javaslata.
(Készítette az Országos Polgári Iskolai Egyesület Reformbizottsága.)
Bp. 1914. 19.

8. Az elemi népiskolai testnevelés tanterve és utasítása.
(Bély M. és Kmetykó J. előadói javaslata.)
Bp. 1917. 64.

9. Tanterv az elemi népiskola számára.
(Érvénybe lépett az 1467/1925. eln. sz. rendelettel.)
Bp. 1925. 131.

10. Tanterv a polgári fiúiskolák számára.
(Kiadott az 70 022/1925. sz. rendelettel.)
Bp. 1925. 30.

11. Tanterv és utasítások. A népiskola számára.
(Érvénybe lépett a 2495/1932. sz. eln. rendelettel)
Bp. 1936. 552.

12. A gimnázium és leánygimnázium I. osztályának tanterve.
(Érvénybe lépett a 3000/1935. sz. eln. rendelettel.)
Bp. 1935. 75.

13. Tanterv és útmutatások a nyolcosztályos népiskolák számára.

I. kötet: A tanterv.
Bp. 1941. 56.

II. kötet: A tanterv anyagának részletezése.
Bp. 1941. 270.

III. kötet: Részletes útmutatások.
Bp. 1941. 256.

14. Tanterv az általános iskola számára. Országos Köznevelési Tanács Bp. 1946. 75.
Részletes utasítások az általános iskola tantervéhez. II. füzet. Testnevelés.
Országos Köznevelési Tanács. Bp. 1946. 27.

Testnevelés a számok tükrében

Az eredmények értékelése

A minőségi, mennyiségi és az idősor változásával szemben a matematikai statisztika módszerét alkalmaztuk (kétmintás „t” próba) bizonyítási eljárásként. A számított adatokat a második és a harmadik ábrán mutatjuk be.

Az első mérési ciklus %-ban kifejezett átlagértékeinek a különbsége 8,45% (leányok), 3,77% (fiúk). Az őszi átlagértékek közel vannak egymáshoz, ez a nyári időszak azonos feltételeket biztosító hatásának a következménye.

Módosító tényező, hogy a szakmunkásképzők 80 százaléka fizikai munkát végez nyáron. A magasabb óraszámú dolgozó és stabilabb kollektívának felfogható gimnáziumi csoportnál a teljesítmények kiegyenlítődése figyelhető meg.

Az átlaghoz kapcsolt szórásértékeket elemezve az egyéni teljesítmények normalizálódási tendenciája szembetűnő, amelyet véleményünk szerint a kontrollhelyzet (testnevelési teljesítményfüzet, faliújság) pozitívan motivált.

A tanulók egymásra gyakorolt hatása, az érdeklődés és az érdekközösség fejlődésének folyamata, illetve a próbák gyakorlattá válása figyelhető meg a relatív szórás értékeinek (V) elemzése során. Ha a két csoport 3 ciklusra bontott relatív szórási mutatóit együtt szemléljük, megállapítható a négyéves képzés terén jelentkező homogénabb közeg megléte, ami viszont az alaphipotézist támasztja alá. Természetesen a mutatók variabilitása nem abszolútizálható, de mint tendencia és viszonyszám elégséges bizonyító erővel rendelkeznek.

A kapott „p” értékeket elemezve szembe-tűnő, hogy az 1976. évi őszi felmérés nem szignifikáns (4. és 5. ábra), azaz a fennálló különbségek nem az eltérő óraszámok miatt alakultak az alaphipotézissel ellentétesen. Mészenem a következtetéseket nem lehet levonni az első két ciklus mutatóiból, ugyanis a sorrendben egymást követő két ciklus eredményei a feltevéseinket támasztják alá. Tehát nem ellentmondásról, hanem az első mérés során elkövetett hibák, kezdeti nehézségek, értelmezéssel kapcsolatos különbségek következményeiről van szó. Ezért vetődött fel az azonos alapról

IGLÓI LÁSZLÓ—IGLÓI LÁSZLÓNÉ

A fizikai képességek változása, fejlesztése központi témaként szerepel a testnevelés és sport valamennyi területén. Megfigyeléseink közreadásával szeretnénk adalékot szolgáltatni a kutató beállítottságú testnevelő kollégáink számára.

Arra a kérdésre kerestünk választ, hogy az abszolút értelemben vett fizikai munkával pótolhatók-e a testnevelés órák komplex hatásai.

Kiket vizsgáltunk

A felmérés ugyanazon populáció teljesítménytesztjeit összegezi három egymást követő időszakban (1. ábra). A középfokú oktatási intézményeket két nagy csoportra osztottuk. A gimnáziumhoz a négyéves, míg a szakmunkásképzőkhöz a hároméves képzési idővel és csökkentett testnevelési óraszámú dolgozó iskolákat soroltuk.

A feltételezés sarkalatos pontját, az életkori különbségeket mint módosító faktort, számításal kiiktattuk. A mérlegelés objektivitása érdekében valamennyi beérkezett adat (Somogy megye középfokú tanintézményeiben a beiskolázottak 83%-a) szerepel a végső következtetés levonásánál.

A kísérleti és a kontroll csoport (gimnázium, szakmunkásképző) eredményei különbözőek. Bizonyítottuk, hogy a sportképességek változása a több, illetve kevesebb testnevelési foglalkozástól függ.

való indulás gondolata, amelyet a későbbi eredmények alaposan megcáfolnak.

Az egy tanítási évet értékelő, összehasonlító második ciklus (1977 tavasz) a harmadik időszak eredményeivel megegyező, az 1 erősen, míg a leányoknál 0,1%-os igen erősen szignifikáns összefüggéssel erősíti meg az alaphipotézist.

A tavaszi értékektől negatív irányban különböző 1977. évi őszi átlagok viszonyában is érvényesül a szignifikancia.

A két vizsgálati csoportként felfogott oktatási intézménytípus között meglevő különbségek az új tanév kezdetén számszerűleg is kimutathatók.

Következtetések

A hipotézisben leírt, s a tanulmányban részletesen elemzett különbség a matematikai statisztikai módszer felhasználásával bizonyítást nyert. Egyértelműen jelzik ugyanis a számadatok, hogy a különbségek az eltérő testnevelési óraszámok, valamint a személyi és a létesítményellátottság számlájára írhatók.

Az eredményekből általánosítva megállapíthatjuk, hogy a csökkentett óraszám hatásal van a játék és sportműveltség, a mozgástanulás, valamint az általános testnevelés és sportkultúra emocionális szintjének kialakulására. Nem fogadhatjuk el a testnevelés órák

Iskolatípus	1976 őszen		1977 tavaszán		1977 őszen		Összesen
	fiúk	lányok	fiúk	lányok	fiúk	lányok	
Szaktanárképző	2085	1176	2388	599	2880	856	9 984
Gimnázium	1963	2994	1565	2881	1339	3197	13 939
Összesen (n)	4048	4170	3953	3480	4219	4053	23 923

1. ábra

LEÁNYOK

	Szaktanárképzők			Gimnáziumok		
	1976 őszen	1977 tavaszán	1977 őszen	1976 őszen	1977 tavaszán	1977 őszen
X	31,21%	37,86%	38,94%	39,66%	55,77%	52,53%
S	9,49	6,55	6,32	10,17	9,51	6,07
V	30,41%	17,29%	16,23%	25,66%	17,05%	11,57%

2. ábra

FIÚK

	Szaktanárképzők			Gimnáziumok		
	1976 őszen	1977 tavaszán	1977 őszen	1976 őszen	1977 tavaszán	1977 őszen
X	40,07%	48,94%	43,78%	43,84%	60,90%	52,13%
S	14,97	11,26	7,49	8,03	6,32	3,98
V	37,36%	23,00%	17,11%	18,31%	10,38%	7,63%

3. ábra

helyett a szakmunkásképzők szakmai gyakorlatát mozgáspótlásként.

Míndezekből azt a következtetést lehet levonni, hogy a szakmunkásképző iskolákban

a három éves képzés ideje alatt a rendelkezésre álló óraszám nem elég ahhoz, hogy a testnevelés és a sport a tanulók szokásává váljon.

Összehasonlító eredmények („t” próba)

LEÁNYOK

Idő	Iskolatípus	S_{12}	t	p	X_{12}	V_{12}	n	Szignifikancia
1976 őszén	Szaktun- kás Gimnázium	9,97	1,73	10%	35,43	28,15%	1176 2994	NEM
1977 tavaszán	Szaktun- kás Gimnázium	8,63	4,14	0,1%	46,81	18,44%	599 2881	IGEN ERŐSEN
1977 őszén	Szaktun- kás Gimnázium	6,17	4,55	0,1%	45,73	13,50%	856 3197	IGEN ERŐSEN

4. ábra

FIÚK

Idő	Iskolatípus	S_{12}	t	p	X_{12}	V_{12}	n	Szignifikancia
1976 őszén	Szaktun- kás Gimnázium	11,15	0,80	40%	41,95	26,58%	2085 1963	NEM
1977 tavaszán	Szaktun- kás Gimnázium	8,91	3,13	1%	54,92	16,23%	2388 1565	ERŐSEN
1977 őszén	Szaktun- kás Gimnázium	5,91	3,23	1%	47,95	12,34%	2880 1339	ERŐSEN

5. ábra

IRODALOM

Ágoston—Nagy—Orosz: Mérési módszerek a pedagógiában
Tankönyvkiadó, Budapest, 1974.

Hajtmán Béla: Bevezetés a matematikai statisztikába
pszichológusok számára.

Akadémia Kiadó, Budapest, 1968.

Nagy György: Az oktatás és nevelés egységéért.
A testnevelés tanítása, 1974. 3.

Dr. Nagy György: Testnevelés és tudomány.
Sport, Budapest, 1978.

Nagy Tamás: Próbák és feladatlapok együttes alkalmazása a testnevelés tanításában.
A testnevelés, tanítása 1974. 6.

Kéri Henrik: Egy iskolai teljesítményteszt matematikai-statisztikai vizsgálata.
Magyar Pedagógia, 1971. 1-2.

Érdemes-e testnevelési osztályt működtetni?

ALBERT JÓZSEF

Előre kell bocsátanom, hogy a testnevelés területén nem vagyok szakember — s bár a testneveléshez és sporthoz vagy 40 éve köt ilyen vagy amolyan kapcsolat —, nem vehetem fel a versenyt azokkal, akiknek teljes élete, egész munkássága ehhez a területhez fűződik.

Annak, hogy most mégis papírra, és pedig „szakpapírra” vetem gondolataimat nem az az oka, hogy szeretek kontárkodni, hanem egyszerűen az, hogy a mi iskolánkban már hetedik éve működik testnevelési osztály, s működni fog a gimnáziumi képzés új rendszerében is. Mint ennek az iskolának¹ az igazgatója — bár nyelvész vagyok — hét éven át igyekeztem a testnevelés és a sport területét tágra nyitott szemekkel nézni.

Ha egy iskola új feladatot kap,

és hányat kaptunk az elmúlt évtizedekben, egy-két év múlva a vezetést elfogja valamiféle türelmetlenség: el akarja dönteni, vagy legalábbis másokkal el szeretné döntetni, jól csinálja-e dolgait. Már a legelső évek tapasztalatai alapján summázni akar, és az összegezés nyomán követni vagy korrigálni akarja az eddigi utat.

Azután szép csendesen lemond erről a szándékáról, mert az oktatás „folyamatos hősköriában” töltve el 25 szolgálati évet, megtanulta, hogy várni kell mind az istenítéssel, mind

a gyalázással. Megtanulta (nemegyszer a saját bőrén) az olyan sűrített bölcsességek igazát, mint „Nyugtával dicsérd a napot”, „Nem mind arany, ami fénylik”, „Nem olyan fekete az ördög, mint amilyenre festik”, „Lassan járj, tovább érsz”, „Aki sokat markol, keveset fog”.

Mondom szép csendesen elraktároztam önmagamnak gondolataimat, lefojtottam a feltörekvő szétkürtölési szándékot, s jártam tovább iskolámmal a lassan kitaposódó utat. Az út első részét olyan évek jelzik, amikor túlságosan érzékeny, nagyon finom szeizmográfként reagálunk sikerekre és kudarcokra. Az előbbiek mintha azt sugallnák, hogy nálunk minden rendben van, az utóbbiak pedig éppen az ellenkezőjét, néha azt, legjobb lenne abbahagyni.

Igyekeztem bölcs türelemmel kivárni, amíg végez az első, majd a második, sőt a harmadik testnevelési osztály (ez hat teljes tanévet jelent), s most veszek annyi bátorságot magamnak, hogy elmondjak egyet-mást erről a képzésről, tegyem mindjárt hozzá, „édes gyermekünkéről”. Igyekezem úgy írni róla, mint valóban édes gyermekünkéről, a szülő szeretetével és szigorával, megértésével és igényességével.

Egyszerűen arra keresem a választ, *érdemes-e testnevelési osztályt működtetni, tudjuk-e teljesíteni velük a központi rendelkezésekben megfogalmazott oktatási és nevelési feladatokat.* Tudunk-e olyan eredményeket felmutatni, amelyek valamelyest vagy teljesen kárpótolnak bennünket azért a kétségtelen többletmunkáért, többlettörődésért, többlet gondért, amelyet a sokszor csak egyszerűen sportosztályoknak becézett közösségek megkívánnak?

Gondolkodásra, elmélkedésre

a gondolatok és elmélkedések közreadására még jó néhány tényező inspirált. Ezek közül — nem fontossági sorrendben — néhányat kiemelnék.

Az első egy belső szemléleti kérdés, amelyet sokszor megfogalmaznak, és amellyel sokszor vitatkozunk. Nevezetesen az, hogy a testnevelési osztályokat a tantestület korántsem kezeli egységes módon. Vannak — akik a sport és testnevelés szeretetéről áthatva —

¹ Vasvári Pál Gimnázium és Szakközépiskola, Székesfehérvár. (Szerk.)

elnézőbbek a kelleténél, és van az ilyen osztályoknak ellenzéke is a tanári karban. Ők szívesen lemondanának a B osztályokról (ez nálunk a testnevelési osztályok betűjele). A magam részéről azokkal tudok teljes mértékben azonosulni, akik mint természetes jelenséget nézik a testnevelési osztályokat, akik szeretetet szigorral, megértést igényességgel tudnak ötvözni, tudják vállalni az ilyen osztályokkal járó speciális oktatási és nevelési feladatokat. Közömbösek, akik számára minden mindegy, szerencsére alig akadnak. Én le merem írni, hogy ha ilyenekkel találkoznék, akkor sem vitatkoznék velük. Kibújik belőlem az irodalomszakos tanár, amikor Dantéra gondolok: iszonyú büntetés várta nála a közönyösöket.

Szerencsés iskola vagyunk. Négy ambiciózus testnevelő kollégánk munkáját egy nyugdíjas mellett segíti a kémia-fizika szakos atlétaedző, akinek tanítványai már sok-sok hírt hoztak iskolánknak, labdarúgóinkat egy matematika-fizika szakos tanár vitte már háromszor országos kupagyőzelemre, de lehet számítani volt aktív sportolókra (röplabdás nyelvészre, kosaras matematikusra stb.) is.

Gondolataim közlésére ösztönzött A testnevelés tanítása 1979. második számának néhány cikke is.

Érdemes-e testnevelőnek lenni?²

Húsba, velőbe, lényegbe vágó kérdés, hiszen a testnevelési osztályok tanulóinak nem kis része azzal a nem is titkolt vágygal iratkozik be, hogy testnevelő lesz, vagy legalábbis más szakos pedagógusként az iskolai „testnevelés „kisebb-nagyobb apostola”. Írásom során számokkal és tényekkel fogom bizonyítani, hogy a pálya vonzereje nagy, és hogy valóban sokan lesznek B-s tanulóink közül testnevelők és egyéb szakos tanárok annak ellenére, hogy a szándék és képesség nem minden jelentkezőnél áll arányban (de ez országos jelenség).

A testnevelői hivatásról meggyőződéssel vallom: nagyon szép pálya, kellő feltételek mellett megtartó ereje is van. Két testnevelőnk következetesen ellenáll a nagyobb pénzt és

kevesebb munkát ígérő csábításoknak. Ezért merem remélni, hogy „ők” szintén így gondolkodnak a pályájukról. (Naivitás lett volna az igazgató részéről a cikk címében megfogalmazott kérdést feltenni a testnevelőknek.)

A válaszok, statisztikák, amiket az említett cikk idéz, nem egyebek, mint átvetítő tükrök a valóságnak. Ugyanis nálunk mindig és mindenütt — az értelmiségnél fokozottan — kísért az efféle gondolkodás: egy pálya vonzó és megtartó erejét az anyagi javak jelentik. Véleményem szerint helyesebb lett volna gyakorló tanároknak (szakosoknak és nem szakosoknak), viszonylag objektív szemléletű igazgatóknak, tagozatos iskolák tanulóinak meghallgatása. Helyesebb lett volna az összehasonlításból — közismert okok miatt — főként az orvosi, de talán még a jogi pályát is kihagyni, és a kérdést az anyagilag mostohább körülmények között folyó oktatás keretei közé szorítani, valahogy így tenni fel: A tanári pályán belül vonzó-e a testnevelői hivatás?

Így is költői kérdésnek tekinthetnénk, hiszen melyikünk nem irigyeli a testnevelők korra tavasszal szerzett és télig őrzött jó színét, de szívesen átadnánk nekik a tantermekben és irodákban szerzett felesleges kilóinkat! Valóban irigylésre méltó a szaktárgyuk vonzóereje, az igazi testnevelők megszállottsága, amelyet előbb vagy utóbb látványosan vagy kevésbé látványosan komoly testnevelési és sportsikerek töltenek újra és újra fel.

Nem csoda hát, hogy a testnevelési osztályok majdnem száz végzett tanulója közül 17-en a Testnevelési Főiskolán vagy a Pécsi Tanárképző Főiskola testnevelési szakán tanulnak.

Ennek a számnak a súlyát akkor tudjuk igazán értékelni, ha a három végzett osztályból továbbtanulásra jelentkezettek számával vetjük össze.

Ez nálunk hatvan, és ennek alapján így fogalmazhatunk: *csaknem minden harmadik továbbtanuló B-s leányból vagy fiúból testnevelő lesz. A felvett tanulók (33) 50%-a választotta a testnevelői pályát.* Úgy gondolom, hogy tanulóink szándéka, felvételi eredményei egyaránt igazolják azt, amit a cikk szerzője is, én is bölcs gondolatokkal igyekeztünk bizonyítani, nevezetesen azt, hogy érdemes testnevelőnek lenni.

² Dr. Nagy György írása. (Szerk.)

Ez a gondolat már átvitel a következő cikkhez, amelyben dr. Ambrus Lászlóné az 1978-ik évi Pécsi Tanárképző Főiskola testnevelési felvételi vizsga néhány tapasztalatáról számol be.

Nem szándékozom vitatkozni a sok tanítványunk számára négy éven át otthont adó főiskola tanárával. Nem is tehetném ezt jó néhány okból kifolyólag. Ezek között olyanok vannak, hogy a Pécsi Tanárképző Főiskolán egész vasváris diákhad, köztük 14 testnevelő tanul, hogy — mert saját lányom is ott végzett — ismerem, nagyra értékelem, magas színvonalúnak tartom az ott folyó oktató- és nevelőmunkát, hogy négy olyan tanárom van a középiskolában, akiket a Pécsi Tanárképző Főiskola bocsátott szárnyra.

A cikk szerzője — egy-egy konkrét példájával egyébként sem vitatkozhatnék, ítéleteivel — kettő kivételével — egyetértek. Éppen ez az egyetértés inspiráljon arra, hogy szorosabbra fűzzük a kapcsolatainkat, amelynek, véleményem szerint sokféle lehetősége van. Futólag hadd említsek egyet-kettőt:

a) Szívesen látnánk vendégül a tanszék dolgozóit a testnevelési óráinkon, előkészítő foglalkozásainkon.

b) Szívesen elvinnénk a tanulóinkat a főiskolára, hogy a helyszínen ismerkedjenek a gyakorlati és elméleti munkával.

c) Tanácsokat kaphatnánk a jellemzők szakmai részére vonatkozóan, s akkor mind pozitív, mind negatív javaslatainkat jobban figyelembe vehetné a főiskola.

Nem vitacikket írok, hanem arra a kérdésre próbálok válaszolni, hogyan tudtuk az elmúlt hat esztendő alatt teljesíteni nevelési és oktatási feladatainkat, és csak a válaszok hányadában reagálnék dr. Ambrus Lászlóné két eléggé kategorikus ítéletére.

Az egyik így hangzik: „Nem kielégítő a testnevelési szakosított osztályokból jelentkező tanulók teljesítménye a testnevelési felvételi vizsgán. Joggal feltételezhetjük, hogy akik ezekből az osztályokból jelentkeznek felvételre, legalább átlagos, vagy a fölötti szinten szerepelnek. Sajnálatos, hogy az eredmények nem erősítik meg ezt a feltételezést.”

A másik ítéletet is idézem: „Feltételezhető tehát, hogy az említett gimnáziumokban (a szerző itt a dunatúvárosra és a székesfehérvárra gondol) a testnevelés oktatásában nehézségek vannak, vagy éppen a leggyengébben felkészült tanulókat »javasolták« a testnevelő tanári pályára.”

A szerző értékelései egyetlen tanévre vonatkoznak, talán helyesebb lett volna az ilyen osztályokban végzett tanulók összességéről beszélni. Én az ítéleteimet és az ezeket alátámasztó statisztikai adatokat abból a három tanévből veszem, amelyben testnevelési osztályok végeztek. Elsőrendű célom azt vizsgálni, tudjuk-e teljesíteni a *Művelődésügyi Minisztérium 1973-as útmutatójában* az alábbiakban megfogalmazott követelményeket: „A gimnáziumi szakosított tantervű osztályok működésének célja, hogy a már sportoló tanulók számára lehetőséget biztosítson testi képességeik sokoldalú továbbfejlesztéséhez, az élsport közvetlen utánpótlásának magas szintű neveléséhez. A szülők, a sportegyesületek (sportiskolák) és a nevelőtestület összefogott nevelői tevékenységével, az oktató-nevelő munka magas színvonalának biztosításával — a sporteredményeken kívül — el kell érni, hogy a szakosított osztályok tanulói az elméleti tantárgyakban is a képességük szerinti legjobb eredményt ériék el a felsőoktatási intézményekben való továbbtanuláshoz.”

Az élsport utánpótlása

első helyen megfogalmazott feladata a testnevelési osztályoknak, nekem is ennek az elemzésével kell kezdenem. Valamivel nehezebb itt a dolgom, mert el kell vonatkoztatnom a középiskolás eredményektől, és csak két végzett osztályunk tapasztalatait vehetem számba. A harmadik osztály sportoló tanulói most vannak a középiskola utáni sportéletbe való beilleszkedés kezdetén.

Ha csak a középiskolai minőségi sportról kellene beszámolnom, akkor heurékázhatnék: az utóbbi években jól ment a vasváris sportolóknak. De jobb is, hogy ezt nem tehetem, így el tudom kerülni az öndicsérésnek még a szándékát is.

Nézzük tehát, mit sikerült adnunk az egyetemes magyar sportnak az elmúlt években végzett tagozatos gyerekeink útján! Ilyenféle értékelésre biztat a felsőbb sportvezetés is,

amely egy országos értekezleten úgy fogalmazott, hogy ha csak egy igazi tehetséget is sikerül nevelni a magyar felnőtt sport részére, akkor már megérte a sok munka, pénz és fáradozás.

E gondolatok szellemében csak azokról szólnék, akik az iskola elvégzése után tudtak magasba emelkedni:

Boksai Zsuzsa felnőtt kosárlabda válogatott tagja,

Disztl Péter ifjúsági világbajnok csapattag, Fésűs Irén a felnőtt röplabda válogatott tagja,

Horváth Gábor utánpótlás válogatott tagja, Nagy Tibor utánpótlás válogatott tag,

Odor Lajos országos evezős bajnok, a válogatott tagja, aki már volt az Év Sportolója is, Sió Attila a magasugrás ifjúsági országos bajnoka,

Südi István országos bajnok, a válogatott evezős nyolcas tagja.

Szép lista!, modhatja bárki, és számunkra valóban szép, és mi szívből reméljük, hogy ugyanilyen marad, vagy még tovább szépül. Ne hallgassunk azonban a minőségi sport utánpótlásával kapcsolatos gondjainkról, tendenciáinkról sem.

a) Az egyik ilyen probléma a felvételi tévedésünk százaléka. Tapasztalataink szerint egy osztályba 5-6 olyan tanuló kerül, aki a későbbiekben vagy a sport, vagy a tanulmányi követelményeknek nem tud megfelelni.

b) Bonyolult és a minőségi sportolók nevelését gátló tényező az olyanok továbbtanulási szándéka, akik nem testnevelőnek vagy edzőnek készülnek. Lebeszélni őket a továbbtanulásról pedagógiai abszurdum lenne, egy szóra beletörödni abba, hogy negyedikes korukban abbahagyják a komoly sportolást, luxus. Más eszközöket kell alkalmazni. Egy ifjúsági válogatott úszót igazgatói rábeszéléssel sikerült visszavezetni a medencébe, amelyben aztán úszott még egy-két csúcst, egy ifjúsági válogatott öttusázónak a magántanulásra kellett engedélyt adni, egy harmadiknál az érettségi időpontját módosítani, hogy a sport és tanulás ne kerüljön időszakos ellentétbe egymással.

c) Végül a legkomolyabb probléma a sport megtartó ereje. Itt az iskola már „kishatalom”, az egyesületeknek kell a tőlük telhetőt megtenni, hogy a testnevelési osztályokban vég-

zettek ott maradjanak a zöld gyepen, salakon, parkettán, páston és vízen. A labdajátékoknál ez legtöbbször megtörténik, a többi sportágnál kevésbé.

Így aztán az eredményeink felett érzett örömnünkbe öröm is vegyül, hiszen a tanulók mintegy 20%-a a végzés után abbahagyja a rendszeres sportolást. Ezt a százalékot csökkenteni — egyik nagyon fontos feladat. Azért a 20% egy bizonyos részénél, akik nem szakjellegű továbbtanulást folytatnak, nem vett kárba az, hogy testnevelési osztályba jártak. Legtöbbjük pedagógus lesz, és reméljük, hogy saját tanáraink példájára a testnevelők aktív segítőjévé válnak.

Felkészítés, továbbtanulás

Ami a továbbtanulásra való felkészítést illeti, véleményem kialakításánál igyekeztem pontos adatgyűjtésre, pontos helyzetelemzésre támaszkodni.

Az első testnevelési osztályokból igazán szép számmal jelentkeztek tanulóink a Testnevelési Főiskolára vagy a Pécsi Tanárképző Főiskola testnevelési szakára.

Bizonyosággal álljon itt egy kis statisztika

- Az 1977-ben végzett 30 tanulóból 7-en jelentkeztek és 5-en nyertek felvételt testnevelő tanári pályára. Ez 70%-os eredmény.
- Az 1978-ban tanulmányait befejezett 36 tanulóból 13-an jelentkeztek és 6-an nyertek felvételt, ez 46%.
- 1979-ben 36 tanuló végzett, hét jelentkezőből 5-öt vettek fel, ez 70%.

A három év összesített adatai szerint testnevelési pályára jelentkeztek 27-en, felvételt nyertek 16-an, (54%). (Ha ebből le lehetne vonni azokat, akiket az iskola nem javasolt, ennél a jó százaléknál is jobb eredményeket kapnánk.

Néhány fel nem vett tanuló esetében tényleg fennáll dr. Ambrusné cikkének megállapítása, de az egészre semmiképpen. Valóban vettünk fel testnevelési osztályba fiú atlétát, akit negyedikes korában már a leányok is lehagytak. Valóban vannak nehézségeink az úzás felkészítésében. A heti 5 testnevelési óra, a sok edzés és verseny mellett lehetőséget kellett találnunk rendszeres testnevelési előkészítőre, és meg is találtuk azt. Minden har-

madikos és negyedik tanuló az előkészítő foglalkozásokon átveheti a teljes felvételi anyagot.

Az előkészítésben a *legnagyobb problémát az úszás jelenti*. A fehérvári uszodának igen szűk a kapacitása, és gyakran van zárva, az úszóedzések szervezése rendkívüli nehézségekbe ütközik. Az ugrás gyakorlásának a „Vízbe ugrani tilos” tábla szinte teljes stopot mutatna, ha egy-két testnevelő nem volna jó kapcsolatban az úszómesterrel, aki öt-hat percre hajlandó a tilalmat feloldani. Ez a probléma egy-két tanulót „elvert” a testnevelés tanári pályától. (Az én osztályomban is járt egy jó tanuló, jó sportoló, szép jellemű fiú, aki a szabálytalan úszás-ugrás miatt gyermekek nevelése helyett rádiót és televíziót fog szerelni.)

Még e problémák tudatában sem hinném, hogy a testnevelés tanításában nálunk kardinális gondok lennének, hiszen a B osztályokban végzett minden negyedik tanulóból testnevelő lesz. Ezért le merem írni, hogy a mi iskolánkban a *testnevelés tárgyának és a testnevelői pályának a vonzóereje*.

Ez a gondolat már átvisz dr. Ambrusné másik kategórius ítéletéhez, ahhoz, hogy a gyengébbeknek tanácsoljuk a testnevelői tanári pályát. Nagyon szomorú lenne, ha ez így történe, saját pályánk tekintélyét veszélyeztetnénk ezzel. De szerencsére a számok mást mutatnak.

A testnevelési pályára jelentkezett 27 tanulóból mindkét felvételi tárgyból jelese volt 16-nak, egy négyese volt 8-nak, ez alatti eredménye mindössze háromnak.

Természetesen ennél realisabb képet kapunk, ha az átlagokat vesszük. Ezek kigyűjtéséhez sem sajnáltam a fáradságot, és a következő képet kaptam:

4,5—5 közötti tanulmányi eredménye 4 tanuló volt,

(közülük egyet nem vettek fel);

4—4,5 közötti tanulmányi eredménye 8 tanuló volt (3-at nem vettek fel);

3,5—4 közötti tanulmányi eredménye 8 tanuló volt (1-et nem vettek fel);

3,5 alatt 7 tanuló (közülük 4-et nem javasoltunk, egyet vettek fel).

(Az átlagszámítás mindenképpen szigorúbb mérce, mert az ének, a világnézetünk alapjai és műalkotások elemzése tárgyakat nem osztályoztuk).

A fenti statisztikának érdekes része, hogy a legeredményesebben (80%) a 3,5—4 közöttiek szerepeltek, ami azt mutatja, hogy a testnevelésen kívül van még egy-két erős tantárgyuk.

Ez az adat jól mutatja az országos körképet, felvételi rendszerünk jelenlegi gyengéit, melyeket a közeljövőben kívánnak kiküszöbölni.

Azt hiszem a tanulmányi eredmények felvázolása azért meggyőzheti az olvasót arról, hogy a testnevelőnek felvett 17 vasváris diák a jobbaktól került ki, és nem a gyengéknek javasoljuk, hogy legyenek testnevelők. A gyengéknél az a probléma, hogy számunkra is irrálisnak tűnő továbbtanulási kérelmüket el kell juttatnunk a főiskolákra.

Természetesen a testnevelési osztályoknak nemcsak az a célja, hogy a testnevelői pályára készítsenek fel, hanem általában továbbtanulásra.

Érdekes tehát megnézni, hogy hány tanuló milyen felsőfokú intézményekben folytatja tanulmányait.

a) 1977-ben 30 tanuló végzett.

Továbbtanulásra jelentkezett 13
A felvettek száma 10, a felvételi arány 69%,

A továbbtanulók megoszlása:

Testnevelési Főiskola	2
Pécs, Tanárképző Főiskola:	
testnevelés—matematika	2
testnevelés—orosz	1
testnevelés—földrajz	2
ELTE TTK	1
Kandó Kálmán Műszaki Főisk.	1
Katonai Főiskola	1

b) 1978-ban 36 tanuló végzett.

Továbbtanulásra jelentkezett 25
A felvettek száma 14, a felvételi arány 56%

A továbbtanulók megoszlása:

Pécsi Tanárképző Főiskola	
magyar—történelem	1
rajz—földrajz	1
testnevelés—földrajz	2
testnevelés—matemat.	1
testnevelés—biológia	2

Állatorvosi Egyetem	1
Jogtudományi Egyetem	2
Közgazdasági Egyetem	1
JATE Gyógyszerész Kar	1
Tanítóképző Főiskola	1
Katonatiszti Főiskola	1

c) 1979-ben 33 tanuló végzett.

Felvételizett 18 tanuló.
Felvettek 10 tanulót, 55%.

A továbbtanulók megoszlása:

Testnevelési Főiskola	1
Pécsi Tanárképző Főiskola	
testnevelés—matematika	2
testnevelés—földrajz	1
oroszlörténelem	1
ELTE Bölcsészkar	1
Közgazdasági Egyetem	1
JATE Gyógyszerész Kar	1
JATE Bölcsészkar	1
Bánki Donát Főiskola	1

(Ebből az évfolyamból 4 tanuló nem jelent meg a felvételi vizsgán, érdekes, hogy a két betegen kívül kettő tanuló az edző beszélt le a továbbtanulásról. A cél nyilvánvaló: megtartani a jó sportolókat.)

A három végzett osztály adatai összesítve:

Végzett összesen	99 tanuló
Felvételre jelentkezett	60 tanuló
Felvételt nyert	34 tanuló, a jelentkeztek 56,6%-a.

Az összes végzett tanulóból 35% tanul az egyetemeken vagy főiskolákon.

Ezek azok a végső számok, melyek alapján meg merem fogalmazni, hogy a jó tanulás és a jó sportolás összefér, hogy eredményesen lehet végezni a felkészítő munkát a testnevelési osztályokban is.

Végző soron a testnevelési osztályok felvételi aránya néhány százalékkal jobb, mint az egyéb osztályoké.

Hadd zárjam soraimat azzal,

hogy remélem: sikerült bizonyítanom, hogy az én cikkem címe is költői kérdés volt. A testnevelési osztályok a sport és a továbbtanulási eredmények tükrében — megéri a sok-sok külön gondot, fáradságot, vesződést, küszködést.

Mint volt osztályfőnöknek, mint igazgatónak voltak, vannak és gondolom lesznek is ví-táim és problémáim a testnevelési osztályokkal kapcsolatosan. Ezek azonban nem változtatnak saját és számos munkatársam véleményén:

Érdemes működtetni a testnevelési osztályokat.

Érdemes akkor is, ha sokat kell kiállnunk az ilyen osztályok mellett néhány kolléga és néhány szülő előtt. Néhány kolléga előtt, aki a kétségkívül meglevő egyedi problémákat általánosítja, és néhány szülő előtt, aki úgy gondolkodik, hogy az ilyen osztályba járók kevesebb szellemi muníciót kapnak.

A japán testnevelés

Japánban elemi iskola (1—6. oszt.), alsó középiskola (VII—IX. oszt.) és felső középiskola (X—XII. oszt.) van. Az elemi iskolában heti 3 óra a testnevelés. A tanterv anyaga:

alaptorna,
atlétika,
úszás,
labdajáték,
koreográfia.

Itt nem szaktanárok tartják az órákat.

A VII—IX. osztályban 105 órát fordítanak testnevelésre, 20 órát pedig egészségtanra. Ezekben az osztályokban a dzsúdó, a vívás és a szumo birkozás közül valamelyiket tanítják.

AX—XII. osztályban tanítják a testnevelélméletet is. A három év alatt testnevelésre 295 órát, az egészségtanra pedig 70 órát fordítanak. Hetenként egy alkalommal vannak fakultatív testnevelési foglalkozások, és iskolai sportkörök is működnek.

Az iskola napirendjén megtalálható a tanítás előtti gimnasztika, a nagy szünetekben pedig mozgásos foglalkozás van. A tanulók fizikai képességeit tesztekkel állapítják meg, s ennek eredményét a szülők tudomására hozzák.

Az órákon nagy gondot fordítanak az önállóság fejlesztésére, vannak tanulók, akik a csoporton kívül önállóan végzik a tanár által kijelölt gyakorlatokat. Az órák menete általában megegyezik a megszokottal. Érdekes azonban, hogy olykor használnak szemléltető képeket és technikai eszközöket (videomagnó) a gyakorlatok bemutatására. Az órák tömörök, változatosak, és érzelmileg telítettek.

A testnevelő tanárokat felsőfokú intézményekben képzik. Ezekben nagy gondot fordítanak arra, hogy a hallgatók a gyakorlatokat azzal a módszerrel vegyék át, amely az iskolában is használatos.

(Fiziceszkaja kultura v skole 1978. 7. 62-64.)

Ügyességfejlesztő labdás gyakorlatok a kosárlabda tantervi anyagának feldolgozásához

CSÁNYI BARNA—CSÁNYI BARNÁNÉ

A kosárlabda tantervi anyag feltételezi, hogy a tanulók rendelkeznek bizonyos általános mozgásügyességgel, labdaérzéssel. Az általános iskolai oktatás volna hivatott ezen alapfeltételek megteremtésére. A középfokú oktatási intézményekbe kerülő tanulók jelentős százaléka azonban a minimális labdás előképzettséggel sem rendelkezik.

Rendkívül nehéz velük eredményes kosárlabda oktatást végezni. Hiányzik egy döntő láncszem; ezek a tanulók az általános iskolában nem szereztek különféle sportági ismereteket; nem foglalkoztak elegendő és irányított módon a LABDÁVAL! Alig ismerik a labdák fajtáit, megnyilvánulási formáit, hogyan viselkednek azok a különböző erőhatásokra stb.

A labda tökéletes megismerése e sportágnál olyan előfeltétel, mely nélkül nem képzelhető el technikai, taktikai képzés.

A végcél az alkalmazott labdaérzék kialakítása, amely tudatos és szívós gyakorlást igényel. A tanulók természetesen spontán módon is szereznek ilyen készséget. Rendelkeznek egymástól eltérő nagyságban bizonyos labdásügyességgel.

A labdásügyesség korspecifikus képesség. A fejlesztés lehetőségei a kisgyermeknél adottak. A serdülés korában már korlátozódnak, felnőtt korban alig-alig fejleszthetők. Az óvodai és általános iskolai testnevelés már említett hiányosságai miatt a labdás készségek elvárható szintjével a középfokú iskolák első osztályaiban csak néhány tanuló rendelkezik. Ez lényegében megszabja a labdás ügyességfejlesztés útját, módját, lehetőségeit.

A kosárlabdában az ügyesség tartalmi részének tekintjük a kézkezeséget és a kétoldaliasságot. Ezért döntő — a fejlesztés első pillanatától kezdve —, hogy a gyakorlatokat mindkét kézzel és mindkét irányba végeztessük!

A testnevelés órákon számtalan lehetőség adódik a labdásügyesség fejlesztésére.

Az ellátottságtól függően egy tanuló — egy labda, egy tanuló — két labda (!), páronként 1 vagy 2 labda variációk a gyakorlatok széles skáláját kínálják.

Az osztály létszámától függő csoportokban, csoportonként 1 vagy több labdával is eredményesen dolgozhatunk. Ez utóbbi megoldáshoz szeretnénk segítséget nyújtani néhány gyakorlattal.

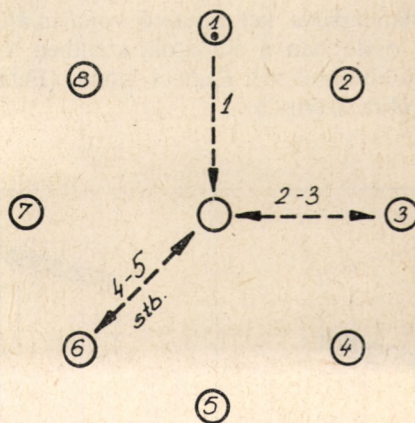
A felsorolás előtt még néhány dolgot a fejlesztés lehetőségeiről, irányáról. Eredményesebbé teszi munkánkat a gyakorlatok tempójának, iramának, a labdák fajtájának, nagyságának (gumi-, röp-, focilabda stb.) változtatása is.

Szokatlan feltételek megteremtése, ismert elemek újszerű összekapcsolása, technikailag még nem teljesen kiaknázott feladatok végzetése mind-mind az ügyesség fejlesztésének hatékonyabbá tételét szolgálják.

Egy módszertani megjegyzés: a gyakorlásnál felhasználhatunk bármilyen jól pattanó labdát!

1. Osztály létszámától függő csoportokban, csoportonként egy labdával.

1. Egy tanuló közepén, a többi körülötte (1. ábra).



1. ábra

Labdás külső passzol a belsőnek és bemond egy számot. A középső a számot viselő külsőnek adja a labdát, folyamatosan. Változatok:

- tempóátadással,
- külsők körben, egyirányban szaladnak, sípjelre irányváltoztatással.

2. A résztvevők 0,5 m távolságra egymástól kört alakítanak. Tempóátadással (lehetőleg egy kézzel, nyújtott karral és csuklóból) megpróbálják a levegőben tartani a labdát.

3. Fogójáték meghatározott területen. Csak a fogónál van a labda, aki labdavezetéssel kerget. Akit megérint, az lesz az új fogó.

4. Cicajáték meghatározott területen: (pl. kör igénybevételével) egy tanuló középen, a többiek adogatnak, helyváltoztatás nélkül. Ha a belső labdához ér, csere.

Változatok:

- külsők a vonalakon mozoghatnak,
- csere csak akkor ha a cica megfogja a labdát.

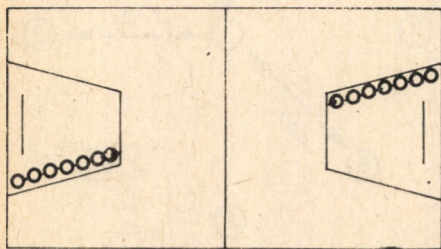
5. Játék két cicával.

Meghatározott területen 5-6 tanuló labdával adogat, de passzolás előtt legalább kétszer le kell ütni a labdát. A cicák labdát próbálnak érinteni, vagy szerezni. Amelyik cicának ez sikerül, az helyet cserél.

6. Pontszerző: 5-6 fős csapatokkal, fél-pályán, időre.

7. Palánkrajátzó verseny.

Célszerű 6—10 fős csapatokkal rendezni. A kosárlabdapálya két büntető vonalán állnak egyes oszlopban a csapatok, szemben a palánk jobb oldalával. Elsőnél labda. (Felállás a 2. ábra szerint.)

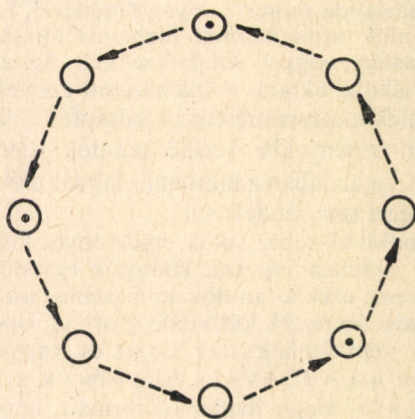


2. ábra

Jelre az első labdavezetéssel megindulnak a túlsó kosár felé. Ott úgy dobnak palánkra, hogy az visszapattanjon. A csapat valamennyi tagja sorban palánkra játszik, az utolsó kosárba. Győztes az a csapat, amelyiknek labdája előbb a kosárba jut. A sorelső a végére megy, az előző második lesz a kezdő ember. Jelre ismét indul a verseny. Hét fő esetében ez hét játék, győztes az a csapat lesz, amelyik többször nyert.

II. Osztály létszámától függő csoportokban, több labdával.

8. Folyamatos passzolás körben (helyváltoztatás nélkül) több labdával. Sípszóra ellentétes irányban (3. ábra).



3. ábra

Változat:

- annyi labdával, ahányan a körben vannak.

9. Futás körben, minden második tanuló-nál labda, előre passzolás. Jelre ellenkező irányba futás, és passzolás.

10. Labdavezető fogó.

Mindenkinél labda, a fogónál és az üldözötteknél is. Labdavezetéssel lehet helyet változtatni.

Változat:

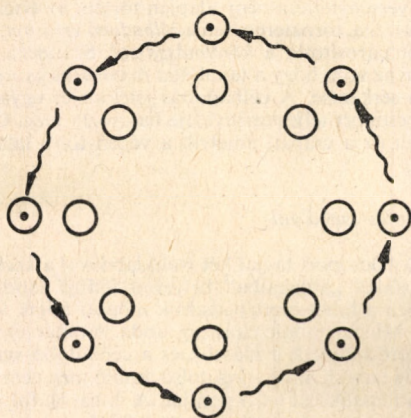
- labda comb, vagy térd közé szorítva.

11. Meghatározott területen (pl. $\frac{1}{4}$ tornaterem) valamennyi tanuló helyváltoztatással labdát vezet. Ügyeljenek az ütközés elkerülésére, a labdájuk ne pattanjon el.

12. Mint előző gyakorlat, de közben próbálják egymás labdáját a területen kívülre ütni. Akinék elütötték a labdáját, kiesik. Lehet időre, vagy az utolsó bentmaradóig játszani.

13. Meghatározott területen néhányan labdát vezetnek (pl. 5 fő). Eggyel kevesebb tanuló pedig (4) labdát próbál szerezni. Több tanuló — labda nélkül is — támadhatja a labdást. Győztes, akitől a meghatározott időn belül nem, vagy a legkevesebbszer vették el a labdáját.

14. Körforgó egy változata. 8–10 tanuló egymástól két méter távolságra kört alakít. Mögéjük áll ugyanannyi labdás. Sípszóra a belsők alkotta körön kívül, meg-



4. ábra

határozott irányban labdavezetéssel a fogó: az előtte futót kell megérinteni. Akit megérintettek, kiáll. Jelre ellenkező irányba labdavezetéssel (4. ábra).

15. A fogójáték egy érdekes változata. Meghatározott területen egy fogó és pl. hét üldözött játsza. Az utóbbiaknál két-három labda van. A fogó csak azt üldözheti, akinél nincs labda. Az üldözöttek egy jól sikerült átadással megmenthetik társukat („ház, a labda”).

16. „Tükörmozgás” labdával. Fél tornateremnyi területen egy támadó és 12–15 védő mozog. Mindenkinél labda. (A labda nélküli változata mindenki előtt jól ismert!) A labdás védők feladata: leutánozni

tükörkép szerint támadótársukat és távolságot tartani anélkül, hogy a labda elpattanna. Megköthetjük a támadó lehetőségeit, de engedhetjük szabadon cselekedni is.

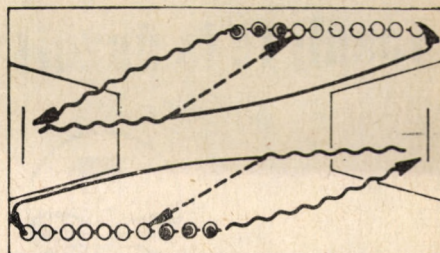
17. Félperces fogó. Minden tanulónál labda. Az osztály a két térfélen helyezkedik el egyenlően. Sípszóra a kijelölt fogók labdavezetéssel próbálnak minél több — ugyancsak labdát vezető — társukat megérinteni. Akiket megfognak, ülve labdát vezetnek. Győztes az a fogó lesz, aki 30 mp alatt a legtöbb tanulót megérintett.

18. Az osztályt kétfelé osztjuk, valamennyi tanulónál labda. Mindkét csoport a saját térfelén levő kosárlabda büntetőterületen belül labdát vezet. Sípszóra labdavezetéssel a túlsó térfél büntetőterületét kell elérni. Győztes a gyorsabb csapat.

19. A kosárlabda pálya két térfelén helyezük el megosztva a tanulókat (pl. 20-20), egy részüknél labda (pl. 8-8). Mindenki mozog a saját térfelén, labdások labdavezetéssel. Sípszóra az utóbbiak magasra feldobják a labdát, valamennyien ugranak értük. Azok a tanulók lesznek a győztesek, akik meghatározott számú játékból a legtöbbször labdát szereztek.

20. Dobóverseny. Az osztályt — a felhasználható palánkok számától függően — 2–4 csoportra osztjuk, és szembeállítjuk őket a saját palánkjuk jobb, vagy bal oldalával egyes oszlopban (5. ábra).

A távolság 1-2 labdaleütésnyi vagy ettől távolabbi. Soronként az első 3-4 tanulónál legyen labda. Jelre a megjelölt feladatokat (2 leütésből, labdavezetésből, önpasszolásból



5. ábra

fektetett dobás stb.) kell teljesíteni. Minden csapat hangosan számolja egyesével a sikeres dobásokat. Győztes az a sor, amelyik előbb eléri pl. a 20 találatot. Egyszerre csapatonként egy tanuló indulhat, a dobás után a sora végére áll, labdáját előre adja. A felállási sorrendet tartani kell!

Változat:

— labdavezetés közben zsámolykerülés, lefordulás, hát mögötti kézcsere stb.

IRODALOM

1. *Arday László*: A sportjátékok alapszabályainak oktatásához (KOSÁRLABDA 1975. 6.)
2. *Istvánfy Csaba*: A helyzet és akciófelmérés pszichológiai elemzése kosárlabda játékosoknál (KOSÁRLABDA 1968. 11.)
3. *Dr. Nádori László*: Az edzés elmélete és módszertana (Sport, Bp. 1976. 122-124.)
4. *Szabó János*: Kosárlabda ABC (Sport, Bp. 1970. 31-42.)
5. *Szabó János*: Hogyan szerezzük meg a kosárlabda ügyességet? (KOSÁRLABDA 1970. 5. 9. 11.)
6. *Tóth Andor*: Az ügyesség szerepe a kosárlabda játékban (KOSÁRLABDA 1968. 2.)

Nagy Sándor: *Tanulj Te is úszni!*
Második, javított, bővített kiadás
(Sport, Budapest, 1979)



ÖTLETEK, ÚJDONSÁGOK

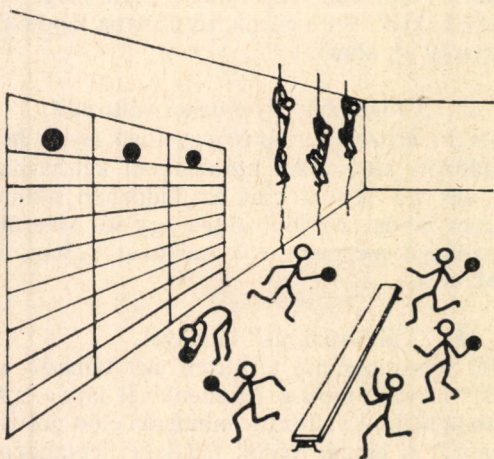
„Kombinált” vetélkedő

Nem találtunk jobb elnevezést Kecskés József szakfelügyelő (Csepel, Gombos téri ált. isk.) óráján látott új versenyzési formának. A két azonos létszámú csapat ugyanis egyazon időben teljesen különböző feladatokkal vetélkedett úgy, hogy a csere után csak az egyik versenyteljesítmény alapján történt az értékelés.

A kolléga, tornateremben a *célabdobó versenyt*, mint játékot párosította a *kötélmászással*. Szándéka elsősorban az volt, hogy a tanulókat maximális gyors mászásra serkentse. A célabdobás játékidejét ugyanis a mászócsoporthoz tartozó tanuló határozta meg. Győztes volt az a csapat, amelyik a végén több találatot ért el.

Menete és szabályai

A dobócsoporthoz két stukkklabdával a kézben a bordásfalak „ablakaiba” helyezett felfűjt labdákkal szemben a kihelyezett padsorok mögött álltak fel (1. ábra). Minden tanuló előtt egy labda. A tanár jelzésére egyszerre indultak a mászók és a célabdobó verseny is addig tartott, amíg a legutolsó tanuló meg nem érintette a mászókötel felső pontját. A dobások folyamosságának biztosítása végett a labdákért a tanulók kifuthattak és visszatérve a pad mögé, újra dobhattak.



Értékelésnél találatnak csak a padlóra esett labda számított. Ezzel is rákényszerült a dobó a megfelelő erős dobásra.

A szabály megengedte, hogy ha valaki a saját labdáját már eltalálta, segíthetett társának. Változatként elfogadható, hogy a tanuló a már eltalált és talajra esett labdával is dobhat. Lényeges, hogy a csoportos mászás formáját és értékelését a tanár úgy módosítsa, hogy a dobók elég, de ne túl sok időt kapjanak (a gyenge tanulóknak elég félig felmászni).

Szentgyörgyi Zoltán

Eszközök a „csípőlazaság” mérésére

I.

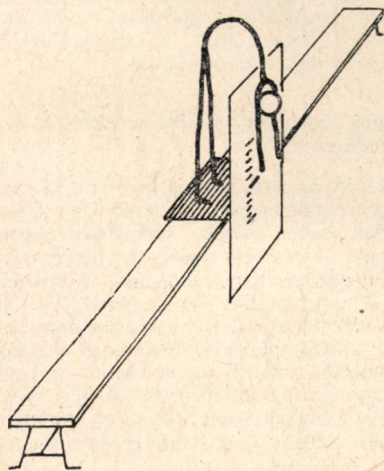
A csípőízületi lazaság mérésének változatai már régen ismertek, azonban a gyakorlatban ma sem terjedt el egy olyan módszer, melynek nemcsak eszköze egyszerű és házilag is előállítható, hanem viszonylag pontos is. A most ismertetésre kerülő mérőeszközt már több mint egy évtizede láttam a TF kutató intézetében és elsősorban a célnak megfelelő konstrukció egyszerűsége, kezelhetősége tetszett meg.

A „mérőlap” alumínium lemezből szegecselt összeillesztéssel készült. A centiméter skálával ellátott függőleges rész közepére, arra merőlegesen egy tartó vagy talplemez csatlakozik. Ezzel helyezkedik a padlapjára és erre áll rá a próbázó személy is (1. ábra).

A mérésénél a cipők orrai érintik a függőleges lapot és az előre hajlásnál a karok nyújtott tenyérhelyzetrel a mutatóujjknál érintkeznek. Az értékeket a lenyúlásnál az ujjhegyek által érintett legelső skálavonalon olvassuk le. A skála nulla pontja lehet középen a talplemezzel egyvonalban és így az értékek fölfelé mínusz 20, és lefele +20 szélső határok között foglalnak helyet. Természetesen vehetjük nulla pontnak a mínusz 20-as értéket is, de ez esetben a skála határértéke a legalsó 40 cm-es vonalnál lesz.

A mérésnél ügyeljünk, hogy a térdek nyújtva legyenek, és ne történjen utánmozgás (rugózás).

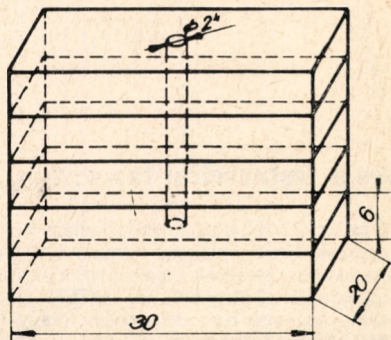
Szentgyörgyi Zoltán



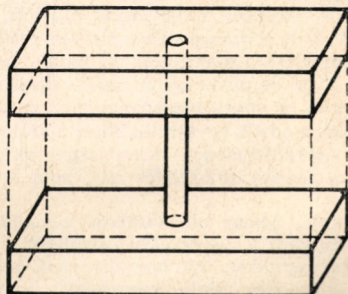
1. ábra

II.

A középiskolás teljesítményfüzetben és a kísérleti részletezett követelményrendszerben is szerepel olyan feladat, amelynek segítségével a csípőlazaság mértékét lehet megállapítani. A tanulók téglára állnak, és az előrehajlás mértéke egy-egy téglányi egység.



2/a. ábra



2/b. ábra

Solty Jenő testnevelő tanár írta, hogy az egymásra tett téglák nagyon labilissá tették a gyakorlat végrehajtását. A gyakorlat ugyanis váratlan eredményt hozott, mert két téglányi hajlítást (12 cm) valamennyi tanuló könnyen teljesített. Ezért Solty Jenő kemény fából vágatott „téglákat”, a lapokat közepén kifúrta és farúd betéttel stabilizálta az egymásra rakott elemeket (2/a és 2/b ábra). Ez nagyon jól bevált, a tanulók versengve próbálták igazolni hajlékonyságukat.

N. S.

SZAKTERÜLETÜNK TUDOMÁNYOS ÉLETÉBŐL

Tízéves a testnevelési tagozat

Az OM és az OTSH közös rendezésében került sor arra a tanácskozársra, amelynek témája a 10 éve működő testnevelési osztályok tapasztalatainak elemzése volt. Lochmayer Györgynek, az OTSH főosztályvezetőjének megnyitó beszéde után dr. Nagy Tamás, az OTSH elnökhelyettese és dr. Hanga Mária, az OM miniszterhelyettese értékelte a tíz évet.

Dr. Nagy Tamás az iskolák és a sportegyesületek együttműködését elemezte elsősorban, és megállapította: ott végeztek eredményes munkát, ahol az igazgatók és a sportegyesületi vezetők tartalmi kérdések megoldására alakították ki munkakapcsolatukat. Az ilyen munkamegosztással vált lehetségessé a tanulás és a sport összehangolása. A testnevelő tanárok és az edzők együttműködése a szakmai munkában is nélkülözhetetlen. A tapasztalatok e téren is jók, de ez az együttműködés még nem mindig zavartalan.

Dr. Hanga Mária előadásában kiemelte: az elmúlt tíz év alatt a testnevelési osztályok bizonyították életképességüket, iskolarendszerünk szerves részeként működnek. Bebizonyosodott, hogy megfelelő hozzáállással és akarattal a tanulók szellemi igénybevétele az „aktív pihenés” egyik formájával, a sportolással ellensúlyozható.

Dr. Hanga Mária is hangsúlyozta, hogy az egységes nevelést az iskola, a sportegyesület és a család csak közösen valósíthatja meg.

Az előadás elemezte a még meglévő hibákat is. Előfordul, hogy egyesek úgy értékelik a sportmunkát, mint amelyik elvonja a tanulót az „értelmi”, a hasznos munkától. A tantestületekben még találkozunk olyan szemlélettel, amely az ember egységét megbontja: a szellemi tevékenységet és a fizikai tevékenységet szétválasztja, és az előbbit az utóbbi fölé helyezi. Az ilyen szemlélet nemcsak az egészséges életmódra nevelés, a testnevelés és a sportolás, hanem a munkára nevelés szempontjából is káros, hangsúlyozta.

Végezetül arról szólt, hogy megéri mind az anyagi befektetést, mint a pedagógus, sportvezetői, edzői élethivatással együttjáró kimeríthetetlen áldozatvállalás, amelyet az egészséges nemzedék és a sportsikereket is hozó fiatalok nevelése érdekében teszünk.

Az előadások után a hozzászólók gyakorlati példákkal erősítették meg az előadásokban elhangzottakat. Kifejtették, hogy a testnevelési osztályok létrehozása szükséges volt, a testnevelési osztályok a célkitűzéseket és a feladatokat teljesítették.

Gergely Gyula

A VI. Nemzetközi Sportszociológiai Szeminárium az ifjúság sportjáról

A VI. Nemzetközi Sportszociológiai Szemináriumot „Sport és kultúra” címmel rendezték 1979. augusztusában a Varsó melletti Jablonában. A 18 országból érkezett mintegy 70 szakember munkája a következő hat altéma köré csoportosult.

1. A sport, mint a kultúra alkotórésze a szociológiai elméletek nézőpontjából

Ebben az altémában a kutatók a sport és a kultúra kapcsolatát elméleti oldalról közelítették meg. A sport társadalmi szerepét, helyzetét stb. a legkülönbözőbb általános szociológiai és kultúra elméletekkel összefüggésben vizsgálták.

2. A sport és a művészet kapcsolata

A második altémán belül a sport és a művészet azonosságával és különbségeivel, valamint a sport néhány művészeti vonatkozásával (pl. sportfilmek, sporthumor stb.) foglalkoztak.

3. A sport, mint a kultúrában való részvétel formája

Itt empirikus vizsgálatok eredményei kerültek bemutatásra a bolgár, a csehszlovák, a lengyel, a norvég és a szovjet társadalom különböző rétegeinek, csoportjainak sporttevékenységéről. Elméleti előadások is elhangzottak a sportszocializációról és a sport értéktérképéről.

4. A teljesítménysport kulturális értékei a társadalmi tudatban

Az élvonalbeli sportolók szociális státuszát, kulturális aspirációit, modellalkotó szerepét stb. elemezték a résztvevők.

5. Sport és életmód

A sport és az életmód bonyolult kapcsolatának feltárása központi kérdése a szocialista országok második éve folyó sporttudományos együttműködésének. Nem véletlen tehát, hogy ebben a témában a marxista szakemberek beszámolóit hallottuk.

6. A sport fejlődésének előrejelzése a kultúra dtalakitásával összefüggésben

A hatodik altémán belül a jövőkutatás célszerűségéről, a társadalmi prognózisokat befolyásoló értékekről, a testkulturális követelmények bevezetéséről stb. vitakoztak a kutatók.

Az ifjúság sportjának néhány szociológiai kérdése a szemináriumon

Bár az ifjúság testkulturája nem volt kiemelt téma a szemináriumon, az iskolai tanulók és a fiatalabb generációk testedzésének, sportjának szociológiai problémái — részben önálló kérdésként, részben más kérdéskörhöz kapcsolódóan — többször szerepeltek a munkaértekezletek napirendjén. Az első két altémán kívül valamennyi altémában találkoztunk az ifjúság sportjával foglalkozó előadásokkal.

A testnevelő tanárok számára is hasznos információkat tartalmazó tanulmányok közül a lengyel R. Kaniuk és a norvég Svein Stensaasen empirikus vizsgálatainak néhány fontosabb eredményét ismertetem.

R. Kaniuk és munkatársai három sportágban: atlétikában, tornában és úszásban a *sportoló gyermekek szüleivel* készítették szociológiai felmérést 3 városi és 3 vidéki általános iskolában.

A vizsgált oktatási intézmények tanulói általában a sportegyesületek kiválasztása és javaslata alapján kezdtek sportolni. A sportklubok kezdeményezését a szülők eltérő módon fogadták: sokan támogatták, segítették, de nem kevesen elleneztek, sőt tiltották gyermekeik rendszeres sporttevékenységét. A kutatók egyik kérdésfeltevése: a tanulók sportpályafutása *megváltoztatta-e* a szülők eredeti *attitűdjét*.

A felmérések eredményei azt mutatták, hogy a szülők attitűdjei gyermekeik sportolása iránt — részben a sportteljesítményektől függetlenül — egyértelműen *pozitívabbakká váltak* a sport szférához fűződő közvetlen és intenzív kapcsolat hatására, sőt kedvezőten múltbeli attitűdjeiket is *módosítani* próbálták. A sportegyesületek szervező munkáját kezdetben akadályozták, ellenző szülők is úgy emlékeztek, hogy ők ösztönözték, buzdították gyermekeiket a sportolásra.

A kutatás másik fő vonala arra kerestett választ, hogyan vélekednek a sportolást *motiváló tényezőkről* és az *élsportról* (az élsportra fordított költségektől, az élsportolók kedvezményeiről stb.) a sportoló tanulók szülei.

Az empirikus vizsgálat adatai szerint a szülők úgy látták, hogy a gyermekek mindenként előtt az egyéni presztízs, a társadalmi elismertség elérése, valamint mozgásszükségeik kielégítése miatt választják a sportolást. Motivációik között jelentős helyet foglal el az önmegvalósításra, tehetségük kibontakoztatására törekvés és bizonyos anyagi előnyök megszerzése.

Az élsport társadalmi szerepét a megkérdezett szülők zöme nagyra értékelte. Elfogadta az élsportra fordított magas anyagi kiadások szükségességét. Jogosnak tartotta az élvonalbeli sportolók részleges és teljes munkaidő-kezdményeit, s úgy ítélte meg: a kiváló sportembereknek adott különböző előnyök nem sértik az igazságosság és az egyenlő elbírálás szocialista elveit. Mégis 30–70%-uk — noha a rendszeres sportolással egyetértett — nem akarta, hogy gyermeke élsportoló legyen. E tekintetben sportágtól, lakóhelytől, foglalkozástól stb. függően számottevő különbség figyelhető meg a szülők véleménye között.

S. Stensaasen négy éven keresztül folytatott longitudinális vizsgálatá során 12, 14 és 16 éves norvég fiatalok *példaképeit* kutatta a sportban, és azt elemezte, hogy milyen összefüggés van a sportoló eszményképek kiválasztása és a tanulók *aktív sporttevékenysége*, valamint sportegyesületi tagsága között. Felméréseinek legfontosabb tapasztalatai az alábbiakban foglalhatók össze:

A vizsgálatban részt vett 1598 tanuló *egyharmada* választott sportoló példaképet. Jelentősek voltak e téren a nemek közötti differenciák: a fiúknak a fele, a lányoknak pedig csak az egynegyede tekintett eszményképének egy-egy neves élsportolót.

Az életkor növekedésével arányosan csökkent azoknak a fiataloknak a száma, akik követendő példának élvonalbeli versenyzők emberi tulajdonságait, tudását, életútját stb. tartották. Ez a tendencia fiú tanulóknál erősebben jelentkezett.

5. osztályban a fiú tanulók 62%-a
a leány tanulók 38%-a

7. osztályban a fiú tanulók 50%-a
a leány tanulók 22%-a

9. osztályban a fiú tanulók 32%-a
a leány tanulók 11%-a választott eszményképet kiváló sportolók köréből.

A fiúk és leányok egyaránt a férfi sportoló példaképpel rendelkeztek nagyobb arányban. Az összes választott sportoló eszménykép 66%-a férfi sportoló (labdarúgó, sízó, jégkorongozó, teniszező), 34%-a női sportoló (tornász, kézilabdázó, sízó, lovas, teniszező) volt.

Stensaasen a tanulóknál egyértelmű kapcsolatot mutatott ki a sportoló példaképek kiválasztása és a sportegyesületi tagság, illetve a rendszeres sportolás között. Ugyanakkor felhívta a figyelmet arra az ellentmondásra is, hogy viszonylag sokan vannak azok a tanulók — főként leányok — akiknek az eszményképük sportoló, saját maguk mégsem sportolnak. A megkérdezett fiatalok családi, társadalmi háttere és példakép kiválasztása között nem derült ki említésre méltó összefüggés.

A VI. Nemzetközi Sportszociológiai Szemináriumon az ifjúság sportjának néhány szociológiai vonatkozását a fentiekén kívül — a szovjet A. V. Artimov és N. G. Valentinova, a bolgár M. Goseva, az NSZK-beli H. J. Schulte a lengyel W. Lisowicz, S. Wanat, J. Rut, K. Stanczyk A. Pawlecki és Z. Zukowska valamint Földesi Tamásné (társ szerzővel, Földesi Tamással közös) előadása érintette.

A téma iránt érdeklődők ezekről a tanulmányokról és a szeminárium más irányú tevékenységéről a szakfolyóiratokban található részletesebb tájékoztatást.

Földesiné dr. Szabó Gyöngyi

Tanulói önértékelés és önellenőrzés

A helyesen alkalmazott módszerek segítik a tanulók fejlődését és növelik fizikai képességeiket, Janik, B. kísérletet végzett: a kísérleti osztályokban a tantervi anyagot az önértékelés és önellenőrzés módszerével tanította, a kontroll osztályokban a hagyományos módon.

Az önértékelés és önellenőrzés alkalmazásának két éve alatt a kísérleti osztályokban dinamikus fejlődés következett be a tanulóknál olyan motorikus vonásokban, mint: az erő, ügyesség, kitarás. Nem észleltek ilyen változásokat azokban az osztályokban, amelyekben nem alkalmazták ezeket a módszereket.

Az iskolai testnevelésben alkalmazni kell az önellenőrzés és önértékelés módszerét, mert ezek fejlesztik a tanuló érdeklődését saját testi ügyessége iránt, és ösztönzik a gyakorlati cselekvésre, a minél magasabb fokú jártasság megszerzésére.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1977. 9., 253—255.)

A diáknyelv jellegzetességei közé tartozik az is, hogy egy fogalomra gyakran számtalan kifejezést használ, az ember helyett például *pali*, *palimadár*, *muki*, *tag*, *pók*, *ürge*, *zerge*, *krapek*, *manus*, *hapsi*, *civis* stb. Másik jellegzetessége a szemléletesség. Erre is példa lehet a fent említett elégtelen több variációja, de írjunk le még néhányat: *feldobta a talpát*, *kipurcant* (meghalt), *lepedőtündér* (prostituált), *első osztályú az áruválaszték*, *az áruteríték* (sok a csinos lány), *begözöltem*, *begurultam* (ideges, mérges lettem) stb.

A fent leírt jelenségek önmagukban nem ártnak nyelvünknek, nem szegényítik, hanem éppen gazdagítják beszédünket. Nem ítélnéjük el tehát önmagában a diáknyelvet még akkor sem, ha számos elemét a tolvajnyelvből vette át. Tanítványaink nyelve megítélésekor mindig azt vegyük figyelembe, hogy kifejező-e, szemléletes-e, változatos-e érthető-e és ne azt, hogy mennyiben különbözik az általunk használt nyelvtől.

Végezetül meg kell említeni, hogy a diáknyelvnek a fentiekkel szemben van számos negatív vonása, árnyalata is. Ennek kifejtése azonban már külön cikket érdemel.

Andor György

Diáknyelv

Valamikor régen volt a *szekunda*. Amikor már nagyon általánossá vált, már a tanárok is használták, felváltotta a *daci*. Diákkoromban már a *dákó*, a *fa*, a *karó*, a *meredek*, az *egyenes*, a *kampó*, a *horog* járta. Legújabbban a *trapper* vált nagyon divatosá. Ezeket kapta az, aki *bedurrott*, *beszedett* vagy később *beüzgött*. Olvasóim bizonyára tudják, hogy e kifejezések mindegyike az *elégtelen osztályzatot*, illetve ennek megszerzését jelentik. A kifejezések szemléletesek: jelentős részük az *egyes* számjegy alakjára, más részük kifogására utal, a *trapper* viszont a közismert reklámfigurára, az egyik újját felmutató fiatalemberre céloz.

A diáknyelvvél mi pedagógusok lépten-nyomon találkozunk, megítélésében azonban korántsem azonos a szemléletünk. Ezért talán nem érdektelen e témával is foglalkozni.

A népnyelv, a nemzeti nyelv nem egységes valami. Egyes rétegek, csoportok nyelvében ugyanis eltérő sajátosságokat találhatunk. A tájnyelv az egy azonos tájegységben élők nyelve. A szaknyelv az azonos foglalkozásúak szakmai zsargonja — beszélünk például pedagógiai szaknyelvről is. A diáknyelv a rétegnyelvek közé tartozik. A többitől eltérő volta elsősorban a szóhasználatban jelentkezik.

A diáknyelv létrejöttének, illetve népszerűségének több oka van. Fiatalaink szeretnek olyan kifejezéseket használni, melyet a felnőttek nem értenek, hogy ezzel is bizonyítsák külön csoportba tartozásukat: *Szobrozok a mó* előtt, amikor arra *szambázik* egy *yard*. Gyorsan *leléceltem*. Az idézet „lefordítva”: *Állok a mozi előtt, amikor jön egy rendőr. Gyorsan elmentem.*

A népszerűség másik oka a dolgok, jelenségek megszépítése, elviselhetőbbé tétele. Erre talán legjobb példa az egyes osztályzatnak a cikk elején idézett néhány változata, de megemlíthetjük a már idézett *yard* mellett a rendőr néhány további megfelelőjét: *zsernyák*, *zsaru*, *hekus*, *dekás*, *kiber* szavakat is.

A diáknyelv használatának nagyon fontos oka a hivatalos kifejezésektől, a hosszadalmas szóképzésektől, összetételtől való irtózás: *A suliban töriből dolit* írtunk. *A pégé zéhdán bekuksizott a prof.* Azaz: Az iskolában történelemből dolgozatot írtunk. A politikai gazdaságtan zárthelyire bejött a professzor.

A testnevelés célja

A jövődő lengyel 10-osztályos középiskolában, írja *Botwinski, R.* a nevelés célja a tanuló személyiségének sokoldalú fejlesztése lesz. Az egyén fejlődésének folyamatában kölcsönösen kiegészítik és integrálják egymást a tartalom, a hatékonyság és a célszerűség. A nevelési cselekvés célszerűsége a következőkben jut kifejezésre: mit kell tudni testnevelésből a 10-osztályos iskolát végzett tanulóknak (sajátos célok), mit kell elérnie a tanulóknak a testnevelés meghatározott szakaszaiban (szakaszos célok), és mit kell tudnia a tanulóknak a tanév folyamán az illető osztály színvonalán (mindennapi célok).

Figyelembe kell venni, hogy a nem sportoló tanuló számára a kötelező foglalkozásoknak más jellege van, mint a mozgásban, iskolai sportban tehetséges tanuló számára. A szervezet egyéni tulajdonságának fejlesztése szempontjából és a tanuló társadalmi fejlődése érdekében a mozgási tevékenység folyamatát két területre osztjuk: 1) az első magában foglalja a személyiség azon vonásainak fejlesztését, amelyek szoros kapcsolatban vannak a motorikus és pszichomotorikus fejlődéssel; 2) a második terület a tanulót körülvevő valóság megismerésére vonatkozik, a mozgási aktivitással szemben való magatartásának kifejezésében. Arra kell törekedni, hogy a tanuló motiváltan (nem kényszerűen) vegyen részt a mozgási aktivitás különböző formáiban. Hogy ne zavarja semmi az oktatási-nevelési munka ritmusát, mindig egyéni elgondolások szerint kell eljárni, figyelembe véve azt a tényt, hogy csak a nevelő válogathatja ki a célravezető anyagot.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 3. 90—92, 97.)

Előrejelzés a Sport 1980. évi kiadványairól

A Medicina Könyvkiadó Sportszerkesztőségének 1980. évi kiadási tervében tallózva számos olyan kiadványt találunk, amelyeket a testnevelő tanároknak és a sportkedvelő tanulóknak is jó szívvel ajánlhatunk.

A szakkönyvek közül kiemeljük *Dr. Milényi Márta: A sportmozgások anatómiai alapjai* című régen várt könyvét. *Koltai Jenő* szerkesztésében a Testnevelési Egyetem oktatói készítették az *Atlétika II.* c. kiadványt, amelyben az egyes szakágak történetéről, technikájáról és biomechanikai törvényszerűségeiről olvashatunk.

A szocialista országok sportpszichológusainak közös tanulmánygyűjteménye „*Az edzés és versenyzés pszichológiája*” (szerkesztette: Dr. Nádori László).

A sportágakat bemutató monográfiák közül kiemelésre méltók *Halmos Imre: Teniszezés*, a bolgár *Rajko Petrov: Szabadfogású birkózás és Hargitay György: Korszerű kapusjáték* (2. bővített kiadás) c. művek. A sakk-könyvek kedvelői számára különleges csemegének ígérkeznek a „*Győzelmiünk a sakkolimpián*”, (szerkesztette: *Bilek István*), amely részletesen ismerteti a felszabadulás utáni magyar sakk-sport eddigi legnagyobb sikerét.

Ismétlen felhívjuk A testnevelés tanítása olvasóinak figyelmét „*A sport és testnevelés időszerű kérdései*” sorozatra, amelyben színvonalas értékelő elemzések olvashatók. Az évente megjelenő két-két kötet véleményünk szerint az iskolai könyvtárakból nem hiányozhat.

A turista kalauzok közül 1980-ban két külföldi és egy hazai témájú könyv jelenik meg. *Várkonyi Judit: Autóval az Alpokban*, *Endrődi Lajos: Kirándulások 6 ország hegyeiben* (a hat ország: NDK, Csehszlovákia, Lengyelország, Románia, Bulgária és Jugoszlávia) és *Holényi László: Gerecse—Vértes—Velencei-hg.*

1980-ban a következő szabálykönyvek jelennek meg: *Vívás, Kerékpározás, Sportlövészet, Labdarúgás, Tájfutás, Teniszezés.* A Bp. VII., Rákóczi út 64. sz. alatti Sport Könyvesboltban jelenleg még legalább tízféle szabálykönyv kapható.

A tanulóknak ajánlható ismeretterjesztő kiadványok élére az 1980-ban induló *Sport-Zsebkönyvek* sorozat kívánkozik. A sorozat célja az egyes sport-

ágak megszerettetése, a fiatal olvasók nevelése. 1980-ban előreláthatólag három kötet jelenik meg: *Kocsis L. Mihály: Fut-ni*, (a futás mint alapmozgás), *Peterdi Pál: Ó, póló...* (a vízilabdázás mint magyar siker-sportág), *Kő András: Drótszámár* (villanások a kerékpározásról; a kerékpározás kezdetein egy ideig drótszámárnak hívták hazánkban a biciklit). A sorozat további tervezett kötetei: *Abody Béla: Ökök ellen* (ökölvívás), *Gyárfás Tamás: Mi van a kosárban?* (kosárlabdázás), *Rózsa András: Focivilizáció* (labdarúgás), *Dávid Sándor: Torna* (ideiglenes cím). A sorozat emblémája egy sportoló sün. Az emblémát matrica formában is minden kötethez mellékeljük.

1980 a moszkvai olimpia éve. A szocialista országok sportkönyvkiadóinak közös vállalkozása a „*Nem csak sportsiker — A szocialista országok olimpiai aranykönyve*” című igen szép kivitelű fotóalbum, amelyben a magyar sportolók eredményeit is méltóképpen megörökítettük.

Szepesi György és *Lukács László* a magyar olimpiai bajnokok portréját rajzolja meg. 1896-tól 1976-ig 105 magyar olimpiai bajnokság született. Remélhetőleg a moszkvai olimpián is számos magyar sportoló szerez dicsőséget hazánkban. *Kahlich Endre—Gy. Papp László—Subert Zoltán: Olimpiai játékok 1980* c. könyve korábbi nagyszerű művük pótkönete, és részletesen tartalmazza a Lake Placid-i és a moszkvai olimpiai játékok eredményeit.

[A felsorolt könyvek megrendelhetők a *Medicina Könyvkiadó Sportszerkesztőség Olvasószolgálatánál* (Budapest, Pf. 9. 1361.)]

Dr. Berend Mihály

Miloslav Stingl: Az indián futó

(Madách, 1979. 94.)

Sporttörténetírásunknak vannak kedvenc és mostoha gyermekei. Az első számú kedvenc az ókori és az újkori olimpia. Történetét számosan feldolgozták, rész-tanulmányok és monográfiák születtek e témakörből. A kedvencek közé tartozik a modern sportok története is — függetlenül az olimpiától. E tanulmányok valamely sportág történetét mutatják be mai formája kialakulásától napjainkig, a múlt század második felénél régebbre ritkán s legfeljebb nagy vonalakban pillantva vissza. A középkor sportjával inkább kultúrtörténet-szeink foglalkoznak (lovagi torna, vadászat, néha a labdajáték), természetesen elsősorban a történetész szemével vizsgálva tárgyukat. Az előbbieken kívül legfeljebb az iskolarendszerű testnevelés történetét tárgyaló, nem túl sok és alapvetően pedagógiai, valamint a lótenyésztéssel foglalkozó és a lósportot is érintő, főleg mezőgazdasági jellegű írásokat említhetjük meg.

A néprajz még kevesebbet törődik a sportfolklorral. Ha meg is jelenik egy-egy írás, az elsősorban a gyermekjátékokat mutatja be, természetesen leginkább a népzene, a néptánc vagy a játék — de nem a sport — szemüvegén keresztül.

Ezért örövendetes Miloslav Stingl cseh szerző könyvének megjelentetése.

A mű a mai Mexikó területén élt vagy ma is élő indiánok sportját tárgyalja, kezdve a prekolumbiánus időktől (tolték, azték kultúra) egészen napjainkig. Bemutatja az indián futóversenyeket, az ősi kosárlabdát, az indián tornát, akrobatikát, képekkel illusztrálva a leírtaikat.

A szerző etnográfus. A téma megköveteli az indián sport néprajzi-kulturális-történeti hátterének feltárását. Ám — mint ez a hasonló jellegű írásokban meglehetősen ritka — a főszerep, a központi hely a sporté, a többi csak a megértéshez szükséges közösségi-társadalmi háttér.

A mű nem tudományos szakkönyv, minden bizonynyal egy, az etnográfusok részére írt, más témákkal is foglalkozó monográfiája egy területének népszerűsített változata. Közérthetősége, ugyanakkor a tudományos kiindulópont lehetővé teszi, hogy a tanulók éppolyan haszonnal forgathassák, mint a szakemberek.

Andor György

Kerezi Endre: Torna III.

(Harmadik, javított és bővített kiadás.
Testnevelési Főiskolai tankönyv.
Sport, Budapest, 1979. 616.)

Úgy gondoljuk a Torna harmadik kötetét nem kell bemutatni a kartásaknak. A könyv valamennyiünk számára kézikönyvvé vált, szinte kimeríthetetlen kincsbányának bizonyult a gyakorlatban. A mű harmadik kiadása ezért nagyon hasznos volt.

Amikor kézbe vettük ezt a kötetet, alig akartuk elhinni, hogy erről a műről van szó. Mind a szakkönyvet, mind a tankönyvet magas szinten, minden esztétikai és hasznossági igényt kielégítően készítették el. Csak örülni lehet ennek a változtatásnak, és megköszönni a Sport Kiadónak, hogy a sportkönyvek is elérték a magyar könyvkiadásban már megszokott magas színvonalat.

Örülénk, ha ezután is — a Torna III. kötetéhez hasonlóan — sportkönyveink nemcsak tartalmukban, hanem esztétikai megjelenésükben is a más témájú magyar könyvek színvonalán állnának.

N. S.



FOLYÓIRATSZEMLE

A szovjet tanulók fizikai felkészültségének ellenőrzése és önellenőrzése

Ahhoz, hogy a tanár irányítani tudja az oktatás folyamatát, ismernie kell a tanulók egészségi állapotát, mozgásképességeik fejlettségi fokát, fizikai fejlettségük szintjét. A szerző iskolájában létrehozták a tanulók fizikai felkészültsége ellenőrzésének a módszerét. A módszer lényege a következő. A tanulók magasságát, mellbőségét, tüdőkapacitását megméri, majd egy előre elkészített táblázat segítségével értékeli ezeket az adatokat. Az értékelést a tanuló lapjára írják. A tanuló ezekből kiolvashatja, hol van lemaradása. A kézbe kapott lapokon utasítást is talál arra, hogy miként hozhatja helyre lemaradását. Az osztályfőnökök és a szülők részére is találhatóak javaslatok a lapon, mire kell a tanulónál ügyelni. Ez a módszer a szerző szerint minden iskolában bevezethető.

(Fiziceszkaja kultura v skola 1978. 6. 24-27.)

A testnevelő tanárok továbbképzésének hatékonysága

A cikk szerzője A. Sleczkowski, 326 általános és középiskolai testnevelő tanárt kérdez meg különböző vajdaságokból: számukra mi volt a továbbképzés leghatékonyabb eszköze.

A megkérdezettek átlagéletkora 31 év, 9 évi tanári gyakorlattal.

A továbbképzés leggyakrabban alkalmazott formái: az önképzés, a foglalkozások megtekintése, az egyéni és csoportos konzultációk, a módszertani konferenciák és a speciális tanfolyamok. A foglalkozások előmozdították tudásuk fejlődését, de a felsőbb tanulmányokra is előkészítettek.

A továbbképzés mozgósította a testnevelő tanárokat: érzenek el eredményeket. Ezért a foglalkozásokon a testnevelő tanárok minél nagyobb számban vesznek részt.

A szakfelügyelők munkája is segíti a tanárok szakmai és szervezési munkáját. A tanárképző intézeteknek pedig ki kell dolgozni és el kell juttatni a tanárokhöz a szükséges segédanyagot, hogy azt a mindennapi oktatási-nevelési munkájukban felhasználhassák.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1977. 8. 229—231.)

<i>Вархейи Дьёргьне</i> : Опыт пионерской олимпиады	65
<i>Бако Ласло</i> : Практическая польза тестов	67
<i>Д-р Надь Тамаш</i> : Исторический обзор изменений в целях, задачах и требованиях обучения физкультуре (1869—1945 г.) I.	69
<i>Иглои Ласло—Иглои Ласлоне</i> : Физкультура в цифрах	78
<i>Альберт Йозеф</i> : Стоит ли организовать классы с уклоном физкультуры?	81
<i>Чани Барна—Чани Барнана</i> : Упражнения (на ловкость) с мячом с учётом требований программы по баскетболу	87
Идеи и новости	90
Из области науки по нашей специальности ...	92
Спорт и язык	94
Рецензии на книги	95
Обзор журналов	96

<i>Várhelyiné Kulcsár Magda</i> : Erfahrungen der Pionierolympiade	65
<i>Bakó László</i> : Der praktische Nutzen des Lehrfachtests	67
<i>Dr. Nagy Tamás</i> : Geschichtlicher Überblick über die Änderungen der Ziele, Aufgaben und Anforderungen (1869-1945) I.	69
<i>Iglói László—Iglói Lászlóné</i> : Körpererziehung im Spiegel der Zahlen	78
<i>Albert József</i> : Lohnt es sich Spezialklassen für Körpererziehung aufrechterhalten?	81
<i>Csányi Barna—Csányi Barnáné</i> : Übungen mit Ball zur Entwicklung der Geschicklichkeit-Vorschläge zur Bearbeitung des Lehrplanstoffes des Basketballs	87
Ideen, Neuigkeiten	90
Aus dem wissenschaftlichen Leben unseres Fachbereiches	92
Sport und Sprache	94
Buchbesprechung	95
Rundschau	96

Dr. Krizsaneczne Németh Edit: Játékos gyermektorna

(Sport, Budapest, 1979. 192.)

А дети в дошкольном возрасте знакомятся с спортом, тестированием. Счастливым является то, что знакомство происходит таким образом, что первые занятия после знакомства с детьми вызывают интерес к спорту.

Не всегда легко найти тех, кто занимается и методы, которые помогают специалисту в его работе. Автор книги помогает в этом, предлагая соответствующие упражнения и игры, которые можно использовать всем. Мы находим в книге упражнения, подражательные упражнения, прыжки, бег, упражнения с мячом и упражнения с обручем. Среди гимнастических упражнений особое место занимают упражнения с гимнастическими предметами, упражнения с гимнастическими предметами. Это упражнения с гимнастическими предметами и упражнения с гимнастическими предметами. В конце книги, в разделе «Игры», приведены упражнения с гимнастическими предметами.

После описания упражнений автор предлагает, как можно использовать упражнения, чтобы дети могли заниматься на занятиях, а не только хорошо чувствовать себя, но и учиться. Книга содержит список литературы.

„Játékos gyermektorna“ — это не просто содержание, но и внешне красиво оформленная книга.



Ажланлук мувет немцак а тестневелö танарокнак, hanem а овнонöкнек эс а танитонöкнек ис.

N. S.

4,50 Ft



INDEX: 25824

A testnevelés tanítása

XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 4

A MŰVELŐDÉSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





Lovas Albert felvétele

A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:

Nagy Sándor

Tördelő szerkesztő:

Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztő bizottság:

Burka Endre

Gyenge József

Dr. Kálmánchey Zoltán

Dr. Nagy György

Dr. Székely Gabriella

Dr. Takács Ferenc

Varga Sándor

Várady Géza

TARTALOM

Az 1980/81-es tanév elé	97
<i>Dr. Nagy Tamás:</i> A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése (1946—1963) II.	98
<i>Varga Sándor:</i> Didaktikai egységek tervezése ...	104
<i>Dr. Farnosi István:</i> Középfiskolai tanulók testösszetétele és szomatotípusa	109
<i>Szurovcev Edvárd:</i> Egyetemi hallgatók úszástanítása mély vízben	112
<i>Nagy Sándor:</i> Az állóképesség és a gyorsaság fejlődésének vizsgálata iskolásoknál	114
Ötletek, újdonságok	117
Szakterületünk tudományos életéből	119
Sport és nyelv	121
Gyógytestnevelés	123
Könyvismertetés	124
<i>Gergely Gyula—dr. Dörflinger Károlyné:</i> Kialakult a diáksport 1980/81. tanévi versenynaptára	126

E számunk szerzői: dr. Andor György nyelvész, OPI, Bp.; dr. Dörflinger Károlyné testnevelő tanár, Bp.; dr. Farnosi István tud. osztvez., Bp.; Fazekas Miklósné Virág Ildikó sportfőelőadó, Miskolc; Gergely Gyula testnevelő tanár, MM, Bp.; Kocsis Zsuzsa testnevelő tanár, Bp.; dr. Molnár Ildikó nyelvész, Bp.; Nagy Sándor testnevelő tanár, Bp.; dr. Nagy Tamás OTSH elnökhelyettes, Bp.; Nádas Lajos, adjunktus, Debrecen; Szentgyörgyi Zoltán egy. testnevelő tanár, Bp.; Szurovcev Edvárd egy. testnevelő tanár, Bp.; Tenkei Antal szakfelügyelő, Gyula; Varga Sándor vez. szakfelügyelő, Bp.

Rovatvezetők:

Dr. Andor György

Dr. Csider Tibor

Lovas Albert

Somorjai László

Szentgyörgyi Zoltán

Megjelenik évente hatszor

ISSN 9563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1946 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postafiók 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hírlap Irodánál (postacim: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27,— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hírlapboltban.
Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft



Egyetemi Nyomda — 80.5543 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

Az 1980/81-es tanév elé

zott mértékben a szellemi oktatásra összpontosul, háttérbe szorítva és ezzel együtt kissé lebecsülve az állóképesség, a fizikai-pszichikai erőnlét fejlesztését”.

Minden gyermekét szerető szülőnek, gyermeket szerető pedagógusnak, a társadalmi érdeket szem előtt tartó iskolának, üzemnek és intézménynek még fokozottabban kell segíteni a testnevelés ügyét, szorgalmazni kell a társadalmi összefogást, az ifjúság tömeges sportjáért és a szükséges feltételek megteremtéséért.

Kedves Kartársak!

A nevelői gyakorlatban a tanév befejezése egyúttal az új tanév elkezdése is, a folyamatosság egy láncszeme. Ebből az örök folytonosságban a megismerhetetlen újrakezésben szakmai lehetőségeinkből fakadóan a kor egy olyan feladatot ruházott ránk, amelynek megoldására csak testnevelő tanárok képesek, mindenki más csak segítő lehet.

A műszaki-technikai fejlődés következtében létrejött lelki feszültségek oldásában új feladat vár a testnevelésre és a sportra. Az iskolai testnevelés és a nevelési célkitűzéseknek alárendelt diáksport képességbeli megkülönböztetés nélkül a tanulói ifjúság egészére hat, ezért kiemelten fontos eszköz ifjúságunk deformálódási folyamatának a megállításában. Jelenleg rendelkezésünkre állnak mindazok a felhalmozott ismeretek, amelyek megfelelő szándék és létesítményfeltételek között segítenek egy olyan felnövekvő nemzedék nevelésében, amelyik képes lesz elviselni a jelenleg még kellően nem érzékelhető testi és lelki megerhelést. Az iskolának, nekünk nevelőknek nagy a felelősségünk a jövő nemzedéke iránt: éljünk a ma még kínálkozó lehetőségekkel és tegyünk meg mindent fiataljaink harmonikus fejlődéséért, pszichofizikai egyensúlyának megteremtéséért.

A testnevelés és a diáksport nem egy tantárgy, vagy egy tanár feladata, hanem a nevelőtestület hivatásából adódó kötelessége, az egész társadalom ügye és érdeke. A felnövekvő nemzedék testkultúrájának fejlesztésére a legmagasabb szintű politikai és állami testületek hoztak döntéseket. Legutóbb a XII. kongresszus határozata mondta ki, hogy „az egészség megőrzésében a fizikai erőnlét fejlesztésében fontos szerepe van a testnevelésnek, a testedzésnek, a sportnak.” Az utóbbi években tapasztalt fejlődés ellenére még mindig „az iskolákban a figyelem túl-

A testnevelés és a sport állami irányításából fakadó elveknek megfelelően 1979 szeptemberétől a művelődésügyi szakigazgatási szervek rendezik az általános iskolai sportversenyeket, melyek eredménye, hogy a résztvevők száma megháromszorozódott.

Jelen tanév szeptemberétől folytatódik az új tanterv lépcsőzetes bevezetése, és ezzel folyamatosan korszerűsítjük a testnevelés oktatását, emeljük az iskolai testnevelés színvonalát. A középfokú oktatási intézmények viszonylatában is megérették a feltételek sportversenyek rendszerének korszerűsítésére, és várható, hogy az 1981/82-es tanévben a középiskoláknak is új, korszerűsített versenyrendszere lesz.

Az általános és középiskolák nevelésének színvonalát fogják emelni azok a dokumentumok, amelyek a honvédelmi nevelés tárgyában az 1980/81-es tanévtől kerülnek bevezetésre.

Valamennyien megnyugtatónak érezzük, hogy az érvényben levő tudományos ismeretekre épülő tantervi dokumentumok korszerűek, és hosszabb időre biztosítják a tervszerű szakmai munka feltételeit. Ugyanezt várjuk a testnevelési tantervre épülő korszerűsített úttörőolimpiai és a korszerűsítésre kerülő középiskolai versenyrendszertől is. Bízunk abban, hogy a most kidolgozás alatt levő középfokú iskolák versenyrendszerre is találkozik a testnevelő tanár kollégák érdekeivel és egyetértésével, mert csak közös erővel, a testnevelést tanítók munkájával tudjuk előbbre vinni közös ügyünket, a nevelés — a testnevelés — ügyét.

Mindehhez kíván erőt, egészséget, a nevelőmunkában sok sikert a

Művelődési Minisztérium
Testnevelési és Sportosztálya

A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése (1946–1963) II.

DR. NAGY TAMÁS

A II. világháború befejezése után az alsófokú iskolák testnevelésének történetében is új fejezet kezdődött.

A VKM 37 000/1945. sz. rendelete még csak a militarista kinövésektől tisztította meg az iskolai testnevelést, elhagyva a reakciós, sovinszta nevelési feladatokat és anyagrészeket: „A sajtóból, az oktatásból, a kultúrából, a közéletből ki kell küszöbölni a fasiszta mételyt, a népellenes szellemet, a fajis és nemzeti gyűlöletet...” (Simon Gy. 1965)

A szakmai és politikai megújulás, az új célok érvényesítése bonyolult, ellentmondásokkal teli, hosszadalmas folyamat kezdetét jelentette. Fokozatosan erősödtek ugyanakkor azok az általános belső és külső feltételek, amelyek elkerülhetetlenül a *demokratizálódás*, majd a *szocializálódás* irányába hatottak.

A felszabadulás teljes egészében elavult testnevelésügyet örökölt, nemcsak a fejlődés népi demokratikus iránya és követelményei szempontjából, hanem a polgári fejlődés európai normáihoz mérten is. Az új „iskola-fajta” (8 osztályos általános iskola) megszerzése nagyszabású program volt a „magasabb rendű oktatás és nevelés” elérésében. Bár az első évben a tervezett 1476 általános iskola közül csak 816 nyílt meg, a kibontakozás lehetőségét már az 1945/46. tanév is bizonyította.

1946

Az 1946-os testnevelési tanterv készítői (Bartos G., Bély M., Kerezsi E., Király D., Kiss J.) az általános iskola célkitűzéseiből

feladataiból indultak ki: „Az általános iskola feladata, hogy a tanulókat egységes, alapvető nemzeti műveltséghez juttassa, mindenirányú továbbnevelésre és önnévelésre képessé tegye, és közösségi életünk tudatos és erkölcsös tagjává nevelje.” (1)

Az iskolai testi nevelés célját a Tanterv így fogalmazta meg: „A testi és lelki nevelés összhangjának biztosítása, értékes testi és lelki tulajdonságok kifejlesztése, önfegyelmre és helyes életrendre szoktatás, a közösségi érzés ápolása.” Az utasítás ennek elérésében legfőbb eszközként a *testápolást*, az *értelmi oktatást* és a *testgyakorlást* jelölte meg. E három közül a testnevelésre „szűkebb értelemben” az utolsóba tartozott (testi hatás, lelki hatás és hasznossági szempontok alapján), míg az első kettő az egész iskola feladataként jelentkezett.

Ebben a tantárgyi célrendszerben *alapvetően változott meg* a testnevelés helye az iskolai tantárgyakhoz viszonyítva is, hiszen eddig a tantervek külön, a *többi tárgytól függetlenül* készültek. Azzal, hogy a testnevelést is — a testi nevelés részeként — a *nevelés egyik tényezőjeként* értelmezi, kibővíti, a tantárgy eddigi szűk és zárt kereteit. Anyagát, a testgyakorlatokat, a „cselekvési alkalmak megteremtéseként” fogja fel, s ezzel kitarja az iskola kapuit a különböző sportágak, az eddig száműzött mozgásformák elé. Ennek megfelelően kap új értelmet a követelményeken belül a teljesítményre való törekvés, az edzés, a teljesítménypróba, a verseny is.

A testnevelés-tantárgytörténet egyetlen olyan tanterve ez a dokumentum, amely *elméleti tanítási anyagot* is tartalmazott. Bevezetésének indokai közül a „kényszerhelyzet” (romokban a tornatermek, pályák) a demokratikus szellemben történő nevelés, a tudatos tanulás segítségét emelhetjük ki. A tantárgy jellegét azonban nem kívánta megváltoztatni: „...semmi esetre sem úgy értelmezendő, hogy az elméleti oktatás a testgyakorlati oktatásra szánt idő kárára legyen.”

Az utasítás előírta, hogy a tantervi anyagból („egyszerű, rövid ideig tartó és teljesítményt jelentő gyakorlatokból”) „teljesítménypróbákat” kell a tanulóknak végrehajtani. Ez azonban csak annak elbírálását jelentette, hogy a végrehajtás sikeres volt-e, vagy sem. A pedagógiai célja is alapvetően

az volt, hogy ez alkalmas eszköz legyen a tanulók képesség szerinti reális csoportosítására, illetve az osztály átlagának megállapítására.

1950

Az 1950-ben bevezetésre kerülő testnevelés-tanterv rövid életű volt (2 év). Célkitűzéseiben már a *szocialista építőmunkára való előkészítés* állt az első helyen. A tantárgyi feladatok szempontjából — amennyire ez a csupán anyagfelsorolást és a követelményeket tartalmazó dokumentumból megállapítható — azonban elszakad az 1946-os tanterv progresszív törekvéseinek egy részétől. Pl.: megelégszik a „testkultúrát kedvelő ifjúság nevelése” feladat kijelölésével; a nevelési szempontokkal szemben a testgyakorlás és játék fiziológiai szempontjait helyezi előtérbe stb.

Előrelépést jelentett viszont a *tantervi követelmények pontosabb megfogalmazása*, az atlétikai mozgásanyaghoz csatolható teljesítményszintek bevezetése (alsó és felső határok megjelölésével). Pl.: V. osztály: távolugrás 180—240 cm, magasugrás 70—80 cm. (2)

1952

A Közoktatási Minisztérium és az OTSB közös rendeleteivel 1952-ben jelent meg — lépcsőzetes bevezetési utasítással — az általános iskolák módosított testnevelés-tanterve. A tantárgyi célkitűzések:

„A termelőmunkára és szocializmust építő hazánk védelmére való felkészülés feltételeinek megteremtése.

Az egészség megszilárdítása és a szervezet normális, sokoldalú fejlődésének támogatása.

A szervezet erejének, ellenálló képességének, teherbíró képességének és alkalmazkodóképességének növelése, a mozgásszervek működőképességének fejlesztése.

A munkában, a sportban és a rendkívüli viszonyok között használatos mozgások elsajátításával és változatos körülmények között való alkalmazásával az általános mozgáskészség és ügyesség fejlesztése.

Az egészséges élethez, valamint a rendszeres testgyakorláshoz és sporthoz szükséges alapvető ismeretek nyújtása, megfelelő készségek és szokások kialakítása.

A testnevelés eszközeivel a szellemi fejlődés, a szocialista erkölcsi jellem kialakításának támogatása és közreműködés a politéchnikai készségek kialakításában és az izlés nevelésében.” (3)

Már a célfogalmakból is kiderül, hogy azok jelentős része az egészségnevelés körébe tartozott, s ennek megfelelően fogalmazódtak meg az eszközök is:

a) testgyakorlatok (pszichofizikai képességek alapján felépülő rendszer),

b) a természet természetes erői,

c) az egészség fenntartását biztosító körülmények.

Ebből az következne, hogy a szervezet edzésére, a kondicionálásra helyeződik a fő hangsúly. Ezzel szemben a tanterv szerkezeti felépítése, valamint az utasításban szereplő módszertani elvek az oktatásközpontú, a mozgásformák elsajátítására törekvő testnevelés értelmezését fűzzék alá: „A testnevelés oktató tantárgyat képez... A testnevelés célját és feladatait oktatással és gyakoroltatással oldjuk meg... az oktatás a fontosabb... A készségek megváltozott körülmények között való alkalmazására a tanulókat éppen úgy oktatnunk kell, mint magára a mozgásra...” stb.

Az eszközök közül is a testgyakorlatok kapnak kiemelt szerepet, amelyek egy kötelezően előírt óraszerkezett en nyerek funkcionális értelmet: A *bemelegítést* követő órarezs (*előkészítő rész*) a pszichofiziológiai képességek fejlesztésének sokoldalúságát kívánja megvalósítani a gimnasztikai mozgásanyag felhasználásával. *Az óra fő részében* a mozgásformák oktatása, második felében azok alkalmazásának tanítása a feladat. Ez utóbbi döntően játékokban valósul meg, amelyben az oktatásközpontú testnevelés-felfogásnak megfelelően azok oktatási menete, tanítási szempontjai hangsúlyozottak.

Az az elv, hogy „a testnevelés éppen olyan elbírálásban részesül, mint az iskola óraterében szereplő bármely más tantárgy”, a *követelményrendszer* kidolgozását is szükségessé tette. Az értékelés folyamatos és időszakos ellenőrzések segítségével történt, amelyben a „gyakorlati tudás” jelentette az alapot és ehhez kapcsolódott a közösségi munka, valamint az orvosi csoportbesorolás szempontja.

A *folyamatos ellenőrzés* célja a mozgás-

tanulásban elért technikai tudás megállapítása volt: „5-ös érdemjegyet kap az, aki a mozgást helyes technikai formában, biztosan, megfelelő ütemben és lendülettel, könnyedén, pontosan hajtja végre...”

Az *időszakos ellenőrzéseken* a tanuló által elért teljesítménynek, eredménynek volt döntő szerepe.

Ilyen követelményt írt elő a tanterv az előkészítő mozgásanyag felmérésére (pl.: VIII. oszt.: az LMHK 5—8. „szabadgyakorlat-füzér”-jének előírás szerinti bemutatása), valamint az atlétika körébe tartozó (futás-, ugrás- dobásgyakorlatok) mozgásformákban mért teljesítményeire (pl.: V. oszt.: távolugrás 230 cm, magasugrás 80 cm).

A *tantervi követelmények* — minőségi és mennyiségi mutatói egyaránt — a közepes (3-as) érdemjegyet jelentették. Az utasítás előírásai az osztályzat végső megállapításában meglehetősen szigorú, s alapvetően mechanikus módszert jelentettek. A negyedévenként kötelező ellenőrzések végeredményében pl. a közösségi munkát egy érdemjegy formájában, a szorgalmat és aktivitást csak tízesed értékekben lehetett figyelembe venni.

A követelmények tehát a technikai tudás (végrehajítás) szintjére, illetve atlétikában ezen túlmenően a mérhető teljesítményre vonatkoztak.

1956—1958

Az 1950-es évek második felében kiadott általános iskolai testnevelés-tantervek (1956 és 1958) koncepcionálisan nem jelentettek újat az 1952-es célokhoz, feladatokhoz és követelményekhez viszonyítva.

Az *alsó tagozat tantervében* (4) a feladatfelsorolásban ismét megtaláljuk azt a gondolatot, amelyet az 1946-os tanterv fejtett ki utoljára, amely az 50-es évek elején háttérbe szorult: „...a tanulók a testnevelési órán játék közben adódó egyszerű feladatok önálló megoldására képesek legyenek.” De ez a játékok oktatásközpontú tanítási és foglalkoztatási kereteit nem érintette, sőt az elsajátítást követelmények bevezetésével tették még inkább tanulási anyaggá. Az önálló feladatmegoldás ismételt szerepeltetésének kiemelését azért tartjuk fontosnak, mert a későbbi tantervekben (1962, 1968,

1973, 1977) ez középponti tantárgy-pedagógiai kérdéssé válik.

A *felső tagozat tanterve* — a korábitól eltérően, de azzal azonos anyagkiválasztással — már torna, atlétika, játék csoportosításban adja a tanítás anyagát. A korábbi tanterv maximalizmusára hivatkozva csökkent a rend- és előkészítő gyakorlatok mennyiségét, de ez a csökkentés alapvetően a testnevelési játékokat, sportjátékokat érinti. A korábbi négy sportjáték helyett csupán a kézilabdázást, ezt is csak a VII—VIII. osztályban „teszi a tanítás tárgyává”. (5)

A követelmények is csökkennek (pl. az előkészítő gyakorlatok bemutatása), de továbbra is megmaradnak az atlétika számszerű követelményszintjei.

Összességében az 1956—58-as általános iskolai testnevelési tantervek tovább erősítették a tananyag-központú, a nevelési feladatokat háttérbe szorító tanítási gyakorlatot. Az iskolafok általános feladatának megfelelően egy olyan alapvető és bizonyos értelemben befejezettnek tekinthető művelődési anyagot írtak elő, amelynek elsajátításával nem valósulhattak meg azok a tantárgyi feladatok, hogy „a tanulók szükségletüknek érezzék a testgyakorlati ágakban való továbbképzésüket és képesek legyenek önálló gyakorlásukra is”.

Az 50-es évek tanterveinek *követelményrendszerében* is megtalálható egy jelentős elmentmondás. A mozgások végrehajtásának következetes végigvitele mellett csak az atlétikai gyakorlatok kaptak konkrét, mérhető követelményeket. Sőt ezek a cm, sec értékek az utasításnak az egyéni képességek figyelembevételére történő utalása ellenére sem vették figyelembe az átlagértékekhez viszonyított szórásértékeket. Későbbi felmérések bizonyították, hogy a variációs együttható értékei 10—18 éves korban, ezekben a teljesítményekben nagyon magasak. (Bakonyi F. 1973.)

A kitűzött tantárgyi feladatok teljesítését nehezítette ezenkívül a pszichológiai — nevelési szempontok figyelmen kívül hagyása (tanulói motiváció, sablonos órák stb.), a kiadott, merev előírások felügyeleti ellenőrzése, a mozgástanulás folyamatának merev fiziológiai, biomechanikai értelmezése.

Az 1950-es évek rendkívül jelentősek azonban abból a szempontból, hogy ekkor feje-

zódott be a *testnevelés mozgásanyagának stabilizálódása*. Hogy a torna, az atlétika és a játékok alkotják a tantervek gerincét, az nem véletlen. Ezek a testgyakorlati ágak — vagy ezek mozgásfajták szerint csoportosított anyaga — elméleti megfontolások és gyakorlati tapasztalatok alapján kaptak helyet az iskolai testnevelésben. A sokoldalúság alapelve azonban a kialakult új tartalom keretei között a differenciált képességfejlesztést helyezte előtérbe, s ez szükségszerűen a maximalizmusba torkollott.

Az ellentmondások feloldására ideiglenesen tananyagcsökkentésre került sor (1961), illetve megkezdődtek az új tantervek előmunkálatai. (6)

1963

A kiutat a Pedagógiai Tudományos Intézet 1960-ban kidolgozott irányelvjavaslata fogalmazta meg. (Burka E. 1960.) Az irányelvek elemző háttérét a szerzőnek egy korábbi műve jelentette (Burka E. 1959.), mely a testnevelés mozgásanyagát *történeti szemlélettel* tette vizsgálat tárgyává. Kimutatta, hogy a gutsmuthsi gyakorlatanyag sajátos volt ugyan, de végső soron nem mutatott különleges jegyeket, speciális mozgásai alig voltak, úgyszólván az életben előforduló mozgásokból álltak. Ugyanakkor a változatok keresése ennek a rendszernek egyik fontos átfogó elve volt. A svéd torna gyakorlatai csupán eszközi értékű mozgások voltak, a német torna testgyakorlatai pedig a feladatot egyfelől minél több változatban, másfelől minél többféle megoldásban reprezentálják. Más típusú feladatmegoldást jelent az atlétika mozgásanyaga, és megint más típust a sportjátékok „komplex feladathelyzete”. Ez az elemzés rámutatott arra is, hogy az időleges kapcsolatok fontossága vitathatatlan, de csupán a reflexmechanizmusok kialakítására való törekvés nagy hiba. Sőt, a változatos körülmények közötti alkalmazás hangsúlyozása is kevés, mert ezzel még nem érhető el a feladat megoldási módjainak helyes megválasztására való nevelés.

A *tantervi irányelvjavaslat* kritikai bírálat alá vette az 1956—58-as tanterveket. Megjelölte azokat a pontokat, amelyekben előbbre kell lépni:

— jobb feltételeket kell biztosítani a testi fejlesztés, az edzettség növelésére;

— jobb lehetőséget a testnevelés és sport megszerettetéséhez;

— rugalmasabb tanterv kell, hogy a helyi lehetőségeket jobban kihasználhassuk;

— teljesítményképes tudás biztosítása, a tudás alkalmazására neveljünk;

— fokozni kell a tanulói aktivitást.

Ezeknek megfelelően az új tanterv nem leíró jellegű kellett legyen. Azt kívánta, hogy az egyes technikai mozzanatokat megfelelő összefüggésbe ágyazva kell tanítani. (pl.: súlylökés — szeryorsítás)

Az alkalmazásra vonatkozó előírásokat — a gyakorlatanyagon túlmenően — a követelmények is tartalmazták: lássák a tanulók az eredményesség tényezőit!

Összefoglalva az 1963-as tanterv új iránytörekvéseit, talán az alábbi feladatmegfogalmazás a legkifejezőbb: „...meg kell tanítani a tanulókat azokban az *összefüggésekben gondolkodni*, amelyeket a különböző testgyakorlati ágak anyagainak elsajátításakor ismernek meg. Egyúttal pedig arra kell nevelni őket, hogy ezeket az *ismereteket sikeresen alkalmazzák* olyan feladatok megoldásában, amelyeket egyrészt maguk a testgyakorlati ágak nyújtanak, másrészt az életben találkozhatnak velük”. (Burka E. 1962)

Az új tanterv szempontjából hátrányos volt, hogy a testnevelés elmélete és módszertana még nem vette át ezeket az új törekvéseket (Czirják J. 1962). Az oktatás anyagaként és céljaként továbbra is a testgyakorlatok szűken értelmezett elsajátítása állt: a testnevelés sajátos ismeretanyaga a testgyakorlatok technikája. Ez elsősorban az új tantárgyi feladatok gyakorlati megvalósulását hátráltatta, de nehézséget okozott a helyes követelményértelmezés kialakulásában is.

Az 1—4. osztály számára a testnevelés tanításának feladatait a tanterv a következőkben határozta meg. (7):

„A testnevelés feladata, hogy előmozdítsa a tanulók szervezetének sokoldalú fejlődését, és hozzájáruljon a szocialista embert jellemző tulajdonságok és jellemvonások kialakulásához.” Ennek a céljellegű, általános feladatnak a megvalósítása érdekében részletezi, konkretizálja a tennivalókat, amelyek közül két új szempont kiemelése indokolt:

„...konkrét mozgásos feladatok útján fejlesse készségeiket..., ezzel ügyességüket,

cselekvésgyorsaságukat és könnyed erőki-fejtést igénylő feladatokkal testi erejüket és állóképességüket.”

„...alakítsa ki a tanulóknak annak tudatát, hogy a testnevelés egészségük és ügyességük fejlesztésének fontos eszköze.”

A felsőtagozat tanítási feladatai között ez a két gondolat még határozottabban szerepel:

„...fejlessze a tanulók tudatos helyzetfelismerő és feladatmegoldó képességét...”

„...alakítsa ki a tanulóknak annak tudatát, hogy a testnevelés és a sportolás az egészség, a munkaképesség megőrzésének és fejlesztésének fontos eszköze és egyben a kulturált, a hasznos szórakozás egyik formája is.”

Ez a tantárgy számára azt is jelentette, hogy nemcsak arra kell törekedni, hogy az iskolai évek tartamára biztosítsuk a tanulók egészségét, helyes testi fejlődését, hanem arra is, hogy az kihasson a tanulók iskola utáni életére.

A későbbiek során a tantervek módosulnak ugyan (1969, 1973), de a célfeladat-rendszerben egyre kristályosabban találjuk meg a „sokféle cselekvésminta” elsajátításának szükségességét.

Az ismeretek elsajátítása fontos feladat maradt (a tananyagcsökkentések ellenére), a sportági ismeretanyag jelentősége nem csökkent. A javulás, a fejlődés a mozgások, testgyakorlatok pusztá ismétlésével csak nagyon rossz hatásokkal valósíthatók meg. A teljesítmény javulása csak megfelelő elvek, törvényszerűségek érvényesítése esetén következik be. Ezért a megfelelő testgyakorlatok végrehajtási módjának elsajátítása mellett el kell juttatni a tanulókat ezekhez az ismeretekhez is. (Burka E. 1970)

Az 1963-as tanterv — az 1969-es módosításig — jelentősen megváltoztatta a követelményeket is:

„A testnevelésben a követelmény a tanterv mozgásanyaga. Az osztályzás fő tárgyát a tanterv mozgásanyagából — az atlétika, torna, játék köréből, az adott osztályokban rögzített szinten — arányosan válogassuk ki és az ölelje fel a leglényegesebb gyakorlatokat.” (7)

Megszűnt tehát az 50-es évek mérhető, merev és egyoldalú követelményrendszere, de nem lett a tantárgyi feladatrendszernek meg-

felelő, adekvát forma sem. Hiszen a konkrét mozgásanyag, a leglényegesebb gyakorlatok számonkérése továbbra is a technika tanítása, a mozgásoktatás irányába hatott. Bizonyítják ezt a szakfelügyelet által végzett tanítási eredményességvizsgálatok (Varga S. 1967.), illetve a követelményekkel, az osztályzással összefüggő viták, szakmai problémák (Tiboldi T. 1965, 1966, Sós I. 1965).

Tantervek, dokumentumok

- (1) Tanterv az általános iskola számára. Országos Köznevelési Tanács, Bp., 1946. 75.
Részletes útmutatások a 11. füzet. Testnevelés Országos Köznevelési Tanács, Bp., 1946. 27.
- (2) Tanterv az általános iskolák számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1950. 61.
- (3) Testnevelés az általános iskolában. Tanterv és útmutatás Sport Lap- és Könyvkiadó V., Bp., 1952. 579.
- (4) Tanterv és utasítás az általános iskola I—IV. osztálya számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1956. 356.
- (5) Tanterv az általános iskola V—VIII. osztálya számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1958.
- (6) A művelődésügyi miniszter 126/1961. (MK. 10.) MM sz. utasítása az általános iskolai tanterv módosításáról. A művelődésügyi miniszter 4. sz. levele az általános iskolai tanulók túlterhelésének megszüntetéséről.
- (7) Tanterv és utasítás az általános iskolák számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1963. 670.

Lengyel rendelet a sportban tehetséges fiatalok képzéséről

- Simon Gy.:* A köznevelésügy fejlődésének néhány sajátossága. Nevelésügyünk húsz éve 1945—1965. (Szerk.: Simon Gy.) Tankönyvkiadó, Bp. 1965., 601.
- Testnevelés.* Kézikönyv az általános iskolák I. osztályának tanítói számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1958. 88.
- Testnevelés.* Kézikönyv az általános iskolák II. osztályának tanítói számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1958. 94.
- Testnevelés.* Kézikönyv az általános iskolák III. osztályának tanítói számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1958. 94.
- Testnevelés.* Kézikönyv az általános iskolák IV. osztályának tanítói számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1958. 108.
- Sós I.:* Az iskolai testnevelés és sport fejlődése 1948-tól napjainkig. Sport és Tudomány, 1958. 1—4. sz.
- Burka E.:* A testnevelés mozgásanyagának alapproblémái. (Tanulmányok) Bp. Felsőoktatási Jegyzetellátó Vállalat. 1959. 218.
- Burka E.:* Az új általános iskolai testnevelés-tanterv új vonásai. (Kézirat) Országos Pedagógiai Intézet Bp., 1962. 30.
- Bakonvi F.:* Célkitűzések a tanulók fizikai erőnlétének fejlesztésére. A testnevelés tanítása. 1973. IX. évf. 6. sz. 164—172.
- Sós I.:* A testnevelés érdemjegyének megállapítása. A testnevelés tanítása. 1965. I. évf. 5. sz. 129—136.
- Tibördi T.:* Tapasztalatok az általános iskolai tantervről és nevelési tervről. A testnevelés tanítása. 1965. I. évf. 6. sz. 163—166.
- Tibördi T.:* A tanulói teljesítmények értelmezése és az osztályzás. A testnevelés tanítása. 1966. II. évf. 71—75.
- Tibördi T.:* Az általános iskolai tanterv és nevelési terv vizsgálata Baranya és Szolnok megyében. A testnevelés tanítása. 1966. II. évf. 182—186.
- Czirják J.:* Testnevelélmélet. Sport, Bp., 1962. 187.
- Lévay Pálné—Szijj Z.:* Testnevelés. Kézikönyv az általános iskolák testnevelést tanító nevelői számára. (V—VI osztály) Tankönyvkiadó, Bp., 1961. 176.
- Lévay Pálné—Szijj Z.:* Testnevelés. Kézikönyv az általános iskolák testnevelést tanító nevelői számára. (VII—VIII. osztály) Tankönyvkiadó, Bp., 1962. 178.
- Varga S.:* A tanítás eredményességének vizsgálata és tapasztalatai Budapesten. A testnevelés tanítása. 1967. III. évf. 1. sz. 5—8.
- Burka E.:* Adalékok a tantervmélethez. (I—IV) A testnevelés tanítása. 1970. VI. évf. 3. sz. 76—80.; 1970. VI. évf. 4. sz. 108—112.; 1970. VI. évf. 5. sz. 133—138.; 1971. VII. évf. 1. sz. 15—19.; 1971. VII. évf. 2. sz. 39—75.

A lengyel párt és kormány határozatai különösen nagy jelentőséget tulajdonítanak az ifjúság testi nevelésének. Ezt a célt szolgálja a *sportiskolai hálózat* létrehozása is. A sportiskolák teljes egészében feldolgozzák a megfelelő osztály tananyagát is, emellett biztosítják tanulóik egészséges testi fejlődését, képzését a sportban. A tanulók speciális képesítést (bíró, oktató, szervező) is szereznek.

A sportiskolák típusai:

1. Bővített testnevelési tantervű iskolák — ez a képzési forma az I—V. osztályban *heti 6 óras* testnevelési foglalkozást ír elő. A bővített testnevelési tantervű osztályok továbbvihetők a felsőbb évfolyamokra, ekkor a sportiskolák tantervei szerint dolgoznak.

2. Sportiskolák:

a) Testnevelési tagozatos iskolák. A vajdasági vezető szervek hozzák őket létre a miniszterrel egyetértésben. Heti testnevelési és sportóraszámuk 8—18 óra a választott sportágtól függően.

b) Sport mesteriskolák a legtehetségesebb sportoló fiatalok számára.

A megfelelő sportszövetség javaslatára indokolt esetben egyéni oktatás is szervezhető a különösen tehetséges sportoló fiatalok számára.

A sportiskolák évente kétszer (téli és nyáron) sporttábor rendeznek, összesen 40 nap időtartamra.

A sportiskola nagy fizikai és szellemi megterhelést ró a fiatalokra, oktatási és nevelési feladatai lényegesen nehezebbek a többi iskoláénál, ezért tanárként csak egyetemet végzett pedagógusok alkalmazhatók. A testnevelő tanároknak főiskolai végzettséggel és edzői képesítéssel kell rendelkezniük. A sportiskolákban külön igazgatóhelyettes foglalkozik a sportügyek intézésével, munkáját a pedagógusokból, orvosokból, edzőkből stb. álló sportbizottság segíti.

A sportiskolának a sportlétesítményeken kívül orvosi rendelővel, kezelőszobával, fizioterápiás rendelővel stb. is rendelkeznie kell. A tanulókat 3 havonként rendszeres orvosi vizsgálatnak kell alávetni, amelynek eredményeit egészségügyi könyvükben és lapjukon tartják nyilván. A rászoruló tanulóknak kollégiumi elhelyezést kell biztosítani. A sportiskolába olyan tanulók vehetők fel, akiknek tanulmányi eredménye jó, egészségi állapota igen jó, teljesíteni tudják a fizikai ügyességi próbákat, tehetségük van egy választott sportághoz, a szülei írásban beleegyeznek abba, hogy a sportiskolába járjanak.

A vajdasági tanügyi szervek biztosítják a sportiskolák működésének anyagi fedezetét.

A sportiskolákat sportegyesületek is patronálhatják. Ebben az esetben az iskola tanulói az országos versenyeken a sportegyesület színeiben indulnak.

A mesteriskola tanulói az Iskolai Sportegyesület színeiben versenyeznek, az iskola elvégzése után viszont érnek eredeti egyesületükbe.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 5., 75—78.)

Didaktikai egységek tervezése

VARGA SÁNDOR

Az 1963-ban megjelent reformtervek óta az oktatás módszertani eljárásai folyamatosan fejlődtek. A Sportélet 1965. májusi számában az iskolai testnevelésre és sportra vonatkozó mellékletben a következők találhatók: „Az óra didaktikai feladata nem más, mint az oktatási folyamat egy vagy több fő mozzanata, amelyet, illetve amelyeket a folyamat egy adott szakaszán valamely órában meg kell valósítanunk.” (Nagy Sándor)

Burka Endre, Czirják József, dr. Kálmanchéy Zoltán és Sós István szerzők a következőket írták ebben a számban: „Éppen ezért az látszik célszerűnek, ha nem előre megadott szerkezethez (felépítéshez) igazítjuk az óra tartalmát — bármilyen rugalmasan is kezeljük ezt a szerkezetet — hanem az óra pedagógiai-logikai menetének egyes lépései eredményezzék a felépítést, az óra szerkezetét.”

Következtetésem az, hogy a tanítás menetére didaktikai egységeket szükséges tervezni. A tantervet nem lehet olyan leíró jellegű alapidokumentumnak tekinteni, amelyből a tanterv felsorolási rendjében címszavakat kell kimásolni és időkeretbe (tanítási, összetett tanítási egységbe) sorolni.

A didaktikai egységeket az időszaknak (termi, szabadtéri), a tanítás menetének (általános képességfejlesztés, speciális előkészítő gyakorlatok), illetve az anyagban való előrehaladás mértékének (ismeretszerzés, begyakorlás, felhasználás) megfelelően a módszer és a felhasználandó óratípus átgondolásával célszerű tervezni.

Egy-egy didaktikai egység tervezése nem lehet kiragadott feladat, ehhez a tanterv szerkezetében megjelenő tartalmat, belső összefüggést, nevelési és oktatási célkitűzé-

seket, feladatokat, követelményeket a mozgásanyaggal együtt kell értelmezni és feldolgozni, amelyhez a tantervnek az előzetes teljes ismerete szükséges. Ennek alapján lehetséges az összetartozó részek, különösen a képességfejlesztés és a testgyakorlati ágak mozgásanyagának *kigyűjtése* olyan módon, hogy azok illeszkedjenek a követelményekhez (oktatási-nevelési és szakmai követelmények). Ez teszi lehetővé a képességfejlesztés és mozgásanyag óratervében meghatározott idejének együttes „fogyasztását”, természetesen a felhasználandó óratípusok és a módszer átgondolásával.

Írásomban tapasztalatcsere-jelleggel négy didaktikai egység ilyen módon való feldolgozásáról adok számot, hangsúlyozva, hogy a lehetséges feldolgozásnak ez csak egy változatát jelenti.

A didaktikai egységek tervezése nem jelenti a tanmenetkészítés eddigi elveinek feladását, csupán egy-egy tanítási, összetett tanítási egység időegységbe való besorolásának didaktikai összerendezését érzékelteti.

A kidolgozáshoz néhány magyarázat kívánkozik:

1. A távol- és magasugrást azért rendeztem egy didaktikai egységbe, mert így a tanulókkal érzékeltethető a két ugrás közötti különbség.
2. A kézilabda didaktikai egysége 2×8 óras időegység, amely őszi és tavaszi időszakra is szétválasztható.
3. A tantervben jelölt minimumkövetelményt (a tornánál ez a tantervből csak érzékelhető) aláhúzással jelölöm.
4. A követelményekben jelölt nevelési követelmények egyrészt állandó jellegű feladatot jelölnek (pl.: tartsák meg a játékszabályokat, balesetvédelmi előírásokat, higiénias követelményeket), másrészt a rendgyakorlatokhoz kapcsolódtak, ezért azokat a didaktikai egységben külön nem jelöltem.
5. A didaktikai egységek tervezésének ez a módja a közölt minta alapján az adott iskolafoknak, iskolatípusnak, testnevelési osztályoknak ugyanilyen felfogásban tervezhető.
6. A tanmenet ilyen feldolgozási módjának előnye az, hogy laponként közös irattartóban vagy összefűzve tartható és egy-egy évfolyam minden osztályában alkalmazható. A tanterv ismeretében elkészítése nem időigényes. Egy-egy didaktikai egység összeállítása kb. 30 perc.

Az őszi időszakban felhasznált óra

Atlétika

Ugrások: 5 óra + kép.fejl.: 2 óra = 7 óra

A nevelés-oktatás anyaga	Tanévi követelmény	Tanítási időegység	Részletes követelmény az oktatás menetében						Állandó jellegű gyakorlatok	Az ellenőrzés anyaga
			Ismeretszerzés	órátíp.	Begyakorlás	órátíp.	Felhasználás	órátíp.		
Ugrások: távolugrás, magasugrás.	<i>Sajátítsák el a magas- és távolugrás alapvető fázisait, a nekifutás és ugrás lényeges elemeit, ismerjék a légmunka legelemibb szabályait, tudatosuljon a felugrás.</i>	II/7 óra 2 óra képességfejlesztés, 2 óra gyakorlás, 3 óra felhasználás	Képességfejlesztő gyakorlatok a mozgástapasztalat megszerzésére: a jártasság szintjén fel-, le-, elugrások. <i>Az elrugaszkodó láb kiválasztása, a különbség felfedezése a fel- és elugrás között. A roham hosszának gyakorlati kimérése.</i>	Atlétikai alapozó óra: 2 óra.	Magasságra törekvés kényesítő helyzet alkalmazásával (felfüggesztett tárgy, ugróléc stb.). A roham távolságának és iramának begyakorlása, próbaugrások <i>a készségi szint elérésére.</i>	Atlétikai begyakorló óra: 2 óra.	Eredményre törekvés játékos versengéssel, a választott technikával; a nekifutás, kitémasztás és felugrás, ill. elugrás összefüggése az eredménnyel. Magasugrásban a <i>sodródásig</i> , távolugrásban az <i>elugrás után a felszálló ívig</i> . A légmunka és a talajérés minimuma.	Versengési, vetélkedési óra: 3 óra.	Iramfutások, rajtversenyek.	Magasugrás; 5—6 lépés nekifutással felugrás; értékelés a <i>sodródásig</i> . Távolugrás az elugrás szakasza; értékelés az <i>elugrás magasságra törekvéssel</i> , 60 cm-es sávból, guggoló technikával.

Didaktikai egység tervezése az általános iskola 5. osztályában

Atlétika, őszi időszak: hajítás

Az őszi időszakban felhasznált óra

Hajítás: 3 óra+kép.fejl.: 2 óra=5 óra

A nevelés-oktatás anyaga	Tanévi követelmény	Tanítási időegység	Részletes követelmény az oktatás menetében						Állandó jellegű gyakorlatok	Az ellenőrzés anyaga
			Ismeretszerzés	óra-típ.	Begyakorlás	óra-típ.	Felhasználás	óra-típ.		
Hajítás.	<i>Sajátítsák el a hajítás legjellegzetesebb mozzanatát; az ívképzést; valamint a kar és váll mozgásának összehangolását.</i>	III/5 óra 2 óra képességfejlesztés+1 óra begyakorlás +2 óra felhasználás.	Képességfejlesztő gyakorlatok a mozgástan tapasztalat és mozgásszabályozás megszerzésére; hajítás fekve, ülve, állva, szemből, oldalt felállással, lépésből, futásból, kidobóállásból, becsúszással, keresztlépéssel, távolba vízszintes célba, függőleges célba, mozgó tárgyra. A dobás eredményességének tapasztalata.	Atlétikai képességfejlesztés; alapozó óra: 2 óra	Kislabdahajítás távolba, nekifutással; választhatóan keresztlépés v. becsúzás; a ki dobóhelyzet felvétele; ívképzés.	Atlétikai begyakorló óra: 1 óra.	Játékos verseny dobóvonal mögül, távolosságra, vízszintes és függőleges célra. A technika (erőközlés útja) és a dobás eredményessége összefüggésének felismerése.	Atlétikai versenyek, vetélkedési óra: 2 óra.	Kiegészítő gyakorlatok; gumikötélgyakorlatok; bordásfalnál és társ segítségével az ívképzés kiképzésére.	A roham, a lekészítés; értékelés; az ívképzés

A téli időszakban felhasznált óra

Szekrényugrás: 3 óra

Kép. fejl.: 3 óra = 6 óra

Nevelés- oktatás anyaga	Tanévi köve- telmény	Tanítási időegység	Részletes követelmény az oktatás menetében						Állandó jellegű gyakor- latok	Az ellenőrzés anyaga
			Ismeretszerzés	órátíp.	Begyakorlás	órátíp.	Felhasználás	órátíp.		
Szekrény- ugrás; ugró- szekrény hosszában, fiúknak, lányoknak 3–4 rész- magas, fel- guggolás, gurulóát- fordulás előre a szek- rényen.	<i>A nekifutás és támaszvé- tel (felgug- golással) legyen len- dületes, folyamatos.</i>	X/6 óra	Ugrások szök- delléssel, támasz- és függésgya- korlatok ké- pességfejlesztő anyagai, ki- emelten a neki- futással páros lábról történő elugrások vál- tozatai, moz- gástapasztalat megszerzése, mozgásszabá- lyozás.	Torna- alapozó, képes- ségfej- lesztő óra: 3 óra.	<i>Nekifutás és az elugrás kis ívé- nek gyakorlása,</i> ebből felguggo- lás a szekrény- re; a képesség szintjének el- érése.	Torna begya- korló óra: 1 óra.	<i>Nekifutással történő páros lábás elrugasz- kodással fel- guggolás a szek- rényre.</i> A szek- rényen játékos feladatmegol- dások; gu- rulóátfordulás, független re- pülések for- dulatokkal. Versengések.	Torna- játékos versen- gési óra: 2 óra.	A vállöv tá- maszerejének és az ugróerő növelésére szol- gáló gyakorla- tok a torna- előkészítő gya- korlatok anya- gának felhasz- nálásával.	<i>Nekifutás, páros lábról történő el- ugrás, fel- guggolás a szekrényre.</i>

Az őszi vagy a tavaszi időszakban felhasznált óra

Kézilabda: 12 óra

Kép. fejl.: 4 óra = 16 óra

A nevelés- oktatás anyaga	Tanévi köve- telmény	Tanítási időegys.	Részletes követelmény az oktatás menetében						Állandó jellegű gyakorlatok	Az ellenőrzés anyaga
			Ismeretszerzés	órátíp.	Begyakorlás	órátíp.	Felhasználás	órátíp.		
Kézilabda helyezkedés a védőktől való elszakadással és átadás ked- vező hely- zetben levő játékosnak.	<i>Ismerjék az el- lenféllel szem- beni játékok- ban a védő és támadó helyez- kedés legáltalá- nosabb szabá- lyait. Tudjanak három—öt mé- teres távolság- ról pontos át- adásokat végre- hajtani; lab- daátvételre való helyezke- désben töre- kedjenek a vé- dőtől elszakad- ni.</i>	VII/16. (8+8 óra)	Fogójátékok. Egyéni, sor- és váltóversenyek labdával (lab- daadogatás, dobás, gurítás) Célabdobó- verseny. Zsá- molylabda, pontszerző különböző feladatokkal és megkötések- kel.	Kézi- labda képes- ségfej- lesztő, alapozó óra: 4 óra.	Zsámoly- labda, kézi- labda-meg- oldással, helyezke- dés 1:1, 1:2, 3:2 stb. felál- lásban; csoportjá- ték.	Kézi- labda óra cso- port- ban: 4 óra.	Cserekézi- labda sza- bálykönnyí- téssel, ké- zilabda csök- kentett já- téktérrel, kézilabda- csapatjáték.	Játék- óra: 8 óra.	Szabadfoglal- kozás labdával, a tesztelmé- rés labdaügyes- ségi gyakorla- tok felhaszná- lásával.	3:2 elleni já- ték; az ellen- őrzés anyaga: <i>helyezkedés, labdaátadás, labdaátvétel.</i>

Középiskolai tanulók testösszetétele és szomatotípusa

Vizsgálati anyag és módszer

Százhetvennégy, 12—18 éves tanulót vizsgáltunk, melynek során részletes antropometriai programot valósítottunk meg, Martin szerint. A bőrredőméreteket „Lange” típusú eszközzel mértük a kar hátsó felszínén (triceps), a lapocka alsó csúcánál és a csípőcsont felett a hónalji középvonalban. A testfelületet Isaksson szerint határoztuk meg, míg a testzsírt Enilina után az alábbi formulával számítottuk a fenti és további három bőrredő alapján

DR. FARMOS ISTVÁN

bőrredőátlag · testfelület.
2

A testnevelés tanítása 1979. évi 5. számában már beszámoltunk azokról a megismert vizsgálatokról, amelyeket tíz év után a Kaposvári Móricz Zsigmond Mezőgazdasági Szakközépiskolában végeztünk. Vizsgálói metodikánk bővülésével ezúttal lehetőségünk nyílt arra is, hogy a tanulók szomatotípusát és testösszetételét tanulmányozzuk.

Az emberek típusbasorolása az ókori gondolkodókig nyúlik vissza. Hippokratész tartja az első tipológusnak a szakirodalom. A századfordulón, majd a húszas években kialakult alkati iskolák képviselői közül legismertebb Kretschmer és az általa kialakított típusok, a piknikus, az atléta, a leptosom. Módszerének hátránya, hogy az alkatötvözet leírására kevésbé alkalmas.

Sheldon 1940-ben publikálta eredeti módszerét, amely a csíralemezekből kialakuló szervrendszerek dominanciájának vizsgálatára épül, és lehetőséget ad az alkatötvözet leírására.

Heath és Lindsay Carter (1967) Sheldon módszere mellett bevezette a testméresem alapuló tipizálást. Vizsgálataink során ez utóbbit alkalmaztuk.

A testösszetétel tanulmányozása nem tekinthető vissza ilyen hosszú időre. Csupán néhány évtizede alakult ki a bőrredő metrikus vizsgálata, majd a bőr alatti zsírszövet, és a mozgás szempontjából aktív testtömeg — a sovány testsúly — arányának megfigyelése. A testzsír mennyisége függ a tevékenységtől — pl.: a rendszeres sportolástól — s ezért a humánbiológiának ez a területe a civilizációs ártalmak fokozódásával az érdeklődés középpontjába került.

Ha az így kg-ban számított értéket a testsúlyhoz viszonyítjuk, akkor a relatív testzsírt kapjuk; ha pedig levonjuk a testsúlyból, akkor a sovány testsúlyhoz jutunk.

A szomatotipizálás során három komponenst határoztunk meg. Az endomorf összetevő a relatív kövérseget, a mezomorf összetevő a relatív izmosságot, robusztusságot, míg az ektomorf összetevő a relatív soványseget, a lineáris testfelépítést jelenti.

Vizsgálati eredmények

A vizsgálati eredményeket az 1. táblázatban foglaltuk össze. Mint ahogy már korábbi közleményünkben megállapítottuk, sem a testmagasság, sem a testsúly középértéke nem különbözik szignifikánsan a tíz évvel korábbi vizsgálati eredményektől. Véli 1947/48. tanévi adataihoz viszonyítva azonban számottevő különbséget állapíthatunk meg. Így a 15 évesek 8,4 cm-rel és 8,5 kg-mal; a 16 évesek 8,1 cm-rel és 9,2 kg-mal; a 17 évesek 3 cm-rel és 5,2 kg-mal; a 18 évesek pedig 3,2 cm-rel és 5,5 kg-mal haladják meg a három évtizeddel korábbi kaposvári ifjak fejlettségét. Tendenciaként azt is megfigyelhetjük, hogy a vizsgált életkori intervallum fiatalabb évjáratánál (15—16 évesek) a differenciák nagyobbak, mint az idősebbek (17—18 évesek) csoportjainál. A 17—18 éveseknél — ugyancsak Véli adatait véve figyelembe — a súlybeli differencia nagyobb, mint a magasságbeli.

A relatív testzsír négy év alatt alig több mint fél százalékot változik és abból adódik, hogy a csípő és a has környékén foko-

	15 évesek	n=39	16 évesek	n=50	17 évesek	n=50	18 évesek	n=35
	\bar{x}	$\pm s$	\bar{x}	$\pm s$	\bar{x}	$\pm s$	\bar{x}	$\pm s$
Testmagasság	169,22	7,55	173,31	8,24	173,63	5,41	174,14	5,99
Testsúly	59,34	10,18	63,50	10,66	66,26	11,64	68,01	10,23
Testzsír%	18,86	6,79	19,40	7,40	19,50	6,03	19,52	6,46
Bőrredő-triceps (mm)	11,87	5,33	12,68	5,68	12,36	5,13	12,63	4,91
Bőrredő-lapocka (mm)	12,28	5,65	12,56	6,17	12,90	4,87	12,60	5,17
Bőrredő-csipő (mm)	18,49	7,83	19,38	10,27	20,86	7,78	20,26	8,36
Sovány testsúly	47,69	5,85	50,65	6,41	52,87	6,53	54,43	7,21
Endomorfia	4,27	1,56	4,37	1,61	4,62	1,30	4,49	1,46
Mezomorfia	4,32	0,90	4,39	1,29	4,48	1,14	4,70	1,30
Ektomorfia	3,28	1,02	3,43	1,29	3,15	1,13	2,83	1,28

1. táblázat

zottabban halmozódik fel a bőr alatti zsír. Az 1. ábrából, amelyen az egy szórás távolságot is feltüntettük, ez egyértelműen kiderül. Míg ugyanis a kar hátsó felszínén és a lapocka alatti bőrredők gyakorlatilag nem változnak, a csípőn mért bőrredő egyenletesen emelkedik. A relatív testzsír viszonylagos állandóságát az aktív testtömeg — sovány testsúly — tekintélyes, összességében 6,7 kg-ot kitevő gyarapodása okozza. Bizonyosra vehető tehát, hogy a testsúly változásának legfontosabb faktora a sovány testsúly növekedése.

A tanulók átlagos szomatotípusának jellegzetessége, hogy a relatív kövérség (endomorfia) és a relatív izmosság (mezomorfia) komponense közel azonos, a 4—4,5-es érték között váltakozik. A relatív soványság, nyúlánkság viszont az előbbieknél 1—2 értékkel kisebb.

A 2. ábrán a 15 évesek szomatotípusait tanulmányozhatjuk. Az átlag kevésbé jól jellemzi a mintát, hiszen az egyes személyek széles területen szóródnak. Szélső típusként a 8,5—7,5—0,5, a 3—6—1, a 2—4—4, a 4—2—4,5 és a 6—3—2,5 emelhető ki. A 16 évesekre (3. ábra) ugyancsak a széles szóródás a jellemző, noha az átlag nem különbözik a 15 évesekétől. A magas endo- és mezomorfia (10—9—0,5), a dominánsan magas mezomorfia (4,5—8—1), a lineáris alkat (3—2,5—5,5) és az igen kicsi mezomorfi komponens (5—2—4) mint szélső variáns is előfordulnak a mintában. A 17 évesek alkata egységesebb, mint az előző életkoré (4. ábra). Ebben a mintában is meg-

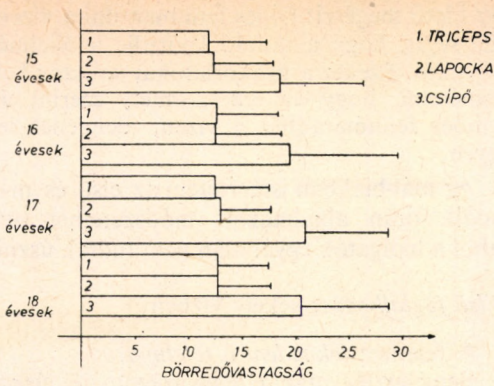
található a szélsően endo-mezomorfi alkat (8,5—8—1), a kövérhez közelítő típus (6—3—1,5) és a vékony alkatú diák (3—3—5,5). Többségüknel azonban az endo- és mezomorfi komponens egyensúlyban van. A 18 évesek mintája az alkati típus szempontjából polarizáltnak tekinthető. A középtípus a minta több mint 50%-ára jellemző. A másik nagyobb csoportba az endo-mezomorfi alkatú tanulók sorolhatók. Kevés számú viszont a lineárisabb alkatú egyén.

Összességében az a Sheldon által leírt tendencia tükröződik, hogy az átlagos népesítésre a széles variáció, a típusok sokfélesége a jellemző.

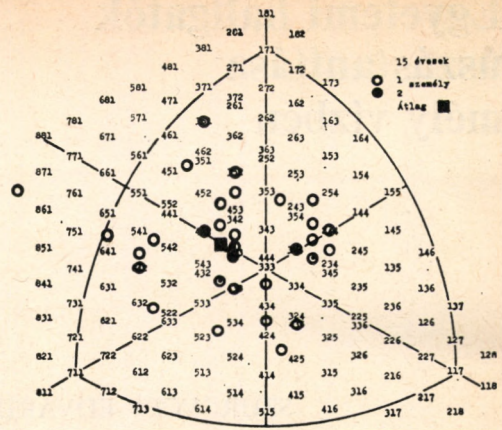
Munkánknak az iskolai testnevelésben is felhasználható tapasztalatait a következőkben látjuk:

1. A csípőn mért nagyobb bőrredővasság a törzsgyakorlatok fokozottabb alkalmazására, a csípőtájéki izmainak szisztematikus foglalkoztatására hívják fel a figyelmet. Sportolókon végzett vizsgálataink ugyanis azt mutatják, hogy a zsír a viszonylag kevésbé foglalkoztatott testtájakon halmozódik fel.

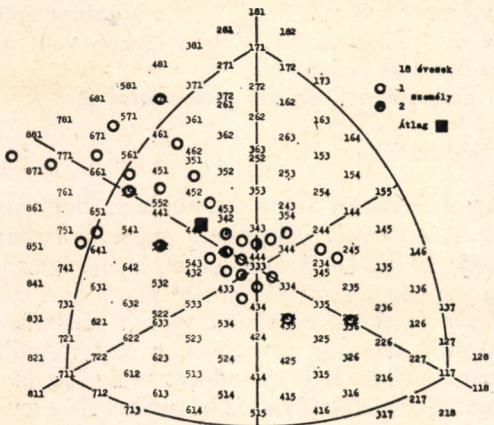
2. Ugyancsak a sportolók vizsgálati mutatnak rá arra, hogy a nagy volumenű és tartós terhelések csökkentik a relatív testzsírt. Így a testnevelési órán alkalmazott tartós futások — melynél a terjedelem és nem az intenzitás a domináns — kedvezően támogatják az életvitel szempontjából igen fontos mezomorfi faktort.



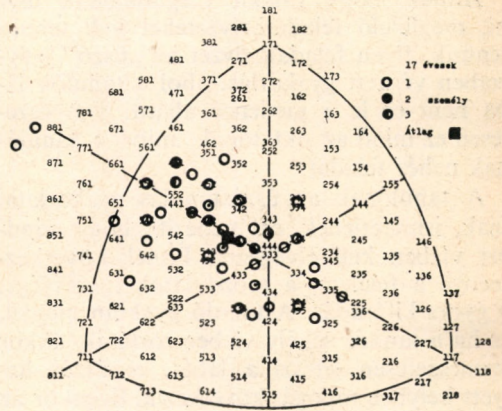
1. ábra



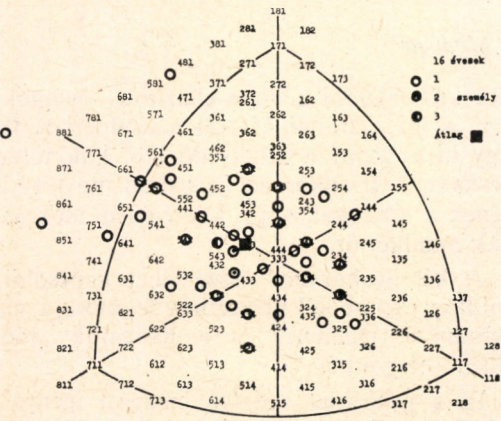
4. ábra



2. ábra



5. ábra



3. ábra

IRODALOM

- Eiben, O.: Az antropológia és a testnevelés és sporttudomány kapcsolata, valamint újabb eredményei. A testnevelés és sport időszerű kérdései, 1969. 1. sz. 41—65. old.
- Farmosi, I.—Derzsy, B.—Petz, V.—Rigler, E.: Középiskolai tanulók alkati és motorikus változása egy évtized alatt. A testnevelés tanítása, 1979. 5. sz. 133—137. old.
- Heath, B. H.—Carter, J. E. L.: Modified Somatotype Method. Am. J. Phys. Anthrop. 27. 1967. 1. sz. 51—74. old.
- Véli, Gy.: Újabb tanulmány a tanulói fűtség testi fejlődéséről. Biológiai Közlemények, 1956. 2. sz. 97. old.

Egyetemi hallgatók úszástanítása mély vízben

SZUROVCEV EDVÁRD

Úszástanítási módszerem nem újdonság, a gyakorlatban mégis kevesen alkalmazzák. Ezért szeretném közreadni tapasztalataimat.

Ahhoz, hogy valakit megtanítsunk úszni, megfelelő feladathelyzeteket kell teremtenünk. Ilyen feladathelyzet az „úszó” helyzetben végzett gyakorlás, ahol a tanulók lába nem ér le a medence aljára. Természetesen ez mind az októnak, mind a tanulóknak nehéz feladat.

A tanulóknak az úszástanulás gyakorlatai újak, ismeretlenek, ezt nehezíti, hogy mindent vízben kell elvégezni. Ennek következménye a félelem, a mozdulatok merevsége, a gyors kifáradás. A tanuló gyakran megáll, és ha a tanítás sekély vízben történik, akkor természetesen leteszi a lábát, és úszás helyett helyben topogás következik. Ilyenkor az oktató már hiába próbálkozik, a tanulók többsége nem tud ellenállni a kísértésnek: legalább egy pillanatra megpihen.

A tanulóknak tehát olyan feladathelyzeteket kell teremtenünk, amelyekben a tanuló nem tud leállni a medencében még akkor sem, amikor megszakítja az úszógyakorlat végrehajtását. Ellenkezőleg, igyekezetében, hogy végre biztos támpontot találjon, úszógyakorlatokat fog végezni, s ha szabálytalanul is, de úszni fog — legyőzve saját magát.

Természetes, hogy a mély vízben történő úszástanításra fel kell készíteni a tanulókat. Az előkészítést sekély vízben kell végezni, de nem egy fél évig. Meggyőződésem, 10 éves tapasztalatom alapján, hogy az előkészítéshez 10 tanuló közül 9-nél elég 1 óra. Ezt az órát azonban sokoldalú, színes gyakorlatokkal kell megtölteni, amelyek segítségével

az illető megérzi: képes fennmaradni a vízben. Ez segít, hogy a tanuló leküzdje a félelmet a víztől. Ezeket a gyakorlatokat sokszor kell ismételni, hogy az érzés, amely szerint az ember fennmaradhat a vízben, ideiglenes legyen.

Az alábbiakban ismertetem az első és második órán alkalmazott módszeremet ott, ahol a hallgatók egyáltalán nem tudtak úszni.

Első foglalkozás: sekély vízben

A feladat: leküzdeni a félelmet.

Bemelegítés után elmagyarázom az úszás elméletének legegyszerűbb elemeit. Különösen hangsúlyozom a vízben levő test megfelelő helyzetét (a fej alacsonyan van; a lábak magasan; a levegővel teli tüdő szerepe, mely az ember „úszóhólyagja”). Ez utóbbira épül az első óra: ha a tüdőben levegő van, az ember nem süllyed el.

Erre épülnek az *első gyakorlatok* is.

„Gombóc”

Azt a feladatot adom a tanulóknak, hogy vegyen egy mély lélegzetet, guggolóállásban fogja át két karjával a térdét, a fejét szorítsa a mellére, s próbáljon lent maradni a medence fenekén. A feladat végrehajthatatlan. A tüdő tele van levegővel, a test formája áramvonalas. Egy másodperc múlva az ember feljön (felúszik) a víz felszínére. Ez a gyakorlat a legjobb bizonyíték arra, hogy nem olyan könnyű belefulladásni a vízbe. A gyakorlatot addig ismételtetem, amíg a hallgatók „gombóc” helyzetben legalább 15–20 másodpercig a víz felszínén maradnak.

„Medúza”

Rá kell feküdni a vízre ellazított végtagokkal, s így maradni 15–20 másodpercig. Itt egy kissé zavar a lesüllyedő láb, különösen férfiaknál. Ilyenkor azt javaslom, ne törődjenek a lábukkal, vagy könnyedén mozgassák mindkettőt.

A két gyakorlatot össze lehet kapcsolni: miután „gombóc” helyzetben feljöttek a víz felszínére, menjenek át a hallgatók „medúza” helyzetbe.

Ez a gyakorlat tudatos mozgást igényel, később az átmenetet számos elemmel lehet nehezíteni.

Először lábmunka nélkül végeztetem, később a lábmunkát is bekapcsoljuk. Ez a gyakorlat teszi lehetővé, hogy a hallgatók dinamikájában tanulják meg a mozgás irányítását. Úgy tapasztaltam, hogy ez a gyakorlat általában elég ahhoz, hogy leküzdjék a félelmet, megbarátkozzanak a vízzel és megtanulják a végtagok elemi mozgását. Ezekkel a gyakorlatokkal az óra 70%-át töltöm el, nagyon sokszor ismételve azokat. Természetesen a következő órákat is ezekkel a gyakorlatokkal kezdem, de már mély vízben.

A fennmaradó időben a kilégzést tanítom: a levegő kifújását a vízbe nyitott szemmel. Ennek tanítása a siker kulcskérdése. A víz alatti kifújás tanítására csak egy gyakorlatot ismerek: egész arccal vízbemerülve kifújni a levegőt.

A gyakorlatot a következőképpen végeztem: a tanulók megkapaszkodnak a korlátban, belégzés után lemerülnek a vízbe, és kifújják a levegőt. Közben magyarázom, hogy a kilégzést, amely háromszor hosszabb, mint a belégzés, feltétlenül a víz alatt kell befejezni ahhoz, hogy a víz felett azonnal reflexszerűen belélegezhessenek. A feladat végrehajtását a vízből felszálló buborékok segítségével ellenőrzöm.

Felhívom a hallgatók figyelmét arra is, hogy ezeket a gyakorlatokat feltétlenül nyitott szemmel kell végrehajtani. Az első próbálkozás után a tanulók általában elkezdik törölgetni az arcukat (a víz ingerli a szemnyálkahártyáját). Ilyenkor megállítom a gyakorlatot, nyugalomra intem őket, elmagyarázom, hogy 2—3 perc tűrés után már nem lesz semmi problémájuk, majd a gyakorlat ismétlésekor megtiltom azt, hogy a korlátot elengedjék. A gyakorlatot addig ismételjük, amíg mindenki nyitott szemmel csinálja.

A vízbe való kilégzést mind az első, mind az azt követő órákon számtalanszor ismételjük. Jó módszer a vízben a nyitott szem szoktatására a víz alatti tárgyak összeszedése.

Második foglalkozás: mély vízben

A második órától kezdve már az úszótempókat tanítom. Mindig gyorsúszással és párhuzamosan hátúszással kezdem. A gyors-



úszás kar- és lábtempója sokkal könnyebb, mint a mellúszásé. A mozgás természetesebb, ezért könnyebb is elsajátítani. Mielőtt azonban vízbe mennénk, alaposan meg kell dolgoznunk a szárazföldön. Itt arra törekszünk, hogy az összes mozgást helyesen, szabadon és biztosan végezzék el a hallgatók. A szárazon végzett munkára sohasem szabad az időt sajnálni.

A vízben a fálnál kezdődik a munka, először álló helyzetben, majd mozgásban, de úszódeszkával. Néha, nehéz esetekben hasznos az uszony alkalmazása is, hogy megkönnyítsük a mozgásérzés kialakulását.

Az úszásnemek tanítását a lábtempóval kezdem, majd a karmunka következik, ezután a légzés, s a légzés összehangolása a karmunkával. Ezután a munka már az ismert módon folytatódik, ezért erről nem beszélek.

Végül megemlítem, hogy helytelennek tartom azt a módszert, amely szerint csak egyfajta úszásnemet oktatnak, még akkor is, ha adott konkrét esetben ez a legmegfelelőbb.

A sokoldalú felkészítés az úszásra, s a különböző speciális gyakorlatok a vízben s a szárazon egyaránt lehetővé teszik, hogy a tanuló a későbbiekben könnyebben sajátítsa el az általa kiválasztott úszásnemet.

Az állóképesség és a gyorsaság fejlődésének vizsgálata iskolásoknál

NAGY SÁNDOR

Az állóképesség és a gyorsaság fejlesztése aligha képzelhető el tudományosan kidolgozott edzésmódszer nélkül. Ezeknek a kérdéseknek a vizsgálatával már hosszú évek óta foglalkoznak a moszkvai pedagógiai kutatóközpontban. A vizsgálatokat *G. P. Bogdanov* vezeti, kutatómunkájának első eredményeit szeretnénk ismertetni. Abban a reményben tesszük ezt, hogy a tanórai munkában is felhasználhatók a kikísérletezett eredmények.

Az állóképességről és gyorsaságról általában

Az állóképesség és a gyorsaság az életbevágóan fontos mozgásképességek közé tartoznak. Fejlesztésük az iskolások testnevelésében alapvető fontosságú. A magas fokú állóképesség és gyorsaság biztosításához nem elegendő a mozgásképességek eredményes elsajátítása és a taktikai feladatok megoldása (sportjátékok, birkózás), hanem ugyanilyen fontos a fizikai terhelések intenzitásának emelése is.

Az állóképesség és a gyorsaság, mint mozgáskészség, a gyakorlatban együtt van jelen. Attól függően, hogy a gyakorlat melyik irányba fejleszt inkább, állóképességi vagy gyorsasági gyakorlatoknak nevezhetjük azt.

Hosszú, egyenletes futáshoz, vagy járásfutáshoz inkább állóképesség, az olyan gyakorlatok, mint pl. a 30, 60, 100 m-es futás, inkább a gyorsaság szükséges.

A 300, 500, 1000 m-es futáshoz állóképesség és gyorsaság egyaránt kell.

A gyorsaság és az állóképesség szintje sok összetevőtől függ. A legfontosabb a szív és

az izomzat, valamint a belső szervek hosszú, megfeszített munka során tapasztalható állóképessége. Ahhoz, hogy a tanulók megbirkózhassanak az Edzett ifjúságért mozgalom (GTO) követelményeivel futásban, síelésben és más gyakorlatokban is, a testnevelési órákon kell fejleszteni a fent említett állóképességre és gyorsaságra mutató tulajdonságokat. A fejlesztést természetesen módszeresen kell végezni a gyakorlásban, melyen belül olyan sorrendet kell kialakítani, amely a szervezet energiaellátását fokozatosan növeli.

Az állóképesség fejlesztésének módszertana konkrét, differenciált közelítést igényel. Figyelembe kell venni az egyes tanulók nemét, korát, fizikai képességeit. Az állóképességi szintet legkevesebb három mutató szerint értékelhetjük:

- monoton intenzitással végzett futásterhelés;
- nagy intenzitással végzett futásterhelés, (GTO futószámai);
- maximális intenzitással végzett futásterhelés.

Ez utóbbihoz Bogdanov a 20 m-es futást ajánlja és felhívja a figyelmünket arra, hogy az állóképességet a maximális sebességből nem szabad meghatározni, mert közöttük a korrelációs együttható értéke igen alacsony ($r=0,15-0,35$).

Az iskolai tanulók általános állóképességének fejlődéséül szolgálhatnak az egyenletes tempójú, hosszú távú futások (2—7 km, 10—35 perc alatt).

Az állóképesség mutatói

Lehetnek azok a távolságok, amelyet a tanuló meghatározott idő alatt fut le (12—15—20 perc).

Lehet mutató természetesen az idő is, ebben az esetben meghatározott távolságot kell futni, és az állóképesség szintjét a futás ideje adja.

Az első és második ábra mutatja (fiúknál és lányoknál) azokat a távolságokat és időket, amelyek alapján az állóképesség szintje könnyen meghatározható.

A táblázatok felmérési eredmények felhasználásával készültek. A távolságokat, amiket a különböző korú tanulóknak le kell futni, az egyszerűsítés kedvéért kerekítve adjuk meg.

Természetesen az állóképesség szintje is ennek megfelelően kerekítve alakul. Hasonló ez a megoldás a mi motoros próbáink színtezésének megoldásához, csak a százalékosan kifejezett szintek helyett itt szövegesen jelölt szintek vannak.

Először a 35 perces futás szintjeit láthatjuk (1. ábra), majd a 30 perces (2. ábra), azután a 25 perces (3. ábra) és végül a 15 perces (4. ábra) futását.

Az iskolai tanulók általános állóképességének eredménymutatói különböző távolságoknál (1. ábra).

Az állóképesség és a terhelés viszonyának értékelése nagy intenzitással végzett 6 perces futásnál. Az iskolások gyorsasági terhelésének eredménye nagy intenzitású futás közben (2. ábra).

Szubmaximális intenzitású terhelésnél az állóképesség eredményét 1,5 perces futás ad-

		Fiúk									
		Kor, év									
		9	8	10	11	12	13	14	15	16	17
Távolság (m)		5400	5600	5700	5900	6050	6300	6350	6400	6750	7000
Idő (perc)		31 alatt: kitűnő; 31—35: jó; 35—39: elégséges; 39 felett: elégtelen									
Távolság (m)		4900	5100	5200	5300	5500	5550	5600	5700	5900	6100
Idő (perc)		26 alatt: kitűnő; 26,5—30: jó; 30—33,5: elégséges; 33,5 felett: elégtelen									
Távolság (m)		4500	4300	4500	4600	4700	4800	4850	4900	5000	5100
Idő (perc)		22 alatt: kitűnő; 22—25: jó; 25—28: elégséges; 28 felett: elégtelen									
Távolság (m)		2200	2500	2700	2800	3000	3100	3150	3250	3300	3350
Idő (perc)		12,5 alatt: kitűnő; 12,5—15: jó; 15—17,5: elégséges; 17,5 felett: elégtelen									

		Lányok									
		Kor, év									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Távolság (m)		5000	5000	5000	5100	5200	5100	4900	4900	4900	4800
Idő (perc)		31 alatt: kitűnő; 31—15: jó; 35—38: elégséges; 38,5 felett: elégtelen									
Távolság (m)		4300	4300	4300	4400	4500	4400	4300	4300	4300	4200
Idő (perc)		27 alatt: kitűnő; 27—30: jó; 30—33: elégséges; 33 felett: elégtelen									
Távolság (m)		3500	3500	3600	3700	3800	3800	3700	3750	3790	3600
Idő (perc)		22 alatt: kitűnő; 22,5—25: jó; 25—27: elégséges; 27,5 felett: elégtelen									
Távolság (m)		2300	2400	2450	2500	2600	2750	2750	2850	2550	2600
Idő (perc)		13 alatt: kitűnő; 13—15: jó; 15—17: elégséges; 17 felett: elégtelen									

1. ábra

		Fiúk									
		Kor, év									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Távolság (m)		1000	1100	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1600
Idő (perc)		5.30 alatt: kitűnő; 5.30—6: jó; 6—6.30: elégséges; 6.30 felett: elégtelen									
		Lányok									
Távolság (m)		1000	1050	1050	1050	1100	1150	1200	1200	1150	1200
Idő (perc)		5.30 alatt: kitűnő; 5.30—6: jó; 6—6.30: elégséges; 6.30 felett: elégtelen									

2. ábra

ja. Az iskolások terhelésének mutatói szubmaximális intenzitásnál (perc, másodperc) a 3. ábrán láthatók.

A maximális gyorsasággal való futás a különböző futásterhelések intenzitását százalékosan jellemzi. Ez 20 m-es futásnál értékelhető. 8—10 éveseknél a futás hossza 20 m, idősebbeknél 30 m legyen. A tanulók maximális sebességű futásának időeredménye 20 m-nél (percben) (4. ábra).

Az állórajtból végzett 30 m-es futás a robbanékonyságot fejleszti. A tanulók robbanékonyságának mutatója 30 m-es futásnál (5. ábra).

Az állóképesség fejlesztése

Az állóképesség a tanulók szervezetére való — átlagosnál erősebb — fizikai terhelés útján fejleszthető.

	Fiúk									
	Kor, év									
	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	300	350	350	358	400	400	450	450	500	500
Kitűnő, ha kevesebb mint	1.07	1.20	1.14	1.14	1.25	1.28	1.28	1.26	1.29	1.27
Jó	1.07	1.20	1.18	1.14	1.25	1.20	1.28	1.26	1.29	1.27
Elégséges	1.13	1.26	1.24	1.22	1.30	1.25	1.33	1.31	1.34	1.31
	1.14	1.27	1.25	1.23	1.31	1.26	1.34	1.32	1.35	1.32
	1.22	1.33	1.29	1.29	1.43	1.31	1.39	1.37	1.40	1.36
Elégtelen, ha több mint	1.22	1.33	1.29	1.30	1.36	1.31	1.39	1.37	1.40	1.36

	Lányok									
	Kor, év									
	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	300	350	350	350	350	400	400	400	400	400
Kitűnő, ha kevesebb mint	1.14	1.23	1.21	1.19	1.17	1.28	1.27	1.26	1.26	1.25
Jó	1.14	1.23	1.21	1.19	1.17	1.28	1.27	1.26	1.26	1.25
Elégséges	1.19	1.29	1.26	1.24	1.20	1.32	1.31	1.30	1.30	1.32
	1.20	1.30	1.27	1.25	1.21	1.33	1.32	1.31	1.32	1.33
	1.26	1.37	1.33	1.31	1.27	1.38	1.37	1.36	1.36	1.40
Elégtelen, ha több mint	1.26	1.37	1.33	1.31	1.27	1.38	1.37	1.36	1.36	1.40

3. ábra

	Kor, év									
	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	Fiúk	3,6	3,5	3,5	3,5	3,4	3,1	3,0	2,7	2,7
Lányok	3,9	3,7	3,8	3,5	3,6	3,2	3,4	3,3	3,4	3,2

4. ábra

	Kor, év										
	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	Fiúk	6,8	6,5	6,1	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,1	5,0
Lányok	7,2	6,9	6,5	6,1	6,0	5,8	5,6	5,6	5,7	5,7	5,6

5. ábra

ÖTLETEK, ÚJDONSÁGOK

A tanulók szervezete fokozatosan asszimilálódik a nagyobb intenzitáshoz és hosszabb munkához. Az átlagosnál kisebb terhelésű gyakorlatoknál viszont a tanulók munkaképessége csökken.

Ezek az elvek határozzák meg a tanórai munkát tartalmilag és módszertanilag is:

- az általános állóképesség és a gyors, célszerű állóképesség nevelése;
- az extenzív terheléstől az intenzívhez;
- a hosszú, folyamatos, egyenletes futástól az ismétlésekig, váltakozó futásokig.

Az általános elvek mellett vegyük figyelembe a következő megállapításokat is.

A folyamatos intenzitású munka hatására a vérkeringés és a légzés szinkronba kerül, az energiaellátás magas fokúvá válik.

A rövid, gyors munka (3—8 másodperc) „tartáléksebességet” is ad.

A pihenőkkel megszakított ismétlő, a nagy és a szubmaximális intenzitású munka (50—80 másodperc) emeli az oxigénfogyasztást és tökéletesíti az energiafelhasználást.

A tanulók különböző fizikai adottságait differenciáltan kell a feladatok megoldásánál figyelembe venni.



Lovas Albert felvétele

Párfogó

Játszhatja 14—20 tanuló egy játszócsoportban, legalább 10×20 m, legfeljebb 20×40 m területen.

A tanulók párokban helyezkednek el, kézfogással egy „egységet” alkotnak. A pár tagjai különböző öltözetűek, egyik szalagos, másik szalagtalan.

A feladat az, hogy a fogó pár egyik tagja (meghatározzuk, hogy melyik), mondjuk a szalagos megérintsen egy szalagos játékost. Akit megérintettek, párjával fogó lesz. Bizonyos idő elteltével szalagtalan tanulók legyenek a fogók, nekik is szintén az azonos öltözetű tanulók közül kell valakit megfogni.

Szabályok:

Érintés fogásnak számít.

A kézfogás elengedése a fogószerep vállalását jelenti, illetve a fogó pár szétszakadásakor a megfogás érvénytelen.

Csak azonos öltözetű érintése érvényes.

A határvonalak átlépése — mint minden fogójátékban — a fogószerep vállalását jelenti.

A fogó és menekülő párok helyet, kézfogást cserélhetnek játék közben; taktikai eszközként is érdekes.

Változatok:

- Egyidejűleg lehet fogó a szalagos és szalagtalan tanuló is, de csak az azonos öltözetűt foghatják meg.
- A fogó pár egyik tagjának eltérő öltözetű játékost kell megérinteni.
- A fogó és érinthető tanuló — öltözéke szerint — minden megfogás után megváltozik. Ha pl. csak szalagos foghat szalagost, megfogás után az új fogópár szalagtalanja szalagtalant. Újabb megfogáskor ismét szalagos stb.

A figyelem fontos kelléke a játéknak, a helyezkedésnek, együttműködésnek jelentős szerepe van.

Nádasi Lajos

Párfogó labdával

A labda nélküli változattól eltérően itt szalag helyett az egyik társ kezében (hóna alatt) labda van.

Az a feladat, hogy a fogó pár labda nélküli tagja a többi pár labda nélküli tagjának valamelyikét megfogja.

Páron belül — a fogók és menekülők egyaránt — a labdát cserélgethetik egymás között, egyszerre ketten azonban nem foghatják.

A játékhelyzetnek megfelelően, meghatározott taktikai feladatot oldhatnak meg. A labda nélküli társak a fogó pártól igyekeznek távolabb helyezkedni, a fogó pár „aktív” tagja közelebb a menekülők-höz.

A játék különböző labdával játszható. Medicin-labdával, kisebb tömött labdával például nagyobb fizikai terhelést érhetünk el.

Szabályok:

A labda nélküli párfogó szabályai itt is érvényesek. A fogó és menekülő párok játék közbeni kézfogás-cseréjét azonban csak képzettebb, ügyesebb csoportnál engedjük meg. Inkább játékmenetenként cserél-tessünk kézfogást.

Megfogás csak úgy érvényes, ha a labdás társ birtokolja a labdát, illetve ellenőrzése alatt tartja (a és b változatnál). Ugyanez áll a menekülő párokra is. Ha labdájuk elgurul, vállalniuk kell a fogószerepet.

Változatok:

- A labdát a pár egyik tagjának terelgetni kell a földön.
- A pár egyik tagja folyamatos labdavezetéssel mozoghat. Itt és az előbbi változatban is a labda átadása törésmentesen történjen, folyamatos maradjon a labdatérelgetés, illetve a labdavezetés.

A páronként játszható játékok sajátos oktató és nevelő hatásai:

A páros játékok a cselekvőképességet hatékonyan fejlesztik. Megfigyeléseim szerint a jó együttműködést, a gondolati és fizikai együttműködés kialakítását két tanuló viszonyában lehet megalapozni. Egyrészt a „kettő még nem olyan sok” elgondolás, másrészt a játékfeladatok szoros és kölcsönös volta néha önkéntelenül is optimális cselekvéseket, megoldási módokat eredményeznek. Egyszerűvé és világossá tesz taktikus összefüggéseket, a tanulást is hatékonyra teszi.

A tanulók képességein és érzésein keresztül alapon megismerik egymást. A párok összetételét bizonyos idő után változtatva formáljuk a közösséget. A tanulók személyiségének fejlődéséhez hatásos eszközök a párokban játszható játékok.

Szabadtéri, mozgatható kosárlabdaállvány

Lapunk 1978/1. számában rovatunk már ismertette „a billenthető” kosárpalánk vázlatos rajzát és most örömmel közöljük, hogy egykori cikkünk nyomán a Kunhegyes és környéki Vegyesipari Kftsz. már elkészítette az állvány prototípusát és elküldte szerkesztőségünknek az eszköz ismertetését és műszaki leírását.



A palánk mérete megfelel az MSZ. 12527—77 szabványnak, így nemcsak gyakorlásra, hanem versenyek lebonyolítására is alkalmas.

Az állvány előnye, hogy két rögzített tengelyű keréken mozgatható és a gyűrűt tartó palánk lebillenthető és a gémtartón egyszerű oldható kötéssel, magassága 260 vagy 305 cm-en rögzíthető. Így az állvány biztonságosan és célszerűen tárolható.

Az új műszaki megoldásnak talán a legnagyobb funkció előnye, hogy enyhít a már közismert időszerű pályaproblémáinkon azzal, hogy pl. a kézilabdapályát igen egyszerűen és gyorsan kosárpályának rendezhetjük át. A gyűrűmagasság állíthatósága pedig az általános iskolák régen óhajtott „minipalánk”-igényét oldja meg.

Nádasi Lajos

Szentgyörgyi Zoltán

SZAKTERÜLETÜNK TUDOMÁNYOS ÉLETÉBŐL

Országos ankét az iskolai testnevelésről és sportról

Gyula, 1979. október

Időszerű kérdések, napi gondok azonosítása, az egy nyelven beszélés igénye vetette fel az ankét gondolatát. Az iskolai testnevelés és sport megújítása, a megújító törekvések felgyorsítása, az új dokumentumok értelmezése és alkalmazása került a tartalmi munka középpontjába. E törekvések szükségességét az ankét igazolta.

A megye társadalmi és állami vezetése magáévá tette a testnevelés és a sport ügyét. Az MSZMP megyei és Városi Bizottsága a Megyei Tanács VB Művelődésügyi Osztálya, a Városi Tanács és annak Művelődésügyi Osztálya segítette a zavartalan munkát.

Néhány gondolatot az ankétéről: Először *dr. Hanga Mária* oktatási miniszterhelyettes megnyitó beszédéből idézünk:

„azt hiszem, hogy mindannyian nagyon hétköznapi dologra vállalkoztunk, arra, hogy együtt gondolkodunk, hogyan lehet még jobba tenni az ifjúság testnevelését és sportját — jóleső érzéssel alapíthatjuk meg, jó néhány év óta rendkívül nagy a figyelem az ifjúság testnevelése és sportja iránt. Ma már valós eredményekről szólhatunk egymás között. Pártunk is kiemelt figyelmet fordít a testnevelés és sport fejlesztésére. A XI. Pártkongresszus határozata is rámutat arra, hogy a sokoldalúan fejlett szocialista ember formálásához elengedhetetlenül hozzátartozik a fizikai képességek kibontakoztatása is. Azt hiszem egyik legfontosabb intézkedésünknek tartjuk — bár rendkívül sok vitát keltett, nagyon sok gondot is okozott —, hogy az általános és középiskolában a kötelező testnevelési órák számát háromra emeltük. Bővítettük a testnevelés és sport lehetőségét a tömegsportra fordítható időkeret növelésével is.

A testnevelési tantervek adta lehetőségeket kihasználva fokozott gondot kell fordítanunk a szabadidő-sportok tanórákon való megismertetésére, hogy a tanulói ifjúság sokoldalú foglalkoztatására a tanítás utáni szabadidő hasznos eltöltésére szervezett segítségét adjunk.”

Az órakeret növelése, a tömegsport-foglalkozás lehetőségének bővülése alapvetően hívja fel a szakemberek figyelmét ezek ésszerű, hatékony felhasználására, bár sajnálattal kell megjegyezni, hogy egyes középfokú iskolák harmadik, negyedik osztályában kettőre csökkent a testnevelési óraszám, a szakmunkásképzésnél továbbra sem változott. Remélhető, ezek csak átmeneti problémák és valamilyen módon le-

hetőséget kapnak ezek a tanulók is testi képességük sokoldalú fejlesztésére.

Az ankétára végig jellemző volt a testnevelés ügyének tudatos szolgálata, a változás adta lehetőség jobb kihasználására való törekvés és az elkövetkezendő idők munkájának vállalása. Ennek adott hangot *dr. Nagy Tamás*, az OTSH elnökhelyettese is. Felhívta a figyelmet az igényességre, a végzett munka hatékonyságának növelésére. Külön is hangsúlyozta, hogy milyen igényeket támaszt ma a társadalom a felnövekvő nemzedék elé. Ezen igények teljesítése feladatokat rótt a testnevelésre és sportra is, és mindazokra, akik ezen a területen dolgoznak. Hangsúlyozta, hogy a társadalmi igények kielégítése csak az új dokumentumok; nevelési terv, tanterv stb. tudatos feldolgozásával valósítható meg.

Elméletileg elemezte a tervezett munka hatását a személyiségre a visszacsatolási folyamat jelentőségét és a nevelésben betöltött sokoldalú szerepét.

Az ankét programja:

ÜNNEPI MEGNYITÓ:

Dr. Hanga Mária miniszterhelyettes

Tantervkészítés, anyagkiválasztás folyamata
Előadó: Burka Endre OPI-osztályvezető

Cél- és feladatrendszer, tantervi adaptáció
Előadó: D. Nagy Tamás OTSH-elnökhelyettes

SZEKCIÓÜLÉSEK

Tárgya: Tanterv feldolgozása az alsófokú és középfokú oktatási intézményekben.

Szekcióüléseket vezeti:

Varga Sándor, a Fővárosi Pedagógiai Intézet vezető szakfelügyelője, Tenkei Antal Békés megyei szakfelügyelő

Diáksport helye, szerepe oktatási rendszerünkben és kapcsolata a versenysporttal

Előadó: Gyenge József OM-osztályvezető

Serdülőkorúak testnevelésének és sportjának pszichofizikai kérdései

Előadó: Dr. Frenkl Róbert egyetemi tanár

ORSZÁGOS ANKÉT ÉRTÉKELÉSE, ZÁRÁSA

Az ankétot értékeli, zárja:

Burka Endre OPI-osztályvezető

Végül idézni szeretnék Burka Endre elvtárs zárószavából: „azt a gondolatot szeretném csak előre bocsátani, hogy a megkezdés előtt többen mondták, hogy vajon hoz-e olyan eredményeket ez az ankét, amelyeket elvárunk tőle...”

Hozott jelentős eredményeket. Ismerve a megfogalmazott igényeket az iskolai testneveléssel és sporttal kapcsolatban, úgy gondolom, hogy az ankét nagy jelentősége az, hogy sikerült az egész iskolai testnevelést és sportot egységben áttekinteni. Egy kicsit felülről és olyan érvek alapján, amelyek a sportpo-

litikánk, az oktatáspolitikánk szellemében a gyermek személyiségének fejlesztését szolgálják. Szándékaink sohasem voltak vitathatók, mégis mikor egy úrhajót bármilyen pontossággal pályára bocsátanak, szinte elkerülhetetlen időnként a pályamódosítás. Nem azért, mert az úrhajó célja megváltozott, hanem azért, hogy a célt pontosan követni tudja.

Úgy gondolom, hogy e tanácskozás nagy eredménye az, hogy a korrekciókat időben és egyértelműen tisztázni tudtuk, nemcsak bemértük gondjainkat, de az egységes cél érdekében pályamódosítást is végeztünk.

Mindannyiunk nevében köszönöm a vendéglátó, szervező kollektíva nagyon sok munkát magára vállaló tevékenységét. Hogy ez az ankét nemcsak emlékezetes maradt számunkra, hanem valóban emlékeztető is, akkor ebben nagy része van annak a gondos, körültekintő, nagyvonalúan szervezett feltételeknek, amelyek kitűnő atmoszférát tudtak teremteni a tanácskozáshoz."

Azzal a meggyőződéssel kezdtük az ankét szervezését, hogy segítségére leszünk az iskolai testnevelésnek és sportnak. Reméljük, törekvéseink segítették a szakembereket abban, hogy a hasznos társadalmi törekvések cselekvő végrehajtójaként az adott területen előbbre vigyék közös ügyünket.

Tenkei Antal

Nemzetközi és hazai törekvések az ifjúság testneveléséért

1979. december 19-én a Magyar Tudományos Akadémia Dísztermében a Magyar UNESCO Bizottság, az MTA—OM Közoktatási Bizottsága és az Országos Testnevelési és Sporthivatal rendezésében, a KISZ KB, a HM, az Egészségügyi Minisztérium, az oktatási és sportszervezetek képviselői részvételével, „Nemzetközi és hazai törekvések az ifjúság testneveléséért” témakörben tartott tudományos ülést.

Szépe György az MTA—OM Közoktatási Bizottság titkára megnyitó beszédében hangsúlyozta, hogy a távlati műveltségképzés szervezése a testnevelés- és sportkultúra: az iskolai nevelés távlati terve a társadalmi tervezés szintjével összhangban van.

Az MTA 1973 óta intenzívebben foglalkozik az ifjúság testnevelésének és sportjának ügyével. Tudományos szinten vállalt új feladatot akkor, amikor 1977-ben létrehozta a Szomatikus Bizottságot. A testi nevelésért és az ifjúság sportjáért tett erőfeszítéseink összhangban vannak a nemzetközi törekvésekkel.

Nádori Lászlónak, az UNESCO törekvések az ifjúság testneveléséért című előadása emlékeztetett arra, hogy a nemzetközi szervezet 1952 óta foglalkozik a testi nevelés, testnevelés kérdéseivel. Hangsúlyozta, hogy a testneveléshez megköthetetlenül (iskolai és társadalmi szinten), minden embernek joga van. A nevelés-oktatás segítségével alkalmassá kell tenni a fiatalokat a kultúra, a testkultúra művelésére, mégpedig úgy, hogy egész életre kiható igényt tudjunk kialakítani bennük. Az ifjúság testi nevelése és sportja az egészséges egyéni életmód kialakításában az egész világon egyre nagyobb hangsúlyt kap. Az UNESCO 1977-ben kezdte vizsgálni, hogyan hat az iskolai testnevelés az ifjúságra:

1. A világ technikai-műszaki színvonala fejlődik. Következménye a pszichés terhelés fokozódása. Új feladat vár a testnevelésre és sportra: a lelki feszültség oldása; az ember önmegvalósító képességének, az egyéniben rejlő képességek kibontakoztatásának lehetősége.
2. A felhalmozott ismeretek magukban hordják a korszerűsítés lehetőségét. Ha ezzel a lehetőséggel nem élünk, behozhatatlan következményekkel kell számolnunk.

Előadása további részében Nádori László ismertette azokat az UNESCO határozatokat, melyeket az ifjúság, az emberiség testkultúrájának emelése, a fejlett ipari országokban már gondként jelentkező degenerálódási folyamat megállítása érdekében hoztak:

1. A nemzetközi kultúra integrált részeként kell kezelni a testnevelést és a sportot.
2. Életkortól függetlenül ki kell terjeszteni a társadalom minden emberére.
3. Ki kell jelölni a sport helyét az egészséges életmódban.
4. Az élsport fejlesztése mellett meg kell teremteni a lakossági sportkultúra színvonalának emelését, feltételeit.
5. A sportirányítás nem nélkülözheti a tudományos és tervszerű munkát. A tudományos kutatások eredményeit fel kell használni a tantervek megírásában, a gyakorlati munkában.

Végezetül hangsúlyozta, hogy világviszonylatban törekednek a mindennapos testnevelésre, és a mi felteteleink is biztosítják az iskolai testnevelés és sport további korszerűsítésének lehetőségét.

Nagy Tamás a testnevelés-tantervi felmérő feladatok adatai alapján elemezte a tanulói teljesítményeket és megállapította, hogy a pontosabb tantervi követelmények hatására emelkedett a fiatalok teljesítőképesége. Nőtt az iskolai testnevelés színvonala, de felhívta a figyelmet arra is, hogy az iskolai testnevelés nem alakít ki olyan igényt a tanulóknál, hogy az iskolás kor után is keressék a testedzés lehetőségét. Az Edzett ifjúságról tömegsportmozgalom az iskolán kívül, a munkahelyeken is rendszeres és folyamatos sportolási alkalmat biztosít, azonban nem nélkülözi az öntevékenységi formákat. Hangsúlyozta, hogy az Edzett ifjúságért mozgalom feladata a jövőben kettős:

Növelni kell a résztvevők számát.

Előre kell lépni a rendszeres, tömeges sportolást illetően.

Mindkét előadó a hazai tanulói teljesítmények adatait hasonlította össze a nemzetközi adatokkal, amelyekből kitűnt, hogy a fiúk teljesítményei a nemzetközi átlag szintjén, a lányok teljesítményei az életkor előrehaladtával csökkenő tendenciát mutatva jelentősen ez alatt maradnak.

A hozzászólók a saját területükről indulva méltatták annak jelentőségét, hogy az MTA a tudományok és az egyetemes kultúra rendszerében kellő hangsúllyal kezelni az ifjúság testnevelésének és sportjának ügyét, a felnövekvő nemzedék egészségének kérdését.

Gergely Gyula

Az a tény, hogy a múlt századbeli nő nem vett részt a közéletben, nem szólalt meg a nyilvánosság előtt, nem tette szükségessé, az erősen befűzött derék pedig nem tette lehetővé a rekeszlégzést. Napjainkban a légzés nemek szerinti különbségét semmi sem indokolja. Egyformán fontos mind a fiúk, mind a lányok légzésére odafigyelni. Megfigyelhető, hogy a csecsemő — nemétől függetlenül — ösztönösen jól lélegzik. Ha a hátán fekszik, a hasa, ha pedig a hasán fekszik, a dereka emelkedik.

Az ösztönös jó légzés tehát az óvodában, illetve az iskolában romlik el. Ennek a folyamatnak a megakadályozásában és a jó légzés kialakításában, gyakoroltatásában, megtanításában nagyon sokat tehetnek az iskolai testnevelő tanárok.

Dr. Molnár Ildikó

A testnevelés és a beszéd

Gyakran éri az a vád a fiatalokat, hogy beszédük halk, motyogó, hadaró, nehezen érthető. Elnyelnek bizonyos hangokat, szótagokat. Nem élnek a hangerő, a hangmagasság és a beszédtempó tudatos változtatásával. Nem beszélnek szépen. A jó hangadás, a helyes, érthető, kifejező beszéd alapfeltétele a jó légzés. Csak kellő mennyiségű levegő biztosítja, hogy a beszélő ne válasszon szét értelmileg összetartozó beszédrészeket és ne mosson egybe elkülönítendő egységeket.

Attól függően, hogy a légzés munkájában mely izmok vesznek részt döntően, megkülönböztetünk vállóvi, mellkasi és rekeszlégzést (más elnevezéssel hasi légzést). A rekeszizom lefelé húzódásával indított és a bordakosár alsó részének tágitásával folytatott belégzés a kombinált légzés. Mivel a mellkas kúp alakú, a benne elhelyezkedő tüdő alsó részébe fér a legtöbb levegő. A legnagyobb levegőmennyiséget a kombinált légzés biztosítja, mert nemcsak a bordaközi izmok tágitják körben a bordakosarat, hanem a rekeszizom lefelé húzódásával is növekszik a mellkas térfogata. Így több oxigéndús levegő áramlik a tüdőbe. Ilyenkor a tüdő több tiszta levegőt biztosít a testben lezajló élettani folyamatokhoz, és természetesen több levegőt biztosít a beszédhez is. Mivel a hangok ereje a hangszalagok kilengésének nagyságától, az pedig a levegőoszlop nyomásától függ, jó légzéssel, feszítés, préselés nélkül is elérjük a kívánt hangerőt.

Az iskolai testnevelés nem fordít kellő gondot a helyes légzés tanítására. Néhány sportág kivételével elhanyagolják a légzést a testedzés más fajtái is. Általános vélemény — a magyar és a külföldi testneveléssel kapcsolatos irodalom is ezt mutatja —, hogy a fiatalok testtartása rossz. Görnyedt testtartásban csak váll-légzés lehetséges. Az ún. „kardot nyelt”, „ki a mellett, be a hasat” tartás hosszú távon fárasztó, azonkívül pedig egyenesen ösztönzi a gyereket a mellkasi légzésre. A légzés, az esztétikum és bizonyos élettani szempontok alapján a laza, könnyed, egyenes tartás a kívánatos. Ebben a testtartásban van lehetőség a legtöbb levegőt biztosító, a leggazdaságosabb és a legkevesebb erőkifejtést igénylő légzésre, az alsóbordalégzéssel kombinált rekeszlégzésre. A beszéddel foglalkozó régebbi könyvek azt tartják, hogy a nők légzése mellkasi, a férfiaké hasi, rekeszlégzés. Ez a vélemény él a köztudatban ma is.

Még egyszer a diáknyelvről

Legutóbbi számunkban már foglalkoztunk a diáknyelv néhány sajátosságával, elsősorban azokkal, amelyek nemcsak hogy nem rontják, szegényítik nyelvünket, hanem éppen gazdagabbá, kifejezőbbé teszik. A diáknyelvnek — és természetesen az argóból átvett részének is — azonban nemcsak pozitívumai, értékei vannak. A diáknyelv egyes jelenségei — és itt ismét elsősorban a szóhasználatra, a sajátos kifejezésre gondolunk — határozottan elítélendők, nyelvrontó hatásaik. Cikkünkben néhány ilyen jelenséget érintünk.

A diáknyelv egy-egy fogalomra gyakran a köznyelvnél több kifejezést ismer — ez önmagában még csak gazdagítja a nyelvet. De az már nem, hogy e szinonimák, rokonértelmű szavak közül egy-egy divatossá válik s fiataljaink csak ezt használják. Egy időben minden *baromi* jó, *baromi* rossz, *baromi* unalmas, *baromi* érdekes stb. volt. Rövid időre ugyanilyen egyeduralomra tett szert a *haldós*, az *oltári*. Egy ideig minden *alma* volt, később *ciki* lett. Kolozsvári Grandpierre Emil, jelenkori irodalmunknak talán a legszebb prózai stílusát használó írója és lelkes nyelvemvelőnk Utazás az argó körül című írásában a következőt írja: „Egy asszony ismerősöm végighallgatta húszéves fia negyedórás telefonbeszélgetését. A fiú mindvégig egyetlen szóval élt: állati mondta hol szomorúan, hol megdöbben, hol együttérzőn, egyszerűen mindig más és más színnel. Anyja később megkérdezte, kivel s miről beszélt. Kiderült, hogy legjobb barátjának meghalt az apja, s a fiú, a drót másik végén, a tragikus esetet beszélte el.”

Az idézet két ellentétes tanulsággal szolgál. Örvendetes, hogy fiataljaink bátran, kifejező módon élnek a hangsúly, a hanglejtés gondolati tartalmat is hordozó lehetőségeivel. A felnőttek az utóbbi időben ugyanis egyre kevésbé használják ezeket a nyelvi eszközöket — tanulság erre nem egy előadás, rádiós vagy televíziós riport. Nem örülhetünk viszont annak, hogy az idézett ifjú számos más kortársához hasonlóan a rokonértelmű szavak bő választékából unos-untalan egyet ismételtetett.

A fenti jelenséget is és az öncélú drasztikumot is kifogásolhatjuk a diákok sokszor trágár beszédében. Nem az egy-egy alkalommal halkan elmormogott káromkodások ellen emelünk szót, hanem a szexuális élet és néhány élettani tevékenység szavainak állandó, funkció nélküli ismételtetése ellen. E jelenség nemcsak ízléstelen, hanem nyelvszegényítő hatású is.

Végül meg kell említeni a diáknyelv idegen szavait — ezek jelentős része is a tolvajnyelvből származik. Nem a megmagyarosodott formák ellen szólunk (*suli' klassz' jard*), hanem azok ellen, melyek még nem olvadtak be nyelvünk szókincsébe, melyeknél még az nyelvvel tudatosan sohasem foglalkozók is érzik a idegenszerűséget. Példaként csak kettőt említünk: *srenk* (rablás) és *flamm* (éhség). Az ilyen szavak használata is helytelen.

Összegezésül csak arra hívjuk fel a kartársak figyelmét: *ne a szavak újdonságát vegyék figyelembe megítélésükkor, hanem nyelvgazdagító vagy nyelvrontó szerepüket.*

Andor György

A mozgáskoordináció az iskolán kívüli sportban

Arndt, H. és Ludwig, G. kísérletileg akarták kipróbálni a mozgáskoordináció tökéletesítésének lehetőségét az alsó osztályosok sportoktatásában. A szerzett tapasztalatokról számolnak be tanulmányukban.

Abból indulnak ki, hogy a testnevelő tanárnak szerteágazó, sok feladata van (a gyermekek egészséges fejlődésének biztosítása, a testi képességek fejlesztése stb.), közöttük egyre nagyobb hangsúlyt kap a tanulók mozgáskoordinációjának tökéletesítése.

Ezért került kísérletük középpontjába annak kutatása, miként lehet ennek a célnak a szolgálatába állítani az iskolai oktatáson kívüli sportmunkát. Azt a feladatot adták a gyermekeknek, hogy megadott gyakorlatokat otthon is végezzenek. Nagy segítséget jelentett ebben a munkában, hogy a szülők, a tanulószobai nevelők és a magasabb osztályok tanulói messzemenően támogatták a kísérletet.

A módszerek a következők voltak:

- kijelöltek egy gimnasztikai gyakorlatsorozatot a folyó hónapra;
- a tanulók sportfüzetet vezettek;
- olyan versenyeket rendeztek, amelyek gyakorlatanyagának elvégzése nagyfokú mozgáskoordinációt igényelt;
- befolyást gyakoroltak a napközi sportjára;
- az iskolai sportkörök általános szakosztályainak gyakorlati sportmunkáját céltudatosan irányították;
- bevonták a szülőket is a közös munkába.

A továbbiakban az egyes módszerek részletezésével foglalkozik a cikk. A kísérleti osztályokban a felsorolt eljárásokkal igen hasznos tapasztalatokat szereztek.

Végezetül megjegyzik a szerzők, hogy bár a felsorolt példák elsősorban a koordinációs képesség fejlesztésére vonatkoztak, ugyanezek azonban igen eredményesen alkalmazhatók az általános testi erőnlét kialakítására is.

(Körpererziehung, 1979. 5. 210—216.)

Beszámoló az 1980. évi gyógytestnevelő tanári továbbképzésről

Március elején volt a gyógytestnevelő tanárok 3 napos továbbképzése, amelyen részt vettek Budapest és néhány vidéki város gyógytestnevelői, valamint a Testnevelési Főiskola gyógytestnevelés szakképzős hallgatói. A már hagyományossá vált továbbképzés programja előzetes felmérések alapján úgy alakult, hogy lehetőségek szerint minden gyógytestnevelő választ kapjon azokra az elméleti és gyakorlati problémákra, amelyek munkája során felmerültek.

A felkért orvosszakértők foglalkoztak a gyógytestnevelés kérdéseivel, több bemutató tanítás pedig lehetőséget adott arra, hogy a résztvevők felfrissítsék gyakorlatanyagait, vagy más hasznos ötlettel gazdagodjanak.

Első előadóként Dr. Szepesti Kálmán kandidátus, osztályvezető főorvos a csipőízületi megbetegedésekkel kapcsolatos problémákat tárgyalta. Az egészen enyhe esetekből kiindulva fokozatosan eljutott a különböző műtéti beavatkozások ismertetéséig.

A Budai Területi Gyermekkorházban Dr. Várgedő Aladár osztályvezető főorvos az iskolás korú tanulók krónikus betegségeiről és Dr. Osvát Pál kandidátus az asthmás esetekről tartott előadást. Az elméleti áttekintés után a kórház gyógytornászai gyakorlati bemutató keretében sorakoztatták fel a kórházi gyógytorna leghasznosabb gyakorlatait. Ehhez a témakörhöz tartozott az a bemutató tanítás, amelyet Csizsár Zoltánné gyógytestnevelő vezetett. Óráján egyes összetételű csoporttal foglalkozott. Munkájának eredményességét bizonyította, hogy az orthopaed elváltozású tanulók közé „elrejtett” asthmás tanulókat a kimerítő foglalkozás végén sem tudták elkülöníteni egymástól a tanítást figyelemmel kísérő gyógytestnevelő kollégák.

Ezenkívül még több bemutató tanítás szerepelt a továbbképzés programjában. Czecon Lászlóné gyógytestnevelő, valamint Dr. Hölvényi Györgyné vezető tanár, felső és alsó tagozatos orthopaed csoportnak tartott foglalkozást. Mindkét tanítás az idő maximális, sokoldalú kihasználása, a legadekvátabb hatások elérésére törekedett, tele érdekes ötletekkel, újszerű gyakorlatokkal. Dr. Csider Tibor a TFKI tudományos munkatársa, a gyógytestnevelők úszás-

óráihoz szolgált útmutatással. A Kaffka Margit Gimnázium uszodájában tartott gyakorlati bemutatóján ismertette az egyes úszásnemek légzőrendszerre gyakorolt fejlesztő hatását, figyelembe véve a különböző orthopaed elváltozásokat. Váczi Pálné vezető tanár tanítása zenére végzett mozgásokra épült. Foglalkozása lendületes, minden izmot átmozgató zenés gimnasztikával kezdődött, majd az ezt követő köredzés gyakorlatanyagait is zenére hajtották végre a tanulók. Úgy tűnt, a zene hatása szinte megkészezte a lányok fizikai erőnlétét. A meglehetősen gyors tempóban zajló, nehéz feladatokkal teli órát megállás nélkül dolgozták végig.

A gyógytestnevelés fővárosi és országos szintű helyzetével foglalkozott Kisfalvy Zsuzsa szakfelügyelő és Füle Ildikó, az OPI munkatársának előadása.

Kisfalvy Zsuzsa két éve látja el Budapest gyógytestnevelőinek szakfelügyeletét, pontosan 58 gyógytestnevelő munkájának irányítását, ellenőrzését. Beszámolóját számszerű adatok ismertetésével kezdte. Az 1978/79-es tanévben Budapesten 5200 tanuló részesült gyógytestnevelésben, s ebből 4260 eset a mozgásszervi elváltozások közé sorolható, azaz a belgyógyászati esetek száma meglehetősen csökkent. Ez a változás mindenképpen pozitívumot jelent, egyrészt a belgyógyászati betegségek ritkább előfordulása, másrészt a homogénebb gyógytestnevelési csoportok összeállítása szempontjából.

Magyarországon 1915 óta van szervezett keretek között folyó gyógytestnevelés, ennek ellenére még most is számos probléma adódik a személyi, illetve tárgyi feltételek területén.

A szakfelügyelő elsőként említette azt a sajnálatos ténytet, hogy kevés az alsó tagozatos gyógytestnevelési csoportok száma, pedig köztudott, hogy a minél korábban elkezdett korrekció lehet csak igazán eredményes. A jelenség egyik oka, hogy kevés a gyógytestnevelési központ, egy-egy kerületben csak néhány iskolában van gyógytestnevelés, így az utazás, a szülői kísérlet megnehezíti az órák látogatását.

Határozat mondja ki, hogy a harmadik gyógytestnevelés-órán kötelező az úszásoktatás. Azonban még több olyan kerület van, ahol nem építettek tanuszodát, vagy éppen a meglévő uszoda zsúfolt használata miatt szorul ki a gyógytestnevelés a nyilvános uszodákba. És ilyen körülmények között jóval nehezebb a szervezett, megfelelő hatást elérő óra vezetése.

A létesítmény-, illetve teremhiány következménye az is, hogy az orvosok nem a szükségletekhez, hanem a rendelkezésre álló létszámnak megfelelően mérik a beutalásokat.

Maguk a gyógytestnevelők is meglehetősen sok problémával küzdenek. Vannak, akiknek több helyen kell tanítaniuk (3—4 iskolában), mert nem rendelkeznek állandó tornateremmel. Ebből, valamint a délutáni elfoglaltságokból következők: a gyógytestnevelő nem érzi, hogy egy tanári közösség tagja. Erkölcsi és anyagi elismerése sem olyan mértékű, mint a többi tanáré.

Füle Ildikó fővárosi és országos szintű felmérései alapján összegezte tapasztalatait. Vizsgálatai a tárgyi, személyi feltételek, valamint az orvosi ellenőrzések helyzete köré csoportosultak. Lényege a számszerű ismertetés és a fővárosi vidékkel való összehason-

lítása volt. A kapott adatok párhuzamba állítása kimutatta, hogy vidéken jóval rosszabb a gyógytestnevelés helyzete, mint Budapesten. Több nagyvárosban nincs is gyógytestnevelés, és ahol van szakképzett oktató, ott hiányoznak a létesítményfeltételek. A gyógytestneveléssel rendelkező vidéki városok pedig még sok szervezési problémával, felszerelési gondokkal küzdenek. Az orvosi vizsgálat kérdése sem megoldott, több helyen a sportorvos, vagy jobb esetben az iskolaorvos szűri ki a testnevelésre alkalmatlan tanulókat. A szakorvosi ellenőrzés nagyon ritka.

Az előadás tapasztalatait figyelembe véve a jövő egyik legsürgetőbb feladata az országos helyzet javítása. Létre kell hozni a regionális szakfelügyelőket, azaz néhány megye összekapcsolásával ki kell alakítani egy-egy nagyobb gyógytestnevelési központot.

A továbbképzés konzultációval zárult, amelyet Varga Sándor, vezető szakfelügyelő tartott. A fenti két előadás igazolta a felmérések, tapasztalatösszegzések fontosságát, mivel szinte valamennyi említett témakörben akadtak hozzászólások. Azért, ha minden problémára nem is hangzott el kielégítő válasz, a 3 napos továbbképzés programjában mindenki találhatott hasznos új ismeretet, gyakorlatanyagot vagy éppen jó tanácsot a különböző szervezéssel kapcsolatos teendőihez.

Kocsis Zsuzsa

A gyógytestnevelés tanítása

Ismeretes, hogy a testnevelés és a gyógyítás-megelőzés édestestvérek. Évezredekkel ezelőtt vált szállóigévé az „ép testben ép lélek” mondás. Ma is igaznak tartjuk, hogy az ember szellemi, értelmi működése és szervezetének egészségi állapota, edzettsége szorosan összefügg.

Mi történjék azonban azzal az emberrel, akinek nem ép a teste, nem egészséges a szervezete? Hiszen az is élni, alkotni, termelni akar. Nem ítéletjük téltlenségére, nem akarjuk kizárni az élet forgatagából.

A megoldás útja szintén régi, évezredek. A testnevelés — szakszerűen alkalmazva — a károsodott, a beteg szervezet számára is szükséges, sőt talán még fontosabb, mint az ép embernél.

A nem ép, nem egészséges szervezet karbantartására, erősítésére alkalmazott testnevelés: a gyógytestnevelés hazánkban is évszázados múltra tekint vissza. Dollinger Béla, Horváth Boldizsár és Zinner Nándor ortopédek főleg a mozgásszervi beteg korszerű kezelésére fejlesztették ki az elsősorban vagy kizárólag tornaelemeket tartalmazó gyógytornát. Lukács László a gyermekbénulás áldozatainak rehabilitációjában végzett kiterjedt munkát.

A Testnevelési Főiskolán a gyógytestnevelés szakképzés bevezetésével elsősorban az iskolai tanulók rászoruló csoportjai részére sokoldalú, öntevékenységre serkentő, örömmélnnyel járó módszert és gyakorlatanyagot dolgoztak ki. Részt vett ebben Gárdos Magda Mónus András, a vérkeringési — légzési betegségek gyógytestnevelésének korszerűsítésében pedig Csider Tibor, Kránitz Istvánné és Székely Gabriella.

A gyógytestnevelés az elmúlt évtizedekben kiterjedt az egész országra, szakkönyveket adtunk ki, nőtt a szakemberek tudása.

Az igények azonban messze túlszárnyalják a lehetőségeket. A gyógytestnevelésre szorulók nagyobb részét ma még nem tudjuk ellátni.

A gyógytestnevelés további fejlődéséhez nagy segítséget nyújt az a lehetőség, hogy szakmánk önálló rovatot nyer. Ebben arra kell törekednünk, hogy ismeressük és megvitassuk a gyógytestnevelés korszerű kérdéseit, időszzerű feladatainkat, a legjobb módszereket és szempontokat a ránk bízott gyermekek javára.

Dr. Nemessári Mihály

Szerkesztőségi felhívás

A gyógytestnevelés rovatot „az én módszerem és gyakorlatom” célkitűzéssel indítottuk meg. Kérjük Kedves Olvasóinkat, hogy rövid és rajzos ábrákkal ellátott hozzászólásukat, véleményüket, cikkeiket úgy tervezzék meg, hogy a gyakorlatok és a módszerek mellett azt is jelöljék, hogy a gyakorlat milyen élet-tani hivatást vált ki.

Szabadidőjátékok

Drenkow, E. különféle, gyerekek által közkedvelt játékokat ír le. Ezeket a tanulók szabadidőben végzett foglalkozásai közben figyelte meg. A játékokat jól fel lehet használni az iskolai sportoktatásban, az iskolán kívüli sporttevékenységben, a játék- és sportdelutánokon, a tanulószobai szabadidőben, illetve más alkalommal is.

A tanárnak buzdítania kell a tanulóit arra, hogy a közösen játszott játékokat a szabadidejük eltöltésénél önállóan is használják fel. Meg kell őket tanítania a játék más változataira is, hogy ezzel is tartalmasabbá és érdekesebbé tegye önálló tevékenységüket.

A szerző ezután bemutat két kedvelt labdajátékot. Az első labdajátékot főleg a „játszóutcákon” figyelhetjük meg. A játékeret maga az utca — a kocsitűt és a járdaszegélyek — alkotja. A két csapat egymással szemben a két járdán áll. Innen célba dobnak a kocsitűt át. A járdaszegélyt úgy kell eltalálni, hogy a labda mindig a dobó csapathoz pattanjon vissza.

Ahányszor sikerül a labdát így elkapni, a csapat pontot szerez. Ha nincs találat, vagy az elpattanó labdát a másik csapat szerzi meg, övék a dobás joga. Érdekes közben megfigyelni a gyerekeket, hogy miként fejlesztik tovább a játékokat, és milyen ügyes új változatokat találnak ki.

A második labdajáték amolyan „labdaiskola”-féle, amelynél pontosan meghatározott egymásutánban kell az ügyességi feladatokat elvégezni. A sorrendet abban az esetben is meg kell tartani, ha pl. visszafelé, vagy a 2., 3. feladattól kezdve kell a sorozatot végigcsinálni.

(Körpererziehung, 1979. 4. 171—174.)

Sportmozgások tanulása

A sport és testnevelés időszzerű kérdései 21.

(Sport, Bp., 1979. 159.)

A kiskönyvtár legújabbán megjelent kötete változatos tematikájú. Dr. Nádori László és dr. Büchler Róbert tanulmányukban a sportmozgások tanulásával foglalkoznak. A téma időszzerű, hiszen „mindmáig kiaknázatlanok a gyakorlatban azok a tudományos megállapítások, amelyeket a pszichológia a tanulás kísérleti kutatása terén az elmúlt évszázadban felhalmozott”. A szerzők elemzik az alapfogalmakat, a tanuláselméleteket, a tanulás törvényeit, a tanulásban meglevő transzferhatást, majd a mozgástanulás alapvető követelményeiről, jellemzőiről esik szó. Bevezésként a mozgástanulás gyakorlati kérdéseivel foglalkoznak.

A magyar sportirodalomban alig ismert kérdésről, az idős férfiak testi teljesítőképessége, egy nyolctagú kutatócsoport ír. A vizsgálat célkitűzése az volt, hogy a tartósan állóképességi jellegű, de nem foglalkozásszerűen fizikai aktivitást végzők élettani és egyes személyiségjegyeit hasonlítsa össze a hasonló korú, fizikailag inaktívakkal. A vizsgálatból többek között a következő következtetést vonták le: „jelentős mennyiségű és intenzitású fizikai aktivitás szükséges ahhoz, hogy a funkcionális jellemzőket az inaktívakéhoz képest magasabb szinten tartsuk. A szokványos séta, barkácsolás, úszkálás nem elegendő a nagyobb kardiorespiratorikus teljesítmény megőrzéséhez, ilyen célra a napi néhány perces jóga vagy szobatorna sem elég.”

Arday László egyetemi hallgatók sporttevékenységét vizsgálja, főleg az alaktan és sport kapcsolata szempontjából. „Egyértelmű pozitív összefüggés tapasztalható a sporttevékenység és az egészséges alkat között, foglalja össze a vizsgálat eredményét a szerző. A sportolás azonban csak akkor lehet az alakváltozás előnyösen befolyásoló eszköze, ha rendszeres, és ez tulajdonképpen alapvető kritériuma is a sportolásnak. A jelenlegi tömegsportformákat nemcsak szélesíteni kell, hanem meg kell teremteni a megfelelő gyakoriságot is.”

Súlyemelők edzésellenőrzése a címe dr. Rigler Endre tanulmányának. „Az elvégzett terhelésadagok pontos, napra és egyénre bontott dokumentálásával, írja a szerző, megteremtődött annak a lehetősége, hogy az edzők és sportkutatók képesek legyenek egy nagyobb időszak edzőmennyiségének és anyagának feldolgozására, alapvető edzőmódszertani felismerések megtételére.” Bár a vizsgálatban élvonalbeli súlyemelők vettek részt, a szerző sok megállapítása, és főleg gyakorlatleírása az iskolai testnevelésben is felhasználható.

Zsakay Kálmán írásában (Fiatal labdarúgók kiválasztása) először a kiválasztás elvi alapjairól, majd a gyakorlati tapasztalatokról ír. Javaslatainak végén megállapítja: „Az itt leírt módszer rendkívül precíz és alapos munkát kíván az edzőtől. Országos szinten ott érnek el komoly eredményt az utánpótlás-nevelés terén, ahol előbb kezdik ezt a munkát. Amikor pedig majd általánossá válik, az egész magyar labdarúgás magasabb színvonalának teremtjük meg az alapját.”



Dr. Nider, László—Dr. Buchler, Róbert: Sportmozgások tanítása
Dr. Apor, Péter—Dr. Csuzmadia, Mária—Dr. Doka, József—Dr. Farnosi, István—
Dr. Hollósi, Miklós—Dr. Horvai, Marianna—Dr. Kocsikomoly, Péter—
Dr. Somogyvári, Károly: Idős férfiak testi teljesítményképessége
Kardos, Tibor: Egyetemi hallgatók sporttevékenységének vizsgálata
Dr. Rigler, Endre: Súlyemelők edzésellenőrzése
Zsakay, Kálmán: Fiatal labdarúgók kiválasztása
Dr. Frenkl, Róbert: Sportorvosi munka a Szovjetunióban

Sport

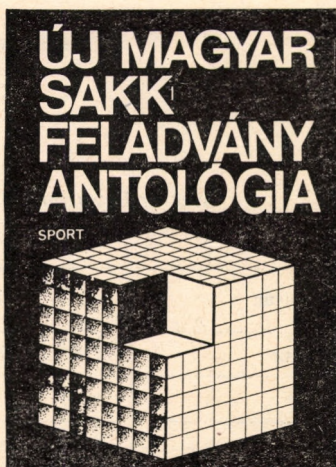
Új magyar sakkfeladvány-antológia

(Szerk.: Bakcsi György)

(Sport, Budapest, 1979. 342.)

Az egész világon, így hazánkban is egyre többen, és egyre több iskolában ismerkednek meg „a sakkművészet világával”, a különleges kombinációkat, mattképeket, nagyszabású gondolatokat tartalmazó sakkfeladványokkal, amelyek ugyanakkor izgalmas, sok-sok órát, máskor csak néhány percet igénylő, de a fejttő leleményességét próbára tevő rejtvények is.

Akit csak egyszer is rabul ejtett egy feladvány varázsa, érdeklődni kezd a feladványszerzés múltja és jelene iránt, szeretné tudni, megtudni a legjellegesebb magyar mesterek elveit, könyv alakban is megszerezni legjobb feladványaikat — és ugyanakkor szeretné megérteni a sakkfeladványok szabályait, különleges feltételeiket, elnevezéseiket —, tudva, hogy minimális fáradsággal valóságos tündérvilág tárulhat fel előtte. Ezt a jogos és nemes igényt kívánja kielégíteni a gyűjtemény.



A kötetet dr. Frenkl Róbert Sportorvosi munka a Szovjetunióban című beszámolója zárja. Összefoglalva az ott tapasztaltakat írja: „Az új iránti fogékonyság jellemzi a szovjet sportorvoslást. Ami irigylésre méltó: lehetőségük is van az új elképzelések kipróbálására. Számunkra a feladat adott: meg kell kísérelnünk behozni a nyolcvanas években az előző évtized elmaradását.”

N. S.

A kötetet Bakcsi György szerkesztette, az egyes fejezeteket Benedek Attila, Érsek Tibor, Földeák Árpád, Kardos Tivadar, Koder Gábor, dr. Lindner László és Szóghy József írta, illetve állította össze. A könyv bemutatja a magyar sakkfeladványszerzés történetét 1938-tól napjainkig, megemlékezik elhunyt kiválóságainkról, részletezi a magyar bajnokság eredményeit, részvételünket a nemzetközi csapatversenyeken.

Lexikonszerűen közli a magyar élgárda képviselőinek életrajzi adatait, fényképüket, jellemzi alkotó tevékenységüket. A kötetben 682 feladvány található, a magyar sakkfeladvány-művészet színe-java. Az olvasók tájékozódását a műszavak magyarázata, témajegyzék az eddig megjelent magyar sakkfeladványkönyvek bibliográfiája teszi teljessé, és megtalálható legnevesebb élő szerzőink fényképe is.

A feladványgyűjtemény nélkülözhetetlen mindenki számára, akit vonz a sakkolás különleges szépsége, művészete.

J. J.

A Sport Kiadónál a következő szabálykönyvek jelentek meg:

Ökölvívás

Teke

Kerékpározás

Vívás

Kialakult a diáksport 1980/81. tanévi versenynaptára

Az Oktatási Minisztérium Testnevelés és Sport Önálló Osztálya kezdeményezésére, az OTSH Sportágak Főosztályával együttműködve került sor arra a munkamegbeszélésre, amely a középfokú oktatási intézmények versenyrendszerének minisztertanácsi határozat alapján történő korszerűsítését, és az alsó-, közép- és felsőfokú oktatási intézmények 1980/81. tanévi versenynaptárát tárgyalta.

17 sportági szakszövetség képviseltette magát a megbeszélésen, ahol élénk eszmecsere alakult ki a versenyrendszer

tervezete körül. A szakszövetségek részéről felvetődött annak igénye, hogy az iskolarendszer középső fokán is tovább kell szélesíteni a diákversenyek lehetőségét, emelni kell a szerepeltetett sportágak számát.

Több szakszövetségi képviselő „történelmi” jelentőségűnek tartotta a naptár-egyeztető értekezletet és kifejtette, hogy a versenyek védettségére tett kezdeményezést támogatja, miszerint a diákversenyek napján a sportági szakszövetségek nem rendeznek versenyeket.

Végezetül a szakszövetségek képviselőinek időpontmódosító javaslatát is figyelembe véve végleges formát nyert a diáksport 1980/81. tanévi versenynaptára.

Gergely Gyula—dr. Dörfinger Károlyné

Magyar Egyetemi Főiskolai Országos Bajnokság 1980/81. tanévi Versenynaptára

Sportág	Időpont	Rendező felsőoktatási intézmény
Asztalitenisz	1981. IV. 7—81.	Pécsi Tudományegyetem
Atlétika	1981. V. 23—24.	ELTE Bp.
Kézilabda	1981. V. 19—21.	Kandó K. Vill.-ip. Műsz. Főisk. Bp.
Kosárlabda	1981. V. 5—8.	Állatorvostudományi Egy. Bp.
Labdarúgás	1981. V. 12—15.	Agrártudományi Egy. Debrecen
Röplabda	1981. IV. 21—23.	Ho Si Minh Tanárk. Főisk. Eger
Sakk	1981. III. 17—28.	Könnyűipari Műsz. Főisk. Bp.
Súlyemelés	1981. IV. 11.	Budapesti Műszaki Egyetem
Tájékozódási futás	1981. IV. 28—29.	Erdészeti és Faip. Egy. Sopron
Tenisz	1980. X. 14—18.	ELTE
Tollaslabda	1980. X. 20—23.	Kilián Gy. Repülőtisztai Műsz. Főisk. Szolnok
Torna	1981. IV. 25—26.	Magyar Testnevelési Főiskola
Úszás	1981. V. 3	Semmelweis Orvostud. Egy. Bp.
Vívás	1981. III. 31—IV. 2.	Semmelweis Orvostud. Egy. Bp.

Sportág	Bajnokság					Kupa bajnokság						
	megyei Bp-i		területi	országos		megyei Bp-i	orsz. selejt.	közép-döntő	elő-döntő	negyed-döntő	országos	
	időpont	időpont	hely	időpont	hely	időpont	időpont	időpont	időpont	időpont	időpont	hely
Atlétika	1981. V. 10-ig	1981. V. 30—31.	Vas, Pest, Bp., Hajdú, Békés	1981. VI. 27—28.	Győr-Sopr.							
Kézilabda	1981. IV. 30-ig	1981. V. 15—18.	Komárom, Somogy, Nógrád, Bács-K.	1981. VI. 16—20.	Csongrád, Szeged	1980. XII. 22-ig		1981. IV. 14. IV. 21.	1981. V. 5. V. 12.		1981. VI. 16—20.	Csongrád Szeged
Kosárlabda	1981. IV. 30-ig	1981. V. 15—18.	Győr-S., Vas, Borsod, Csongrád	1981. VI. 16—20.	Bács-K.	1980. XII. 22-ig		1981. III. 31-ig	1981. V. 10-ig		1981. VI. 16—20.	Bács-K.
Labdarúgás	1981. IV. 30-ig	1981. V. 15—18.	Komárom, Veszprém, Bács-K., Heves, Szolnok, Tolna	1981. VI. 16—20.	Borsod K-barcika	1980. XII. 15-ig	1981. III. 5. VI. 12.	1981. III. 19. III. 26.	1981. IV. 2. IV. 16.	1981. IV. 23. IV. 30.	1981. V. 28. VI. 4.	A pályavál. isk. megjel. szer.
Röplabda	1981. IV. 30-ig	1981. V. 15—18	Fejér, Zala, Nógrád, Pest	1981. VI. 16—20.	Fejér Szfh-vár	1980. XII. 22-ig		1981. II. 24. III. 10.	1981. IV. 14. IV. 28.		1981. VI. 16—20.	Fejér Szf.-vár
Sakk	1980. XI. 30-ig			1980. XII. 27—31.	Bp.							
Tájékozódási futás	1981. IV. 19-ig			1981. V. 8—9	Baranya							
Torna	1981. II. 28-ig	1981. III. 7—22.	Veszprém, Baranya, Békés, Bp., Hajdú	1981. IV. 7—9.	Vas Sz.-hely							

Sportágak	Körzeti	Járási, városi, B-pi	Megyei, B-pi	Területi		Országos	
	időpont	időpont	időpont	időpont	hely	időpont	hely
Asztalitenisz			1980. XI. 30-ig			1980. XII. 29—30.	Miskolc
Atlétika	1981. IV. 30.	1981. V. 17.	1981. VI. 14-ig			1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Birkózás			1980. XI. 23.	1980. XII. 6—7.		1980. XII. 27—28.	Nyíregyháza
Cselgáncs				1980. XI. 22—23.		1980. XII. 29—30.	Debrecen
Kajak-kenu				1981. VI. 7.		1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Kézilabda	1981. V. 1-ig	1981. V. 17-ig	1981. V. 31-ig	1981. VI. 13—16.	Baranya, Komárom, Nógrád, Szabolcs	1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Kosárlabda	1981. V. 1-ig	1981. V. 17-ig	1981. V. 31-ig	1981. VI. 13—16.	Zala, Vas, Borsod, Békés	1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Labdarúgás	1981. V. 1-ig	1981. V. 17-ig	1981. V. 31-ig	1981. VI. 13—16.	B.pest, Veszprém, Tolna, Heves, Hajdú, Szolnok	1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Röplabda	1981. V. 1-ig	1981. V. 17-ig	1981. V. 31-ig	1981. VI. 13—16.	Somogy, Fejér, Pest, Csongrád	1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Sakk			1981. V. 15-ig				Zánka
Tájékoztatósi futás			1981. V. 5-ig			1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Téli sportok			1981. I. 15.			1981. I. 25—29.	Salgótarján
Tollaslabda			1981. V. 7-ig			1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Torna		1981. II. 28-ig	1981. III. 29-ig			1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Úszás	1981. III. 1-ig		1981. VI. 7.			1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza
Testnevelési oszt.	1981. III. 15-ig			1981. V. 15-ig		1981. VI. 22—29.	Nyíregyháza

К учебному году 1980/81	97
<i>Д-р Надь Тамаш</i> : Исторический обзор изменений в целях, задачах и требованиях обучения физкультуре (1946—1963) (II)	98
<i>Варга Шандор</i> : Планирование дидактических единиц	104
<i>Д-р Фармоши Иштван</i> : Телосложение и соматотип учеников средней школы	109
<i>Суровцев Эдуард</i> : Обучение студентов плаванию в глубокой воде	112
<i>Надь Шандор</i> : Исследование развития выносливости и скорости у школьников	114
Идеи и новости	117
Из области науки по нашей специальности ..	119
Спорт и язык	121
Лечебная гимнастика	123
Рецензии на книги	124

Vor das Schuljahr 1980/81	97
<i>Dr. Nagy Tamás</i> : Geschichtlicher Überblick über die Änderungen der Ziele, Aufgaben und Anforderungen (1946—1963) II.	98
<i>Varga Sándor</i> : Körperliche Zusammensetzung und Somatotyp der Schüler der Mittelschulen	104
<i>Szurovcey Edvárd</i> : Schwimmunterricht von Universitätsstudenten im Tiefwasser	112
<i>Nagy Sándor</i> : Die Untersuchung der Entwicklung von Standfähigkeit und Schnelligkeit bei Schülern	114
Ideen, Neuigkeiten	117
Aus dem wissenschaftlichem Leben unseres Fachbereiches	119
Sport und Sprache	121
Heilgymnastik	123
Buchbesprechung	124

Újra megjelenik a Testnevelési és Sporttudományos Tanács folyóirata

Testnevelés és Sporttudomány címmel jelenik meg 1980-tól évi négy alkalommal a nemrég újjáalakult Testnevelési és Sporttudományos Tanács folyóirata. Fő feladata, hogy a testnevelés és a sport területén dolgozó szakembereket az új hazai és a külföldi kutatási eredményekről tájékoztassa, elősegítse a tudományos eredmények minél gyorsabb gyakorlati alkalmazását.

A folyóirat előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hírlap Irodájánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. 1900) közvetlenül vagy postautalványon, valamint a KHI 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámra való átutalással.

Előfizetési díj 1 évre 80,— Ft. Számonként megvásárolható a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Iroda és Nyomtatványboltjában: Budapest, VI., Népköztársaság útja 6. 1061.

Szerkesztőségi felhívás

A testnevelés tanításának szerkesztő bizottsága az 1980. április 10-i ülésén megbeszélte a következő évi lapterveket.

Kéri a lap olvasóit, hogy írásaikkal, észrevételeikkel segítsék és támogassák azt a törekvésünket, hogy lapunkba a kartársakat legjobban érdeklő témák kerüljenek. Elsősorban a következő témákban várjuk a tanulmányokat, cikkeket, észrevételeket, javaslatokat, tapasztalatokat:

1. Az általános iskolai versenyrendszer
2. A részletezett követelményrendszer
3. A tantervi szabadon választható kiegészítő anyag gyakorlati megvalósítása
4. Az Edzett ifjúságért mozgalom megvalósítása
5. Második osztályosok úszásoktatása
6. Szakfelügyelet és továbbképzés
7. A középiskola pályairányító tevékenysége

Kérjük a kartársakat, hogy közlésre szánt cikkeiket gépelve, két példányban küldjék be a szerkesztőség címére. A papírlapnak csak egyik oldalára, kettes sortávolsággal, egy-egy oldalra 30 sort gépeljenek! A sor hossza 66 betűhely. Közöljük lakásuk és munkahelyük pontos címét is!

4,50 Ft



INDEX: 25824

A testnevelés tanítása

XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 5

A MŰVELŐDÉSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





Lovas Albert felvétele

TARTALOM

Tóth Tibor: Az Edzett ifjúságért mozgalom megszervezése a középiskolában	129
Vincze Csaba: Edzés a testnevelésórán	132
Tárnok Dezső: Középiskolai futóteszt	135
Dr. Bíró Péterné: A társadalmi tényezők szerepe a testnevelő tanári személyiség kialakulásában	137
Somorjai László: Az utánpótlás 15 éves tapasztalatai	140
Nagy Tamás—Szentgyörgyi Zoltán: Tartós futás kézben fogott két kilogrammos súlyzókkal ...	144
Dr. Nagy György: Dr. Hepp Ferenc 70 éves ...	145
Fazekas Miklósné Virág Ildikó: Nyugdíjban „Kamí” bácsiék	147
Ötletek, újdonságok	148
Könyvismertetés	152
Folyóiratszemle	157

E számunk szerzői: dr. Andor György, OPI, Bp.; dr. Bíró Péterné egy. docens, TF, Bp.; Fazekas Miklósné Virág Ildikó sportelődó, Miskolc; Fehér Valéria tanár, OPI, Bp.; Gáldi Gábor tanár, Bp.; dr. Nagy György egy. docens, TF, Bp.; Nagy Sándor tanár, OPI, Bp.; dr. Nagy Tamás elnökhelyettes OTSH, Bp.; Nádas Lajos adjunktus, Debrecen; Somorjai László tanár, Bp.; Szentgyörgyi Zoltán tanár, Bp.; Tárnok Dezső tanár, Bp.; Tóth Tibor igazgatóhelyettes, Nagykőrös; Vincze Csaba tanár, Bp.

A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:
Nagy Sándor

Tördelő szerkesztő:
Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztő bizottság:

Burka Endre
Gyenge József
Dr. Kálmánchey Zoltán
Dr. Nagy György
Dr. Székely Gabriella
Dr. Takács Ferenc
Varga Sándor
Várady Géza

Rovatvezetők:

Dr. Andor György
Dr. Csider Tibor
Lovas Albert
Somorjai László
Szentgyörgyi Zoltán

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563—2021

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1946 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postafiók 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető a hirlapkezesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hirlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215—96162 pénzforg. m jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27,— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hirlapboltban.
Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft



Egyetemi Nyomda — 80.5743 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

Az Edzett ifjúságért mozgalom megszervezése a középiskolában

TÓTH TIBOR

1.

Az Edzett ifjúságért tömegsport-mozgalom sikere érdekében sok mindent megtettünk már. Kiadtuk a mozgalom szabályzatát és követelményrendszerét, megjelentettük a módszertani kézikönyvet, és büszkén mondhatjuk: értünk el már eredményeket is. Mégis van tennivalónk bőven. Erről szeretnénk szólni az alábbiakban.

Cikkünkben nem öleljük fel a teljes mozgalmat, csak egyetlen korosztállyal foglalkozunk. Azt mutatjuk be, hogyan szervezhető meg az Edzett ifjúságért mozgalom a *középiskolában*.

Munkánkkal az iskolaigazgatók, a KISZ tanácsadó tanárok, a testnevelők, továbbá a mozgalom aktivistái számára szeretnénk gyakorlati tanácsokat adni arra, mit és hogyan kell csinálni a jó eredmények érdekében.

2.

Az Edzett ifjúságért mozgalom megszervezése sokrétű munka. Sikert a középiskolában is csak jól előkészített tevékenységgel érhetünk el. Először erről az *előkészítésről* szölkünk: bemutatjuk, milyen konkrét teendőket kell elvégeznünk a teljesítménymérések, a próbázások előtt.

Elő lépés: *hívjuk össze az iskolai KISZ-bizottságot a közvetlen feladatok megbeszélésére!*

A mozgalom helyi irányításában döntő szerepet kell biztosítani a KISZ szervezetnek. A KISZ KB 1977. február 9-i határozata leszögezi, hogy az ifjúsági tömegsport-mozgalmat politikai feladatnak kell tekinteni. A szerve-

zéskor ebből kell kiindulni, és meg kell követelni, hogy az alapszervezetek építsék be éves akcióprogramjukba a részvételt.

Az ülésen beszéljük meg az előbb mondotakat, továbbá a KISZ patronálási lehetőségeit, majd válasszuk meg a Szervező Bizottságot!

A KISZ-bizottsági ülésre legyenek hivatalosak az alapszervezeti titkárok és sportfelelősök, valamint a testnevelő tanárok.

Második feladat: *a Szervező Bizottság létrehozása.*

Az Edzett ifjúságért mozgalom Szervező Bizottsága a KISZ-bizottság munkabizottságaként tevékenykedik. Összetételét a módszertani kézikönyv pontosan előírja. Ez a szerv a mozgalom legfőbb irányítója.

A Szervező Bizottságnak az alábbi teendőket kell elvégeznie:

- Dolgozza ki a mozgalom éves programját, ezen belül készítse el a sportnaplót, mely a házibajnokságok és próbázási lehetőségek idejét tartalmazza!
- Szervezze meg a versenybizottságokat, melyek az egyes programok lebonyolítását végzik!
- Ismertesse és népszerűsítse az egész ifjúság előtt a mozgalmat!
- Gondoskodjék a különböző adminisztratív tevékenységek elvégzéséről!

Harmadik teendő: *a versenybizottságok megalakítása.*

A mozgalom gyakorlati munkája a versenybizottságokra épül: ezek feladata a versenykiírások elkészítése, a nevezések összegyűjtése, a sorsolás, a versenybírók biztosítása, a rendezők kijelölése, a hírverés és egyéb szervező munka.

Versenybizottságot minden önállóan pontozott megmozdulás megszervezéséhez létre kell hozni.

A bizottságokba olyanokat kell beválasztani, akik alkalmasak a szervezőmunkára. Ez azonban nem azt jelenti, hogy csak a sportág legjobbjaira támaszkodjunk. Sőt: a „Tízezer aktivistát az Edzett ifjúságért tömegsport-mozgalomnak” akció úgy éri el nemes célját, ha azokat is a sporthoz tudjuk kapcsolni, akik eddig távol álltak tőle.

Negyedik feladat: *vitassuk meg a részvételt alapszervezeti taggyűlésen!*

E fórumnak döntő része lehet a sikerben. Itt történik ugyanis a tanulók közvetlen bekapcsolása a mozgalmába, s itt valósul meg igazán a KISZ patronálása is. Arra kell törekedni, hogy — az önkéntesség betartásával — lehetőleg mindenki vegyen részt a próbázásokon.

A taggyűléseken kell megtenni a vállalásokat is, hogy ki milyen szintet kíván elérni. Ne törekedjünk látványos eredményekre: inkább azt tudatosítsuk, hogy a mozgalmat nem a pontok kedvéért, hanem az egészséges ifjúságért hozták létre!

Ötödik lépés: *kérjük a tantestület segítségét!*

Mind az előkészítésben, mind a szervező munkában hathatós segítséget nyújthat a tantestület. A közreműködésre számtalan lehetőség van. A testnevelők hivatalból segítői a mozgalmaknak, de miért ne lehetne a siker a többiek ügye is? Miért ne lehetne az egész tanári kar számára is politikai kérdéssé tenni az Edzett ifjúságért mozgalmat?

3.

Az előkészítő lépések bemutatása után a követelmények teljesítéséről szeretnénk szólni. A négy kategória szintjeit a kézikönyv pontosan megfogalmazza. A mi célunk az, hogy a zónák rendjét követve néhány tanácsot adunk a lebonyolításhoz.

I. Teljesítmény — követelmény

E kategória teljesítését eleve megszabja a kötelezően előírt követelmény. Az egyes lehetőségekhez mégis hozzáfűzünk néhány gondolatot.

a) A tantárgyi követelménypróba eredményeinek felmérése a legegyszerűbb: megtörténhet a tanítási órán.

b) Az úszást vagylagosan jelöli meg a kézikönyv, mi azonban nagyon ajánljuk a teljesítést; nem a magas pontszám kedvéért, hanem az egész országra kiterjedő kíváncsóság miatt, hogy minden középiskolás tanuljon meg úszni.

c) A mezei futóversenyt hangulatos tömegmegmozdulássá tehetjük, s csak növeli az értékét, hogy ez az a sportrendezvény,

amelyen az iskola minden tanulója részt vehet.

d) Nagyon jól fel lehet használni a Honvédelmi Napok két mozzanatát: a lövészetet és az akadályversenyt. Mindkét követelmény komoly fizikai megterhelést is jelent, ugyanakkor jó lehetőséget biztosít a hazafiságra nevelésre.

Bármelyik pontszerzési alkalmat nézzük is, mindegyik mögött ott van az Edzett ifjúságért mozgalmon túlmutató más nevelési cél elérése is. Törekedjünk arra, hogy az első követelmény teljesítésekor gazdagodjanak tanulóink ezekkel! A siker minden esetben csak a szervezésen múlik.

II. A rendszeres sporttevékenység

E követelményrendszer megszervezésében a legfontosabb teendőnk az éves sportnaptár elkészítése. Azt ajánljuk, hogy ez elsősorban a tömegsport-foglalkozásokra épüljön, vagyis azoknak adjon sportolási lehetőséget, akik nem igazolt versenyzők.

Hogy a foglalkozási tervbe milyen sportágak kerüljenek be, azt az iskola hagyományai, a tanulók érdeklődése és a testnevelő tanárok gyakorlati tevékenysége határozza meg. Vigyázzunk azonban arra, hogy egyenlő arányban legyenek az egyéni és a csapatversenyei a foglalkozásokon!

Az egyéni sporttevékenység megszervezésekor mindig gondolni kell rá, hogy a versenyt előkészítő gyakorlások előzzék meg. Erre azért van szükség, hogy az adott sportágat eddig nem művelő tanuló ne úgy álljon oda például súlyt lökni, hogy nem volt soha súlygolyó a kezében. Természetes, hogy az előkészítő foglalkozásokon való résztvételért is jár pont.

A csapatversenyei megrendezésekor feltétlenül a körmérkőzést javasoljuk. Nem szolgálja a mozgalom célját, ha minden meccs után kiesik a gyengébb csapat.

Minden sportverseny a győzelemért folyik. Mégse engedjük meg, hogy egy-egy csapat a jobb eredmény érdekében az adott közösség leigazolt sportolóit szerepeltesse elsősorban. A tömegsportversenyeken azoknak kell jótékhoz jutni, akik egyébként nem sportolnak. Így jut diadalra a mozgalom alapeszméje. Attól úgysem kell tartanunk, hogy az igazolt

versenyzők nem tudják teljesíteni a követelménycsoportnak akár a legmagasabb szintjét is. Ők az edzésekkel meg a bajnoki mérkőzéssel egyetlen hét alatt több pontot szereznek, mint a többiek a tömegsportfoglalkozásokon egy egész hónapban.

III. Szabadidő-sport

A mozgalom szabályzata szerint ebbe az értékelési zónába az egyénileg, a családi vagy baráti körben, illetve a kisebb-nagyobb közösségekben végzett játék, sport tartozik.

A középiskolában két olyan közösséget is találunk, amelyben megszervezhető a próbázások: az egyik a KISZ alapszervezet, a másik az osztály. Mind a két egységben összeszokott, egymást jól ismerő fiatalok vannak, s éppen ezek a fórumok azok, amelyek lehetőséget teremtenek arra, hogy a tanulók játszva mozogjanak, sportoljanak. Hangsúlyozzuk, nem versenyszerűen, hanem játékosan. Valahogy úgy, hogy a közösség vezetője bejelenti: „Holnap délután kerékpártúrát szervezünk a közeli erdőbe. Gyertek el! A túra beleszámít az Edzett ifjúságért mozgalom pontversenyébe. Gyülekező fél négykor az iskola előtt.”

Nem vitás, hogy az így szervezett mozgásformák sportszempontról kisebb értékűek, mint a II. kategóriába tartozó tömegsportversenyek, de meg vagyunk győződve róla, hogy a testmozgáson és a közvetlen élményen túl eszmeileg is szolgálják a mozgalom célkitűzését. És van még egy fontos mozzanatuk: közösségi megmozdulások.

Az előkészítésről szólva megemlíttük a tantestület segítségének lehetőségét. Ennek elsősorban most jött el az ideje: mind a KISZ-szervezeteket patronáló tanárok, mind az osztályfőnökök itt tudnak a legtöbbet segíteni, elsősorban a megmozdulásra való ösztönzéssel.

Végül hadd soroljunk fel néhány formát a „Szabadidő-sport” kategória közösségben szervezhető megmozdulásai közül:

1. Gyalogtúra az osztálykiránduláson.
2. Kerékpártúra.
3. Séta a közeli műemlékhez.
4. Erdei kirándulás, gyöngyvirágszedés.
5. Szánkózás stb.

IV. A sportért végzett társadalmi munka

Bár az Edzett ifjúságért mozgalom elsősorban a testi, fizikai fejlődést szolgálja, különleges erkölcsi többletet ad neki, hogy a IV. követelményrendszerben társadalmi munkát kell végezni a sportért. Ha valamiért dolgozunk, ahhoz a dologhoz jobban kötődünk. Érdekes, hogy ha egy-egy tanuló részt vesz a tömegsportversenyeken, még nem biztos, hogy benne is van a mozgalomban. Mihelyt azonban dolgozik is érte, sokkal inkább magáénak érzi az egészet.

A sportért végzett társadalmi munkát két csoportra osztja a szabályzat:

- a) állandó jellegű munkára;
- b) alkalmyszerűen végzett munkára.

Az első csoportba sorolhatjuk azoknak a tevékenységét, akik a mozgalom irányításában vesznek részt. Ezek: a Szervező Bizottság tagjai, a sportfelelősök, a versenybizottságok tagjai stb. Ide tartozó munka a kimutatások, nyilvántartások vezetése is. (Ennek felelőségét nem lehet eléggé hangsúlyozni.) Állandó megbízatásnak számít a rendszeresen felkért versenybírók ténykedése és természetesen a 15 órás sportpályaépítés.

Az alkalmyszerű megbízásokból szinte korlátlanul adhatunk a tanulóknak. Csak néhányat sorolunk fel: rendezőség, pályagondozás a mérkőzés előtt, tornaterem takarítás, egy-egy plakát elkészítése, beszámoló cikk írása a sportfaliújságra.

E munkák kétségkívül kisebb jelentőségűek, de lebecsülni őket súlyos hiba volna, hiszen velük kötődnek, kapcsolódnak a tanulók egyre szorosabban a sporthoz.

4.

Elérjük-e, hogy edzett lesz Magyarországon a középiskolás ifjúság?

Rajtunk, felnőtteken is múlik: tanárokon, osztályfőnökökön, KISZ patronálókon, igazgatókon. Mert ugye, ismerősek a következő kérdések: „Már megint sportfoglalkozás lesz délután?” „Nem jobb lenne, ha inkább tanulnának a gyerekek?”

Ha a testület magáévá teszi az Edzett ifjúságért mozgalom ügyét, soha nem hangzik el ilyen kérdés.

Kiindulási pont

1976 szeptembere óta 381 tanulót vizsgáltam meg állóképességük szempontjából. Találtam jó, közepes és gyenge képességű tanulókat. Ez adta az ötletet, hogy teljesítményük szerint adjam meg számukra a leginkább megfelelő munkamennyiséget az órákon.

Először a Cooper teszt segítségével mértem. A tesztnek két változata van:

VINCZE CSABA

Tanítási gyakorlata során mindenki tapasztalhatja, hogy a tanulók teherbíró képessége nem egyforma. Reménytelen vállalkozás egy egész osztályt egyformán terhelni, mert a tanulók nem egyformán fáradnak el, és nem is reagálnak egyformán a terhelésre. Egy adott szintű terheléstől lesz olyan, aki nagyon elfárad, lesz olyan, akinek éppen a helyes „adagját” sikerült eltalálni, és biztos lesz olyan is, akinek az adott munkamennyiség meg se kottyan. Az első és a harmadik csoportba tartozók fejlődnek elméletileg — gyakorlatilag is — a legkevesebbet. Egy csoport fejlődése lesz kielégítő: amelyik a neki megfelelő munkamennyiséget végezte.

A megoldást sokan keresik, meg is találják, ki így, ki amúgy. Az egységes nevelési-oktatási eljárások alkalmazása nem jelent szükségszerű uniformizálódást. Azt a módszert, ahogy én gondolom a kérdést megválaszolni, nem azért adom közre, hogy ezentúl mindenki így csinálja. Szeretnék ötletet adni az órák jobb hatásfokának a biztosításához azzal, hogy bemutatom, milyen módszerrel mértem fel, majd terveztem meg a tanmenet készítése közben az egész évi munkát meghatározó terhelhetőségi szintet, és hozzá a munkaintenzitást.

Évek óta végzek állóképességi felméréseket és munkát. Kezdetben több körülmény miatt nem hasonlíthattam össze a kapott eredményeket, egy tanéven, vagy egy osztályon belül sem. Tárgyilag, módszeres bizonyítás hiányában csak következtetni tudtam, hogy jó volt a munka szervezése. A múlt tanévben értem el azokat a feltételeket, amelyek az objektív összehasonlítás alapját

Kategóriák	I.	II.
	12 perc futás m-ben	2400 m-es futás időben
I. Gyenge	1600-tól	16:30-tól
II.	2000-ig	14:30-ig
III. Közepes	2000-tól	14:30-tól
IV.	2800-ig	12:00-ig
V. Kiváló	2800 felett	10:15 alatt

Ezek az adatok fiatal felnőttekre vonatkoznak. Férfiaknál a gyermek- és fiatal felnőttkori maximális oxigénfelvétel testsúlykilogrammmra vonatkoztatott percenkénti mennyisége, amely a Cooper teszt elméleti alapja, nem sokat változik. Ezért vizsgálataim során ezt a tesztet használtam. Iskolai viszonyok közt a második változat jobban kezelhető.

Később a felmérés anyagát bővítettem, mert ez az egy adat a tanterv anyagának a minél jobb hatásfokkal való elsajátítása szempontjából keveset mond. Kialakítottam egy mérési rendszert, amelynek segítségével ezt a célt jobban megközelíthettem.

A próbák rendszere

Három futótáv idejét mérem, és viszonyítom egymáshoz:

- 2400 m;
- 800 m;
- 400 m;
- Index: 2400 m ideje/800 m ideje, jele: T₁;
- Index: 800 m ideje/400 m ideje, jele: T₂.

Minősítés	Próba				
	2400 mp	800 mp	400 mp	T ₁	T ₂
1. Jó	615-ig	180-ig	80-ig	3,5-ig	2,3-ig
2. Közepes	660-ig	190-ig	85-ig	3,7-ig	2,4-ig
3. Gyenge	660+	190+	85+	3,7+	2,4+

Az őszi felmérés után beosztottam a gyerekeket a megfelelő csoportba, és kitűztem a tanév végéig elérhető célt.

Követelmény

1. jó csoport: 6000 m futás 26—30 perc;
2. közepes csoport: 5-6000 m futás 26—30 perc;
3. gyenge csoport: 4-5 000 m futás 26—30 perc alatti teljesítménynek megfelelő mozgásmennyiség elvégzésére legyen képes.

A próbák és a követelmények teljesítése a tanulók osztályozásába nem számított bele.

A tantervi anyag a tanmenet készítésekor

Úgy rendeztem el a tantervi anyagot, hogy a tanítási egységeken belül változó terhelési ritmus alakuljon ki. Ezt 65—70%-ig nagyobb mennyiségű, viszonylag alacsony intenzitású aerob, 30—35%-ban nagyobb terhelést jelentő anaerob jellegű órák munkájával értem el.

Példákat a tanmenetből és az órák anyagából

Egy időegység, 9 óra, szeptember—október:

Hosszú, egyenletes futás az óra elején 1500—1800 m, 7—8 perc.

A futó iskola gyakorlatai.

Rajtok, gyors futások.

Labdakezelési gyakorlatok hármass csoportokban, állandó helycserével.

Labdadobások és ütések a háló felett egyenes irányban, helycserével.

Súlylökés és az ugróiskola gyakorlatai.

Kispályás foci, váltó- és sorversenyek különböző feladatokkal.

Félperces fogójáték párokban.

Ez az anyag a tanmenetben kiegészült az adott időszakra vonatkozó rend-, képességfejlesztő gyakorlatokkal stb.

Két óra anyaga

a) Hosszú futás, kétkezes felső dobás a háló felett helycserével, szabadulás a labdától, ahány tanuló, annyi labda. Állandó anyagként rend- és gimnasztikai gyakorlatok, kézállás és kötélmászás. Az egész óra alatt folyamatos mozgás van, a terhelés aerob jellegű.

b) 6—800 m bemelegítő futás, futó cél-gimnasztika és iskola, 4—6 repülő kb. 80 m-en, ebből 10—15 m a maximális sebesség, sorversenyek. Az intenzív szakaszok között pihenőidő van.

A kísérlet körülményei

A felméréseket ősszel—tavasszal, az iskolánk udvarán végeztem. A pálya 309 m kerületű, szabálytalan sokszög alakú, részben beton, részben salakos, füves, földes, egyenetlen. Az időket futó órával mértem, egyszerre 6—8 fő indult, száraz, szélmentes napokat választva. Részt vett 29 elsős tanuló. Előképzettség szerinti megoszlás: 2 fő atléta, 1 fő kosaras, egy kézilabdázó, iskolai sportfoglalkozásokat látogatott 5 fő, a többinek a tanórákon kívüli előképzettsége nem volt. Felmentett nem volt.

Tanév közben az „ütköző” osztályok miatt az egyik héten az udvaron, a másikon a tornatermünkben dolgoztam. Az udvaron salakos kézi-, kosár- és röplabdapálya és egy füves játéktér van. A terem 27×15 m, jól felszerelt. Az órák órarendi helye: hétfő 7., péntek 5., szombat 1.

1. A próbarendszer csoportátlagai és szórási indexei

Csoport	Meg- jelölés	Idő- szak	2400 mp	800 mp	400 mp	T ₁	T ₂
1. Jó, n=5	\bar{X}	Ő	583,00	174,20	74,20	3,33	2,36
		T	557,20	143,20	65,80	3,84	2,16
	S	Ő	26,99	5,72	7,9	0,97	0,16
		T	24,60	3,51	2,05	0,19	0,05
2. Közepes n=16	\bar{X}	Ő	659,50	191,38	80,81	3,50	2,37
		T	603,38	158,63	71,25	3,81	2,24
	S	Ő	42,03	15,48	5,97	0,23	0,14
		T	19,25	7,73	4,22	0,15	0,11
3. Gyenge n=8	\bar{X}	Ő	633,13	193,00	77,25	3,29	2,50
		T	647,00	167,13	71,25	3,99	2,32
	S	Ő	42,88	14,96	1,58	0,21	0,18
		T	43,34	20,90	2,19	0,22	0,22

Jelölések: n: elemszám; \bar{X} : átlag; S: szórás;
Ő: őszi; T: tavaszi

2. A tantervi motoros próbák osztályátlagai, szórási indexei

Próbák	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	Százalék
Őszi	9,73	43,94	6,59	186,19	32,50	26,72	25,00	67,17
Tavaszi	8,41	50,23	7,33	156,32	37,60	30,73	30,10	84,29

Szórási indexek

Őszi	7,04	7,55	15,98	10,42	5,04	2,17	7,45	
Tavaszi	5,62	6,58	12,49	12,13	4,45	3,06	8,77	

Összefoglalás

A kísérlet során kiderült, hogy:
— a teljesítmény-csoportosítás alapján meghatározott követelményrendszer a csoportokon belül kiegyenlített fejlődést eredményezett;
— a tantervi motoros követelmények osztályátlagai javultak;

— az osztály százalékban kifejezett összteljesítménye 67,17-ről 84,29-re nőtt.

A kísérletet nem tekintem befejezettnek, folytatni szeretném. Végső következtetést csak a negyedik év végén mondhatok, annál is inkább, mert addig legalább három másik osztályról is lesznek összehasonlító adataim.

Középiskolai futóteszt

(Javaslat ismétléses futóteszt bevezetésére ajánlott órászervezési formával)

TÁRNOK DEZSŐ

A futással foglalkozó szakirodalom statisztikai elemzések alapján készített táblázatokat közül edzett sportolók terhelésének megállapításához (1). A táblázatok közös jellemzője, hogy a sportolók terhelését saját gyorsaságuk alapján szabályozza.

Általános iskolában végzett kutatásaim, amelyeket szakedzői dolgozatomban írtam le (2), bizonyították, hogy a fent említett törvényszerűségek azonosak edzettek és edzetlenek, élsportolók és iskolai tanulók esetében is. Saját gyorsaságát felmérve, hosszabb távú terhelés esetén ugyanazok szerint a törvényszerűségek szerint lassul a magyar csúcstartó, mint az iskolai tanuló, csak az élsportolók edzéselveit kidolgozták, az iskolai terhelések elvei viszont gyerekcipőben járnak.

Középiskolában végzett felméréseim alapján hasonló következtetésre jutottam.

A tantárgytestben szereplő 60 m-es felmérő futás annyira közel áll a tanulók által elérhető maximális sebességhez, hogy — tekintetbevéve, hogy már bevezetett próba — ezt tekinthetnénk az állóképességi teszt viszonyítási alapjának. Az objektív felmérés alapja, hogy a 60 m-t minden tanuló a képessége szerint maximális erőbevetéssel teljesíti. Ehhez viszonyítva kell megállapítani az ismétléses 5 × 200 m 3 perces pihenővel történő lefutásának átlagidejét. Tehát az, hogy milyen időátlagot kell valakinek teljesíteni 5 × 200 m-es ismétléses futásban, a 60 m lefutási idejétől, azaz alapgyorsaságától függ. Így körülbelül azonos erőbefektetést követelhetünk meg a 10 mp-et tudó lánytól és a 7,1 mp-t tudó kiváló képességű fiútól.

Mivel nem valószínű, hogy a követelményt rögtön produkálni tudják a tanulók, ezért fo-

kozatos ismétlésszám emeléssel, illetve az intenzitás fokozásával magát az edzést is biztosítja a teszt.

A javasolt futóteszt előnyei:

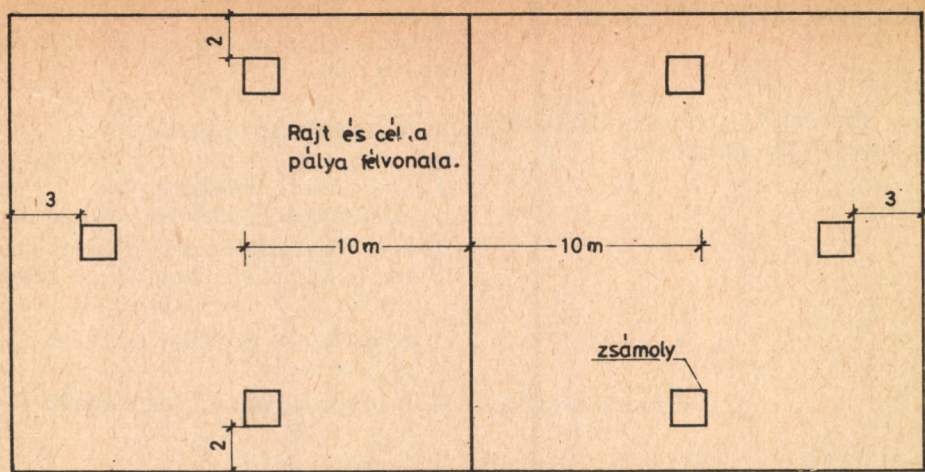
1. Objektíven alkalmazkodik a tanulók adottságaihoz, tehát megkövetelhető.
2. A köznapi terhelésekhez (jármű utáni vágta, sportjátékok, kergetőzés) jobban hasonlít, mint a kocogás.
3. Komplexebb terhelést ad, mert nagyobb az intenzitása.
4. Kevésbé egyhangú kis területű felmérőhely esetén.
5. Nemcsak felmér, edz is.
6. A leggyengébbeknek is — akiknek erre legnagyobb szükségük van — egyenlő feltételű összehasonlítást ad. Ez motiváló hatású.

Hátrányai:

1. Alaposabb szervezés szükséges.
2. Helytelen csoportbeosztással kis helyen (kézilabdapálya) végeztetve balesetveszélyes.
3. Helytelen irambeosztás esetén rosszullettel jár, ezért iramtanulást igényel.
4. A rajt, illetve a felgyorsulás készségének fejlesztése külön foglalkozást igényel.

Hátrányainak kiküszöbölése érdekében a következő órávezetési, illetve órászervezési formát fejlesztettem ki:

1. Feltételeztem, hogy a legszűkösebb helyen levő iskolában is van kézilabda-pályányi hely, így a tesztet kézilabdapályán írtam elő (1. ábra, a 136. oldalon).
2. Az általam kiszámított táblázati értékeket egész számmra kerekítettem, hogy futó óráról is leolvashatók legyenek.
3. A követelményszinteket teljesítményszintűkbe soroltam.
4. A tanulókat úgy csoportosítottam, hogy azonos teljesítményszintűkbe tartozó tanulók ne kerüljenek egy csoportba — így a balesetveszélyes ütközéseket el lehet kerülni.



1. ábra

- Az osztályt 6 csoportba osztottam be, így a 2,5—3 perces pihenőidőre nem kell figyelni, az a csoportok sorra kerüléséből adódik.
- Az órászervezésileg optimális 150 és az élettanilag, illetve balesetvédelmi szempontból optimális 250 m közötti 200 m-t választottam teszt-távul. Így mind a terhelés, mind a szervezés biztosított.

Óraszervezés

Az órát megelőzően a tanár készítse el a csoportbeosztást. A csoportokat számmal jelölje. Minden csoportot úgy állítson össze, hogy ha nem is különböző teljesítményosztályú, de legalább 2 mp különbségű követelményszintű versenyzők kerüljenek egy csoportba.

Szervezési mód: A tanári jegyzetfüzetbe, ahol a teszt-eredményeket nyilvántartja, még 2 rubrikát készít, és ezekbe minden tanuló neve mellé beírja a 200 m-es követelményt és a teljesítményosztályba sorolást a 2. ábra szerint.

Ezután 4—6 fős csoportokra osztja az osztályt úgy, hogy lehetőleg minden csoportba kerüljön 1, 2, 3, 4, 5, 6 teljesítményszintű tanuló. Ha ez nem lehetséges, akkor is különböző követelményű legyen az a két tanuló, aki egy teljesítményosztályba tartozik. Összesen 5 csoport legyen egy osztályban.

Közölje a tanulókkal, hogy kinek milyen idő alatt kell teljesíteni az 5×200 m-t, majd

Kiinduló eredmény 60 m	Követelmény 200 m-en	Fiú teljesítményosztály	Lány teljesítményosztály
7.1 — 7.4	27"	1	1
7.5 — 7.8	29"	1	
7.9 — 8.2	31"	2	
8.3 — 8.6	33"		
8.7 — 9.0	35"	3	2
9.1 — 9.4	37"		
9.5 — 9.8	39"	4	3
9.9 — 10.2	41"		
10.3 — 10.6	43"	5	4
10.7 — 11.0	45"		
11.1 — 11.4	47"	6	5
11.5 — 11.8	50"		
11.9 — 12.2	53"		6

2. ábra

hívja fel a figyelmet a helyes irambeosztásra és arra, hogy a gyengébb teljesítményosztályúak a táv elején soroljanak be a jobbakké, a jobbakké pedig kezdjenek lendületesen.

Javasolt bemelegítés: 3—5 perc futás, 5 perc gimnasztika, 5 perc futóiskola (3×30 m

magastérdemelésű futás, 3×30 m sarokemeléses futás, 2—3 fokozó futás).

Ezután az 1, majd a 2, 3 stb. csoport lefutja a 200 m-t, a tanár futó-stopperről mondja az elért időt. Amelyik tanuló az előírt időnél pl. 2 mp-cel jobbat fut, az — ha a következőnél 2 mp-cel rosszabbat fut az előírtnál —, akkor is megfelelő átlagot teljesített.

Amikor valamennyi csoport lefutotta az első távot újra, az 1 következik és így tovább.

Ajánlatos az első 2—3 kísérletnél csak 3 távot teljesíteni, a fennmaradó időben pedig levezető futást, illetve játékot végeztetni, amíg a tanulók nem tanulják meg a helyes iramot. Az ezután következő 3 futó-órán kísérhetnek meg a tanulók az 5 ismétlés teljesítését. *Egy héten csak 1 futásos óra legyen!* Így maximum 6 hét alatt végezhetünk a futóállóképességi anyaggal. (Tapasztalatom alapján 3 hét is elég volt, 2 hét iramtanulással az első kísérletre teljesítették tanulóim a tesztet.)

A futóedzést elvetve összesen és visszafelé is egyszer kell végeztetni, ez legjobb esetben 6, legrosszabb esetben 12 testnevelés órát jelentene, és megoldja a futó képességfejlesztést, úgy a vágtagyorsasági mint a vágta és középtávú állóképességfejlesztést.

Aki a képességéhez mért 5 ismétlésszámot teljesítette, szorgalmi jeles érdemjeggyel jutalmaztam.

Mikor a csoportszervezésen túljutottunk, a testnevelés óra időbeosztása a következőképpen alakult:

- az óra megszervezése, jelentés 2—3 perc;
- bemelegítő futás, gimnasztika 7—10 perc;
- futóteszt elvégzése 20—25 perc.

A pihenőidő biztosítása (2,5—3,5 perc) a következőképpen adódik: A csoportok leggyengébb követelményszintű tagjának ideje általában: 40 mp körül volt. 5 csoport esetén, az 200 mp-et jelentett összesen, azaz a felállással együtt 3,5 percet.

Ha körülbelül 4 perces össz pihenőidőt számítunk, ez akkor is csak 20 percig tart, tehát 35 perc elfoglaltsági időt jelent, ami egy testnevelési óra összterjedelméből kihozható.

Irodalom

1. Futóedzés. OTSH-kiadvány
2. Tárnok Dezső: Szakdolgozat. TF-könyvtár
3. A testnevelés tanítása, 1964. 4.
4. Atlétika, 1978. 1.
5. A testnevelés tanítása, 1979. 3.

A társadalmi tényezők szerepe a testnevelő tanári személyiség alakulásában

DR. BÍRÓ PÉTERNÉ

A testnevelő tanári munka sajátos jegyeinek feltárását többféle úton végezhetjük. Megállapíthatunk tipikus összetevőket egy anticipált személyiségprofil viszonylatában. De kiindulhatunk a tényleges tanári tevékenységből is, mint a diák-tanár interakcióból, és annak megfigyelésével tárhatjuk fel a testnevelőt jellemző sajátos képet. Számomra a kutatásnak ez utóbbi módja kecsegtet leginkább valóságghú perspektívával. Feltételezem ugyanis, hogy a tanári személyiség — így a testnevelő tanaré is — sajátos abban az értelemben, hogy sajátos gyakorlati tevékenységben „jön létre” a pedagógiai folyamat eredménye.

A pedagógiai folyamatot ebben az esetben is kétféleképpen kell megragadnunk. Egyszer mint olyant, amelyet *a testnevelő tanár alkotó tevékenysége segítségével hoz létre*. Olyan folyamat ez, amely *társadalmi célok által meghatározott, tudatosan átgondolt, a tanítvány személyiségét célirányosan gyarapító, értéképző tevékenység*. A pedagógiai folyamat ugyanakkor az előbbivel egyidejűleg, *a tanári személyiséget állandóan újratereztető folyamat is*. Ebben az esetben viszont döntő összetevője és lényege a tanár-tanítvány interakciójában érvényesülő minden olyan hatás, amely ennek a kapcsolatnak a létrejöttét és milyenségét befolyásolja. Így pl. a tanítvány reagálásai, visszahatásképpen a tanárra, a munkáját, életkörülményeit befolyásoló objektív és szubjektív társadalmi hatásrendszer.

Az 1978. évi Olomoucban rendezett nemzetközi konferencia ráirányította a kutatók figyelmét a testnevelő tanári munka összetett-

ségére, és ebben a hivatástudat jelentős szerepére. *A hivatástudattal végzett pedagógiai munka a sikeres tanári tevékenység alapfeltételként, de egyben a testnevelő tanári személyiség alakulását pozitívan befolyásoló tényezőként szerepelt.* A hivatástudat alakulásának, megerősödésének vagy gyengülésének okait vizsgálva döbbenünk rá igazán arra, hogy a pedagógus munkáját csak a társadalmi fejlődés, a teljes társadalmi gyakorlat részeként érthetjük meg.

A továbbiakban a pályaválasztás motívumait, valamint a képző intézményeknek, mint társadalmi mikromiliónek a pályára való felkészülését befolyásoló hatását vizsgáltam. (1, 2)

Jelentős eredményeket közölnek ebben a vonatkozásban Volkamer — aki a testnevelők szociális státusztudatát vizsgálta, (3) valamint Svoboda, aki a testnevelő tanári személyiség jellemzőit tanítványaival való interakcióban elemezte célirányos megfigyelés segítségével. (4) Pedagógiai irodalmunkban általános kérdésként találkozunk ezzel a témával. (5)

A hivatástudat vizsgálata azért is bonyolult, mert kialakulása nehezen követhető, hosszantartó folyamat eredménye, amelyhez szükségesegek:

1. a megfelelő modellképző erők, a példaképek, mint minták;
2. a középiskolai tanulók értékválasztását meghatározó tényezők, a középiskolai képzés egész hatásrendszere;
3. a pályaválasztást meghatározó tényezők;
4. a pedagógusképzés egész rendszere — objektív és szubjektív tényezőivel egyaránt;
5. a pedagógusi tevékenység objektív meghatározói, mint pl. az iskolai munka szerkezete, feltételrendszere; a szocialista nevelőiskola fejlődési tendenciái, a pedagógiai tevékenységrendszer kitágulása, az iskolai funkciók bővülése stb.;
6. a közvetlen nevelői tapasztalatok hatása, már a képző intézmény keretei között is, de döntően az elhelyezkedést követő időben.

A pedagógusnak mindezeket a tényezőket dinamikus egységben kell tudni felfogni, ezeknek megfelelően cselekedni, saját fejlődésével összhangban.

Kérdőíves vizsgálat

Alapvetően arra a kérdésre kerestem választ, hogy milyen tényezők játszanak szerepet végzett testnevelőknek beválásában és hogyan hatnak ezek hivatástudatuk, ezen keresztül személyiségük alakulására? A kérdőív tehát a *szubjektíve átélt pedagógiai élményeket elemezte*, a megkérdezettek vallomásai alapján.

A kutatások során érdekelt az is, hogy a *testnevelőknél hogyan jelentkeznek az országos szinten kimutatott pedagógus pályapresztizs problémák?* Így pl. az elnöiesedés, amely az ifjúság nevelésében, főként a fiú gyermekek eszményképválasztását befolyásolja, torzítja a pedagógus pálya iránt megnyilvánuló ún. modellképző erőt. Vagy pl. a kezdőknél hogyan jelentkezik a pedagógus vándorlás iskoláról iskolára, vagy a pálya felváltása más, jobban fizető szakmára?

A megkérdezett összesen 86 főből, melyet random módszerrel választottam ki, 49 Tanárképző Főiskolát végzett két szakos tanár, 36 Testnevelési Főiskolát végzett egy szakos testnevelő tanár volt. Többségük 5 éve vagy régebben végzett.

Az elnöiesedés a mi szakmánkra nem jellemző. Többszörös túljelentkezés van a felvételin mindkét nembeliéből, az érdeklődés a pálya iránt azonos, felvételi keretszámainkat azonos irányban töltjük be mindkét nembeli jelentkezőkkel.

A felmérés adatai szerint, *az országos átlagától lényegesen jobb arányú a végzettek ragaszkodása a diplomájuk szerinti elhelyezkedéshez.* A vizsgált csoportban 81% iskolai tanítási munkát végez oklevele megszerzése óta. Mégis érdekes felfigyelnünk arra a *néhány kivételre*, akik először edzői vagy más foglalkozással próbálkoztak. E néhány kartárs a főként a kezdő tanárok anyagi gondjaira hivatkozott, *a TF-et végzettenk viszont szinte kivétel nélkül arra, hogy indulásnál nem kaptak végzettségüknek megfelelő szintű, vagyis középiskolai állást.* Ezt a helyzetet erősíti meg az elhelyezkedés típusainak vizsgálata. (1. ábra)

Amint az ábra mutatja, *az iskolatípusok közötti vándorlás százalékosan eléggé nagymértékű*, objektív oka pedig az, hogy az egyetemi diplomások közel 50%-a képzettségéhez

mérten alacsonyabb szinten kezd tanítani. Ezért *viszonylag korán megindul egy felfelé törekvési tendencia*. Az általános iskolákból a többség továbbmegy. Akik viszont kezdetől fogva középiskolában tanítottak, szinte kivétel nélkül ott is maradtak, nemcsak az iskolatípusban, hanem sokszor helyileg is. Ezt a körülményt TF-et végzetek szubjektíve negatív hatásként élik át, egyfajta *elégedetlenség a pályával kapcsolatos kielégítetlenség formájában*. Úgy érzik, felesleges volt annyi erőbefektetéssel végezni tanulmányaikat, amikor ennek csak kis hányadát tudják felhasználni a gyakorlatban. Sokan fogalmazznak úgy, hogy ez számukra *oktatási-nevelési kudarcként hatott*; és a képző intézményt hibáztatják, amely nem készítette fel őket megfelelően az általános iskolai korosztállyal való foglalkozásra. *A magasabb szakmai igény és felkészültség, valamint az alkalmazási lehetőségek konfliktusa ez, amely a pályához való vonzódás, a hivatástudat töréséhez vezet*. Ezt a problémát csak azok esetében láttam feloldottabbnak, akik az iskolai tanítás mellett szakmai ambícióikat az edzői munkában kiélhették. Ugyanakkor a tanárképzőt végzett kétészakos testnevelőket szívesen alkalmazzák kezdőként is a középiskolákban, sőt eléggé magas arányban felső fokon is. Ez a körülmény az ő esetükben is a diplomának való megnevelés, mégis pozitív a hatása és az ő köreikben egy továbbtanulási törekvést vált ki, ösztönöz a magasabbfokú diploma megszerzésére, a kvalifikációra.

A másik kérdéskör arra keresett választ, vajon a kezdő testnevelők körében hogyan jelentkezik a pedagógus tevékenységstruktúrájának kiszélesedése és ez hogyan hat a testnevelői személyiségre? Mindkét fajta végzettségű testnevelőinket, különösen a kezdőket, nagy előszeretettel bízzák meg társadalmi szerveink a legkülönbözőbb feladatokkal. Ezt egyrészt a feljük megnyilvánuló bizalomként pozitíven élik át. Sokan vannak viszont, akik úgy vélik, csak azért jelölik a testnevelőket, mert a többi pedagógus nem vállalja, vagy a feladat határozott, kemény, nagy munkabírású embert igényel. Sokszor azonban ezek a feladatok a tanári munkát csak igen távolról érintik. (Pl. KRESZ-felelős, honvédelmi felelős, vöröskeresztes tanfolyamvezető stb.). Ilyen esetben nem elismerésként, hanem kifejezetten a testnevelő lebecsüléseként hatnak: erősen csökkentik a

kezdő tanár önbizalmát, a többi tanárral szemben kisebbségi érzést váltanak ki.

Az említett nehézségeket csak társadalmi szinten oldhatjuk meg, a végzett tanárok észszerűbb, tervszerűbb elhelyezésével. Azt pedig, hogy mennyire érdemes és szükséges ezekre a kezdő tanári munkát befolyásoló de sokszor az egész életre kiható érzelmi-szakmai konfliktusokra odafigyelniünk, vizsgálatunk már ezen a kezdeti szinten is bizonyította.

Az elhelyezkedés típusai mint a vándorlás okai

Végzettség	Kezdetkor	Jelenleg
TF	ált. isk.: 44% közép: 51% felső: 0,05%	21% 75% 2%
PF	ált. isk.: 64% közép: 25% felső: 0,05%	30% 50% 15%

1. ábra

Irodalom

1. *Biró, E.*: Professional purposiveness of the teachers of physical education in relation to their social status. (Osobnost ucitele telesne vychovy the personality of the physical education teacher) Olo-mouc 1978. summary.
2. *Biró, E.*: A testnevelő tanár képzés hatékonyságának néhány problémája a tanárjelöltek pályaa-rientáltságának tükrében. TF Közlemények 1979. (Leadva).
3. *Volkamer*: A testnevelő szociálpszichológiájáról.
4. *Svoboda, B.*: Physical education teachers personality and teaching performance Didactic studies ni physical education universita Karlova — Praha. 1978. 9—42 p.
5. *Bán, E.*: A tanári önállóság és a tanítás — Ped. Szemle, 1978/2.

Az utánpótlás 15 éves tapasztalatai

*Somorjai László beszélget Váradi Gézával,
az OTSH csoportvezetőjével*

Az MTS OT 1963-ban rendeletet hozott az utánpótlás-nevelés egységes rendszeréről. Tette ezt azért, mert a sport világának az utánpótlás-nevelés az egyik leginkább vitatott, és legellentmondásosabb területe. Mindenki előtt nyilvánvaló, hogy ma a különféle sportágak élvonalába kerülni, és ott tartós eredményt produkálni nagyon nehéz feladat, és kizárólag tervszerű utánpótlás-neveléssel érhető el. Ehhez viszont szervezett tehetség-kiválasztásra, és sportáganként differenciált korszerű felkészítő munkára van szükség. A csúcsra ma csak 8—10 éves kemény, kitartó, következetes előkészítés és versenyeztetés juttathat.

Váradi Géza, szerkesztő bizottságunk tagja 15 éve megbízott vezetője, szervezője utánpótlásunknak. Őt kerestük meg, hogy behatóbban, pontosabban láthassunk bele a magyar sport lehetőségeibe, az új generáció szervezett sportolásába. Megkértük, ismertesse a győri konferencia eredményeit, tapasztalatait.

— „Az anyag óriási amelyet ez a kongresszus összegyűjtött. Úgy érzem, egy cikk terjedelme kevés is ahhoz, hogy a kollégák, testnevelő tanárok átfogóan beleláthassanak a kérdésekbe. Az lenne a helyes, ha ebben az első részben elsősorban saját tapasztalataimról beszélnék, előadásom anyagára támaszkodva. A második részben pedig egy-két érdekesebb korreferátummal, hozzászólással, előadással foglalkoznánk a kérdések részletesebb, behatóbb megismerése céljából.

— Hazánk az elmúlt évtizedben továbbra is biztosította helyét sportvonalon a világ 10

legeredményesebb nemzetének sorában. Állásfoglalásunk, hogy ezt a helyet tartani kell, sőt úgy kell terveznünk, hogy előrelépés is történjen. Kétségtelen tény az, hogy a csúcsok megközelítését a versenysportba folyamatosan bekapcsolódó újabb és újabb nemzetek sportolói tovább nehezítették. Korszerű edzés, foglalkoztatás nélkül tehát komoly eredmény elérése nem lehetséges. Sok a vita, az ellentmondás elsősorban a tehetségek kiválasztása és felkészítésének módjait illetően.

A tehetségek kiválasztásában az a fő kérdés, hogy versenysportolásra vagy sportágakra történjen-e, míg a felkészítés egyik legégetőbb problémája a terhelhetőségi kérdés, és a sportági képzés kezdési időpontjának helyes megállapítása. Az utánpótlás-nevelés egységes rendszerének kialakítása és az azóta eltelt 15 esztendő viszonylag rövid, de elég ahhoz, hogy a megtett utat elemezve következtetéseket levonjunk, és az eredmények és hibák értékelése mellett előre lépjünk.

Ezek után három pontban foglalkoznék a megtett út eredményeivel, illetve eredménytelenségeivel.

I. A versenysport utánpótlás-nevelés egységes rendszere megvalósításának tapasztalatai a kísérleti időszakban 1963—70 között.

II. Az egységes rendszer kiszélesítésének, megszilárdításának tapasztalatai az 1970—80-as években.

III. Az 1980—1990-es évekre javasolt főbb feladatok ismertetése.

I.

Az MTSH Országos Elnöksége 11/1963. sz. határozata két fő feladatot jelölt megvalósításra:

- a) létre kell hozni a fiatalok foglalkoztatásának egymásra épülő rendszerét;
- b) a nevelési képzési elveket, eljárásokat, törvényszerűségeket a rendszeren belül egységesen, mindenkire kiterjedően kell megvalósítani.

a) A rendszer kiépítése komoly szervezeti átalakítással járt. Korszerűsödtek a már működő sportegyesületek, új sportszervezeteket hoztunk létre, átalakultak az iskolai sportszakkörök, illetve sportkörök, létrejöttek a spórtiskolák.

Megalakult a Központi Sportiskola is azzal a céllal, hogy az érdekelt sportszervezetek részére képzési anyagot, eljárásokat kísérletezzen ki úgy a felkészítés, mint a kiválasztás területére.

Az átalakítás meggyorsítása érdekében központi, megyei nyári tábortokat szerveztünk, sportnapköziket alakítottunk azzal a céllal, hogy a tehetségek időben felszínre kerüljenek. Átszerveződtek a versenyek, versenyrendszerek. Célunk volt, hogy a különböző korosztályokban versenyző fiatalok többet találkozhassanak egymással és összemérhessék felkészültségüket. A különböző serdülő és ifjúsági kupák, az úttörőolimpia, a nemzetközi tornák, a magyar kezdeményezésre szervezett IBV küzdelmek kedvezően hatottak.

b) A felkészítési rendszer létrehozásával több alapvető kérdés értelmezése megkezdődött: az általános iskolák és középiskolák szerepe az utánpótlás nevelésben, a kiválasztás, edzés foglalkoztatás, és versenyeztetés fiatal sportolók esetében, és az utánpótlás nevelés fogalmi körei, tartalmi kérdései.

Tanulmányutak, szakcikkek, segédletek, sportági bemutatók, új kialakított tananyag az edzőképző, tanári szakokon és egyéb kiválasztást elősegítő eredményes módszer közreadása fémjelzik ezt az időszakot. 1970-ben a kísérleti szakasz lezárult és az MTS OT megállapította, hogy a nehézségek, problémák mellett is kedvező ütemben folyik a kijelölt munka.

Az egyes területekre részletesen is meghatározott teendők közül néhányat fontosságuk miatt szükséges felidézni:

- az általános és középiskolák feladatává vált a versenysportra leginkább alkalmas fiataloknak sportegyesületekbe történő tervszerű folyamatos irányítása;
- a sportegyesületekben kötelező érvényes sportiskolai rendszerű képzést kellett alkalmazni a már kikísérletezett módszerek használata mellett;
- a kiválasztást és a felkészítést az együttműködő testnevelési iskolákkal közösen kellett megvalósítani;
- az arra alkalmas városokban utánpótlás-nevelés központokat kellett létrehozni, amelyekben kollégiumi elhelye-

zéssel a falusi tehetségek fejlődéséhez lehetőséget kellett adni;

- a nyári központi sporttáborokba a legjobbak számára, a területi sporttáborokba elsősorban az iskolai tanulóknak kellett felvételt biztosítani;
- a fiatalok felkészítését a sportszervezetekben kellett megvalósítani, a válogatott keretmunka csak a versenyek közöttlen előkészítését szolgálja;
- valamennyi területen a fejlesztést a feltételek koncentrálásával kellett megvalósítani;
- valamennyi terület, mely a szervezethez tartozik, készítsen a IV. és V. tervidőszakra szóló utánpótlás fejlesztési tervet, amelyekhez a szükséges feltételeket központilag és területileg biztosítani kellett.

II.

Az utánpótlás-nevelés egységes rendszere kiszélesítésének és megszilárdításának tapasztalatai az 1970—80-as években.

Az iskolai testnevelés és a diáksport területén jelentős fejlődés következett be. Ezeket a Párt oktatáspolitikai határozata és a Minisztertanács döntései tartalmazták.

PB-határozat: „A sportiskolai rendszerű oktatást a versenysport élvonalának alapvető utánpótlási forrásává kell fejleszteni a tehetségek tudományos igényű kiválasztásával és felkészítésével. A sportiskolákban foglalkoztatott fiatalok számát fokozatosan növelni kell. Az élsportnak fejlesztése valamint utánpótlás-bázisának szélesítése érdekében a megyékben — a feltételek kialakításával összhangban növelni kell a felügyeletileg központosított sportegyesületek számát.”

Minisztertanácsi határozat: „Az iskolai testnevelésre és a tanórán kívüli sportfoglalkozásra alapozva gondoskodni kell a tehetséges gyermekek kiválasztásáról és sportegyesületekbe, sportiskolákba való irányításáról. A tudományos eredményekre építve folyamatosan korszerűsíteni kell a sportági képzés felkészítési módszereit.”

Egy-két adat; a testnevelési iskolák száma 10 év alatt 10-ről 146-ra emelkedett, míg a tanulók száma ugyanezen időben 1210-ről 24578-ra, 468 testnevelő tanár vezetésével. 23

testnevelési gimnáziumunk van, melyekben a tanulók száma 2155, a testnevelő tanároké 63.

Ezek az adatok önmagukért beszélnek. Folyamatosan korszerűsödtek az iskolai versenyek, harmonikusan kapcsolódott ehhez az Edzett ifjúságért mozgalom, az OSN és egyéb sportakciók, sportesemények.

Sok még a tennivaló a gyors fejlődésből adódó hibák kiigazítása miatt; nem mindig kerülnek ugyanis a testnevelési osztályokba megfelelő szintű tanulók. Előfordult, hogy a nem megfelelő körültekintéssel kijelölt iskolákat vissza kellett fejleszteni, és itt nem volt ritka a negatív propaganda hatás. A testnevelő tanárok, szakemberek nem minden esetben kapták meg az iskolai tantestülettől a megfelelő támogatást. A sportegyesületek nem egy esetben saját érdekeiket tartva szem előtt beleszóltak az oktatás menetébe, vagy kész sportolókat vártak az iskolától. Erőltették az egyesületek egy-egy sportági osztály létrehozását, sőt olyan eset is akadt, sajnos nem ritkán, hogy az edző elvárta tanítványától, hogy magánúton végezze tanulmányait. Sokszor havi juttatásban részesültek pedagógusok csak azért, hogy tanítványaikat az illető sportegyesületbe juttassák. Nos ezek hibák, káros kinövések. E kérdések megválaszolása idő kérdése.

A sportiskolai képzés, és az ebben rejlő lehetőségek fokozódó érdeklődést váltottak ki a sportegyesületek körében. 1970-ben 19 762 fő volt a sportiskolások száma, 1978-ban 31 173-ra emelkedett és további 10 000 tanuló előkészítése is sportiskolai keretek között folyt. A szakosztályok száma ugyanezen idő alatt 144-ről 484-re emelkedett. Statisztikailag érdekes a szakemberek alkalmazkodása a megváltozott körülményekhez. 1970-ben 68 főállású és 698 mellékállású edző volt. Nyolc év alatt a főállású edzők száma 470-re, a mellékállásúaké 1090-re emelkedett.

A költségek az 1963-as 8 és fél millió pluszról 300 millióra emelkedtek. A sportlétesítmények fejlesztése különösen az elmúlt 5—6 évben gyorsult fel. Megindultak az utánpótlás-nevelés központok kialakítása. Pozitívan kell értékelnünk azt a tényt, hogy hírközlő szerveink igen sok ötlettel és rendszeresen ébrentartották a testnevelés sport iránti érdeklődést. Fel nem becsülhető az olimpiák, VB-k, EB-k és egyéb világversenyek közvetítéseinek hatása.

Tartalmi szempontból le kell szögeznünk,

hogy a ma élsportolóinak zöme 1963 után került kiválasztásra. A tervszerű sportágfejlesztéssel állandósult ifjúsági eredményességünk nemzetközi vonatkozásban. 23 olimpiai sportágban az IBV-ken 1974-ben 283 pontot és 30 I—III helyezést, 1978-ban 446 pontot és 57 dobogós helyezést értek el sportolóink, ezzel a résztvevő tíz szocialista ország közül a SZU és az NDK mögött meg erősítettük harmadik helyünket.

Igen fontos, hogy a nemzetközi versenyeken résztvevő sportolóink sportegyesületi megoszlását vizsgálva megállapítható, hogy a felügyeletileg központosított sportegyesületek jelentősen fejlődtek. Megvizsgálhatók a minősítések alakulásai is, melyek a sportolók felkészültségének másik mutatói. 1976—78-ban a 12 olimpiai sportágban 4642 sportoló szerzett ifjúsági aranyjelvényt, de javuló tendenciát mutat az ezüst, és bronzjelvényesek száma is.

Hazai versenyein megállapítottuk, hogy főleg sportiskolában sportoló fiatalok nyerték a versenyeket. Elgondolkodtató, és sokszor megdöbbentő is, hogy erőfeszítéseink ellenére a jó ifjúsági sportolóknak csak elenyésző hányada ér el kimagasló eredményt felnőtt korában.

Ennek egyik oka az, hogy felnőtt korban abbahagyják a versenyzést, illetve egyetemi tanulmányaik, katonai pályájuk megkezdése szegi kedvüket a további sportolástól, másrészt, és ez döntő az ifjúsági korban nagy eredményt elérték közül, csak kevesen tudtak a felnőtték között is az élvonalba kerülni, ez pedig kizárólag a tehetségg kiválasztási és sportfelkészítési kérdésekkel függ össze.

III.

— *Milyen lesz a jövő?*
Várható-e előrelépés az utánpótlás terén?

— Az elkövetkező tíz esztendőre vannak már elképzeléseink. Elsősorban a felismert hibákat kívánjuk orvosolni. Egész sportvonalunk szervesen kapcsolódik társadalmi rendünk fejlődéséhez, és egyre inkább meg kell valósítanunk a sportban is a takarékoság elvét.

Az iskolai sport, a diáksportkörök, és az egyesületi sport közötti összhang megfelelő biztosítása is feladatunk. Ha lehetőség van

rá, a sportegyesületek keressék az együttműködési lehetőséget az iskolákkal. Az iskolai sportkörök, és az egyesületi foglalkozások legyenek vonzó, élményszámba menő programok, hogy megfelelő motivációt nyújtsanak a fiataloknak.

Az edzők, szakemberek feladatai ne merüljenek ki az edzések, foglalkozások megtartásában, hanem vonják bele a szülőket is a sportprogramokba, ellenőrizték a diákok tanulmányi eredményeit.

Az utánpótlás egységes rendszerének kialakítása terén a megyék és Budapest megfelelő szintű sportszervezetei tegyék meg javaslatokat a sportági szakszövetségekkel egyeztetve milyen módon kívánják fejleszteni utánpótlás nevelésüket: sportiskolai rendszerű képzés, melyik évben hol alakítanak ki városi sportiskolát, hol nyílnak testnevelési osztályok, hol alakulnak ki utánpótlás nevelés központok, ahol a tanulók kollégiumi helyet is kaphatnak. Ahol nincs megfelelő lehetőség falusi tehetséges fiatalok kiválasztása mellett a megfelelő szintű továbbképzésre, ott diák edzőközpontok kialakítása az ideális, melyek feltételeit a kijelölt sportegyesületeknek kell kialakítaniuk. Fontos a megfelelően szervezett és minél gyakoribb versenyeztetés. A célkitűzések a felkészülést segítik. A megfelelő gonddal szervezett versenyek vonzó hatása érvényesül a fiatal további sportfelkészülésében.

— *Milyen módon történjék a tehetségek kiválasztási és áramoltatási rendszerének kialakítása?*

— A versenysportolásra alkalmas fiatalok áramoltatását az oktatásügyi-művelődésügyi szervekkel karöltve az iskoláknak rendszer alapján kell megoldaniuk. Három egymásra épülő lépcsőre gondolunk itt.

a) Az iskolák minden évben kötelező képességfelmérést végeznek. A kiváló képességű tanulókat irányítják sportszervezetekbe. A sorrend: testnevelési iskola, sportegyesületek, sportiskolák, diákedzőközpontok.

b) A kiemelkedő képességű tanulóknak testnevelési osztályokba kell kerülni, és itt tehetségük ápolása mellett olyan sportági szakosodásra kell adni, mely tehetségüknek

legjobban megfelel. Ha lehetőség van rá testnevelési gimnáziumba kell küldeni őket, hogy 12 évig legyen lehetőség tehetségük gondozására.

c) A tehetségek kiválasztása úgy történjen, hogy sportegyesületi szakosztályokba irányítva őket, akik a kívánt teljesítményt elérik, ott sportolhassanak, a kellő fejlődést nem mutatók más sportágba irányíttassanak, vagy eltanácsoltassanak.

A legfontosabb alapelv, hogy a tehetséges sportoló olyan körülmények közé kerüljön, ahol képességei minden tekintetben, tanulmányi területen és sport vonalán egyaránt maradéktalanul megvalósítható.

Igen fontos, hogy a testnevelési iskolába, gimnáziumba került sportoló, tehetséges fiatal, a kidolgozott elveknek megfelelően, a közreadott tantervek, utasítások alapján lépjen tovább. Ezt a munkát pedig folyamatos ellenőrzéssel kell egyre jobbra tenni. A KSI tegyen lépéseket olyan irányba, hogy kísérletező munkájával meghatározza a követelményeket, ha lehet olimpiai ciklusonként tegyen javaslatot a változtatásokra. A testnevelési iskolák hatékonyságának fokozására készítsen gyakorlatgyűjteményeket. Adjon javaslatot a testnevelési tantervek szerint haladó iskolák számára a felméréseket illetően. Ezekkel a módszerekkel nyilvánvalóan elérhető az, hogy nyomon követhessük az iskolák fejlődését, és a testnevelési képzés színvonal is körvonalazható ezen a módon.

Következetes és renden alapuló, fegyelmezett munkát kell kialakítanunk, megkövetelnünk. Fokoznunk kell az ellenőrzést. Reális értékeléseket kell készítenünk, hogy sportszerveink, és szakembereink hatékonyabban dolgozzanak. Meg kell szabadulni a notórius visszahúzó tényezőktől, a sportban élőködő személyektől. Vitát csak a „hogyan jobban” érdekében folytassunk.

Köszönjük a tájékoztatást!...

Tartós futás kézben fogott két kilogrammos súlyzókkal

NAGY TAMÁS—SZENTGYÖRGYI ZOLTÁN

A sportedzések gyakorlata következetes, legalábbis abban, hogy selejtez minden olyan eszközt és módszert, mely nem segíti az eredményességet. Ma már ezért sem találkozunk a súlyterheléses, súlymellényes futásokkal, és ezért sem lehetett célja vizsgálatunknak a hasonló módszerek népszerűsítése.

A kutatás indítékai között természetesen ott rejtőzött a kíváncsiság is, hiszen könnyen beleeshetünk abba a hibába, hogy az atlétikai futó állóképességet azonosítjuk az alsó végtag tetet mozgó sokoldalú helyváltoztató képességével. A helyváltoztatás, legyen az vízszintes vagy függőleges, nem értékelhető csupán csak lábfunkciónak. A láberő kifejtéssel ugyanis szoros funkciós egységet képez a karnak, törzsnek és fejnek egyensúlyt tartó, lendületet fokozó és kihasználó szerepe. Ezért is kell különbséget tennünk azon helyváltoztatások között, melyeknél akár a törzs, vagy akár a karizmokra plusz terhelés hárul.

Feltételeztük, hogy a kézben tartott súlyzóknak a futólépés ritmusában történt tartását és mozgását befolyásolja a felső törzs vállöv és karok izomereje. A plusz erő kifejtés, mivel nemcsak a lépés ritmusát és hosszát befolyásolja, hanem a szervezet energia ellátását és tartalékait is megosztja, ezért valószínűnek tartottuk, hogy az erősebbek az azonos távot súlyzókkal rövidebb idő alatt teszik meg, mint a gyengék. Hipotézisünk „eredetiségét” csak megerősítette az a tény, hogy egy 22 fős testnevelő tanári közösségben az erre vonatkozó vélemények kb. 50-50 %-ban oszlottak meg. A gyakorlati emberek logikája tehát fele-fele arányban a két futó-

teljesítmény állóképességi sajátosságait azonos jellegűnek ítélte. (Vagyis lényeges különbséget a súly nélküli és súlyzóval futás között nem tettek.)

A vizsgálat módszere, menete

A felméréseket a budapesti IX. kerületi Telepy utcai Általános Iskola tagozatos VIII. osztályos tanulóin végeztük. Az erő szempontjából két csoportot alakítottunk. A húzózkodás alapján a 10 legjobb tanulót soroltuk az ún. erős és a 10 leggyengébbet pedig a gyenge csoportba.

A két futás azonos távját az előző megfigyelések alapján 1200 m-ben állapítottuk meg. Ez volt ugyanis még az a táv, amit a tanulók súlyzóval is viszonylag lendületesen tudtak teljesíteni.

Az adatokat három egymás után következő órán vettük fel, hogy ezzel is megfelelő pihenőt biztosítsunk. Futásoknál 1 perces időközökkel indítottunk, ily módon kapcsoltuk ki az esetleges páros versengés befolyásoló tényezőjét.

Lényegesnek tartottuk, hogy a felmérésekhez a tanulók maximálisan jól viszonyuljanak, ezért nemcsak a felmérés célját ismertettük előttük, hanem a kísérletbe is csak azokat vontuk be, akik ezt önként vállalták. A súly választásánál a szertárkészlet adottságai döntöttek.

Eredmények értékelése

Az összehasonlításnál a csoportok átlageredményeit vettük alapul. Az erős csoport 12,1 húzózkodási átlaga több mint 100%-kal volt magasabb az 5,6-es átlagú gyenge csoporténál. Ez egyben azt is jelentette, hogy az erő vonatkozásában a két csoport között a különbség szakmailag is jelentősnek értékelhető.

Az 1200 m-es sima futás értékei azonban már közel azonosnak vehetők, hiszen a 2,9 másodperces különbség szakmai szempontból nem ítéltető jelentősnek. Említésre méltó azonban, hogy ezzel a kis előnnyel is az erősebb csoport dicsekedhet.

A súlyzóval való futás csoportonkénti át-

lageredményei igazolták feltevésünket. Az erős csoport ugyanis míg a távot 36,4 másodperccel több idő alatt tette meg a sima futás eredményéhez viszonyítva, addig a gyengéknél ez a különbség 46,5 másodpercre nőtt. A kevesebbet húzódkodók ideje tehát nemcsak 10,1 másodperccel, azaz 27%-kal volt gyengébb, hanem a sima futás csoportok közötti időkülönbsége is 240%-al emelkedett.

A vizsgált csoportok kis létszáma, a csoportok sajátos összetétele, előképzettségi szintje természetesen nem alkalmas arra, hogy az eredmények számszerű értékeit általánosítsuk. A korosztályokra vonatkozó elképzeléseinket, mint általában törvényszerűséget azonban megerősítette. Az erősebbek súlyos eredménye elsősorban azért volt jobb a gyengéknél, mert nagyobb izomerejük erre a többleteljesítményre is képessé tette őket. A sokoldalúság fogalma tehát nem jelenthet számértékeket, hanem mindig a különböző teljesítményekre képes viszonyultságban értékelhető. Ez vonatkozik természetesen a test helyváltoztató funkciójára is.

Lengyel tanulók a testnevelési órákról

Strzyzewski, S. a Katowicei Testnevelési Főiskolán a tanulók testnevelési érdeklődését vizsgálta. A vizsgálatokat 1975-ben Dél-Lengyelország néhány városában végezték. 6739 V-VIII. osztályos általános iskolai, gimnáziumi és szakiskolai fiú és leány tanulót kérdeztek meg, 36 kérdést magában foglaló, névtelenül kiállítandó kérdőívben. Az iskolák tornatermesek voltak és képesített testnevelő tanár tanított. A testnevelési órák iránti érdeklődés magasfokú az V. osztályokban (70,4; 75,1%), és fokozatosan csökken a tanulók életkorának növekedésével a következő osztályokban. Az V—VII. osztályokban a lányok jobban szeretik a testnevelést, mint a fiúk, a VIII. osztálytól az érettségiző osztályig a testnevelést nagyon szerető fiúk száma csaknem azonos, míg a lányoknál az érdeklődés erősen csökken (VIII. osztály 33,4%; gimnázium II. osztály 31%). A csökkenés okai: ugyanazok a gyakorlatok ismétlődnek, rossz a tanóra szervezése, hiányoznak a zenés gyakorlatok (a lányok véleménye szerint), a jobb játékosok játszanak, a gyengébbek tetlenül ülnek a padon, kevés érdekes gyakorlat van, a gyakorlatokat parancsszóra kell végrehajtani, az egyéni gyakorlatok hiányoznak, tehát a nehézségi fok nem felel meg a tanulók képességeinek, a túl hosszú a szünet a szertorna gyakorlatok között.

(*Wychowanie fizyczne i higiena szkolna*, 1978. 1., 7—11.)

Dr. Hepp Ferenc 70 éves

Ma már egyre ritkábban fordul elő, hogy a testneveléstudomány említésekor mosoly fakadjon az arcokon, és felmerüljön a sztereotíp kérdés: „Mióta lehet tudománynak nevezni egy olyan gyakorlati tevékenységet, mint a testnevelés és a sport?” Aki ilyen, vagy ehhez hasonló kérdést feltesz, az nyilván nem gondolja át, hogy az operáló sebésznek is sok fordult meg a kezügyességén — végső soron egy hibás mozdulat is végzetes lehet! — mégis a sebésznek az orvostudományokhoz való tartozását senki nem vonja kétségbe, mert az ügyes kezét az ész, a megszerzett anatómiai, élettani tudás irányítja.

És a sporttevékenységből talán ez az értelmi tényező hiányzik? Amíg azt a felfogást elfogadták, hogy a tudomány segítségével nélkül a testnevelés és sport sem boldogulhat, sok évnek kellett eltelnie, sok tanulmánynak és kísérleti ténynek kellett bizonyosságot tennie e kijelentés igazsága mellett. Hosszú és küzdelmes folyamat volt ez, amelynek egyik kiemelkedő hazai elindítója és tanítómestere dr. Hepp Ferenc.



Békéstől a Testnevelési Főiskoláig

A békési gimnáziumban gyorsan teltek az évek. A tanulás és a sportolás — elsősorban az atlétika — teljesen betöltötték a fiatal diák életét, aki 1930-ban énekelte társaival együtt a „Ballag már a vén diák”-ot, majd kiválóan elvégzett érettségi után választott elkerült: Tudományegyetem vagy Testnevelési Főiskola?

Egyelőre nem tudta a problémát megoldani, ezért mindkét felsőoktatási intézménybe kérte a felvételét mondván: „talán a sors segít majd eldönteni ezt a nehéz kérdést”. A Tudományegyetem matematika-fizika szakán és az Eötvös kollégiumban, továbbá a Testnevelési Főiskolán is elfogadták jelentkezését, a dilemma tehát továbbra is megmaradt.

A kérdés azonban a sors kegyetlensége folytán eldőlt: szeretett édesanyját elvesztette, s így a Testnevelési Főiskolán, ahol teljes ösztöndíjat kapott, folytatta tanulmányait. A teljes ösztöndíj ellátást jelentett és azt, hogy nem kellett tandíjat fizetnie a tanulását, egyébként hólapátolással, vagonkirkással és más nehézfizikai munkával kellett megkeresnie a továbbiakhoz szükséges pénzüsszeget. Erős fizikumához erős akarat, s a kitűnő értelmi adottságokhoz vasszorgalom járult, így az 1933/34. tanévet, mint TF-rangelső

a genfi Rousseau Intézetben kezdhette meg nemzetközi ösztöndíjasként. Itt 23 országból 28 ösztöndíjas gyűlt össze. Ha meggondoljuk, hogy egyik tanára Claparède volt, s e neves tudós akkori tanáregéde Piaget, akkor fogalmat alkothatunk magunknak a színvonalról és a követelményekről.

A fiatal tanárjelölt azonban ismét bizonyított, mert újra csak rangelső lett, amelyben nem mindennapi nyelvteljesége is segítette. Angol, vagy francia nyelven egyaránt remekül vizsgázott és ösztöndíjas-ként kijutott az amerikai Springfield-ben levő testnevelési főiskolára.

Tudományos munkásság külföldön

Springfield nevét a sporttörténetből jól ismerjük, gondoljunk csak a kosárlabdázásra, amely innen indult el világhódító útjára! Ezen túlmenően azonban rendkívül jelentős volt abban az országban tanulni, amelyben

- 1860—1880 között az antropometriai tesztek,
- 1880—1915 között az erőtesztek,
- 1900—1925 között a kitarítás (kondíció) tesztek,
- 1904-től kezdve a sportképesség-tesztek

már kidolgozták, s a testneveléstudomány fejlesztésének az élvonalában haladtak a kutatói.

Mi sem természetesebb, hogy az itt tanuló Hepp Ferenc szinte beleveti magát az újszerű ismeretekbe, és másfél év múlva megszerzi a „Master of Education” fokozatot. De itt nem áll meg. Újabb másfél évre az Iowa egyetemre kerül, ahol a már akkor világhírű Thurstone és McCloy professzorok irányítása mellett „A jellem egysége alapelemei” címen megírja és sikerrel védi meg doktori disszertációját elnyervén vele a „Doctor of Philosophy” címet. A Thurstone-féle multifaktor analízis alkalmazásával kísérleti kutató munkája magas színvonalát itthon messzemenően méltányolják, de doktori diplomája honosítására nem vállalkoznak, mert az általa alkalmazott matematikai igazolás akkoriban ismeretlen volt még hazánkban. „Írjon másik disszertációt” mondják neki az egyetemen, és talán arra számítanak, hogy ezt a „makacs, fiatal tanárt” sikerül e törekvésében megállítani. De tévedtek!

A célbadobás lélektani elemzése

Akkoriban bölcsészettudományi doktori címet csak úgy lehetett szerezni, ha a klasszikus görög nyelv- és irodalomból is vizsgát tett a disszertáns. Hepp Ferenc három hónap alatt sajátította el ezt a tananyagot, és nem is akárhogy! Vizsgadolgozatának értékelésekor a vizsgázató tanár kételkedett abban, hogy a hibátlan feladatmegoldás három hónapi tanulás eredményeként született meg. „Kérem, hajlandó vagyok itt helyben, a tisztelt bizottság előtt egy hasonló fordítást elvégezni?” mondotta. De erre nem került sor, hittek neki.

Disszertációjának témája — a célbadobás pszichológiai elemzése — teljesen szokatlannak számított mintegy negyven évvel ezelőtt. A tudós bírálóiban ismételtelen felmerül a kétely: „mit lehet elemezni egy olyan egyszerű fizikai tevékenységen, mint a dobás?” Hogy mit, arra a disszertáció adja meg a frappáns választ! Már a problémafelvetésből kitűnik, hogy a pszichológia fontos kérdéseit — a kinesztetikus érzékelést és a motoros tanulás alaptörvényeit — tárja fel

a kutató egy rendkívül szellemesen megtervezett célbadobási kísérlettel. (Vizuális és csak kinesztetikus vezérléssel végeztek a kísérleti személyek a feladatot. Kiderül, hogy a kinesztetikus érzékelés pontosabb visszajelzést és teljesítményt tesz lehetővé, mint a vizuális.) A problémaanalízis, az adatok matematikai statisztikai feldolgozása, a következtetések kristálytiszta logikája azóta is a kísérleti sportpszichológiai kutatások mintájaként szolgál.

Ez a disszertáció az, amely megtöri az előítéletek jégét, és megnyitja az utat a testneveléstudomány hazai kibontakozása számára. Sajnos az időpont nem alkalmas arra, hogy testneveléssel és sporttal foglalkozó kutatóintézet is létrejöhessen — a második világháború közepén vagyunk! — de másfél évtized múlva ugyanaz a Hepp Ferenc — akit ekkor avatnak itthon is doktorná — lesz a kidolgozója a Testnevelési Tudományos Tanács alapszabályainak és programjának. E tevékenységével előkészíti a Testnevelési Tudományos Kutató Intézet megalapítását, amelynek ő volt az első igazgatója.

Változatos életpálya

A Testnevelési Főiskola és dr. Hepp Ferenc tevékenysége elválaszthatatlan egymástól. Tanárként, majd 1947-től 1951-ig a TF igazgatójaként a tanári, edzői és kutatói utánpótlás nevelője, aki megszerzett magasszintű tudását az igazi pedagógust jellemző önzetlenséggel adja át mindenkinek. A személyi kultusz éveiben őt sem kímélik meg. Elmozdítják a főiskola éléről úgy, hogy három hónapig állása sincs. Ezt követően egyetemi testnevelő tanárként dolgozik. Alacsonyabb beosztása azonban nem akadályozza meg abban, hogy továbbra is a testneveléstudomány fejlesztésén munkálkodjék.

Számtalan tanulmány, cikk és könyv — többek között az ötnyelvű, a hétnyelvű és négynyelvű sportszótár (e legutóbbi a Langenscheidt cég kiadásában és megbízásából) — jelzi töretlen tudomány szeretét.

De nem csupán írásban, hanem sportdiplomataként a nemzetközi porondon is fáradságtalanul tevékenykedik sportéletünk elméleti és gyakorlati színvonalának fejlesztése érdekében. Az UNESCO mellett működő Sport Világtanács egyik alapító tagja, a Nemzetközi Kosárlabda Szövetség alelnöke, majd elnökségi és végrehajtóbizottsági tagja, nemzetközi tudományos konferenciák előadója és így tovább. Hazai vonatkozásban már 25 éve elnöke a Kosárlabda Szövetségnek és a sportpszichológia elismert vezetője tiszteletbeli elnöki minőségben is.

E tevékenységben gazdag életpálya eddigi szakaszát sem lehet egy-két oldalon ismertetni, csupán néhány fontosabb mozzanatra tudunk rávilágítani. Üdvözljük dr. Hepp Ferencet a testneveléstudomány úttörőjét, a kiváló tudóst és nevelőt, és további erőt, egészséget kívánunk munkájához!

A sok neveltje közül egyik hálás tanítványa:

dr. Nagy György

Megjegyzés: Cikkünk írásakor — május 31-én — vette át dr. Hepp Ferenc Springfieldben az egyetemen a „Volt kiváló hallgató” kitüntetését. Egy mondat az egyetem vezetőjének dr. Hepp Ferenchez írt leveléből: „Ez a kitüntetés mind számodra, mind az Alma Mater számára nagy megbecsülést jelent.” N. Gy.

Nyugdíjban „Kami” bácsiék

Örömmel vállaltam a feladatot, hogy beszámoljak példaképeim, szeretett tanárain, Kamarás István és felesége, Mária néni gazdag életútjáról.

Most mégis akadoznak a gondolataim. Szeretnék mindent elmondani róluk, hogy megismerjék e kiváló sportembereket, e makarenkói hitű pedagógusokat, e nagy szaktudású edzőket, azaz e csodálatos emberpárt.

*Kamarás István
Kamarás Istvánné (Rohonczy Mária)*



Pista bácsi 1937-ben magyar—német—horvát nyelvű tanítói diplomával indult a pedagóguspályán. Büszke erre, és vallja, hogy itt alapozódott meg tanáregyénisége.

E pedagógus előképzettség után végezte el a Testnevelési Főiskolát. Kiváló vezető egyéniségevel már ott is kitűnt, III. évfolyamos korától kezdve vezette a TF női kosárlabdacsapat edzéseit. 1942-től tanáregédként folytatta tovább munkáját a TF-en. Pályaedzőként is határozottan kiállt elvei mellett, mindig kereste az újat, a haladást.

A kosárlabdával korán eljegyezte magát, s e „há-zasság” egy életre szól. 1942-ben megalakult a Magyar Kosárlabdázók Országos Szövetsége. Hamarosan a szakfelügyelői tisztet bízták rá. 1943-ban szervezte és vezette az első kosárlabda-edzői továbbképzést igen színvonalasan.

1948-ban Belgrádban vezetett tanfolyamot, melyet a jugoszláv kosárlabdacsport alapjaként emlegetnek. De volt türelme a legkisebkekhez is. Miskolcon, 1949-ben mutatta meg, hogy lehet 10 éves gyerekekkel megszerettetni és megtanítani az „óriások” sportját a kosárlabdát.

1952-től a Kilián György Gimnázium testnevelő tanára feleségével együtt.

Mária néni „a felszabadulás utáni időkben a legismertebb és legbecsültebb atléta”. Csak Ibolya felfedezettjeként kezdte sportpályafutását. 1942-ben szinte gyerekfejjel képviselte külföldön, Milánóban a

magyar színeket, az Ifjúsági Európa Bajnokságon, majd a Balkán Bajnokság és a Főiskolai Világ-bajnokság következett. Az Oslói Európa Bajnokságon ötödik helyezést ért el magasugrásban. 1949-ben a budapesti Főiskolai Világbajnokságon ő mondta el a versenyzők nevében az ünnepi megnyitón a fogadalmat.

De szinte ezzel párhuzamosan kosárlabdázott is, és 1943-tól 1958-ig volt Rohonczy Mária a magyar kosárlabda-válogatott állandó tagja, 27-szeres nagyválogatott.

Bizony nehéz volt a választás az atlétika és kosárlabda között. Végül átpártolt a kosárlabdához.



Még 1966-ban is irányító játékos volt a DVTK NB I-es csapatának, pedig ekkor már a fia is NB I-es játékos volt.

Ritkán ötvöződik össze így tehetség, akarat és sportszeretet, mint Mária néninél. Mert az eredmények mögött rengeteg lemondás, küzdelem és verejték rejlik.

És ez csak az egyik oldal. A kiváló spotemberr egy időben tanított is, edzősködött is és nem utolsósorban kétgyermekes anyja is, a Kamarás család összetartója — lelke is.

1952-től a Kamarás házaspár neve összeforrott a Kilián Gimnáziuméval. 30 éven át éltek az iskolában, az iskoláért, s adtak több ezer diáknak egy életre szóló útravalót, hitből, emberségből, sportszeretettől.

Az iskola kora reggeli csendjét Kami bácsi mély, erőteljes hangja járta át. Elsőként érkezett mindig az iskolába, s utolsóként este 9—10 óra felé zárta be az iskolakaput. Tanított, s mint mesteredző, vezette a kosárlabdacsapat edzéseit, az NB I-es DVTK-s női kosárlabdacsapatot, és emellett az iskolai KISZ életét is szervezte, irányította (22 évig KISZ-tanácsadó tanárként).

Közös munkájuk eredménye, hogy az Országos Középiskolási Bajnokságon mindig jól szerepeltek a kiliános diákok. 1974-ben II. korcsoportban bajnokok is voltak.

20 évig vezette Kami bácsi Balatonfenyvesen a Kilián-tábort. Szerette a gyerekeket, és vallotta, hogy csak az érhet el a nevelő munkában eredményt, aki szeret együtt lenni, együtt „élni” az ifjúsággal. Így jut közel azok gondjaihoz, problémáihoz. Az iskola jó KISZ- és sportmunkája is nagy százalékban a tábornak köszönhető. Itt kovácsolódott igazi közösséggé és nagy családdá a Kilián Gimnázium diák-sága.

1958-ban az oktatásügy kiváló dolgozója lett. 1970-től igazgatóhelyettesként irányította az iskola munkáját. Munkája elismerésül kétszer kapta meg az „Aranykoszorús” KISZ-jelvényt. Megkapta még a Kiváló Ifjúsági vezető; a KISZ-érdemérem — Hűség a párthoz, hűség a néphez fokozatát; a Magyar Honvédelmi Szövetség ezüst fokozatát.

Kapott honvédelmi miniszteri dicséretet a katonai beiskolázás terén kifejtett munkájáért.

1976-ban kapta a Testnevelés és Sport Kiváló Dolgozója kitüntetést. Itt kell megemlíteni, hogy 1975-ben nemzetközi játékvezetői testület örökös tagja lett.

A szocialista köznevelés érdekében végzett kiemelkedő munkájáért, pedagógus életútjáért 1979-ben az Erdélyi János pedagógiai díjjal tüntették ki.

Mária néni 1978-ban „Kiváló munkáért” miniszteri kitüntetést kapott. De nem ezekre a kitüntetésekre a legbüszkébbek. Azokat a tanítványokat említi, akik az iskolapadokból kirepülve „országos” hírnévre is szert tettek, akik továbbvitték tanáraik tudását, sportszeretét. Boldogan sorolják, hogy tanítványuk volt Dr. Csanádi Árpád, Páder János, Dr. Nagy Tamás, Nagy Sándor, Haris Ferenc, Nagy Zsuzsa, Kelemen Vera, Broszmann Zsóka, a Kaló testvérek és sorolhatnám a sok nevet.

Két fiuk is felnőtté érett elazalt. István külkereskedelmi diplomata. Gyuri fiuk, a kisebbik folytatja a családi hagyományokat. TF-et végzett testnevelő tanár és természetesen kosárlabdában válogatott játékos.

Fél éve megváltozott az életük. Nyugdíjba vonultak. Életükben, talán csak most először kóstolgatják a pihenés igazi ízét. Szüni járnak, túráznak, sétálnak, olvasnak és nagy örömmel figyelik a Kamarás család legifjabb tagjának, kisunokájuknak, Eszternek minden mozdulatát. Jölesik a túlfeszített munkatempó után most együtt pihenni. Nem akarnak elszakadni azonban teljesen életük céljától, értelmétől a sporttól és a pedagógustevékenységtől. Pista bácsi továbbra is vállalja a balatoni tábor vezetését. Elmondták, hogy szívesen foglalkoznának serdülő kosárlabdás gyerekekkel a jövőben.

Én csak azt kívánom, hogy erőben, egészségben, kéz a kézben élvezzék hosszú éveken át a jól megérdemelt pihenést és találják meg nyugdíjas éveikben is az alkotás örömet.

*Fazekas Miklósné
Virág Ildikó*

„Milsec” felugrásmérő készülék

Azon sportágakban, ahol a testet mozgató alsó végtagnak a gyors helyváltoztató képességére a sportteljesítmény szempontjából szükség van, ott a lábak ezen funkciója fontos és fejlesztése is alapkövetelmény.

Pils kimutatta, hogy röplabdában a felugrások 95%-a, labdarúgásban 65%-a páros lábáról történik. Arra vonatkozóan pedig, hogy az atlétikában mennyi ideig tart egy-egy elrugaskodás, elsősorban Vittoric adatai tájékoztatnak. Így például egy hasmánttechnikával ugró élversenyző talajon töltött ideje 222, egy flopozóé 140, egy távolugróé 110 ezredmásodperc volt. Borzov 100 m-es futásánál ez az idő 0,06 másodpercet tett ki, amiből következik, hogy a talajfogást követő elrugaskodás gyorsasága kb. 0,03 másodperc-re tehető.

A lábak gyors erőt kifejtő képességének megállapítása szükségszerűen igényelte annak mérhetőségét. Az ilyen jellegű mérőműszerek alapjait 1921-ben még Sargent rakta le a róla elnevezett tesztjével.

Igaz, azóta a függőleges felugrásmérés több változata terjedt el, azonban a gyakorlatban éppen egyszerűségénél fogva az Abalakov és az úgynevezett érintéses módszerek honosodtak meg. A különböző mérőmódok, és így az említett két módszernek is, közös negatívuma, hogy a súlypont mozgását mindig csak egy közvetítő láncon keresztül állapíthatjuk meg. (Kihúzott cm, karok, vállak testhelyzete.) Így óhatatlanul a felugrás cm értékét a mozgáskivitelől függő hibák is befolyásolhatják. Ha pedig ehhez hozzászámítjuk a súlypont emelkedés kezdeti szakaszát jelentő lábujjra állást, akkor egy átlagos ugrásteljesítmény cm értékeiben 20—25%-ban olyan tényező szerepel, mely ténylegesen nem értékelhető ugrásnak.

Igaz, a gyakorlatot az ilyen kérdések különösebben nem érdeklik, így a már említett hiányosságok ellenére is a legmegbízhatóbb mérőmódnak az Abalakov módszer bizonyult. A felugró derekára csatolt cm azonban nemcsak hogy több hibalehetőség forrása lehet, hanem megakadályozza a sorozatugrást, mint a láb állóképességi szintjének mérését is. Ezért is határoztuk el a Budapesti Műszaki Egyetem Testnevelési Tanszékén folyó kutatás keretében olyan új módszer kidolgozását, mely a már említett hiányosságokat csökkenti vagy kiküszöböli, és alkalmas az úgynevezett mélybeugrások terhelésének megállapítására is.

A mélybeugrások terhelési értékét ugyanis egyrészt az a magasság határozza meg, ahonnan az illető leugrik, másrészt a talajról történő azonnali gyors fel-

ugrás mértéke. Ezért is lényeges a talajon töltött és a levegőben töltött idő ismerete, illetve a két idő viszonya.

Az ugrásidő mérése

A felugrás idővel történő mérésének gondolata még a 70-es évek elején vetődött fel, amikor a függőleges hajítás mérhetőségének alkalmazására gondoltunk. Úgy véltük, hogyha a függőleges felugrást függőleges hajításként értékeljük, akkor egy megfelelő pontos időmérő segítségével az ugrás magasságát idővel is meghatározhatjuk.

Az elképzelés, mint felismerés azonban még távol állt a megoldástól, mert továbbra is probléma volt, hogy mire működtessünk az időmérő órát. Amikor egyik vizsgálatunknál megállapítást nyert, hogy a sportolóknál a térdék és lábfejek helyzete a talajfogásnál szinte azonosnak vehető az elugrás befejező fázisával, ekkor gondoltunk arra, hogy a lábfejek mozgására működtetjük az órát. Számoltunk azzal is, hogy az időmérő szerkezet elsősorban a levegőben töltött időt méri, így nem minden időérték számítható át ugrásra. Az ugrás átértékeléséhez ugyanis szabályos kivitelre van szükség (1. ábra). Szabálytalan a sarkok felhúzásával vagy a lábfejek pipált helyzetével a talajra érkezést késleltetni (2. és 3. ábra).

Az említett negatívumok ellenére az idővel történő értékelést részesítettük előnyben, és kezdtük meg még 1975-ben a műszer tervezésének munkálatait.

A műszer ismertetése

Az eszközt egyetemünk Tanreaktorának műszaki dolgozói segítségével fejlesztettük ki, és az elvi megoldást már az 1978-as tavaszi BNV-n bemutattuk. Funkciósan üzemelő állapotban azonban csak az idei vásáron került kiállításra. 1978 óta az OTH szabadalmi védettsége alatt áll.

A hálózati árammal üzemelő mérőeszköz egy úgynevezett felugrólapból (mérőátalakító) és a hozzá csatlakoztatható mérőelektronikából áll.



2. ábra

A felugrólap

Tekintettel a fényesorompós megszakításra, amely rezgésmentességet követelt, a felugró felületet forgácsolt eljárással könnyített alumínium öntvényből készítettük. A szélesebbik oldalán helyeztük el a tápegységet és a fényforrást, melynek energiája kettéosztva, lencsék és tükrök segítségével 0,3 cm-es magasságban cikk-cakk formában rácszerűen hálózza be a felugró felületet. Bár az optikus megoldás kétségtelenül költségesebbnek bizonyult az érintkezéssel szemben, de a pontosság miatt mégis e mellett döntöttünk. A műszer állandó hibája ugyanis a felugrás teljesítményétől függően más és más cm következményekkel járt volna.

A mérő és értékelő elektronikát a szakmai igények szerint építettük, így fontos volt, hogy az óra ezred-



1. ábra



3. ábra

másodperces pontossággal értékeljen, mérje az egyedi és sorozatugrások levegőben és talajon töltött idejét, az eredményeket tárolja és átlagolja. Igényként jelentkezett a sorozatok számának beállítása mellett annak teljesítése esetén a műszer leállítása, illetve a sorozatok minimális értékének alulteljesítése esetén (ami szintén beállítható) figyelmeztető hangjelzés adása. Természetesen szakmai igényként fogtuk fel a mérőegység sokoldalú alkalmazhatóságát, más átalakítókhoz való csatlakoztatóságát is.

A készülék méri:

- az egyedi és sorozatugrások levegőben töltött idejét;
- külön tárolja és összegzi a talajon és levegőben töltött időt, valamint az igénynek megfelelően átlagol;
- sorozatugrásoknál kijelzi és tárolja a felugrások számát;
- beállítható a felugrások számának teljesítésére vagy a levegőben vagy a talajon töltött idő minimumára (nem teljesítés esetén hangjelzés).

Végezetül szemléltetésképpen közöljük az egyes ezredmásodperces időértékeknek megfelelő cm eredményeket. A táblázatból kitűnik, hogy még a 300 és 350-es értékek közötti különbség 5 cm-nek felel meg, vagyis 1 millisec-nek 1 mm felel meg, addig ugyanez a 800 és 850-es értékek között már 10,1 cm esetében 2 mm.

100= 1,2 cm	550=37,1 cm
150= 2,8 cm	600=44,1 cm
200= 5,0 cm	650=51,8 cm
250= 7,8 cm	700=60,1 cm
300=11,0 cm	750=69,0 cm
350=15,0 cm	800=78,5 cm
400=19,6 cm	850=88,6 cm
450=24,8 cm	900=99,3 cm
500=30,7 cm	

Szentgyörgyi Zoltán



Lovas Albert felvétele

Minitenisz az iskolában

A tenisz népszerűsödésével egyidőben hazánkban is egyre több tenispálya épül, de ez még mindig nagyon kevés, nem minden fiatal tud ezzel a szép sportággal megismerkedni. A megismerkedéshez jó lehetőséget kínál a minitenisz, hiszen iskolai tömegsport foglalkozásokon megtanulható és a későbbiekben hasznos szabadidő tevékenységgé válhat.

A KSI-ben 1968-ban 8—9 éves gyerekeket télen tornateremben, faütővel tanítottunk a tenisz alapütsékre és faütős háziversenyeket is rendeztünk.

Azóta a minitenisz sokat fejlődött. A szivacsabda, a meghatározott méretű pálya és háló, a könnyő műanyagütő alkalmassá teszi arra, hogy felhasználjuk az iskolai testnevelésben.

Megfigyeltem, hogy a lányok a tanórák után sokáig céltalanul ácsorognak, üldögélnek az iskolában.



Uzsák István felvételei

Hosszú évekig az asztalitenisz találtam legmegfelelőbbnek, hogy a lányok szabadidejük egy részét játékosan mozogva töltsék el. A tapasztalat azonban azt mutatta, hogy különösen a lányok képesek szinte egy helyben állva ping-pongozni órákon keresztül.

A minitenisz a teniszhez nagyon hasonló technikát és rengeteg mozgást igényel, így céljainknak sokkal jobban megfelel. Másik nagy előnye, hogy alapszinten viszonylag gyorsan elsajátítható és már az első ütések alkalmával rendkívül szórakoztató.

Iskolámban, a budapesti Balassa János Egészségügyi Szakiskolában az 1979/80-as tanévben kezdtem foglalkozni a minitenisszel és jelenleg óriási népszerűségnek örvend. Az új tanévben még több tanuló bevonása mellett sok versenyt (egyéni és párost) szeretnék rendezni. Tervezzük élvonalbeli teniszező meghívását bemutató játéokra.

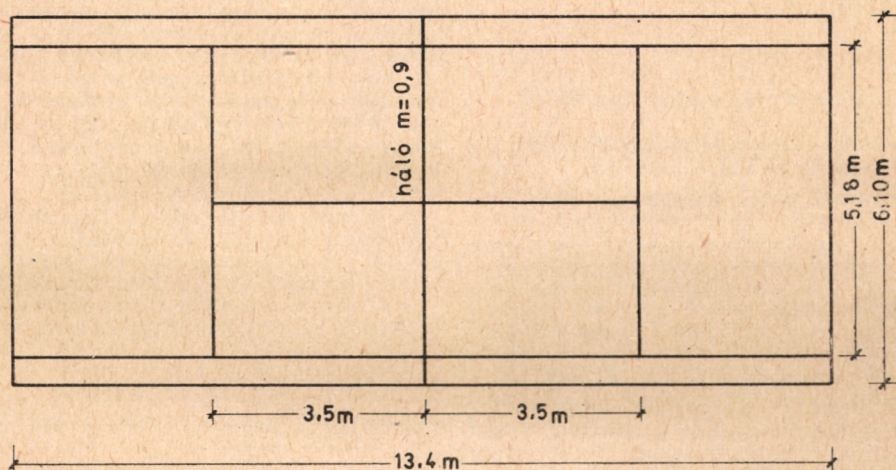
Egyéni és osztályok közötti csapatversenyek rendezéséhez elegendő, ha a két alapütést, a két röpteütést, majd az adogatást megtanulják a tanulók. Később megtaníthatjuk az ejtést, az átemelést és a lecsapást is. Ezeknek az ütéseknek alapfokon való ismerete is színesebb teheti a játékot és szélesebb taktikai variációhoz vezethet.

Mérkőzés közben a második adogatás kezdetben mindig alulról történjen, mert a gyakori kettős hiba kedvezőtlenül hat a játék folyamatosságára. Javasoljuk, hogy a mérkőzések rövidebb ideig tartanak, csak 11 játékig játszanak a tanulók. A szabálykönyvben ismertetett rövidített játékot javasoljuk 10-10 esetén.

A minitenisz játékszabályait A testnevelés tanítása 1978/3. számban Zentai Ferenc ismertette.

A pálya méreteit a következőképp módosítottam:

Mini-tenisz



3. ábra

Gáldi Gábor

Focivadász

A vadászlabdajátékhoz hasonló játék, ahol találatot a labda rúgásával lehet szerezni. Pettyes gumilabdát használunk!

Kb. 10×20 m-es terebben, vagy bekerített szabad téren játszhatja 15—20 tanuló. Nagyobb létszám esetén célszerű két csoportot alakítani, a nagyobb területet megosztva.

Két szalagos vadász kezdi a játékot. Lábbal vezetve, egymásnak lábbal passzolgatva közelítik meg a vadakat, s alkalmas pillanatban a labdát rúgva igyekeznek valakit eltalálni. Akit eltaláltak szalagot vesz, vadászként folytatja a játékot. Győztes az a játékos, vagy játékosok (vadak), akit vagy akiket nem, vagy legkésőbb sikerült a vadászoknak eltalálni.

Szabályok:

Csak laposan (földön gurulhat a labda) lehet löni. A térdén alul érő találat elfogadható.

Ha a labda falról, földről pattanva, vagy szabadon gurulva érint vadat, érvényes a találat.

A menekülő vadak nem éríthetik szándékosan, nem rúghatják el a labdát, mert az találatot jelent.

A vadászok számának növekedésével — mondjuk 6 vadász esetén két labdával, 12 vadász esetén már három labdával játszhatnak. A labda számának növelését, arányát, a konkrét körülményektől, nevelői, oktatói elgondolásunktól függően változtathatjuk.

Nádasi Lajos

Torna. I. korosztály (10—12 évesek), fiúk

1. Mászás rúdon helyes mászókulcsolással
2. Gerendán, vagy alacsony nyújtón kelepátfordulás előre
3. Gyűrűn fészekfüggés
4. Szekrényugrás: bátorugrás, illetve kismacska

I. korosztály (10—12 évesek), lányok

1. Bordásfalon lábemelés
2. Gerendán ugrás mellső támaszba, leugrás
3. Gyűrűn alkaron bal-, vagy jobbtérd-függés
4. Szekrényugrás: mélyugrás, illetve bátorugrás

Játék. I. korosztály

1. Labdakapás (tömött labdával)
2. Célbadobás (10 m távolságról)
3. Labdaütés (stucklabdát étaütővel legalább 10 m távolságra)

Egyéb sportok: vívás, birkózás, hó- és jégsporthok, evezés, céllövészet, turisztika, kérekpár stb.

Az I. korosztályhoz hasonlóan, de természetesen több és minőségileg nehezebb próbából tevődik össze az idősebbek anyaga.

Minden egyes próba alsó és felső szintű követelményeket tartalmaz. Pl.:

10—12 éves fiúk, távolugrás

alsó fok: 250 cm
felső fok: 400 cm

10—12 éves lányok, távolugrás

alsó fok: 230 cm
felső fok: 320 cm

12—14 éves fiúk, 50 m mellúszás

alsó fok: 1 p 05 mp
felső fok: 50 mp

12—14 éves lányok, 50 m mellúszás

alsó fok: 1 p 15 mp
felső fok: 55 mp

Szemelvények a kiadványból

2. Nyújtó.

Alsó fok: Fejmagas nyújtóra, mellső oldalállásból (felső fogás), bal- vagy jobb térdfellendülés, előre bal- vagy jobb oldalulésbe. II. gyak. nyújtott függésből húzódás kétszer.

Felső fok: Nyújtott oldalfüggésből lendületvétel és billenés mellső oldal-támaszba és kelepátfordulás előre nyújtott függésbe. Második gyakorlatként húzódás nyolcszor.



15. ábra.

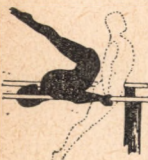
3. Korlát.

Alsó fok: A korlát végén, hátsó haránt nyújtott támaszból, lendület hátra mellső haránt fekvőtámaszba és abból ereszkedés uszófüggésbe és tolódás ismét fekvőtámaszba. Második gyakorlatként hajlított támaszból tolódás kétszer.



16. ábra.

Felső fok: Fejmagas korlát közepén, harántállásból ugrás felkarfüggésbe, lendületvétel és felkarbillenés nyújtott támaszba. Tetszésszerinti leugrás. Második gyakorlatként tolódás nyolcszor.



17. ábra.

4. Gyűrűhinta.

Alsó fok: Ugrás nyújtott függésbe, átfordulás fészekbe és visszafordulás nyújtott függésbe.

Felső fok: Nyújtott harántfüggésből húzódás hajlított függésbe, és folytatólag tolódás nyújtott támaszba. (Tetszésszerinti leugrás.)



18. ábra.

5. Ló.

Alsó fok: Széltében állított lovon (fogás a kápákon) guggoló átugrás hátsó oldalállásba.

Felső fok: Hosszában állított lóra felugrás guggolóállásba és leterpesztés fogással a nyakon.

A IV. korosztály (16—18 évesek) torna-szerel és pontszerző próbagyakorlatai.

1. Mászókötél.

Alsó fok: 5 m hosszú kötélén, helyes mászókulcsolással felmászás a gerenda érintéséig és karrángás a talajig.

Felső fok: 5 m hosszú, két kötélén függészkedés a gerenda érintéséig és visszafüggészkedés a talajig.

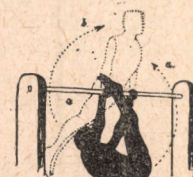


19. ábra.

2. Nyújtó.

Alsó fok: Fejmagas nyújtóra, mellső oldalállásból, kelepátfordulás nyújtott oldal-támaszba és kelepátfordulás előre. Második gyakorlatként nyújtott függésből húzódás háromszor.

Felső fok: Mellső nyújtott oldal függésből lendületvétel és támaszbalendülés. Tetszésszerinti leugrás. Második gyakorlatként húzódás tízszer.



20. ábra.

3. Korlát.

Alsó fok: Mellső haránt támaszból, terpesztülés a kezek elé és oldalt terpesztett lábakkal henger előre

14—16 éves fiúk, mászókötélen

felső fok: teljes magasság (5 m) függeszkedés

16 év fölötti fiúk, célbarugás (20 m-ről felezett kapuba célbatalálás)

felső fok: 5 rúgás közül 4 sikeres.

A példák jól illusztrálják, hogy a követelmények alsó szinten viszonylag könnyen teljesíthetők voltak, a felső fok teljesítése azonban rendszeres gyakorlat, edzést feltételezett.

Több, mint 50 év távlatából is megállapíthatjuk, hogy a próbarendszer szakmai alapelvei korszerűek voltak. Ezek azonban egy ellenforradalmi, nacionalista, „nemzetvédelmi” nevelési célkitűzést kívántak segíteni. Jól tükrözik ezt a szerzőnek a tömegsport jelentőségéről írott sorai: „Nekünk, magunkra hagyott magyaroknak sokszorosan fontos, hogy a sportot, a testnevelés értékeit, nevelő hatásait megbecsüljük... hogy több legyen a jellemzilárd, akarat erős, becsületesen gondolkodó, nemes célokért küzdeni tudó magyar... az anyai kötelességekre alkalmas leány és a hazát védeni tudó ifjú.”

A rendszer szakmai szempontjai közül azonban érdemes kiemelni néhányat, amelyek a mai próbarendszerek szempontjából is jól hasznosíthatók:

— A sokoldalúságra való törekvés a mozgásanyag kiválasztásában, illetve a kötelezően előírt sportágak megjelölésével.

— A választási lehetőség többszörösen biztosított. A négy „alapsportág” közül három választható, s ezen belül atlétikában szerepelnek ajánlott versenyszámok. Mindezt kiegészíti az „egyéb sportok” széles köre.

— Szerencsés a követelményszinteknek az alsó és felső fokú elkülönítése, azok egymáshoz viszonyított különbözősége (pl. torna).

— Egyéni és közösségi értékelési rendszere összehangolt, egyszerű, könnyen kezelhető pontozásra épül.

— Kitekintést ad a felnőttek „tömegversenyének” formájára is, melynek alapját az ismertetett ifjúsági rendszer képezi.

Nagy Tamás

távolságban köríven húzott határvonalon túl elütni.
(Földön gurulás hiba).

Alsó fok: 5 ütés közül 1 sikeres.

Felső fok: 5 ütés közül 4 sikeres.

A II. korosztály (12—14 éves korig) próbaanyaga.

1. Célbadobás:



8 cm átmérőjű tömött kézilabdával 10 m távolságban lévő felfüggesztett és ingásba hozott, 50 cm átmérőjű, kör alakú színes céltáblát eltalálni.

Alsó fok: 5 dobás közül 1 sikeres.

Felső fok: 5 dobás közül 4 sikeres.

2. Labdaütés:



29. ábra.

Hengeres labdaütővel az ellenőrző bírótól kijelölt adogatására 8 cm átmérőjű, tömött húzott labdát a 20 m távolságban lévő, köríven húzott határvonalon túlütni. (Gurulás nem számít.)

Alsó fok: 5 ütés közül 1 sikeres.

Felső fok: 5 ütés közül 4 sikeres.

3. Célbarúgás:

Szabályos futball-labdával 10 m-nyi határvonalról, a földön 60 cm-es átmérőjű körben felállított, „háromlábát” labdarugással eldönteni.

Alsó fok: 5 rúgás közül 1 sikeres.

Felső fok: 5 rúgás közül 4 sikeres.

A III. korosztály (14—16 éves korig) próbaanyaga.

1. Labdaütés:

Úgy mint a II. korosztályban, de 25 m-nyi határvonalon túl ütni.

2. Célbarúgás:

20 m-nyi határvonalról, szabályos méretű futball-labdát, védtelen rendes nagyságú futballkapuba berúgni.

Alsó fok: 5 rúgás közül 1 sikeres.

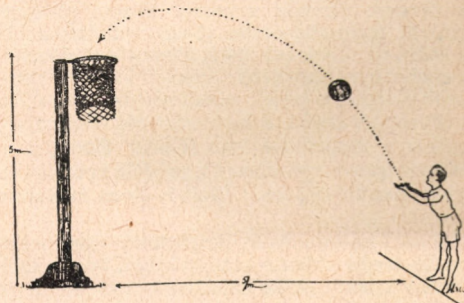
Felső fok: 5 rúgás közül 4 sikeres.

3. Kosárlabdadobás:

Szabályos méretű labdakosárba, 5 m távolságból két kézzel beledobni a rendes nagyságú futball-labdát. (A kosár 45 cm. átmérőjű és 3 m magasságban legyen.)

Alsó fok: 5 dobás közül 1 sikeres.

Felső fok: 5 dobás közül 4 sikeres.



30. ábra.

Tanulmányok a TFKI kutatásaiból 1979.

(Testnevelési Főiskola, Bp., 1979. I. 271.)

Ez a tanulmánykötet is, hasonlóan az előzőekhez csak ritkán szól közvetlenül az iskolai testnevelésről. Ez a tény azonban nem zárja ki azt, hogy a kötet jó egynéhány tanulmányának megállapításai nem lennének igazak az iskolai tanulókra is. A testnevelő tanárok nemcsak tájékozódhatnak a sporttudomány legújabb hazai és külföldi eredményeiről, hanem az így szerzett ismereteket közvetve mindennapi munkájukban is felhasználhatják. Talán elsősorban azt, hogy ma már nem elégséges az edzőmunkához a mindennapi tapasztalat, szükség van a tudományos eredmények felhasználására.



Elég a fentiek igazolására a kötet tanulmányait megnézni. Reigl Mariann az egyetemi hallgatók testnevelési szemléletéről, Barabás Anikó a Testnevelési Főiskolára felvételizők alkatbiológiai faktorairól, egy kutatócsoport pedig a gyorsasági edzés hatása az izomerőre és izomzsimekre emberen kérdéseiről ír. Földesiné Szabó Gyöngyi (két tanulmány és két beszámoló szerzője) az élvonalbeli magyar labdarúgók sportszocializációs folyamatairól és a csoport-homogenitás és a kollektív teljesítmény közötti viszony tanulmányozásának új módszertani megközelítéséről szól. Szerepel a témák között válogatott sportlövőök formaellenőrzése (Nagykálldi Csaba—Pilvein Márton), vívók edzettségi állapotának diagnosztikai eredménye (Nagykálldi Csaba—Pilvein Márton—Ozsváth Károly), a színek teljesítménybefolyásoló hatása (Pilvein Márton), a kudarchelyzet szociometriai vizsgálata a testnevelési órán (Csider Tibor), a női tornászválogatott vizsgálata Cattell-féle komplex személyiségvizsgáló eljárással (Borsos Ilona és Karczag Judit).

A kötet Tájékoztató és Beszámoló fejezete szervesen illeszkedik ahhoz a koncepcióhoz, hogy a sporttudomány lehető legtöbb oldalával ismerkedjünk meg és tájékozódjunk.

J. J.

Testnevelés és sporttudományos közlemények

Főszerkesztő: Arday László

Szerkesztő: dr. Makkár Márta

(Testnevelési Főiskola, Bp. 1979. 2. kötet, 260)

A Testnevelési Főiskola kiadásában megjelent kötetből két tanulmányt emelünk ki, amelyek az iskolai oktató-nevelő munkát segítő témával foglalkoznak.

Gergely Gyula: Az új testnevelési tantervi követelmények tükröződése a középiskolai tanulók véleményében címmel leírta több év alatt összegyűjtött felméréseinek tapasztalatait. Nagyjában azonos pedagógiai feltételek mellett megfigyelte az egyes tanu-



lók teljesítmény változásait. Versenyszerűen mérte fel a 7 próba feladatait és még 8 általa meghatározott gyakorlatot, ezekről kérdőíven tett fel 8 kérdést a tanulóknak. Tanulmánya összefoglalásában olyan következtetésre jut, hogy a lányok a kitarató, ciklikusan ismétlődő dinamikus mozgásokat, míg a fiúk a nagy erőfeszítést igénylő versenyszámokat végzik szívésében. A szerző megállapítja, hogy a nevelőmunka hatékonyságát mutatják ezek az összefüggések. Tanulmányát összehasonlító táblázattal egészíti ki.

Pótzsnyé Keresztesi Katalin: Javaslat új próbákra a testnevelési tanterv atlétikai mozgásanyagában című írásában közli az atlétikai mozgásanyagra épített próbák tapasztalatait. Az 1977/78. tanévben 200 tanulón, 16 atlétikai jellegű próba eredményét mérték le. Javasolja a szerző, hogy a testnevelési teljesítményteszt állóképességi tesztjét változtassák meg. Helyette futó-állóképességi tesztként a 15–12 perces futásokat ajánlja, de mindenképpen 8 percen felüli terhelést. Egyéb javaslatokat is tesz a szerző, amelyeket még további mérésekkel szeretne igazolni a következő tanévben.

A két tanulmányban leírtak közvetlenül a tanórai munkára vonatkoznak. Tehát ismeretük segíti a kar-társakat az eredményesebb munkában. Elsősorban ezért ajánljuk a kötet és a tanulmányok alapos megismerését.

Fehér Valéria

A folyóiratban dr. Nádori László időszerű edzés-módszertani kérdésekről, Schiller János a sportszociológia aktualitásáról, dr. Buda Béla a sport mentálhigiéniéről, dr. Frenkl Róbert és Szóts Gábor pedig a sportolók ásványi anyag- és folyadékvesztésének gyors pótlására alkalmas sziruppal tapasztalatairól ír tanulmányt.

Testnevelés és sporttudomány

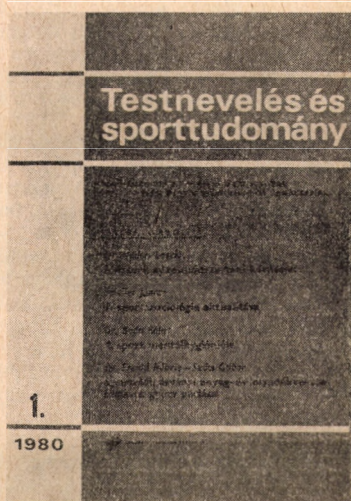
(Felelős szerk.: Burka Endre)

(Az Országos Testnevelési és Sporthivatal Testnevelési és Sporttudományos Tanácsának folyóirata 1980. XI. évfolyam 1. szám)

Lapunkban már hírt adtunk arról, hogy a Testnevelési és Sporttudományos Tanács lapja újra megjelenik. Most örömmel vettük kezünkbe a formájában és tartalmában megújult lap első számát.

A folyóirat részletesen foglalkozik az újjáalakult Testnevelési és Sporttudományos Tanács január második felében megtartott alakuló elnökségi ülésével. Az ülés első részében megemlékeztek a Testnevelési Tudományos Tanács 25 éves fennállásáról. Buda István államtitkár, az OTSH elnöke méltatta a Tanács eddigi tevékenységét. Hangsúlyozta, hogy „nemcsak a Tanács szervezeti kereteit, hanem munkájának tartalmát is változtatni kívánjuk, hogy még hatékonyabban, az eddiginél eredményesebben tevékenykedő testület alakuljon ki. Feladata, hogy tartson lépést a gyorsütemű és magas színvonalú nemzetközi fejlődéssel, fejlessze tovább a magyar testnevelési és sporttudományt, segítse a testnevelés és sport tömegessé válását, az utánpótlásnevelés hatékonyságát, valamint az élsport eredményességét. Nyíltan kimondjuk, hogy olyan Testnevelési és Sporttudományos Tanácsot szeretnénk, amely képes e feladatokat megvalósítani, ehhez az egyes tudományágak jeles és sportot szerető képviselőit a testnevelés és sport ügye mellé állítani.”

Az ülés második részében dr. Nagy Tamás OTSH elnökhelyettes, a TSTT elnöke a Tanács tevékenységi köréről és működéséről tartott referátumot. Először a testnevelés és a sportmozgalom fejlesztésének tudományos megalapozásával foglalkozott, majd a TSTT tevékenységi körét elemezte. Befejezésül kiemelte, hogy „a Tanács feladatait, működését szabályozó utasítás rugalmas működést enged meg. Lehetővé teszi további állandó bizottságok, ideiglenes és alkalmi bizottságok alakítását is. A „külső”, nem a testnevelés és a sport, vagy a sportegészségügy területén dolgozó szakemberek felkérésével, esetenkénti bevonásával a tudományos tanácsadás körét kívánjuk bővíteni, és reméljük, hogy saját problémáink megismerése számunkra is haszonnal jár.”



A folyóirat aktualitását növeli, hogy részletes beszámolókat olvashatunk konferenciákról, tanácskozásokról.

Örömmel köszöntjük az újjászületett folyóiratot, szeretnénk, ha a testnevelő tanárok rendszeres olvasmányává válna a lap. Egy évben 4 alkalommal jelenik meg, előfizetési díj egy évre 80,— Ft, számonkénti ára 20,— Ft. Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hírlap Irodánál: Budapest, József nádor tér 1. 1900. Számonként kapható a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Iroda és Nyomatványboltjában Budapest, Népköztársaság útja 6. 1061.

Nagy Sándor

Az iskolai testnevelés fejlesztése Lengyelországban

Az utóbbi években — írja Skorowski, J. — nagy változás ment végbe az iskolai testnevelésben. Felismerték, hogy a gyermek biológiai fejlődése, testi ügyessége és egészségi állapota, ellenállóképessége és közérzete jelenti azt az alapot, amelyen fejlődhet az oktatási és nevelési folyamat. A sport a kívánatos magatartásra, a jellem és a gazdag személyiség kialakulására nagy befolyással van. A sport segíti a szabadidővel való helyes gazdálkodást is. A sport megszeretése az iskolában kezdődik.

A lengyel iskolareform a tízosztályos iskolában biztosítja minden gyermek számára a napi 1 órás szervezett, célszerű és intenzív mozgást. Az Oktatási Minisztérium erőfeszítésén kívül ezt igyekszik biztosítani a Lengyel Cserkész Szövetség és az Iskolai Sportszövetség. Ezekkel együtt dolgoznak más egyesületek is. Gondoskodni fognak az úszás megtanításáról, a nyitott sportpályákról és az alsó osztályokban a sportórákról. E feladatok teljesítéséhez gondoskodnak a testnevelő tanárok megfelelő előkészítéséről. Évente 500—750 testnevelő tanár és 143 edző továbbképzéséről gondoskodnak. Az iskolák támogató egyesületeket választanak maguknak.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 5., 151—153.)

A testnevelési tanterv reformjának megvalósítása Lengyelországban

A jelen tanévben a lengyel iskoláknál az 1. osztályban a tanítás az általánosan kötelező középiskola új, reform tanterve szerint kezdődött, — számol be Botwinski a tapasztalatokról. A tantervi reform fokozatosan történik. Az oktatás és nevelés tartalmi bevezetésének szabályszerű folyamata a tanári munka hatékonyságától nagymértékben függ. A testnevelési tantervet úgy kell felfogni, mint az egész oktató-nevelő munka szerves, nem különálló részét. Különösen fontos ezt figyelembe venni az 1. osztályban.

A testnevelési tanterv, egyesek véleményével szemben, nem speciális, a tantárgyak egészétől elszakított normák gyűjteménye. A testnevelés nem autonóm tantárgy, szorosan be kell kapcsolódnia a tantárgyak rendszerébe. Nem szabad előnyben részesíteni a szabályzatokat, irányelveket, rendezvényi naptárakat úgy, hogy azok megvalósítása öncélú legyen. Nem lehet célja a testnevelésnek, hogy a gyermek közvetlen kapcsolatban álljon a természettel vagy az ember mindennapi tevékenységével. A tanterv végzésekor az egész osztályt kell figyelembe venni, nem lehet a tanulóknak egységes megterhelést adni, azonos szinteket számukra. Az iskola helyi körülményei is megszabják a foglalkozások mikéntjét. Vonatkozik ez főleg a sportjátékokra. A testnevelési ismereteket is gyakorlati módon kell a tanulóknak elsajátítani.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 7., 211—215.)

A lengyel testnevelési szakfelügyelők tevékenysége

A lengyel iskolareform, a 10 osztályos általános középiskola nagy hangsúlyt helyez a gyermekek testnevelésére. Az új tanterv megvalósításában a testnevelő tanárok az eddiginél nagyobb szabadságot kapnak, elképzeléseiket, újításait megvalósíthatják. A szakértői felügyelőknek, így a testnevelési szakfelügyelőknek feladatait is az Oktatási és Nevelési Minisztérium határozta meg. A felügyelők csoportjai az egyes vajdaságokban talán részleteikben különböző munkát végeznek, ez a helyi körülményektől függ, de általában egységes elvek szerint járnak el. A felügyelőnek jó kapcsolatot kell a rábízott tanárokkal kialakítania. Munkája széles körű, mert a testnevelésen kívül a sport különböző formáival is foglalkoznia kell.

Slodowa, G. elmondja tapasztalatait. Megállapítottak egy tervet a testnevelési és sporttevékenység fejlesztésére. A munka egységességét elősegíti, hogy a látogatásokról azonos formában vesznek fel jegyzőkönyvet. A felügyelőnek mindent meg kell figyelnie, mint tapasztaltabb pedagógus adjon tanácsot a tanároknak. A tanóra látogatása különbözőképpen történhet, erre nézve is látogatási ívek vannak használatban. A felügyelő legfőbb feladata a módszertani konferenciák megszervezése. Ezeket kell tájékoztatnia a testnevelő tanárokat az időszerű kérdésekről, az iskolai sportklubok munkájáról, a játékokról vagy szórakozásokról. Megállapították, hogy kevesebb számú részvevővel a konferenciák nagyobb eredményt hoznak.

(Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 6., 181—183+197.)

Tanárképzés Lengyelországban

Lengyelországban a testnevelő tanárokat hat felsőoktatási intézményben képzik. A nappali tagozaton 4 évig, az estin 5 évig tanulnak a hallgatók. Néhány évvel ezelőtt még két szakos volt a képzés (a testnevelés mellett biológia vagy történelem, földrajz stb.). Ez azonban nem vált be.

A tanárjelölteknek nem kell minősített sportolónak lenniük. A lényeg az, hogy az iskola elvégzése után tisztában legyenek azoknak a mozgásfajtáknak az oktatási módszereivel, amelyek a középiskolák testnevelési tantervében szerepelnek.

A hallgatók az ötödik szemesztertől kezdve kezdik el az anyaggyűjtést a diplomamunka megírásához. Megvédése az államvizsgák után történik bizottság előtt. A sikeres védés után az új tanárok a „magiszter” fokozatot kapják. Az elhelyezkedés nem szervezett: mindenki ott vállal munkát, ahol akar. Munkahely van bőven.

Minden 5—8 évben kötelező a továbbképzésen részt venni. Az iskolai szünetek idején két 14 napos és egy 7 napos időszak van, amikor a testnevelési tanárok részben előadásokat hallgatnak, részben gyakorlati foglalkozásokon vesznek részt. A továbbképzés szakdolgozat írásával fejeződik be. Ezt meg kell védeni, és ezután még vizsgázniuk kell az elméleti tárgyakból is.

(Fiziceszkaja kultura v skole 1978. 8. 63—64.)

Követelmények a testnevelő tanár szakmai felkészültségével szemben

Az oktatási folyamat tökéletesítése lehetetlen a tanár szakmai felkészültsége színvonalának az emelése nélkül. A színvonal meghatározásához kritériumok szükségesek. A szerző sokéves munkával kidolgozta ezeket, és már több értekezleten megtárgyalták. A folyóirat szerkesztősége most a széles nyilvánosság elé bocsátja az eddigi megállapításokat. Reméli, hogy a beérkező javaslatok segítséget nyújtanak ahhoz, hogy a tanár önképzésének konkrét, differenciált tervét kidolgozhassák.

A szovjet tanár számára, bármilyen tárgyat tanít is, szükségesek a következők: kommunista meggyőződés, magas színvonalú eszmei-felkészültség, valamint pszichológiai és pedagógiai felkészültség, szakmájának alapos ismerete, pontos elképzelés az I—X. osztályos tanulók korbeli és nembeli sajátosságairól.

A fentieknek kívül a testnevelő tanárral szemben támasztott külön követelmények:

A tudományos-elméleti alapok közé tartozik pl. a szovjet oktatási és nevelési rendszer ismerete, a biológiai ismeretek stb.; a módszertani felkészültség, a tanterv ismerete, az óra vezetésének az elemei, segítségnyújtás a gyakorlatoknál stb.; a szervezési ismeretek (a sportkör szervezése, a versenyek rendezése, a foglalkozások anyagi-technikai ellátottságának biztosítására irányuló felkészülés, a sportszerek előkészítése és használata, a sérülések megelőzése stb.).

(*Fiziceszkaja kutura v skole 1978. 9. 19—20.*)

Életkori sajátosságok és igénykialakítás a felső tagozaton

Aki ifjúsági korúakkal foglalkozik, annak rátermett nevelői képességekkel kell rendelkeznie — állapítja meg *Marschner, P.* Ez a korosztály ugyanis egészen másként reagál a testnevelési foglalkozásokon a gyakorlatokra, a játékokra és versenyekre, mint a fiatalabbak. Igényük a testnevelési órákkal kapcsolatban nő, önállóságra törekszenek és kifejlődött a kritikai érzékük.

Ezért ahhoz, hogy a sportolás iránti igényt a felső tagozaton a kívánt mértékben kialakíthassuk, nélkülözhetetlen az életkori tulajdonságokat figyelembe venni (a fiataloké dinamikusan fejlődő; emocionális érzékenységük és élményképességük; erősen kifejezésre jutó akarati tulajdonságok; növekvő érzékük ahhoz, hogy a sportolás értékeit belássák és megérték; növekvő önállóságra törekvésük és kapcsolatuk a közösséghez).

Az életkori jellemzők ismertetése után tanácsokat ad a szerző arra, hogyan kell ezeket a sport érdekében eredményesen kiaknázni. Szabályokban foglalja össze, hogyan kell eredményes, pozitív élményeket biztosító testnevelési és sportfoglalkozásokat tartani a 8—10. osztályokban.

(*Körpererziehung, 1978, 1. 8—15.*)

A testnevelő tanári munkahely választásának motívumai

Cieslinski, R. beszámol arról, hogy a tanügy-gazdáltsági szervezetek évek óta nehézségeik vannak a testnevelési státuszok betöltésével, különösen faluhelyen. A Biala Podlaski Testnevelési Akadémia (a varsói Testnevelési Akadémia leányintézete) 215 tanulóját (69 nő, 146 férfi) kérdezték meg, hogy hol szeretnének munkát vállalni.

A hallgatók életkora: 23—25 év között 58%, 20—22 évesek 39,5%, 25 éven felüli 2,4%. Származásuk szerint a szülők 28,3%-a adminisztrációs-irodai dolgozó volt, fizikai munkás 19,6%, parasztok 16,1%, mérnök szülők 4,9%, egyéb 3,7%.

A hallgatók egy része (19,2%) sajnálatosan nincs megelégedve a pályaválasztásával. Az okok között a következőket említették: csekély kereset, a munka jellege iránti érdeklődés hiánya, s a tantárgy alacsony rangja az iskolában.

A hallgatóknak csak 3,7%-a szeretne falun elhelyezkedni, míg kisvárosban 47,9%, nagyvárosban 48,4%. A nagyvárosi születésű hallgatók nem akarnak falun letelepedni, csak nagyvárosban. Ezt a következőkkel indokolják: nagyobb lehetőség van a szabadidő kulturált eltöltésére, jobb a munkalehetőségek, kötik őket a családi kapcsolatok, ismerik a városi környezetet.

A testnevelő tanári kiképzésben, vonják le a következtetéseket, nagyobb hangsúlyt kell helyezni a falusi munkára való előkészítésnek, a jelentkezőket jobban meg kell ismertetni a körülményekkel.

(*Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 5., 156—158.*)

A fizikai teljesítőképesség fejlesztése

Stemmler, R. és *Pickenhain, I.* vizsgálati eredmények és gyakorlatból vett példák alapján a gyermekek és ifjúsági korban levők általános fizikai teljesítőképességének fejlesztését tárgyalják. Kiemelik a szociális és biológiai tényezők dialektikus egységét a fejlesztésben. Hangsúlyozzák, hogy a testnevelés minden tanulónak megadja azokat az optimális körülményeket, amelyekkel a fizikai, pszichikai és erkölcsi fejlődésük legelőnyösebben biztosítható.

Nem elég tehát, ha a tanár csak az általánosan ismert életkori sajátosságokat veszi figyelembe, hanem mindig alkalmazkodnia kell munkájában a tanulók fejlődési tempójához is.

A teljesítmények és a fejlettség szintje nem kizárólag a biológiai összetevők eredménye. Nagyban befolyásolja ezt a tanterv tartalma, a tanítók és tanárok nevelőmunkája, a szülői ház hatása, a társadalmi tömegszervezetek hatása, és ezek mellett az egyes tanulók aktivitása.

A személyiség fejlődése szempontjából nem az elért teljesítmények színvonala az érték, hanem elsősorban az a törekvés, amellyel a tanuló napról napra igyekszik teljesítményét fokozni.

(*Körpererziehung, 1979, 7. 320—327.*)

A testnevelési tantárgyi bizottság jelentősége

Egyre több példa van arra, — írja Levinková, V. és Sorf, J. — hogy az egy iskolába tartozó testnevelő tanárok Testnevelési Tantárgyi Bizottságba tömörülnek. Munkájukat a Kerületi Pedagógiai Intézetek testnevelési kabinetjei segítik.

A bizottságok célja, hogy az iskola évi tervében levő feladatokat a testnevelésben egységes szellemben és minőségben, az ifjúság mozgásigényének figyelembe vételével és fokozásával teljesítsék. Az idősebbek tapasztalataikat a fiatalabbaknak hospitálások alkalmával adják át, valamint elméleti anyagok közös tanulmányozása, megvitatása során. Közös állapodnak meg a teljesítmények értékelésében, tesztek, munkamódszerek kidolgozásában, a tantervek és tanmenetek értelmezésében, a közös munka szervezésében, elosztásában, a szocialista magatartás kialakításának módszerében, az iskolán kívüli testnevelési tevékenységek irányvonaláiban, gyakorlati felosztásában, azok fontosságát figyelembevéve.

A lakosság mozgásaktivitásának társadalmi igényné válása szükségessé teszi, hogy a Bizottság fokozatosan ennek kielégítését is vállalja.

A cikk mintaként közli egy gimnázium Testnevelési Tantárgyi Bizottságának munkáját tükröző éves tervet és a teendők ütemezését, megszervezését.

(*Tělesná Výchova Mládeže* 1977. 1., 12—16.)

A sportpedagógus vezetői magatartása

Barsch, J. hangsúlyozza, mennyire fontosnak tartja, hogy a sportpedagógusok személyiségét alaposabban megvizsgálják. Meggyőződése, hogy a sportpedagógus munkájának eredményessége nagymértékben összefügg személyiségével. Ennek a vizsgálatnak egyik sarkalatos pontja: milyen a viszony a tanár (edző) és a tanuló (sportoló) között.

A vezetői magatartás egyik sajátos és jelentős szempontja a kölcsönös bizalom. Ezt a megállapítást bizonyítja az az elemzés is, amelyet több évig rendszeresen sportoló tanulók fogalmazványai alapján készítettek. A tanulók „Ha én edző volnék” címen írták meg tapasztalataikat, véleményüket és ki nem mondott elképzeléseiket. A dolgozatokból kiemelték azokat a kérdéseket, amelyeket a legtöbben említettek. Első helyen a kölcsönös bizalom kérdése szerepelt. Felsorolták még az edzés optimális megtartását, az intenzív nevelői ráhatás szükségességét, az edzésekre való alapos felkészülést, a sportolók személyiségének kibontakoztatását, a fegyvelmezés kérdését.

Ezért feltétlenül szükséges, hogy az edzők, testnevelők és gyakorlatvezetők mindig tartsák szem előtt a kölcsönös bizalom kérdését és folyamatosan munkálkodjanak annak javításán, mindig a tanulók életkori sajátosságaihoz, érettségük fokához alkalmazkodva.

(*Körpererziehung*, 1979, 7. 327—331.)

A terhelés kérdése szakmunkás-tanuló lányoknál

Az elmúlt években Csehszlovákiában is sokszor írtak a *testnevelési folyamat hatékonyságának fokozásáról*. A mozgástevékenység intenzitásának figyelemmel kísérése összefügg a testnevelés növekvő társadalmi jelentőségével.

Az általános iskolából a középfokú iskolába való át lépés idejére a tanulók testnevelési érdeklődése már eléggé kialakult, és nem könnyű azon változtatni. A szakmunkásképzésben a kötelező testnevelés oktatása két év után befejeződik, és a következő tanulmányi években a tanuló saját elhatározásán, belátásán múlik, folytatja-e testnevelési tevékenységét.

Kézenfekvő tehát, hogy ebben az iskolatípusban is felkutassuk, milyen momentumok a legmegfelelőbbek ahhoz, hogy a testnevelés folytatása életszükségleti követelménnyé váljék a fiatal munkás, majd a termelő munkában jól helytálló állampolgár életében.

A cikk szakmunkás-tanuló lányok testnevelési teljesítményei, a terhelési fok változtatása alapján vizsgálja milyen sportágak alkalmasak arra, hogy kialakítsák a tanulóknak az egész életre szóló helyes viszonyt a testneveléshez, a sporthoz.

(*Tělesná Výchova Mládeže*, 1977. 9. 402—409.p.)



Lovas Albert felvétele

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Тот Тибор</i> : Организация движения „за закалённую молодёжь“ в средней школе	129
<i>Винце Чаба</i> : Тренировка на уроке	132
<i>Тарнок Дежё</i> : Тест по бегу на уроке	135
<i>Д-р Биро Петерне</i> : Роль общественных факторов в формировании личности учителя физкультуры	137
<i>Шоморjai Ласло</i> : Опыт воспитания молодых спортсменов за 15 лет	140
<i>Надь Тамаш—Сентдьёрди Зольтан</i> : Продолжительный бег с гириями в два килограмма в руках	144
<i>Д-р Надь Дьёрдь</i> : Профессору д-р Хеп Ференц 70 лет	145
Идеи и новости	148
Рецензии на книги	152
Обзор журналов	157

INHALT

<i>Tóth Tibor</i> : Die Organisation der Bewegung „Für eine abgehärtete Jugend“ in der Mittelschule	129
<i>Vincze Csaba</i> : Training in der Unterrichtsstunde	132
<i>Tárnok Dezső</i> : Lauftest in der Unterrichtsstunde	135
<i>Dr. Bíró Péterné</i> : Die Rolle der gesellschaftlichen Faktoren in der Persönlichkeitsgestaltung des Sportlehrers	137
<i>Somorjai László</i> : 15 jährige Erfahrungen vom Nachwuchs	140
<i>Nagy Tamás—Szentgyörgyi Zoltán</i> : Dauerlauf mit zwei Kilogramm schweren Hanteln in der Hand	144
<i>Dr. Nagy Görgy</i> : Dr. Hepp Ferenc 70 Jahre alt	145
Ideen, Neuigkeiten	148
Buchbesprechung	152
Zeitschriftenschau	157

Testnevelési percek a Szovjetunióban

A szovjet iskola fontos feladata a tanulók egészségének a megerősítése és fizikai fejlettségük javítása. A közoktatásra vonatkozó dokumentumokban szó van a tanulók egészségének a megerősítéséről és fizikai képességeik fejlesztéséről. Az iskolákban ennek a feladatnak a megoldására — a testnevelési órán kívül — megvannak a már kialakult formák: a tanulás előtti torna, a testnevelési percek a tanórákon, a testnevelési játékok és gyakorlatok az óráközi szünetekben. Ezek a foglalkozások még nem minden iskolában folynak, ezért az iskolák igazgatóit kötelezték arra, hogy tegyenek meg mindent ezek bevezetésére.

A legnagyobb nehézséget a tanulás előtti torna okozza. Erre megfelelő hely kell, és a tanárokat is ki kell képezni a gyakorlatok vezetésére. A testnevelő

tanároknak gondosan össze kell állítaniuk azokat a gyakorlat sorokat, amelyeket a nem szakos tanárok az osztályokkal végeztetnek.

A testnevelési percek időtartama 1,5—2 perc. Akkor kell végeztetni a testgyakorlatokat, amikor a tanulón a fáradtság jelei mutatkoznak. 4—6-szor ismételnék 3—5 gyakorlatot.

Az óráközi szünetekben végzett gyakorlatok főleg akkor hasznosak, ha a tanulók szabad levegőn mozoghatnak. Az ügyeletes pedagógusok vezetik a játékot a tanulók segítségével.

A napközi otthonos iskolákban az elméleti foglalkozások közben nagyon hasznos a mozgással töltött „óra”.

A foglalkozások hatékonyságát biztosítja megfelelő körülmények kialakítása, a tanárok és a tanulók motiválása, a munka gondos megszervezése, a foglalkozások rendszeres ellenőrzése.

(*Fizicseszka kultura v škole 1978.7. 2—5.*)

4,50 Ft



INDEX : 25824

A

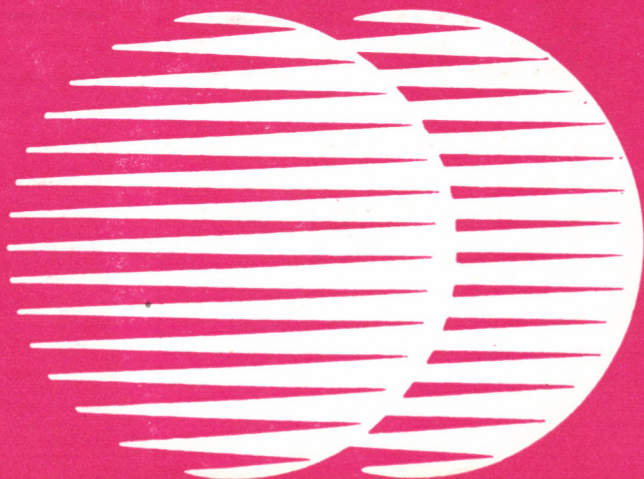
testnevelés tanítása

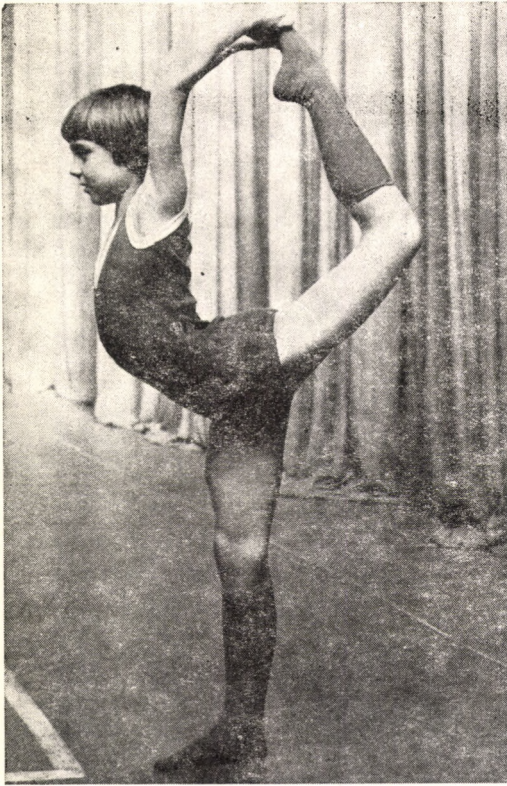


XVI. ÉVFOLYAM

1980 | 6

A MŰVELŐDÉSI MINISZTERIUM
MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA





Lovas Albert felvétele

A testnevelés tanítása

Felelős szerkesztő:

Nagy Sándor

Tördelő szerkesztő:

Dobiné Mónus Erzsébet

Szerkesztő bizottság:

Burka Endre

Gyenge József

Dr. Kálmánchey Zoltán

Dr. Nagy György

Dr. Székely Gabriella

Dr. Takács Ferenc

Varga Sándor

Várady Géza

Rovatvezetők:

Dr. Andor György

Dr. Csider Tibor

Lovas Albert

Somorjai László

Szentgyörgyi Zoltán

Megjelenik évente hatszor

ISSN 0563—2021

TARTALOM

<i>Dr. Nagy Tamás:</i> A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése III.	161
<i>Kiss Erzsébet:</i> Országos Úttörő Olimpia Szalonokon	166
<i>Zsakay Kálmán:</i> A gondolkodási műveletek részvétele a mozgástanulás kezdeti időszakában és a gyakorlásban 4—5 éves gyermekeknél	171
<i>Tenkei Antal:</i> A tantárgytest négyéves tapasztalata	178
<i>Somorjai László:</i> Két kihalt népi csapatjáték felelevenítése	180
<i>Szentgyörgyi Zoltán:</i> Vissza a rongylabdákkal ..	184
<i>Ötletek, újdonságok</i>	188
<i>Sport és nyelv</i>	189
<i>Könyvismertetés</i>	190

E számunk szerzői: dr. Andor György nyelvész, OPI, Bp.; Bálint István mérnök, Bp.; Kiss Erzsébet testnevelő tanár, sportfőelőadó, Debrecen; Nagy Sándor testnevelő tanár, OPI, Bp.; dr. Nagy Tamás OTSH-elnökhelyettes, Bp.; Nagy Tamás testnevelő tanár, Bp.; Somorjai László testnevelő tanár, Bp.; Szentgyörgyi Zoltán egy. testnevelő tanár, Bp.; Tenkei Antal vez. szakfelügyelő, Gyula; Zsakay Kálmán testnevelő tanár, Székesfehérvár.

Szerkesztőség: Országos Pedagógiai Intézet, 1946 Budapest VII., Gorkij fasor 17—21. Postahók 33. Telefon: 211-200 — Kiadja a Tankönyvkiadó, 1363 Budapest V., Szalay u. 10—14. — A kiadásért felelős a Tankönyvkiadó igazgatója — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető a hirlapkézbesítő postahivataloknál és a Posta Központi Hirlap Irodánál (postacím: Budapest V., József nádor tér 1. — 1900) közvetlenül, vagy postautóványon, valamint átutalással a KHI 215—96162 pénzforg. mi jelzőszámra. Előfizetési díj egész évre: 27.— Ft. — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hirlapboltban.
Példányonkénti eladási ár: 4,50 Ft



Egyetemi Nyomda — 80.5882 Budapest, 1980
Felelős vezető: Sümeghi Zoltán igazgató

A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak történeti áttekintése (1963-tól) III.

DR. NAGY TAMÁS

1963

Az 1963-tól bevezetett tantervek jelentős változást jelentettek a tantárgyi cél-, feladatrendszerben, anyagkiválasztásban és elrendezésben, de kevésbé sikerült az annak adekvát követelményeket megfogalmazniuk. A korabeli testneveléelméleti viták s a testnevelési érdemjegy megtartásával összefüggő bizonytalanság bizonyára döntő szerepet játszott abban, hogy az 1960-as évek elején kibontakozó, a tananyag-korszerűsítéssel összefüggő, általános pedagógiai elvek, megállapítások egyértelműen kerülhessenek tantervi adaptálásra. (Faludi Sz. 1975.)

Az 1950-es évek vége és a 60-as évek hazánkban is egy új társadalmi, gazdasági, politikai helyzet kialakulását hozták magukkal. Ez a fejlődés vetette fel a nevelélmélet korszerűsítésének, a pedagógiai, oktatáspolitikai célok felülvizsgálatának szükségességét is.

A neveléstudomány az 50-es években hazánkban is hangsúlyozta a nevelési cél jelentőségét, de az általános célt mint adottat, mint lezárt kérdést kezelte. Fokozatosan ismertük fel: átfogó nevelési célunkat — a mindenoldalúan kiművelt szocialista ember jelentését — mindig felül kell vizsgáljuk!

Ez a folyamat figyelhető meg a testnevelés tanítása feladatrendszerének módosulásaiban is. A korábbiakkal ellentétben, új összefüggések figyelembevételével fogalmazódott meg az *egészséggel összefüggő célkitűzések és fel-*

adatok meghatározása. Egyre inkább világossá vált, hogy a tantárgy nem valósíthatja meg önmagában a testi neveléssel, az egészségneveléssel összefüggő feladatokat. A testnevelés tanításában nemcsak arra kell törekedni, hogy az iskolás évek tartamára biztosítsuk a tanulók egészségét, helyes testi fejlődését, edzettségének növelését, hanem arra is, hogy az kihasson az iskola utáni életre, a felnőtt korra is.

Nagy jelentőségű intézkedés volt 1963-ban a tanulók *egészségügyi csoportokba* való besorolásának bevezetése (1). Az utasítás szerint a tanulókat egészségi (funkcionális) állapotuktól függően a következő testnevelési foglalkozásokra kellett beosztani:

- a) testnevelési óra (I. csoport);
- b) könnyített testnevelési óra (II. csoport);
- c) gyógytestnevelési óra (III. csoport);
- d) testnevelés alól felmentett, kórházi gyógytorna (IV. csoport).

Ez az intézkedés megoldotta a tanulók egészségi állapotához mért foglalkoztatását, és egyben a tantervek követelményeinek jobb megvalósítását.

A differenciált foglalkozások sem tették azonban lehetővé, hogy a sajátosan testnevelési feladatok maradéktalanul megvalósulhassanak a tanórák keretein belül.

Ezért kapott hangsúlyt a tanórán kívüli játék- és sportfoglalkoztatás, az iskolán kívüli sportolás.

A tantárgyi feladatok megvalósítása szempontjából jelentős a *kiegészítő anyag* bevezetése, mert ezzel lehetőség nyílt arra, hogy az alaptanterv a választástól függően valamelyik testgyakorlati ág javára bővüljön. Ez a forma egyúttal a tanórán és iskolán kívüli foglalkoztatás kapcsolatát is nagymértékben javította. Itt kell megemlítenünk a *kötelező úszásoktatás* tantervi, tanórai bevezetésének jelentőségét is (5. oszt. 16 óra). (2)

1963 szeptemberében valamennyi általános iskolában bevezetésre került a *Nevelési terv*, melyet a szaktanároknak tanmeneteikben, a tematikus egységek megtervezésekor kellett figyelembe venni. (3)

1969

Négy év elteltével ismét megtörtént az iskolai testnevelés feladatainak felülvizsgálata

(Nyíri J. 1969.). Az MM szakmai értékelése a tantervi fogyatékoságokra is kiterjedt. Például:

- az alsó tagozat számára kevés a játékok;
- a választható tanítási anyagrészek eldöntésében nem a feltételek hiánya a meghatározó;
- az egyes testgyakorlati ágak követelményeinek ellenőrzése, számonkérése nem egyértelmű;
- a tanmenetek összeállításában formailag és mechanikusan alkalmazzák pedagógusaink a Nevelési tervet.

1969/70. tanév feladatainak felsorolásában kiemelt szerepet kapott „az új tantervek koncepciójának megismerése és a gyakorlatban való zökkenőmentes érvényesítése”.

Az 1963—69-es években a tantervelméleti, tantárgypedagógiai kutatások száma növekedett (Nagy Gy. 1969., Bakonyi F. 1966—69.), amelyek jelentősen hozzájárultak ahhoz, hogy a tantervmódosítás javítsa a korábbi tantervek hibáit, pótolja hiányosságait.

Az 1969-ben átdolgozott tantervekben tovább erősödött a korábbi tanterv progresszív vonása, kidolgozottabb lett feladatrendszere, s talán ami a legjelentősebb, a testnevelés feladatainak megfelelő, adekvát követelményrendszert tartalmazott. (4)

A *tantárgyi feladatok* között központi helyen szerepelt a gyakorlati élet igényeinek alárendelt *fizikai cselekvőképesség* fejlesztése. Új feladatként fogalmazódott meg az öntevékeny testedzéshez és sportoláshoz szükséges *alapvető képzettség* megszerzése is, amely többet jelent a rendszeres testedzés és sportolás iránti érdeklődés és kedv felkeltésénél. Ez a feladat szorosan kapcsolódik annak tudatosításával, hogy a testedzés, a sportolás az egészség, a munkaképesség és általában a fizikai cselekvőképesség fontos eszköze, s egyben a *szabadidő* felhasználásának egy kulturált, szórakoztatást nyújtó formája.

Továbbra is fontos helyet foglalt el természetesen az egészséges testi fejlődés előmozdítása, az *egészség* megszilárdítása és a testalkati torzulások megelőzése. Ennek megfelelően kapott hangsúlyt az *edzettség*, a terhelési képesség fokozása is.

Érdeemes röviden áttekintenünk az oktatás tervezésének főbb szempontjait, amelyet az Utasítás külön fejezetben részletezett, mivel azok a tantárgyi feladatok — elsősorban a fizikai cselekvőképesség fejlesztésének — részletesebb kifejtését jelentik.

1. A tanulók megfelelő testi képességeit a sikeres tanuláshoz szükséges mértékben ki kell fejleszteni.

2. A cselekvésformák elsajátítása, a testgyakorlatok „durva” formájának kialakítása a tanulás első lépésője.

3. Ezt követi azoknak az ismereteknek a feldolgozása, amelyeknek alkalmazása révén a tanulók mind alkalmasabbá válnak a kérdéses feladat megoldására.

A feladatok eredményes teljesítménye egyben a célszerűbb megoldás elsajátítását is jelenti. Az ismeretek elsajátításának a cselekvéssel a legszorosabb egységben kell megtörténnie, s a tanterv által előírt cselekvési elvek, szabályok, összefüggések megismertetése a mozgástapasztalatra épüljön.

4. A tanterv testgyakorlati ágakra épülése csak úgy értelmezhető, mint az ismeretek (eljárások, elvek, módszerek, összefüggések) legkedvezőbb, sajátos feladathelyzetében történő oktatási folyamata. Az oktatási feladat ugyanis a sokoldalú mozgásműveltség kialakítása, s nem a versenysportra történő direkt felkészítés.

A *tantárgyi követelményrendszer* — a testnevelés tantárgytörténetében először — a feladatrendszerrel összhangban áll, a célkitűzések részletezett elemeiként értelmezhetők. Ez azt jelenti, hogy a cél-, feladatrendszerben hangsúlyozott fizikai cselekvőképesség és a testi tulajdonságok fejlesztését, a mozgásműveltség növelését, az edzettség fokozását hivatott segíteni. Figyelembe veszi — elsősorban az értékelés és osztályozás módszerében — azt a tantárgyi funkciót is, amelyet a testnevelés sajátos eszközzel az erkölcsi-akarati tulajdonságok, a közösségi magatartás képességeinek kibontakoztatásában a testnevelés betölt.

A sportáganként csoportosított követelmények elsősorban a *legfontosabb ismereteket* (cselekvési elvek, összefüggések, szabályok) rögzítik koncentrikusan bővülő, esetenként lineáris formában. Például: atlétika, 5. oszt.

tály: „Sajátítsák el a tanulók a hajítás legjellegzetesebb műveletét az ívképzést, a kar és a váll mozgásának összehangoltságát.” 6. osztály: „Szerezzenek a tanulók tapasztalati úton ismereteket a dobószer minél hosszabb úton való gyorsításának módjairól, és alkalmazzák ezt egyéni dobóteljesítményük javítására, elsősorban a távolra dobásban.” 7. osztály: „Tökéletesítsék a tanulók a hajításban szerzett készségüket, főként a kidobásban, a kidobás legyen kifejezetten gyorsuló.” 8. osztály: „A lendületszerzéssel végzett dobásaikban a javulás mutakozzon meg a lendületszerzés és a kidobás folyamatos kapcsolódásában és a kidobás (berántás) erőteljességének növekedésében.”

A bemutatott példa jól tükrözi azt a koncepciót, amelyet a tantárgyi feladatok során kifejtettünk: *a sportági anyag elsajátítását úgy kell felfognunk, mint a sokoldalú mozgásműveltség kialakításának legkedvezőbb, sajátos feladathelyzeteit.*

Az ismereteken kívül tartalmaz a tanterv még *technikai követelményeket* is (pl. torna, sportjátékok). A fizikai képességek közül a *futó állóképesség* alsó időhatárait jelöli meg. Például: Kitartó futás egyéni iramban legalább 5 percig (8. osztály).

A követelményrendszerre épülő *értékelés és osztályzás* szempontjait az Utasítás részletesen meghatározta, amelyek közül a nevelésközpontúságot, mint centrális alapvet kell kiemelni: „Az osztályozásban értékelni kell a tanulók azon személyiségvonásainak fejlettségét és változását, amelyek a testnevelés eszközeivel elsődlegesen fejleszthetők.” A nevelési célkitűzések irányának megfelelően az osztályban értékelni kell a tanulók tanórán és iskolán kívüli sporttevékenységét is, de csak pozitív előjellel. Ez a szempont ismét bizonyíték a tantárgyi célok és a követelmények összhangjára.

1973

Az új (módosított) tanterv bevezetését követően 1969 és 1972 között több tanulmány jelent meg a tantervi koncepcióról, a különböző anyagrészek értelmezéséről.

Ezek közül kiemelkedő jelentősége volt az Adalékok a tantervelmélethez c. sorozatnak (Burka E. 1970—1971.). A tanulmányból azokat a gondolatokat érdemes kiemelni,

amelyek már a jövődő tantervek számára jelentettek útmutatást.

1. A játéktevékenység fejlődési szakaszai (szerep-, szabály- és feladatjátékok) nem egyszerűen variánsokat jelentenek, hanem jelzik a megismerés útját is a tágabb értelemben felfogott oktatási folyamatban.

a) A cselekvésformák, a cselekvési műveletek elsajátítása a játéktevékenység során történjen meg.

b) A játéktevékenységnek és specifikus motívumainak együttes fejlesztése elengedhetetlen követelmény.

2. A tantárgy tartalmát a nevelési célok túlmenően a nevelési feladatok „tartalomérzékenysége” alapvetően befolyásolja.

a) A fizikai képességek, tulajdonságok kevésbé,

b) a mozgásműveltség, a feladatmegoldó képesség az öntevékeny sporttevékenységre való felkészítés nagyobb mértékben „tartalomérzékeny”.

3. A cselekvésnek mint feladatmegoldásnak kell központi helyet kapnia a tanulók képességeinek fejlesztésében. A sportági mozgásanyag tantervi felhasználásának is az a kritériuma, hogy a konkrét nevelési-oktatási feladatok szemszögéből hasznosak és célszerűek legyenek.

4. Rendkívül fontos szerepet játszanak a tananyag logikai struktúrájának megállapításában az ismeretek (cselekvési elvek, módszerek, szabályok stb.) és az gyakorlatanyag, amely ezeknek a feldolgozását lehetővé teszi.

5. A tanulók felkészítése a rendszeres testedzésre, sportolásra beletartozik a társadalmi gyakorlatra való felkészítés fogalmkörébe (önművelésre való nevelés).

6. A tantervi követelmények a tanulók szükséges képzettségi szintjével szembeni igényeket fogalmazzák meg, s ezzel lényegében meghatározzák a képzés fő irányait, csomópontjait.

Az 1973 szeptemberétől életbe lépett tantervmódosítás (lényegében tananyagcsökkentés) ezeket a tantervelméleti megállapításokat természetesen még nem vehette figyelembe. (5) Bővült ugyanakkor a „tanítás” anyaga a harmadik testnevelési óra bevezetésével. A tananyagcsökkentés és az óraszám-növekedés ellentmondását külön MM út-

mutató, illetve OPI Tájékoztató igyekezett csökkenteni, illetve egymáshoz közelíteni. (6)

Azokat a törekvéseket, amelyeket az oktatási reform keretében az 1973/74-es tanévtől kezdődően a tantárgyi cél-, feladat- és követelményrendszer összhangjáért, korszerűsítéséért, s nem utolsósorban pontosításáért tettek az illetékesek, már nem szükséges ismertetni. Hiszen az még annyira a jelen időszak, a ma problémája, hogy nem érett meg „történeti” visszatekintésre, „történeti” elemzésre.

Összefoglalás

Az iskolai testnevelés általános bevezetése óta több mint 110 év telt el.

A tantárgyi célok, feladatok és követelmények változásainak áttekintésével az volt a célunk, hogy feltárjunk olyan összefüggéseket, fejlődési tendenciákat, amelyek hasznosíthatók a jövő tervezése szempontjából. A testneveléssel összefüggő reformtörekvések egyik kulcskérdése, hogy pontos, jól körülhatárolt cél-, feladatrendszerben készüljenek el dokumentumai. A tantervi követelmények pedig ennek a célrendszernek szerves részét alkossák, pontos visszajelzői legyenek — tanár és tanítvány szempontjából egyaránt — a testnevelés tanításában, tanulásában elért eredményeknek.

A testnevelés dokumentumainak elemzésével természetesen nem egy nevelési terület (testi nevelés) vagy a tantárgy teljes problémátörténeti vizsgálatára vállalkoztunk, hanem a tantervek címben jelölt kérdésköreinek, azok összefüggéseinek feltárása volt a célunk. Ezen belül is csak az alsó fokú oktatás dokumentumát tettük a vizsgálat tárgyává, bár esetenként utaltunk a közoktatás más területeivel való kapcsolatokra, összefüggésekre.

A *célkitűzések* a kötelező iskolai testnevelés bevezetése óta hazánkban — a tantárgyi feladatokhoz és követelményekhez viszonyítva — kisebb mértékben változtak, egyes elemei valamennyi időszakban szerepeltek. Ilyen összetevőknek tekinthetők az *egészséges* testi fejlődéssel kapcsolatos, és a *katonai, honvédelmi* előkészítéssel összefüggő célok, még akkor is, ha ezeket a társadalmi, politikai viszonyok esetenként jelentősen

módosították. Megtalálható a tantárgytörténet minden periódusában a pozitív *lelki tulajdonságok* kialakításának és fejlesztésének igénye is, természetesen az uralkodó társadalmi osztályok érdekeinek alárendelten.

A különböző *sportágak* megismertetése és a sportolás, a rendszeres testedzés igényének felkeltése egy hosszabb fejlődés eredményeként került a célkitűzések közé.

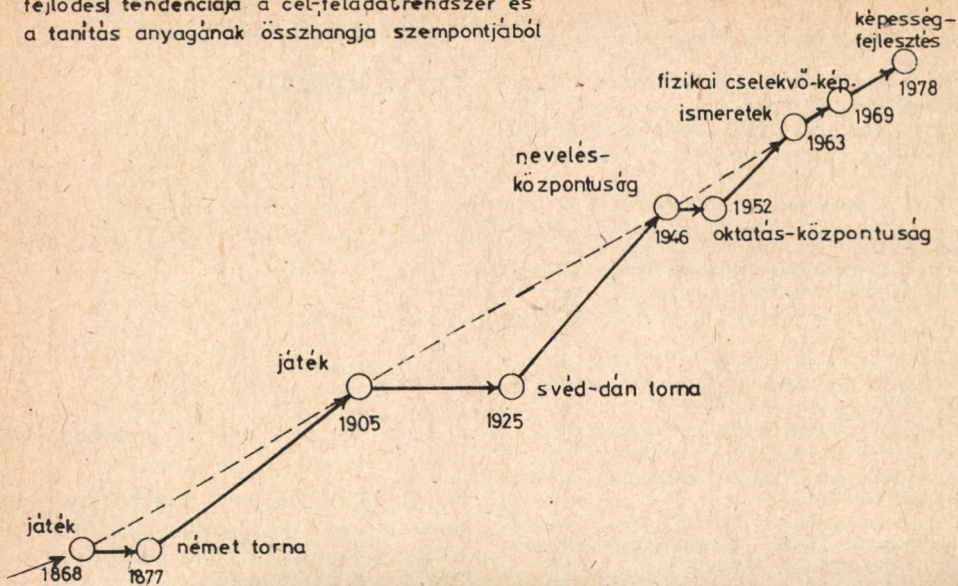
A *tantárgyi feladatok* a testnevelés tantárgyi dokumentumaiban már nem mutatnak ilyen egységes képet. Az időszakok többségében azonos célkitűzések esetében is jelentősen változtak (pl. rend, fegyelem, képességfejlesztés, sportági mozgások elsajátítása, általános alapképzés, játék, elméleti ismeretanyag stb.).

A *cél-, feladatrendszer változásai* tantárgyunkban sem választhatók el az iskolafok és -típus céljaitól, feladataitól. Ezt a különböző időszakok tantervi célkitűzései formailag is hangsúlyozzák, bár realizálása nem minden esetben történt meg. 1946-ig a tantárgy sajátosságainak túlértékelése miatt a testnevelés-tanterveket mindig külön, az iskola többi tantárgyának tanterveitől függetlenül készítették. A felszabadulás előtti dokumentumok közül az 1905-ös tanterv emelkedik ki abból a szempontból is, hogy az iskola általános céljainak lényegében megfelelő tantárgyi feladatrendszert állított össze.

A *tantárgyi célkitűzések és feladatok fejlődési vonalának* egyértelmű megállapítása nagyon nehéz feladat. A tantervi szövegrészek elemzésével önmagában azért sem valósítható meg, mert azok hol túlságosan általánosak, hol nagyon közvetettek. Sokkal inkább fontosabb azok összevetése a tantárgy tényleges tartalmával, mozgásanyagával és követelményeivel. A hatékonyság szempontjából — ezen túlmenően — nem nélkülözhetők a módszertani szempontok sem. Ehhez azonban az utasítások mellett a segédkönyvek, módszertani kiadványok és szakcikkek alapos vizsgálatára és elemző értékelésre lenne szükség. Ebben a tanulmányban természetesen erre nem vállalkozhattunk.

A *fejlődési tendenciák* fő vonalainak bemutatását abból a szempontból kíséreljük meg felvázolni, hogy milyen mértékben volt összhangban a testnevelés cél-, feladatrendszere a tantervi anyaggal, a tanítás tényleges tartalmával és a tantervi követelményekkel (1. ábra).

Az alsófokú oktatás testnevelés- tanterveinek fejlődési tendenciája a cél-feladatrendszer és a tanítás anyagának összhangja szempontjából



1. ábra

A fejlődési vonal az ábrán csupán azt hivatott érzékeltetni, hogy a cél-, feladatrendszer a legfontosabb tantervekben milyen mértékben törekedett az adott társadalmi igényeknek megfelelni, illetve a megelőző dokumentumokhoz képest bővült, pontosodott-e feladatrendszere. Anakronizmus lenne olyan célkitűzések, feladatok „számonkérése” egy-egy tantervtől, amely az adott fejlődési szakaszban még fel sem merülhetett, vagy az adott társadalmi viszonyok oktatáspolitikai célkitűzései nem tették lehetővé.

A testnevelés tantárgyi dokumentumainak elemzése alapján egy olyan optimális fejlődési vonalat állíthatunk fel, amelynek tengelyében az 1868-as, 1905-ös, 1946-os és az 1960-as évek tantervei helyezkednek el. Ezeknél mutatható ki ugyanis a tantárgyi cél-, feladatrendszer és a tanítás anyaga, elrendezése (tanterv szerkezete, tanítási anyagrészek értelmezése, főbb módszertani elvek stb.), valamint a követelmények összhangja, egysége.

Kiesnek ebből a vonalból az 1877-es, az 1925-ös, valamint az 1950-es évek tantervei, mert a viszonylag teljességre törekvő célkitűzésekhez viszonyítva a tantárgyi feladatok szűkítést jelentettek, a tantervi anyag-

kiválasztás, elrendezés, a követelmények, s nem utolsó sorban a szűk keretek közé szorított módszerek utasításban rögzített formái nem tették lehetővé a célok elérését, megvalósítását.

A felszabadulás utáni dokumentumok közül a vizsgált téma szempontjából az 1946-os és az 1969-es tanterveket kell kiemelni. Ez a két dokumentum nemcsak megfogalmazta a reális nevelési célkitűzéseket, hanem annak alárendelten állította össze a tantárgy képzési céljait, követelményeit is. Új szempont szerint értelmezte és csoportosította a mozgásanyagot, egységes álláspontot tükrözött a tantervkészítés valamennyi fázisát tekintve.

Az új tantervek, amelyek 1978-tól fokozatosan kerülnek bevezetésre, már figyelembe vették tantárgytörténetünk fejlődésének, belső törvényszerűségének legjellemzőbb vonásait. A múlt feltárása és kutatása azonban további segítséget jelenthet a jelen és a jövő feladatainak megoldásában. Továbbra is szükség lenne az iskolai testnevelés — valamennyi szempontot figyelembe vevő — problémátörténeti elemzésére, az iskolai testnevelés történetének megírására.

Országos Úttörő Olimpia Szolnokon

- Nyíri J.*: Az iskolai testnevelés helyzete, feladatai az alapidokumentumok vizsgálata alapján. A testnevelés tanítása. 1969. V. évf. 4. sz. 57—101.
- Nagy T.*: A tanterv testnevelési játék anyaga. A testnevelés tanítása. 1970. VI. évf. 1. sz. 24—28.
- Burka E.*: Készség és képzés, tananyag és követelmény. A testnevelés tanítása. 1972. VIII. évf. 1. sz. 22—27.
- Nagy T.*: A „gyakorlatok” értelmezése a tantervben. A testnevelés tanítása. 1972. VIII. évf. 2. sz. 48—51.
- Nagy Gy.*: A motiválás és igénykeltés problémája az iskolai testnevelésben. A testnevelés tanítása. 1969. V. évf. 3. sz. 67—74., ill. 1969. V. évf. 4. sz. 103—110.
- Nagy Gy.*: A sport és testnevelés feladatai egy szülői közvéleménykutatás tükrében. A testnevelés tanítása. 1970. VI. évf. 3. sz. 73—76.
- Faludi Sz.*: A korszerű műveltség követelményei az új tantervekben (1961) 30 év neveléstudomány és művelődéspolitikai. Magyar Pedagógiai Társaság. Bp., 1975. 334. 121—130.
- Bakonyi F.*: Az iskolai testnevelés hatása a tanulók testneveléssel és sporttal kapcsolatos szemléletére. A testnevelés tanítása. 1969. V. évf. 1. sz. 19—24.
- Burka E.*: Adalékok a tantervmélethez I—V. A testnevelés tanítása. 1970. VI. évf. 3. sz. 76—80., 4. sz. 108—112., 5. sz. 133—138., 1971. VII. évf. 1. sz. 15—19., 2. sz. 39—45.
- Bakonyi F.*: A különböző sportágak hatása a 10—14 éves gyerekek pszichomotorikumának fejlődésére. Testneveléstudomány. 1968. I. évf. 3. sz. 3—21.
- Nagy T.*: A feladatmegoldás jelentősége és formái a testnevelés tanításában. A testnevelés tanítása. 1973. IX. évf. 4. sz. 112—118.

Tantervek, dokumentumok

- 184/1963. (M. K. 24.) MM. sz. utasítás az alsó, középfokú és felsőfokú oktatási intézményekben folyó kötelező testnevelés és az azzal kapcsolatos orvosi vizsgálatok szabályozásáról.
- Tanterv és utasítás az általános iskolák számára. Tankönyvkiadó, Bp., 1963. 670.
- Az általános iskolai tanulók tervszerű nevelésének programja. Tankönyvkiadó, Bp., 1963.
- Tanterv és utasítás az általános iskolák számára. Testnevelés 5—8. osztály. Tankönyvkiadó, Bp., 1970. 62.
- A művelődésügyi miniszter 114/1973. (M. K. 9.) MM. sz. utasítása.
1. sz. melléklet: Az általános iskolai tantervek módosítása 1—4. osztály.
14. sz. melléklet: Az általános iskolai tantervek módosítása 5—8. osztály.
- Tájékoztató az általános iskolai testnevelés tananyagának csökkentéséhez. A testnevelés tanítása. 1973. IX. évf. 4. sz. 97—102.
- Módszertani útmutató az értékelés és az osztályozás korszerűsítéséhez a testnevelés tanításában. A testnevelés tanítása. 1973. IX. évf. 5. sz. 129—132.

KISS ERZSÉBET

Az általános iskolai tantervben négy labdajáték szerepel a sportjátékok között (kézilabda, kosárlabda, labdarúgás, röplabda). Ebből választás szerint két sportjáték oktatható. Az iskolákhoz tartozó sportlétesítményeken, sportudvarokon legtöbb helyen minipályát hoznak létre két kapuval, amely a két legnépszerűbb sportág úzésére alkalmas, a kézilabdára és a kispályás labdarúgásra. A salakos pályát kezdik felváltani a jóval költségesebb, de csak egyszeri befektetést kívánó bitumenes pályák, melyek ezután már kevesebb gondozást igényelnek.

Az általános iskolai versenyrendszer a labdajátékokban is jelentős változásokon ment keresztül. Az alapfokú versenyek nagyszámú indulói, a részvétel mellett a győzelem lehetőségének „kis- és nagykapuit” is keresték. A testnevelő tanárok a testnevelés óra adta lehetőségeket évekig bővíthették a szakörök foglalkozásain, úttörő sportfoglalkozásokon, házibajnokságok alkalmával. Hamarosan úgy állt azonban a helyzet, hogy ahol a nevelő több foglalkoztatást tudott biztosítani tanítványainak, képzettségben hamarosan felülmúlták hasonló korú társaikat, de a továbbjutás így is egyetlen nap egy-két mérkőzésén dőlt el. A formaidőzítésen és egyéb tényezőkhöz túl rendkívüli módon esett latba a serdülőkor lelki labilitása miatt az előzetes versenyrutin. A házi bajnokságok és az alkalmanként szervezett tornák kevésnek bizonyultak ennek a célnak az elérésére, ezért a testnevelők arra lettek ösztönöz-

ve, hogy az egyesületekkel történő kapcsolatok kialakítására törekedjenek.

Ez a törekvés a gyakorlatban mégsem tűnt ilyen egyszerűnek. Ha az egyesület edzője és az iskola testnevelő tanárának személye nem esett egybe, az egyesület csak többnyire a tehetséges gyerekek foglalkoztatását vállalta. Ez a testnevelőnek nem jelentett „üzletet”, mert egy-két ügyes gyerek még nem csapat. Ritka volt az, amikor az egyesület egy 10—12 fős együttes felkészítését vállalta, de még ez a megoldás is csak akkor vezetett eredményre, ha a testnevelő továbbra is szemmel tartotta az együttest. Számonkérte tevékenységüket, edzéslátogatottságukat ellenőrizte, nem engedte a lemorzsolódást, ellátogatott alkalmanként mérkőzéseikre is. Az edző nemcsak a foglalkozást tartotta meg, hanem tanulmányi eredményüket is számonkérte. Ez az ideális kapcsolat egyre inkább szaporodóban van, de még így is kevés, ha országos átlagot veszünk viszonyítási alapként.

Harmadik megoldási forma is van, és a mostani országos olimpia is ezt igazolta, hogy ott a legkedvezőbb és leggyümölcsözőbb a kapcsolat az iskola és az egyesület között, ahol a testnevelő tanár válogatja ki a gyerekeket az adott sportágra. Ő foglalkozik velük iskolai és egyesületi szinten is. Az egyesület felszerelés, létesítmény, versenyzetési feltételek biztosításával járul hozzá a magasabb szintű munkához. Ezeknél az iskoláknál hamarosan az eredmények is fokozottabban jelentkeztek. A hátrányos helyzetben levő iskolák, akik nem tudtak, vagy nem akartak élni ezekkel a lehetőségekkel, egyre gyakrabban vetették fel azt a problémát, hogy külön versenylehetőséget kellene biztosítani az igazolt és a nem igazolt versenyzők részére. Az 1977/78-as tanévben realizálódott ez a megoldás. „A” kategóriában versenyezhetek az egyesületekhez, sportiskolákhoz leigazolt úttörők, akik között tetszés szerinti számban szerepelhetnek egyesületen kívüliek is. „B” kategóriában azok a tanulók indulhattak, akik „kék” tagsági könyvvel, illetve szakszövetségi igazolással nem rendelkeztek. Itt is hamarosan tapasztalhattuk a visszaélések néhány változatát:

— a tehetségeket nem engedték egyesületbe, nehogy ezzel gyengüljön az iskola csapata;

— járhattak a tanulók az egyesületbe, de leigazolni csak az általános iskola befejezése után engedték őket.

Ezzel a versenyrendszerrel, bár növekedett az országos versenyen résztvevő csapatok száma (12 fiú, 12 lány), a tapasztalatok szerint sok esetben nem billent a színvonal mérlege az „A” kategóriás versenyek felé, és az egyesületek utánpótlás gárdája is jelentősen csökkent.

Az 1979/80-as tanév újabb mérföldkő az úttörő olimpiai versenyek rendszerében. Sok jelentős újítása mellett megszűnt az „A” és „B” kategória, most a testnevelés tagozatos osztályok versenye vált külön. Labdajátékban — az eredeti kiírás szerint — akkor indulhattak, ha egy körzetben belül három csapat nevezett azonos sportágból (pl. kézilabdában). A gyakorlatban ez nem valósult meg, mert az egymáshoz közel eső iskolák a rivalizálás csökkentése és egyéb szempontok miatt más-más profilt igyekeztek kialakítani. Így labdajátékokból a szakosított tanterv szerint működő iskolák között országos verseny nem volt.

A normál tantervű osztályokba járó tanulók számára több versenyzési lehetőség nyílt azért, mert két- vagy többfordulós bajnoki rendszerben játszottak az egy körzetbe sorolt iskolák. Így a továbbjutás kiharcolása mögött feltétlen több munka, nagyobb versenyzési rutin állt, és ez meglátszott az országos döntő színvonalán is. A szolnoki versenyek előtt kézilabdában, kosárlabdában, röplabdában a megyei győztesek négy területen hatos csoportokban, körmérkőzéses formában mérkőztek egymással. A területi döntő első és második helyezett csapata jutott az országos döntőbe. Itt két négyes csoportban, szintén körmérkőzéses formában döntötték el a helyezéseket. Az 1—4. helyre jogosító újabb döntőbe a négyes csoportok első és második helyezett csapatai jutottak és az egymás elleni eredményt vitték magukkal. A harmadik és negyedik helyezettek másik négyes csoportban az 5—8. helyért játszottak egymással, az előbbiekhöz hasonló módon.

Példaként a kézilabda eredményeket mutatjuk be (1—8. ábra), kiegészítve a résztvevők legfontosabb adataival (9. ábra).

Lányok

A csoport

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Bp., Kép u.	X	5:12	2:7	5:6	0	12:25	4.
2.	Nyíregyháza	12:5	X	9:7	12:3	6	33:15	1.
3.	Alap	7:2	7:9	X	15:7	4	29:18	2.
4.	Bp., Városmajor	6:5	3:12	7:15	X	2	16:32	3.

1. ábra

B csoport

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Győr	X	8:7	8:9	11:10	4	27:26	2.
2.	Kiskunmajsa	7:8	X	5:9	6:10	0	18:27	4.
3.	Földes	9:8	9:5	X	14:10	6	32:23	1.
4.	Nagymányok	10:11	10:6	10:14	X	2	30:31	3.

2. ábra

1—4. helyért

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Nyíregyháza	X	9:7	5:8	8:8	3	22:23	2.
2.	Alap	7:9	X	13:14	7:6	2	27:29	3.
3.	Földes	8:5	14:13	X	9:8	6	31:26	1.
4.	Győr	8:8	6:7	8:9	X	1	22:24	4.

3. ábra

5—8. helyért

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Bp., Városmajor	X	6:5	9:14	7:13	2	22:32	7.
2.	Bp., Kép u.	5:6	X	6:10	9:10	0	20:26	8.
3.	Nagymányok	14:9	10:6	X	10:6	6	34:21	5.
4.	Kiskunmajsa	13:7	10:9	6:10	X	4	29:26	6.

4. ábra

Fiúk

A csoport

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Csurgó	X	24:20	25:22	20:23	4	69:65	2.
2.	Tapolca	20:24	X	12:17	21:21	1	53:62	4.
3.	Bp., József A.	22:25	17:12	X	19:20	2	58:57	3.
4.	Gádosor	23:20	21:21	20:19	X	5	64:60	1.

5. ábra

B csoport

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Füzesabony	X	17:11	17:12	10:14	4	44:37	2.
2.	Nádudvar	11:17	X	13:18	16:16	1	40:51	4.
3.	Nagykanizsa	12:17	18:13	X	11:17	2	41:47	3.
4.	Alap	14:10	16:16	17:11	X	5	47:37	1.

6. ábra

1—4. helyért

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Gádosor	X	23:20	20:19	19:18	6	62:57	1.
2.	Csurgó	20:23	X	19:19	14:10	3	53:52	3.
3.	Alap	19:20	19:19	X	14:10	3	52:49	2.
4.	Füzesabony	18:19	10:14	10:14	X	0	38:47	4.

7. ábra

5—8. helyért

	Csapatok	1.	2.	3.	4.	Pont	Gólk.	Hely
1.	Bp., József A.	X	17:12	16:19	18:15	4	51:46	6.
2.	Tapolca	12:17	X	9:15	13:13	1	34:45	8.
3.	Nagykanizsa	19:16	15:9	X	18:13	6	52:38	5.
4.	Nádudvar	15:18	13:13	13:18	X	1	41:49	7.

8. ábra

Néhány adat a résztvevőkről

Lányok

	Megye	Torna- terem	Szabad- téri
Földes	Hajdú-B.	9×18	bitumen
Nyíregyháza	Szabolcs-Sz.	szükség	bitumen
Alap	Fejér	szükség	salak
Győr	Győr-S.	9×18	—
Nagymányok	Tolna	—	bitumen
Kiskunmajsa	Bács-K.	36×18	bitumen
Bp., Városm.		9×18	—
Bp., Kép u.		9×18	bitumen

Fiúk

Gádosos	Békés	szükség	salak
Alap	Fejér	szükség	salak
Csurgó	Somogy	—	bitumen
Füzesabony	Heves	szükség	bitumen
Nagykanizsa	Zala	9×18	bitumen
Bp., József A.		9×18	bitumen
Nádudvar	Hajdú-B.	9×18	bitumen
Tapolca	Veszprém	9×18	bitumen

Egyesület	Igazolt v.	Bajnokság
Földes	12	megyei ifi
Nyh. Volán D.	12	megyei ifi, serd.
Alap	12	megyei felnőtt
Rába ETO	12	megyei serdülő
Szeksz. Sp.	6	megyei serdülő
Km. Vasas	2	megyei serdülő
Bp. Spart.	12	Bp. serdülő II.
KÉV Metró	8	Bp. serdülő
—	—	—
Alap	12	megyei felnőtt
Cs. Spart.	12	megyei ifi
Fa. Vasas	2	megyei ifi
Olajbányász	12	megyei serdülő
FTC	12	Bp. serdülő
—	—	—
Bauxitb.	4	megyei ifi

A 16-os mezőnyből csupán két csapat nem működik közre egyesülettel. Gádosos csapata évek óta külön kategóriát képvisel. Az itt szereplő tanulók nevelőotthonban élnek. A sportban szerzett sikerélmény kárpótolja őket hátrányos helyzetük miatt. Ez az összeforrott közösségi erő jelenti azt a lelki pluszt, ami a mérkőzések döntő pillanataiban felülkerekíti őket a válságos forduló-

pontokon. Évek óta az élvonalban szerepelnek. Egy góllal győzni sorsdöntő mérkőzéseken csak nagyon kevés csapat tud és a Gádosos ilyen eredményeket csillogtatott meg. Mindenki örült győzelmüknek.

Az iskolák szabadtéri lehetőségei a pályák minőségétől függően többnyire lehetővé teszik a kézilabda oktatását. Ám a téli időszakban a szűk fedettpálya-viszonyok jórészt csak az erőfejlesztést, ügyességi és technikai feladatok gyakorlásának lehetőségét biztosítják. Az egyesületek támogatásával szintén, az említett két kivétellel rendszeres bajnoki rendszerben vesznek részt a csapatok jórészt korosztályuktól magasabb évfolyamosok között, ahol nagyobb erő kifejtésre vannak a játékosok ösztönözve. A testnevelők bevallása szerint a rendszeres munkához szoktatott gyermekek saját korosztályukban tudásban kimagaslanak társaiktól és az itt hosszabb távon történő szereplés károsan befolyásolja a küzdőszellemet, nem alakítja kellőképpen az erkölcsi és akarati tulajdonságokat, ezért kívánatosabb a magasabb szintű versenyeztetés.

Elgondolkodtató az a tény, hogy ezek a csapatok többnyire nem nagyvárosok, hanem kisebb, sok esetben alig hallott helységek képviselői. Véleményem szerint egy-egy sportági „megszállott” ember sok éves munkájának eredményeképpen érik el évről évre sikereiket. Érdemes lenne megvizsgálni, hogy mi történik ezekkel a tehetséges gyerekekkel? A jelzett egyesületek felnőtt csapatai közül nem mindegyik szerepel NB-s osztályokban. Figyelemmel kísérik-e a szakemberek, a közeli sportiskolák a kis labdaszonglőröket, vagy az általános iskola végeztével elkallódnak?

Az úttörő olimpiai versenyrendszer bírálataánál egyik döntő érv az volt, hogy a falusi kisiskoláknak nem egyenlő az esélyük a több százás létszámmal működő városi iskolákkal szemben. Én nem a létszámban látom a különbségekre adó fő okokat. A nagyobb iskoláknál általában több testnevelő működik, különböző sportági profillal. Az iskolának több versenyzési kötelezettsége is van, így a tehetséges gyerekeket az eredményesebb szereplés érdekében igyekeznek megnyerni saját sportáguk számára, és így az erőviszonyok többfelé megoszlanak. Kis iskoláknál, ahol csak egy sportágra koncentrálnak, ez nem áll fent, viszont ezek a csa-

patok jóval szerényebb feltételek között készülhetnek. Ez különösen olyan sportágaknál jelent behozhatatlan hátrányt, ahol a jó létesítmény alapvető követelmény (úszás, torna, még az atlétikát is ide sorolhatnánk). Kézilabdánál az a tény, hogy a szűkös tornatermi feltételek miatt a foglalkozások nagy részét szabadtéren kell tartani még a téli időszakban is, a későbbiek folyamán kama- tozik ezeknél a csapatoknál: szívósság, állóképesség, edzettség tekintetében. Labdajátékoknál valóban a versenyzési lehetőségek minél nagyobb számban történő biztosítása jelentheti azt a pluszt, amivel az egyes csapatok előnnyel vagy hátránnyal vehetik fel a versenyt egymás között. A teremtornák, utazások, felszerelés feltételeinek a megteremtése jelentheti a biztosítékát a magyar utánpótlás gárda megfelelő korban történő kiválasztásának. Fel kell erre figyelni valamennyi sportegyesületnek, hogy hol van erre alkalmas testnevelő tanár, aki éjt nappallá téve képes áldozni a sport érdekében. Ne maradjanak egyedül ezek az emberek. A másik döntő lépés: ha ezeket a fiatalokat ki-nevelték és továbbfejlődésük magasabb szinten kívánatos, ne sajnáljunk tőlük megvál- ni, hiszen ezzel a lépésünkkel is a magyar egyetemes sport érdekét szolgáljuk.

Nagyszerű kezdeményezésnek bizonyult, hogy úszás és atlétika sportágban lehetőség nyílt külföldi csapatokkal történő erőfelmé- résre, akik bár versenyen kívül indulhattak, de mindkét versenyszámban jobbnak bizonyultak a hazai bajnokcsapatoknál.

Érdemes lenne labdajáték-sportágakban is megteremteni ennek lehetőségét, akár megyei, akár országos szervezésben, a szakszövetség támogatásával.



A Földes-olimpia bajnok kézilabdacsapata

A gondolkodási műveletek részvétele a mozgástanulás kezdeti időszakában és a gyakorlásban 4–5 éves gyermekeknél

ZSAKAY KÁLMÁN

I. Bevezetés

A motoros tanuláson értjük az egyén számára addig ismeretlen mozdulatok, helyzet-, helyváltoztató mozgások, mozgássorok megtanulását, illetve az ismert mozgáselemek újszerű kapcsolatának tanulását. Még a leg- egyszerűbb mozdulatokban is igen sok izom működik együtt, tehát bonyolult szervező, irányító apparátus végzi a működtetést, és az új mozgás tanulásakor az egész mozga- tó és irányító rendszert érik az új ingerek.

A mozgások szerveződésének, az irányítá- tásnak és a végrehajtásnak neurofiziológiai alapjai jól tisztázottak. Ismerjük az agyké- reg mozgó mezőit, az idegingerületek afferens és efferens pályáit, a pyramidális és extrapyramidális rendszernek, valamint a kis- agynak a szerepét ebben a tevékenységben. Tudjuk, hogy az egyszerűbb, illetve az olyan mozgások, amelyek végrehajtása mindig kö- zel azonos formában történik, könnyen au- tomatizálhatók és a kérgi tevékenység — bár teljesen nem szűnik meg — jelentősen le- csökken a végrehajtás közben, tehermente- sül más funkciók ellátására.

A mozgás tanulásánál ismerjük a tanulás útját, a mozgáskoordináció visszacsatolások közötti tökéletesedését, a mozgás finomodá-

sának egész menetét. Egyszóval, ami a mozgástanulás *mechanizmusát* illeti, megfelelő ismeretanyaggal rendelkezünk.

Felmerül a kérdés: milyen szerepe van a mozgások megtanulásában a legmagasabbrendű emberi mozgásnak, a gondolkodásnak?

Kevés adatunk van arról, hogy az intellektuális szféra milyen szerepet vállal a mozgások megtanulásában. Pontosabban fogalmazva, a mozgások tanulása *közben*.

Hétköznapi tapasztalatok szerint az „okosság” és az „ügyesség”, mint egy szellemi és egy testi képesség, nem mutat korrelációt, vagyis a jó tanuló, az okos gyerek nem mindig ügyes, és fordítva is ez áll. Mármost, ha az „okos”, „értelmes”, „jó tanuló” stb. jelzőkkel illetett tanulókat vizsgálat alá vesszük, azt tapasztaljuk, hogy szellemi értékeik az értelmi képességek különböző elemeiből tevődik össze.

Van, aki kiváló logikai képességeivel, van, aki átlagon felüli memóriájával, más a figyelemnek és az akaratermelnek egy sajátos keverékével, a szorgalommal éri el jó eredményeit. (Hasonló analógiát találhatunk a sporttehetség vonatkozásában is, csak ott az összetevők részben mások.) Azt sem tudjuk biztosan, hogy ezek a fenti gyerekek mennyire motiváltak egy-egy mozgás megtanulásában.

Érzik-e szükségességét az adott feladat elvégzésének, vagy gondolataik mozgástanulás közben is másho járnak és koncentráció nélkül, gépiesen, kötelességszerűen ismétlik a tanár által megkövetelt mozdulatokat. Az ügyes tanulóknál pedig fennállhat ennek a fordítottja: meglevő értelmi képességeit szívesebben fordítja a mozgások tanulásának körülményeire, mint az elméleti órákon való jó szereplésre. Aki felületesen szemlél, az felületesen is ítél és sommásan elválasztja egymástól a sportban, mozgásos feladatokban ügyes, tehetséges, de „buta” gyerekek kategóriáját az ügyetlen de „értelmes” kategóriájától.

Ha a mozgástanulási elméleteknek azon megállapításaival értünk egyet, melyek szerint a mozgás megtanulása a mozgató afferens és efferens pályák bejáratódásától függ; ha az oktatás a pszichikai képességek közül a figyelmet, a képzeletet, az analizátorok leszűkített körét, úgymint a látást és a kineztezist veszi figyelembe, akkor a fenti sommás szétválasztása a szellemi és testi

képességeknek valóban indokolt is. Természetesen nem arról van szó, hogy az értelmi képességeknek alapvető szerepet tulajdonítunk a mozgás tanulásában. Hiszen a mozgásban a gyerek teste vagy testének egy része vesz részt, így nyilvánvaló, hogy fontos szerep jut a testi képességeknek. Célunk csupán az, hogy bebizonyítsuk: az értelmi képességek tudatos bekapcsolása a mozgás tanításába segíti, gyorsítja a tanulást. Ha a gondolkodási műveleteket be akarjuk kapcsolni, ennek legalapvetőbb feltétele a tanítványok megfelelő motiváltsága. Ezt a kérdést azonban nem érintjük, hiszen hagyományos módon sem lehet kellő motiváltság nélkül jó eredményeket elérni a mozgásoktatásban.

Az intellektusra eddig is támaszkodtak a testnevelők, edzők. A mozgásfeladat megértése, egyes — az értelmi színvonalnak, életkori sajátosságnak megfelelő — utalás a mechanikai, fiziológiai, anatómiai stb. törvényszerűségeire, a mozgás elvégzése, a mozgásprobléma gondolati megoldása eddig is igényelte a gondolkodás aktivizálásának szükségességét. Az ilyen utalás azonban a mozgásfeladat megkezdése *előtt* történik, maga az adekvát gondolkodási művelet is a végrehajtás előtt megy végbe, s célja az, hogy a mozgáselképzelés és az ezzel összefüggő idegmotoros mozgásvégrehajtás minél tökéletesebb legyen, a lehető legjobban közelítse meg az ideális végrehajtás modelljét. Jelenlegi kérdésfelvetés a mozgások végrehajtása közben vizsgálja a gondolkodási műveletek meglétét. Feltételezésünk szerint ezek a végrehajtás közben is léteznek, csak kevésbé plasztikus, lényegesen gyorsabb, hiányosabb és valószínű, hogy kevésbé tudatos formában. Meglétükről a mozgást tanuló egyén nem is tud. Hogy erről tudomást szerezhessen az egyén is és az oktató is, a mozgás végrehajtása után konkrét kérdésekkel fel kell deríteni ezeket és tudatosítani kell, hogy a tanulás közben felhasználhassa azokat.

II. 4—5 éves gyermekek mozgástanulási sajátosságai

Mielőtt a mozgásoktatásról lenne szó, célszerű röviden felvázolni a 4—5 évesek gondolkodási műveleteinek színvonalát.

Ennek a korosztálynak a gondolkodásában megtalálható az analizáló és szintetizáló tevékenység. Gondolataikban tárgyak, cselekvések részekre bontása és összerakása szerepel, ezek azonban a konkrét tárgyakhoz fűződő kapcsolatokban mennek végbe, és nem fogalmi síkon. A konkrétan szemlélhető és cselekvésekben kipróbálható feladatmegoldások azok, ahol problémamegoldó gondolkodásuk eredményes. A műveleteknek a második jelzőrendszerbe való áttevése igen nehéz, majdnem lehetetlen. A gondolkodási műveletek színvonalára a cselekvésből, esetleg rajzbeli megoldásból, vagy önkéntelen, szóbeli megnyilvánulásból lehet következtetni. Verbális közlés útján nem képes a problémát felfogni, csupán akkor, ha azzal a mozgásos cselekvésben találkozik.

A mozgás oktatásánál az utánzás az, ami eredményre vezet. A globális oktatáskor még a legegyszerűbb mozgásoknál is igen sok pontatlanságot fedezhetünk fel. A hibákat úgy javíthatjuk, ha a részmozdulatokat mutatjuk be és utánoztatjuk, majd ezeket apránként összekötjük. Általában, mivel mozgásképzelésük terjedelme maximum 2—3 mozdulat, a részeire bontott mozgástanítás az eredményesebb. Gondolkodásuk nem a végrehajtás tökéletesebbé tételét segíti, hanem a végrehajtásból eredő járulékos jelenségekre irányul. A részmozdulatok, méginkább a mozgást megelőző vagy követő helyzet az, amit gondolati síkon meg tudnak fogni és ki tudnak fejezni.

A gondolati műveletek mozgástanulás közbeni létét bizonyítják azok a megfigyeléseim, amelyeket huszonöt 4—5 éves óvodás gyermeknél végeztem nyolc hónapon át.

E gyermektornacsoport olyan teljesen kezdő gyermekekből tevődött össze, akik ilyen jellegű foglalkozásra még nem jártak. Valamennyi mozgás, amelyet tanultak a nyolc hónap alatt, első alkalommal teljesen új volt nekik, pontosabban abban a formájában volt új, ahogyan ott tanulták. Feljegyeztem önkéntelen szóbeli megnyilatkozásait, ha úgy ítélt meg, hogy a mozgás tanulása közben ezt a mozgásfeladat gondolati problémává válása okozta. Egy-egy konkrét mozgás rajzos megoldását kértem tőlük és megpróbáltam kikérdezni őket a végrehajtás módjáról, az adott mozgás egyes részmozdulatairól stb.

A fő kérdések arra terjedtek ki, hogy létez-e egyáltalán a mozgásra vonatkozó gondolkodási művelet a végrehajtás közben; mennyire befolyásolják a mozgástanulás színvonalát a különböző gondolkodási műveletek, azok színvonala; és végül, mely gondolkodási műveletnek van legfontosabb szerepük a tanulásban?

A kikérdezés módszerénél kezdve a fentebb leírt megállapítások igazsága bizonyítódik be. Fogalmi gondolkodásuk fejletlen, verbális képességeik nem teszik lehetővé, hogy a cselekvésben magától értetődő dolgokat szavakba foglalják. Alapvető tévedéseket követnek el — azok is, akik tudják a mozgást —, amikor felszólítottam őket arra, hogy mondják el a két részes szekrényen történő függőleges repülés végrehajtásának módját. „Fejjel ugrunk előre.” „A térdemet és az orromat összeérintem.” (E válasz arra utal, hogy a gyermek majdnem szó szerint emlékezett egy utasításra, amin a gurulóátfordulás hátra előkészítő helyzetére vonatkozott és ezt mint „biztosan jó választ” közölte. Nem gondolhatott a hátra bukásra, hiszen a kérdéses függőleges repülést a megkérdezés előtt bemutattam és maguk is végrehajtották.) „Nem szabad a kezét leérinteni.” (Itt a befejező helyzettel kapcsolatos utasításról van szó.) „Szép, egyenes testtel ugrunk a levegőben.” (Ez egy részmozdulat helyes megragadása.)

A teljes mozgásvégrehajtást a kiinduló helyzettől a befejező helyzetig más mozgásoknál sem tudták helyesen elmondani. Jól azok a gyerekek ismertették a részmozdulatokat, akiknél a későbbi vizsgálatok során kiderült, hogy megfelelő analizáló-szintetizáló és a hiányzó részeket kiegészítő képességgel rendelkeznek. E gyermekek mindegyikének figyelmét is lekötötte a mozgás bemutatása és tanulása. Figyelni ugyan a többiek is figyeltek, de azonnal nem fogták fel a mozgáselemek egymásutánosságát, az átmeneteket. A pusztán figyelem, amennyiben nem társul megfelelő gondolkodási művelettel, nem válik megfigyeléssé. Ha a gyermek mozgásvégrehajtásra irányuló figyelme eredményeként a mozdulatok egymásutánosságát emlékezetébe tudja vésni, ez azt jelenti, hogy részeire bontotta a mozgást, tehát analizált, ekkor nevezhetjük tevékenységét *megfigyelésnek*. (Az emlékezés a megfigyelés egyenes következménye.) Ezt a megfigyelt, analizált

mozgást a gyermek nem tudja ugyan elmondani, de a gyakorlatban végre tudja hajtani. Mivel végrehajtani csak akkor tudja, ha az analizált részeket összekapcsolja, ez a tevékenysége a meglévő szintetizáló képességre utal. Vegyünk egy, nagyon egyszerűnek látszó és mindenki által ismert mozgást, a talajszőnyegen végrehajtható gurulóátfordulás előre, köznapi néven az előre bukfenetet. Ezt a talajtornaelemet a következő öt részmozdulatra, mozgásfázisra lehet bontani:

kiinduló helyzet: alapállás;

1. fázis: ereszkedés hajlított állásba, egyidejűleg kar lendítése mellső közép-tartásba;
2. fázis: térdnyújtással és enyhe elrugaszkodással támasz a talajon és a fej előrehajlítása;
3. fázis: gurulás nyújtott térdrel;
4. fázis: a térd gyors behajlításával gurulás guggolásba, a kéz gyors elvétele a talajról és lendítése mellső közép-tartásba, a fej emelése természetes tartásba;
5. fázis: térdnyújtással és kar leengedéssel emelkedés befejező helyzetbe;

befejező helyzet: alapállás.

Az első és az ötödik fázis két-két egyidejű mozdulatból tevődik össze. A legbonyolultabb az ötödik fázis, ahol a kinyújtott térdet 1—2 tized másodperccel a kinyújtás után be kell hajlítani, és egyidejűleg a kezet elvenni, fejet megemelni, s mindezt egy komoly egyensúlyi labilitás közben, ahol pontosan kell érkeznii a guggoló helyzetbe, sem előre, sem hátra nem billenhet ki. Az első, második és ötödik fázisban a megfigyelt mozgásminta szintézise folyik gondolati síkon. A mozgás sebessége, a fázisok és mozgáselemek végrehajtási tempója olyan, hogy a gondolati megoldás együtt jár a mozgásvégrehajtással. Azok a gyerekek, akik a mozgást a bemutatáskor jól megfigyelték, az első és ötödik fázist azonnal helyesen hajtották végre.

A helyes végrehajtásból következik, hogy szintetizáló tevékenységük is helyes volt. A második szakaszban (fázisban) további, erőltetett részekre bontást kellett alkalmazni. Elő-

ször a messze elől való támaszkodást térdnyújtással kellett gyakoroltatni, itt, mivel megálltak, már nem volt lendület, a második részét, a fej lehajtását és a gurulás megkezdését csak segítséggel tudták folytatni. Ebben a fázisban az egyidejűség okoz problémát. Gondolati síkon az egyidejű mozdulatvégrehajtást csak akkor tudja megoldani, ha képes az összefüggések felfogására.

Ebben az életkorban azonban ez a gondolati tevékenység több időt vesz igénybe. Hangsúlyozottan jelentkezik ez a probléma a harmadik és a negyedik fázisban. Itt egyrészt felgyorsul a mozgás, másrészt még több testrész részmozdulata folyik egyidejűleg. „Most már nem akadok meg a fejemben” — mondta egy ötéves kislány, amikor a próbálgatások során rájött, hogy a gurulás megkezdése előtt fejét le kell hajtania. Segítséggel már többször megcsinálta ezt a mozdulatot, de amíg fel nem fogta, gondolati szinten meg nem oldotta a gurulás és a fej lehajtásának összefüggését, addig, ha egyedül kellett csinálnia, mindig a homlokát helyezte le a szőnyegre. A harmadik és negyedik fázisban a felgyorsulás miatt még több időt vesz igénybe ennek gondolati megoldása és a mozgató pályára való áttevése. A tanulási folyamat egyes szakaszainak rögzítésekor kiderült, hogy az egyidejű elemek a fázisokon belül fokozatosan, sorrendben kapcsolódnak be a mozgásba egyrészt a külső (passzív) iránymutatás, másrészt az (aktív) belső gondolati megoldás eredményeképpen.

Itt nemcsak arról van szó, hogy a mozgáskoordináció elmélete szerint a mozgatópályák egyre pontosabb mozgásparancsot közvetítenek, és hogy a mozgásmező egyre pontosabb kapcsolatokat talál a visszacsatolás hatására, hanem a visszacsatolás menetébe beleszővődik az a gondolati tevékenység, amely értelmessé teszi a mozgásinformációt, és amely a tulajdonképpeni irányítást adja a kérgi mozgatómezőnek. A megtanulás azt jelenti, hogy arra a gondolkodási műveletre, amely eddig segített és irányított, ilyen formában nincs szükség. Az automatizálás első fázisa a gondolkodási műveletek kikapcsolása a végrehajtás közben, a második fázisa pedig, amikor a kérgi mozgatómező is tehermentesül.

A kiegészítés mint gondolkodási művelet ebben az életkorban már eléggé fejlett. Ha

a jól megfigyelt mozgásból kimarad egy elem, azt észreveszik. Nem tudnak különbséget tenni a mozgás végrehajtása szempontjából fontos, tehát lényeges és lényegtelen elem között. Ez azonban természetes, hiszen nem mindig a látványos, nagyobb vagy hosszabb ideig tartó elem a lényeges. A lényeg felismerése olyan gondolati művelet, amely alapos speciális ismeretet tételez fel. Ilyen ismereteknek csak korlátozott mértékben vannak birtokában, és ebből következően nem kielégítő az absztrakciós, általánosító és az ezzel összefüggő rendezésképeségük sem. Amikor viszont összehasonlító feladatokkal találják szembe magukat, képesek megragadni lényeges különbségeket. Itt találtam a legszorosabb korrelációt a gyermek megfigyelt — verbális és cselekvéses játékfeladat közbeni — értelmi képességei és a mozgástanulás színvonala között.

Az összehasonlító képességet rajzos feladatokkal vizsgáltam. Az volt a feladat, rajzolják le saját magukat, amint éppen az előre bukfcencet, majd később a hátra bukfcencet végzik.

Az 1. és 2. ábrán egy ötéves kisfiú azonos nézőpontból rajzolva lényeges különbséget ragadott meg. Az 1. ábrán az előrebukfcenc esetében a szembenállást, a 2. ábrán háttal állást (sötét fej) fejezte ki az eltérést a két mozgás között. (Rajzban mozgásfeladatot megoldani magas követelmény. Több alak ábrázolása a mozgás különböző fázisaiban olyan absztrakciós képességet feltételez, amellyel még nem rendelkeznek.)

A 3. és 4. ábrán ötéves kislány a két mozgás közötti különbséget az alak két különböző helyzetében fejezte ki. Ez a ritkább megoldás. A végrehajtás közben részmozdulat megragadása fejlettebb analízáló képességre vall. Valóban, ez a kislány „értelmesebb” az átlagnál.

Egy hároméves kisfiú nem tud rajzban semmi különbséget tenni a két mozgás között (5. és 6. ábra).

Van, aki a kiindulóhelyzetnek számára eddig szokatlan elemét ragadja meg. Az ötéves kisfiú a hátrabukfcencet a kezek szokatlan, természetellenes tartásának ábrázolásával fejezi ki. A kezeket leguggoláskor, tenyérrel felfelé fordítva, hátrafesztített helyzetben a vállak felé kell tenni (7. ábra).



1. ábra



2. ábra



3. ábra



4. ábra



5. ábra



6. ábra



7. ábra

Hasonlóan egy hatéves kislány is ezt emeli ki (8. ábra). Ha az értelmi képességekben lemaradás mutatkozik egy gyermeknél, ennek vetülete a nehézkes és pontatlan mozgástanulásban jelentkezik. Ilyen az a hat és fél éves kislány is, aki a rajzban nem fejez ki semmi különbséget az említett két mozgás között (9. és 10. ábra).



8. ábra



9. ábra



10. ábra



11. ábra



12. ábra

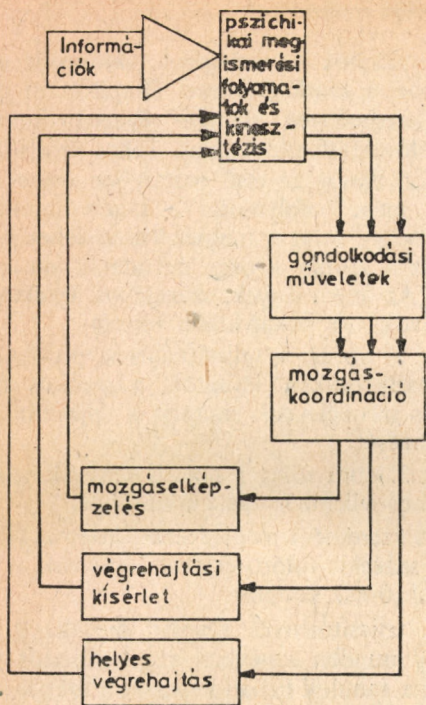
A 11. és 12. ábrán az előbb említett hároméves kisfiú nővére, egy hatéves kislány a szőnyeghez viszonyított helyzet szerint ábrázolja a mozgásokat. Ugyanakkor a hátrabukfencnél még egy elemet, a kéz váll fölé tartását is berajzolja (ezen a rajzon testvérét is ábrázolja). Ezen a rajzon együtt jelentkezik az analizáló tevékenység az összefüggések felfogásával. Talán nem véletlen, hogy ez a kislány a csoport legügyesebb tagja, a leghamarabb tanulja meg és a legszebben, legpontosabban hajtja végre a mozgásokat. Értelmi színvonala is magasan az átlag fölé emeli.

III. Összefoglalás

Kimutatható, hogy a 4—5 éves gyermekek mozgástanulásában néhány gondolkodási művelet komoly szerepet játszik. E műveletek nem fogalmi síkon mennek végbe, hanem a konkrét mozgásfeladat megoldásához kapcsolódva.

Különösen nagy szerepe van az analizáló tevékenységnek a mozgások megfigyelésében, megértésében, a szintetizáló tevékenységnek a mozgáselképzelés és a végrehajtási kísérletek folyamán. A bonyolultabb mozgások helyes kivitelezése már bonyolultabb gondolati tevékenységet igényel. Különösen az egyidejű mozdulatok megtanulásához van szükség az összehasonlításra, az összefüggések megértésére, felismerésére. Az új mozgások szerveződésekor, a tanulás folyamatában a gondolkodási műveletek adják meg azt az értelmes irányítást, amely a mozgáskoordinációt, a mozgás tanulását intellektuális tevékenységgé emeli.

A már ismert mozgáskoordinációs modell visszacsatolós, állandó megerősítéses körébe valahol mindig beszűrődik az értelmes gondolkodás művelete mindaddig, míg a megtanulás ténye létre nem jön. Maga az állandó megerősítés ténye is gondolati eredetű. A mozgás automatizálásával a gondolkodás felszabadul, de ellenőrzése soha nem szűnik meg. Egy-egy váratlan zavar, hiba a végrehajtásban elegendő ahhoz, hogy a mindig készenlében álló intellektus bekapcsolódjon, elemezzon, segítsen a hiba kijavításában.



13. ábra

A mozgástanulás leegyszerűsített sémáját mutatja a 13. ábra. Az információ azoknak a hatásoknak az összessége, amely az új mozgás megtanulásakor éri az egyént.

A bemutatás, magyarázat, a külső : esetleg zavaró — körülmények stb. A megismerési folyamatok — mint az emlékezés, érzékelés, figyelem stb. — és a kinezézis azok, amelyek mint megannyi műszer, a tanulás folyamatának külső és belső körülményeit közvetítik a központi idegrendszer számára. A gondolkodás e megismerési folyamatoktól külön, mint az egész irányítója szerepel. A tanulás útja egy körben bővülő út, ahol az állandó visszacsatolások és ezzel együtt a megerősítések (pozitív vagy negatív) mindig átmennek a gondolat ellenőrzésén, még akkor is, ha ez nem tudatos fogalmi gondolkodás, hanem konkrét mozgásfeladathoz kapcsolódó. Az ábra nem tükrözi az automatizált végrehajtást. Az automatizáláshoz vezető úton a gondolkodás e körből fokozatosan elválk, és kívülről gyakorolja az ellenőrzést.

A mozgásoktatás folyamatában e műveletekre lehet és kell is építeni. Az új mozgások tanításakor, a bemutatáskor meg kell győződni arról, hogy megfigyelték-e ezt a tanítványok, azaz folytattak-e analízáló tevékenységet. Az egyidejű mozdulatok esetében a fokozatosság elvét betartva kell egyre több mozdulatot bekapcsolni. Fontos szerepe van a mozgásképzésnek — amely legplasztikusabban tükrözi a gondolkodás műveleteit —, ennek során jön létre az ideg-motoros mozgás, amely az első kísérletek, majd a további végrehajtás színvonalát döntően befolyásolja. A tanulás belülről jövő megerősítési motívumait az oktatónak kívülről is támogatnia kell.

FELHASZNÁLT IRODALOM

1. *Bíró Péterné dr.*: Sportpedagógia. (Bp., Sport, 1978.)
2. *Burrhus F. Skinner*: A tanítás technológiája. (Gondolat, 1973.)
3. *Dimitrova Szevelana*: A testnevelés oktatási folyamata irányításának pszichológiai sajátosságai. (Vöproszki na fiziceszkaja kultura, 1978/VIII.) TF szakfordítás.
4. *Hebb O. Donald*: A pszichológia alapkérdései. (Gondolat, 1978.)
5. *Inhelder B.—Piaget J.*: A gyermek logikájától az ifjú logikájáig. (Akadémiai Kiadó, 1967.)
6. *Leontyev A. N.*: A pszichikum fejlődésének problémái. (Kossuth, 1964.)
7. *Nagy György dr.*: Testnevelés és tudomány. (Sport, 1973.)
8. *Nádori László dr.*: Az edzés elmélete és módszertana. (Sport, 1976.)
9. *Rókusfalvy Pál dr.*: Pszichológia testnevelőknek és edzőknek. (Sport, 1977.)
10. *Rókusfalvy Pál dr.*: Sportpszichológia. (Sport, 1974.)

A tantárgytestzt négyéves tapasztalata

Az elért eredmények

A tanulók képességének változását elsősorban a tantárgytestztel állapítottam meg. Az eredmények alapján végeztem további nevelő-oktató munkámat. Tehát az első felmérés, amely az első osztályban ősszel történt meg, befolyásolta a tanév munkáját, segítséget adott a tanmenetkészítéshez is.

Az 1. ábrán a négy év adatait mutatom be. Az eredmények százalékos értékek, a leányokat és fiúkat külön vettem.

A 2. ábrán a teljesítmények próbánként és osztályonként láthatók, a grafikus ábrázolás szemléletesen mutatja a teljesítmények változását.

A 3. ábra főleg a teljesítményváltozás általános jellemzői miatt tanulságos.

Itt szeretném megjegyezni, hogy a kilencven százalék fölötti értéket 100%-nak, a 10% alattit 0-nak vettem.

A teljesítmények alapján megállapítható, hogy minden tanévben szeptembertől júniusig a tanulók fizikai képessége fokozatosan fejlődtek. A nyári szünet alatt visszaesett a fizikai képesség szintje. Az első osztály befejezése után volt a legnagyobb a visszaesés, majd ennek mértéke fokozatosan csökkent. Meglepő néhány teljesítmény nagy ingadozása pl. a fiúk gyorsaságának dinamikus fejlődése negyedik osztályban, vagy visszaesése az első osztályt követő nyári szünetben.

TENKEI ANTAL

Az új testnevelési tantervet és tantárgytestztet a bevezetés előtt több mint 250 osztállyal próbálták ki. A kipróbálásba az 1976/77-es tanévben kapcsolódtam be.

A kipróbálás mérési adatait, tapasztalatait szeretném közreadni és ezekből következtetéseket levonni.

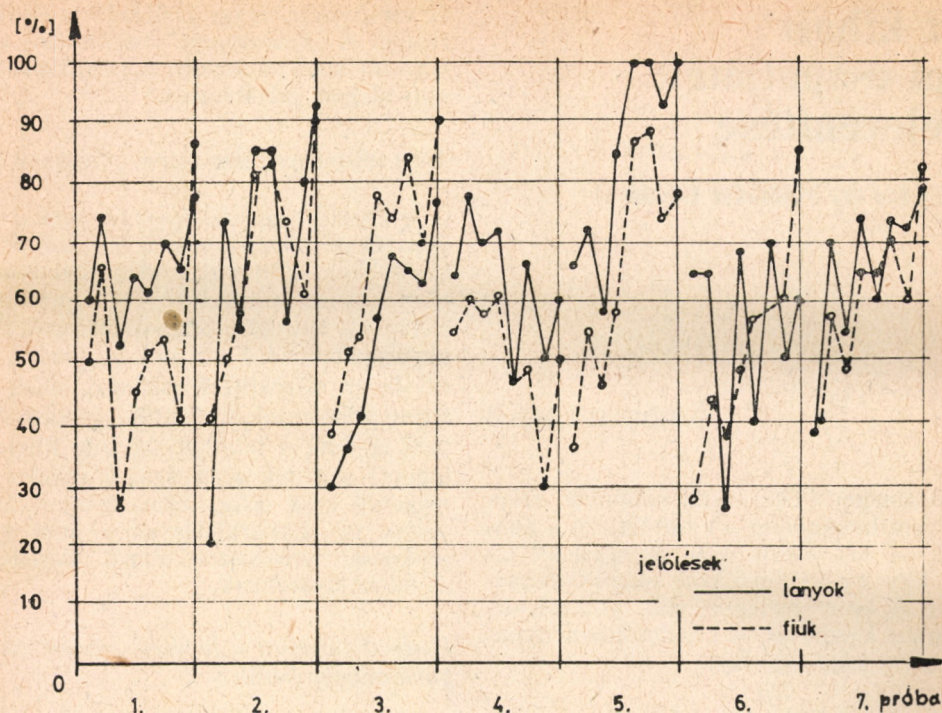
A kipróbálásban részt vevő osztály adatai

A tanulók a Gyulai Kertészeti Szakközépiskolába jártak. Az osztály koedukált, létszáma elsőben a tanévkezdéskor 31 (16 leány, 15 fiú), a tanév befejezésekor 21 tanuló (10 leány, 11 fiú).

Tanulmányait befejezte 17 tanuló (8 leány és 9 fiú).

Tanév	1976/77.		1977/78.		1978/79.		1979/80.	
Osztály	I. oszt.		II. oszt.		III. oszt.		IV. oszt.	
Létszám	10 11	10 11	10 11	10 11	8 9	8 9	8 9	8 9
Nem	L F	L F	L F	L F	L F	L F	L F	L F
Hónap	IX.	V—VI.	IX.	V—VI.	IX.	V—VI.	IX.	V.
1	60 60	74 67	53 26	63 45	61 51	70 53	66 40	77 85
2	19 40	73 50	54 58	86 82	85 83	57 73	80 62	92 90
3	30 38	37 51	42 52	58 78	68 73	66 84	63 70	75 90
4	64 54	77 61	71 58	72 62	44 46	65 47	60 30	50 50
5	67 37	72 53	58 45	84 58	100 86	100 87	92 63	100 77
6	66 29	66 45	28 36	67 67	40 56	72 72	50 60	60 84
7	24 37	71 75	69 63	88 81	85 75	97 88	95 85	92 94
Összesen	39 40	70 57	54 48	74 67	60 67	75 71	73 60	78 81

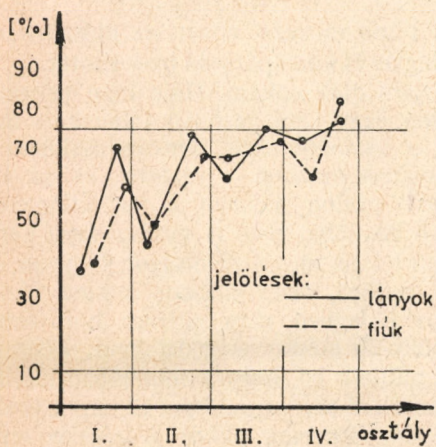
1. ábra



2. ábra

Négy év nyolc mérése az
átlagok alapján

Örvedetes, hogy a tanulók a visszaesés ellenére mindig magasabb szintről indultak, mint az előző tanév kezdetén. Ez a megállapítás nemcsak a megvizsgált osztály, hanem a többi osztály esetében is igaz.



3. ábra

Tantárgytest és tanmenetkészítés

A tanulókat mindig a tesztfeldmérés alapján vizsgáltam, a tanmenetet pedig a teszt tapasztalatai, mérési átlagai alapján készítettem el. Figyelembe vettem, melyek azok a testi képességek, amiket fokozottabban kell fejleszteni.

Csak akkor tudtam a tanév cél-feladat követelményét meghatározni, természetesen a tantervből kiindulva, és az egyes tematikai egységeket feldolgozni, ha minden tantárgyi próba (fiú, leány) átlagát kiszámítottam. Minden egyes próbát nyolc alkalommal mértem fel (tanévenként kétszer, szeptember és május vége, június eleje), és az átlagok alapján terveztem a további munkát.

Két kihalt népi csapatjáték felelevenítése

Beszélgetés dr. Madarász Lászlóval

SOMORJAI LÁSZLÓ

A Honismeret 1978. évi 2. számában érdekes írásra bukkantam „A métázás és a guncszás — két kihalt népi csapatjáték” címen. Egy kis utánajárással sikerült megtalálnom és beszélgetnem a cikk írójával, dr. Madarász Lászlóval, a közelmúltban nyugdíjba ment jogtanácsossal.

Milyen volt a testnevelés ötven évvel ezelőtt szülőfalujában, Hanván?

Hanva alig 800 lakosú kis hegyvidéki falu, ahol abban az időben az iskolában koedukált osztályok voltak. Ahogy visszaemlékszem, a fiúk és a lányok a testnevelési órákon korántsem egyenértékűen vettek részt. A fiúk játszottak, a lányok a fiúk játékát nézték, vagy az iskolaudvar talajára rajzolt ugróiskola kockáiban ugráltak.

Milyen gyakorlatokat végeztek a testnevelési órákon?

A „testgyakorlás” óráin a métázáson kívül palánkozás és nemzetesdi játékok szerepeltek; az „atlétikából” a futás és a „kiszorítósdí” (labdadobás). A futásnál például a tanító az iskola udvarának elején a földbe egy egyenes vonalat húzott. A vonal mögé névsor szerint tíz fiút állított. Hármat számolt, és a számolás után nyomban futásnak kellett eredni. Végig kellett futni az iskolaudvaron a hátsó deszkakerítésig. A palánk megérintése után visszafutottunk. A tanító felírta a sorrendet, majd a következő csoport futott, és így minden fiúra sor került. Másnap minden csoportból a legjobb

öt versenyzett, és így kialakult az első sorrendje. A „futóverseny” havonként, kéthavonként megismétlődött. A tanító a futóverseny alapján osztályozott.

Mi a véleménye: elég volt ez a testgyakorlás?

A véleményem az, hogy a vidéki, falusi gyermekek számára nem is volt szükség különösebben több testnevelési foglalkozásra, hiszen csupa mozgásban éltük mindennapi életünket. Tavasztól őszig úszkáltunk, fürdöttünk a patakban. Futottunk hegyre föl, hegyről le az elszökött háziállatok után, vagy éppen játszottunk, kergettük egymást. Másztunk a fára, s tátongó mélység fölött hajlongott alattunk a fa ága. S mindez kora reggeltől késő estig, télen, nyáron. Mások voltak az életkörülményeink, mint a mai gépkocsin, autóbuszon utazó, televíziót néző falusi fiataloknak.

Hogyan változott a helyzet, amikor városba, gimnáziumba került?

A gimnáziumban a testgyakorlás teljesen különbözött a már elmondottaktól, kifejezetten tornacentrikus volt. Ősz derekától tavasz derekáig nem volt szabad a tornateremből az iskolaudvarra menni. Minden órán tornaszereken gyakoroltunk.

Elég mozgáslehetőséget biztosított a testnevelési óra? Nem hiányzott a megszokott úszkálás, futkosás?

A plusz mozgást ebben az időszakban a gyaloglás és kerékpározás biztosította.

Bejáró diák voltam. Hajnalban keltem és gyalog vagy kerékpáron 6 kilométert mentem a vasútállomásig. Onnan csaknem 40 kilométert utaztam a városba, és az állomásról gyalog mentem a két kilométerre fekvő iskolába. Este is gyalog vagy kerékpáron tettem meg a távolságot, fagyban, hóban, esőben, télen sokszor mínusz 15–20 fokos hidegben, nem egyszer hófúvásban. Rendkívüli módon megedződtem. Talán ennek tudható be, hogy a munkában eltöltött 35 esztendő alatt mindössze 12 napot voltam betegállományban, akkor is sérülés miatt. Egész életemben hittem az ép testben ép lélek elvében.

A gimnázium elvégzése után nem hagyta abba a testedzést?

Nem.

Gyerekkorom óta sokat kerékpároztam. Gondolom ez edzett meg annyira, hogy 15 éves koromban már 120 kilométert tettem meg egy nap alatt, amikor a Magas Tátrába kirándultam. Később is rendszeresen kerékpároztam, voltam Pozsonyban, Bécsben, Prágában, Krakkóban, Lvovban, Erdélyben, a Balaton körül. Egyszer például hat nap alatt, napi 8–9 órás kerekéssel tettem meg 900 kilométert, s volt közöttük egy olyan nap is, amelyen 260 kilométert teljesítettem. Mindezt az ötven évvel ezelőtt gyártott, szabványos „strapa” kerékpáron, többnyire hengerelt, köves, illetve aszfaltozott úton.

Mi indította arra, hogy a két kihalt népi játékról írjon. Véleménye szerint újra lehetne játszani őket?

Én a két játékról elsősorban művelődéstörténeti és néprajzi szempontból írtam, de gondoltam felújításukra is. Ezért kezdtem hozzá a játékok szabályainak pontos kidolgozásához. Sajnos, sok szabályt elfelejtettem, nem emlékszem mindegyikre pontosan. Ezért szükséges, hogy felkeressek olyan embereket, akik a két játékot az én gyermekkoromban huzamosabb ideig játszották.

Először a métázásról érdeklődünk

A métázás, amelyet inkább ismertek az emberek, ma is játszható tágas iskolaudvarokon. A játékhoz nem kell más, mint egy bot, az úgynevezett métabot és egy labda. A régi métabot helyett ma teniszütőt lehetne használni, s a labdát se kellene szőrcomóból készíteni, teljesen megfelel műanyagból készített szivacs vagy teniszlabda. A két, 5–10 fős csapatot ma választással vagy sors húzással lehetne kiválasztani.

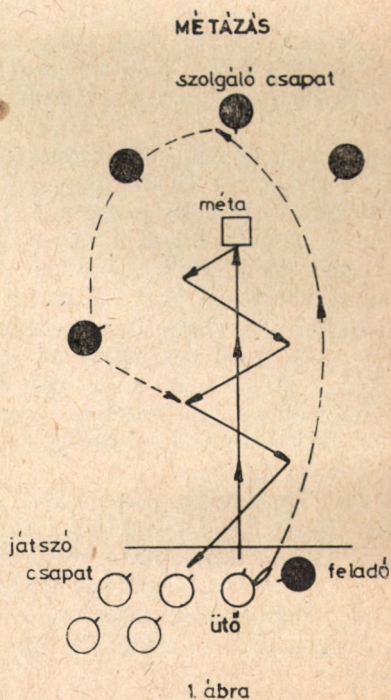
Régen hogyan választották meg a csapatokat?

A mi időnkben, és ennek szintén kultúr-történeti érdekessége van, a kapitányok nyíl-húzással vagy szedéssel választották a csapatokat. A nyíl-húzásnál a képletes „nyilat” fűszál, esetleg gallyacska helyettesítette. A

nyilakat az egyik kapitány a kezébe rejtette, a másik kihúzta az egyik nyilat. Ha a „rövidebbet húzta” nem választhatott. A szedés az ősi adás-vétel, alkudozás alapján történő választási forma volt. A kapitányok kérdezték egymást: Adsz egyet? Nem adok... Majd hogy ünnepélyessé és komollyá tegyék a választást, többször is elisméltették az alkudozó mondatokat, amíg a csapat tagjai el nem kezdték noszogatni őket: Adjál már... Így álltak össze a csapatok.

Hogyan kell métázni?

A játékot úgy kell elkezdeni, hogy a pálya szélén húzni kell egy egyenes vonalat, és a játszótér közepe táján, 15–20 méterre a vonaltól el kell helyezni egy jelet, a métát (1. ábra). A játszó csapat tagjai a vonal mögött tartózkodnak, s várják, hogy ütésre sorra kerüljenek. A szolgáló csapat tagjai pedig egymástól 10–20 méterre helyezkednek el a pályán. Van, aki közelebb, van aki messzebb, hátrább áll, de a szolgáló csapat egy játékosa mindig a vonalon belül tartózkodik. Ennek a játékosnak a feladata, hogy „szolgáljon”, azaz „adja fel” (dobja fel) a labdát a játszó csapat tagjainak. Ha az ütő-



játékos eltalálta a labdát, le kell dobni a métabotot vonalon belülre, és ki kell futni a métához. A métát vagy érinteni, vagy kerülni kell, a két csapat előzetes megállapodása szerint. A szolgáló csapat tagjainak feladata, hogy a kiütött labdát megszerezzék (felkapják, levegőben elkapják), és azzal a métához futó vagy már visszafutó játékost megdobják, akit ha eltaláltak végleg kiesik a játékból. Ha a játékost nem találták el, visszamehet a vonal mögé, és ha mi sem történt volna, tovább üt, természetesen még az abban a sorozatban nem szereplő játékosok után.

A szolgáló játékosok a felkapott labdát gyorsan egymásnak is továbbíthatják, annak, aki előnyösebb helyzetben van (közelebb áll) a métához, vagy az onnan visszafutó játékoshoz. Sőt, a bent szolgáló, feladó játékos társuknak is dobhatják a labdát, aki vonalon belülről, szemközti helyzetből pontosabban célozhat.

A métához futó játékos útvonala általában egyenes, mert a labdát ekkor még nem igen szerezte meg a szolgáló csapat, kivéve természetesen a kicsit ütött labdát. Visszafelé az útja már rendszerint cikcakkos, mert joga van a feléje dobott labda elől elugrani, akár oldalra, akár hátra, de le is guggolhat, s a földre is vetheti magát. Sőt, a métához is menekülhet, amely védelmet nyújt, a „ház” szerepét tölti be. A „házban” azonban vigyázni kell, mert a bent szolgáló (feladó) játékos háromig számol, s a métát el kell hagyni. Ha nem, ott is megdobhatják.

A szolgáló játékosok nem futhatnak kezükben a labdával. Mindig onnan kell a labdát továbbítani, ahol megszerezték. Ha az ütő játékos nem találta el botjával a feladott labdát, akkor félre kell állnia, s várnia, míg a következő játékostársa üti ki a labdát. Ekkor a sikeresen ütő játékosnak is a métához kell futni, s ha eltalálják, ugyanúgy kiesik, mintha saját ütése után futott volna. Így könnyen előfordulhat, hogy négyen-öten futnak a métához. Esetleg az egész csapat.

A játszó csapat addig játszó csapat, amíg az utolsó játékost is megdobták. Akkor a két csapat helyet cserél. Az is előfordulhat, hogy a játszó csapat tagjait egy kivételével mind megdobták. Akkor az az egy — nyilván a legügyesebb — addig üt, míg meg nem dobják.

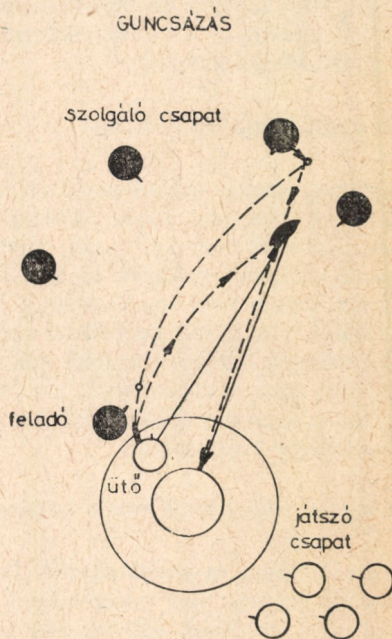
A játékot sem időben, sem térben semmiféle egységgel nem mérik. Addig játszanak, amíg meg nem unják.

A guncsázásról kevesen hallottunk. Szeretnénk megismerkedni vele

Rendkívül kemény játék, nagy erőt igényel. Csak nyílt terepen lehetett játszani. Sok rokonvonás van a két játék, a métázás és a guncsázás között.

A játékhoz szükséges egy guncsa, ami teniszlabda nagyságú, puhafából faragott golyó, és minden játékosnak egy guncsabot, amely kb. 80 cm hosszúságú, sodrófához hasonló bot, szintén puhafából készítették.

A játék kiindulópontja egy, a guncsabot által megrajzolt kör volt, melynek közepén egy, a mai golfjátékhoz hasonló gödör volt kiképezve (2. ábra). A játszó csapat tagjai a kör körül állottak, hogy egyik a másik után ütésre sorra kerüljön. A szolgáló csapat itt is arccal a kör felé fordulva a pálya szélén helyezkedett el. Egy társuk a guncsát 2—3 m magasra feldobta. A játszó csapat ütőjátékosa, arra előre felkészülve, derekát, vállát hátra szegezve, kezében a botot végénél fogva, karját hatalmas erővel dobásra lendít-



2. ábra

tette, és a botot a guncsa után dobta. A forgásban levő botnak kellett a felrepült golyót olyan módon eltalálnia, hogy az 50—60 métert repüljön. Az ütőjátékos ezután a kirepült botja után futott, azt felkapva visszarahant. A cselekvés befejezésének külső jele és nyomatékeként botja szabad végét beérkezéskor azonnal a tányér alakú gödörbe kellett nyomnia.

A kiütött guncsát a kint szolgáló csapat tagjai felkapták, és kézzel visszadobták a körbe. Ha mellé ment, akkor a körben feladó társuk ugrott utána, bal kézben tartva visszavitte a körbe, s jobb kezében levő guncsobotjával a gödört ő is megérintette. Ha az ütőjátékos később érkezett vissza botjával a körbe, mint a visszadobott guncsa, kiesett a játékból. Ha pedig az ütőjátékos nem találta el botjával a feldobott guncsát — úgy, mint a métázásnál —, meg kellett várnia következő ütőtársát, s azzal együtt futott ki a saját botjáért és vissza. Ha nem sikerült a bedobás előtt visszaérniük, mindkettő kiesett a játékból. A játékból való kiesés és a szolgáló csapat cseréje teljesen hasonló volt a métában már leírtakkal.

A guncsázás kemény, nagy erőt igénylő játék, de nem volt veszélyes?

De igen.

A guncsázás igen veszélyes játék volt, mert a röpködő fagolyó, nagy erővel elhajított bot szeszélyes légmunkája miatt pályájukat nehezen lehetett kiszámítani, súlyos sérüléseket okozhatott. Védőfelszerelés nem volt, a falusi legények ingben, gatyában játszottak. Ha meg is ütötték magukat, másnap bicegve, sántikálva, de szorgalmasan szántottak, kapáltak vagy kaszáltak. A kiöregedett guncsázó legények azért bizonyára ma is mosolyogva szemlélik a jégkorongozók öltözetét a televíziók képernyőjén, sportlapok hasábjain.

Köszönjük a játékok leírását, ismertetését. A falusi fiatalok ezeket a játékokat nem a testnevelési órákon, hanem tanítás után, szabad időben játszották. Milyen volt ezeken a falusi fiatalok magatartása?

Annyi év után most döbbenek rá, hogy a falusi fiataljaink közösségi magatartása mi-

lyen fejlett volt. Ma úgy mondanánk „fair play”, — amely bennük a játék során megnyilvánult.

Az első ilyen elv volt, hogy aki játszani akart, azt be kellett venni a csapatba. Ha a végén páratlanul maradt, akkor mindig a másodíknak választó együttesébe került. Ez egy kicsit kárpótlás volt, mert a másodíknak választó mindig az egy fokkal gyengébb játékosokat kapta. Ugyanez történt, ha sérült, fiatalabb vagy testi fogyatékos egyénről volt szó. Ha túl sokan akartak játszani a két kapitány olyan érveket említett, olyan helyzetet teremtett, hogy a játékban mindenki részt vehessen. Nagy sértésnek számított volna a falu mindennapos közösségi életében, ha valakinek a hozzátartozóját akár ezekből a játékokból is kiközösítették volna.

Sérüléskor is megmutatkozott a sportszerűség, mert sérülés esetén a játék megállt. A tapasztaltabbak kezelésbe vették a sebesültet, gondoskodtak az elsősegélynyújtásról, majd a játékot a sérülés súlyosságától függően folytatták, a csapatokat változtatták. Ha a sérült nem játszott tovább, akkor a másik csapatból az a játékos, akit választottak, önként kiállt. Ha a sérülés súlyosabb volt, a legények a játékot végleg abbahagyták. Mindenki szótlanul csendben szedelőzködött, s ballagott hazafelé.

Jómagam sokat métáztam és guncsáztam, igen sajnálom, hogy kiment a divatból, szokásból.

Köszönöm a beszélgetést.

Vissza a rongyabdákkal

SZENTGYÖRGYI ZOLTÁN

Nem hiszem, hogy sok kolléga őrizné szer-tárában a régi szegényes idők beporosodott emlékeit, az egykor házilag rongyból készített labdákat. A rongyabda ha pótolta is a költséges stukkabdákat, több volt annak helyettesítő eszközénél. A korszerűsödés szökőárja ezért nemcsak egy elavult segédeszközt tüntetett el, hanem azon játéklehetőségekkel is szegényebbé tette iskolai testnevelésünket, melyeket legcélszerűbben rongyabdákkal játszottunk.

A dobómozgásról

Az azóta eltelt évek alatt, éppen a műanyag hasznosításával nemcsak a kislabdagyártás technológiája lépett nagyot előre, hanem lényegesen megváltoztak ifjúságunk kisgyermekkori életkörülményei is. A köztudott bölcsődei, óvodai, iskolai-napközis körülmények (már csak balesetvédelmi szempontból is) szinte teljesen kizárják az öntevékeny dobójátékok lehetőségeit. A gyerekek szabad idejükben így nemcsak dobálgatni nem tudnak, hanem még társaik dobómozgását sem figyelhetik meg. Ezért is kell lényeges különbséget tennünk az alsó végtag természetes helyváltoztató képessége és az ún. természetes dobómozgás között.

Az iskoláskorra a már említett lábfun-kció a spontán fejlődés folyamán szükségszerűen alakul ki és fejlődik bizonyos készségi szintre. A dobómozgás viszonylatában azonban (éppen az említett okok miatt) legfeljebb csak kezdeti jártasságról beszélhetünk. Alsótagozatos testnevelésünknek ezért egyik fontos feladata a már kialakult lábfun-kció minél sokoldalúbb továbbfejlesztése,

illetve mint mozgáslehetőségnek minél eredményesebb kihasználása. A dobómozgás vonatkozásában különösen első, második osztályban legfeljebb az alapok lerakására, a mulasztottak pótlására gondolhatunk.

A dobómozgás sajátossága, hogy mindig egy bizonyos célfeladat teljesítéséhez kapcsol, ezért az egyre erősebb dobásokat igénylő feladatok fokozatosan megkövetelik a vállöv, a törzs és a lábak dobásban való részvételét. A dobómozgást éppen ezért eddig sem értelmettük csak karfunkcióként. Jellemzője, hogy a természetes tanulás folyamán az erő kifejtés dinamikus egysége a feladat teljesítése érdekében szinte magától értetődően rendeződik, és az erősebb dobásoknál a törzs és a vállak elfordulnak, a lábak szükségszerűen felveszik a kedvező dobóterpeszt. A dobás természetessége tehát abban van, hogy a tanulók a különböző játékeladatok teljesítésével szerzett mozgástapasztalatok alapján mindig képesek egy „magasabb szintű” feladat megoldására.

Igaz, dobásnak nevezzük alulról, oldalról diszkoszvetésszerűen végrehajtott kivétel is, de ezeket kezdő szinten azért értékeljük természetesnek, mert a minimális dobástapasztalatok hiányában a kar a dobásfeladatot csak így tudja a legegyszerűbben végrehajtani.

Amikor dobásról tesztek említést, akkor elsősorban a kislabdahajtás alapttechnikájára gondolok, mert a dobójátékok pontosabbra, messzebbre való törekvésének logikájából magától értetődően következik a fejlődés ezen útjának „végállomása”. Ezzel tulajdonképpen állást is foglaltam a kislabdahajtás „kétlépcsős” oktatása mellett.

Szakmai szempontból különbséget kell tennünk a dobástapasztalatok megalapozását célzó ún. nem szándékos tanulás és a kislabdahajtás technikai oktatásának felépítettséget biztosító szándékos tanulási formák között. A megkülönböztetett elsősorban az el-sajátítás módjára vonatkozóan értelmezem, így nem érintheti a tanulók hozzáállását a megadott feladatok tudatos végrehajtásában.

A nem szándékos tanulásnál a figyelem önkéntelenül a dobásfeladat sikeres végrehajtására irányul, vagyis a feladat teljesítésének szándéka módosítja a technikai végrehajtást. A kislabdahajtás technikáját azonban a legmesszebbre való törekvés célszerűsége jellemzi, így a tanulás közvetlen feladata

a leggazdaságosabb kivitel elsajátítása, tökéletesítése. A figyelem ebben az esetben a mozgás technikai végrehajtására, annak helyes kivitelezésére irányul elsősorban. Ezért sem kapcsoljuk össze a dobás technikai oktatását célfeladatokkal, sem maximális erőt igénylő dobásokkal. A maximális, gyors dobás ugyanis a begyakorlás folyamán kialakult feltételes és feltétlen idegkapcsolatok révén „rövidre zártan” zajlik le, így lehetlenné válik a kivitel közbeni szabályozás.

Ilyen szempontból bizonyos ellentmondást is feltételezhetünk, mert ha a tanulók nem rendelkeznek olyan megelőző dobástapasztalatokkal, hogy karból a dobást fel tudják gyorsítani, akkor szinte értelmetlenné válik az erőkifejtés kedvező helyzetének felvétele. Ez csak megerősödik, ha a tanulók a dobásban ennek szükségességét nem is érzékelhetik.

A dobás kezdeti értékelésének egyik igen természetes feladathelyzetére véletlenül jöttem rá. De az is igaz, hogy az alsó tagozatban nem véletlenül alkalmaztam a rongy-labdákat.

Egy szabadtéri óra előkészítő részében, a kézisergyakorlatok „szünetében” a következő játékos feladatot adtam. Tanulóim, mivel már előzőleg maguk körül egy kb. 1 m átmérőjű kört rajzoltak, a „ház” közepére egy kavicsot tettem. Ezt a „kisegeret” kellett a házban állva eltalálni. Amikor a játékot magam is bemutattam és törzsből előre hajolva a labdát fogó, lógó karomat dobáshoz felemeltem és dobtam, akkor éreztem, hogy a feladat, mint feladathelyzet, természetes kivitelezést határoz meg.

Az előre hajló törzshelyzetben a labda felvétele ugyanis a törzshöz viszonyítva közel azonos módon történik, mint a kislabdahajtásnál, vagyis előlről hátra, a dobás függőleges lefelé irányultsága a karokra ható gravitációs erő miatt pedig természetessé válik. A játékot, amikor a „puff neked kiseger” változattal játszottam, meglepve tapasztaltam hogy a labdafelvételt folyamatosan követi a lendületes dobás. A következő órákon a feladatokat megismételttem, és akkor figyeltem meg, hogy a gyerekek többsége a dobást már a vállak és törzs elfordításával úgy hajtja végre, hogy a kezdeti oldalterpeszállás bizonyos mértékű harántterpeszállássá módosult. A dobómozgás így már kez-

detben megtartotta egységét, és meglehetősen fel is gyorsult. A továbbiakban már céltatosan választottam olyan közismert feladatokat, melyekkel a függőleges dobás irányát kívántam közelíteni a vízszinteshez, majd a rézsútosan felfelé történő kidobáshoz. Az ismertetett módszert tulajdonképpen csak azon egykori dobójátékaink modellhelyzeteként értékelhettem, melyeket mindig szívesen játszottunk, ha gödörbe, árokba, folyó partjáról mélyen fekvő célokra dohattunk.

A rongylabda formálása

A rongylabda alkalmazásának igazi előnyei elsősorban a termi gyakorlatoknál, játékoknál mutatkoznak. A továbbiakban az ezzel kapcsolatos tapasztalataimat kívánom ismertetni néhány dobásfeladathoz és játékhoz kapcsoltan.

Termi használatra a nagyobb és puhább labdákat válasszuk, mert a dobás célja rendszerint a másik társ. A feladatokat mindig a két társ viszonylatában az alábbi szempontok figyelembevételével módosíthatjuk:

Társak dobástávolságának megválasztása.

Dobó- és céltárs testhelyzetei.

Dobásforma módosítása.

Céltárs passzív, illetve aktív magatartása.

Találati felület csökkentése, bővítése.

A pontot érő találat módosítása.

Segédeszközök, tornaszerek és társak bekapcsolása.

A gyakorlatokhoz a legcélszerűbb, ha a céltárs a dobótárral szembe, két bordásfal közé helyezkedik, mert így nemcsak a céltársak közötti megfelelő távköz biztosított, hanem az oldalirányú elmozdulás is határolt.

Ügyeljünk, hogy egyforma ügyességű tanulók álljanak párba, mert a pontot érő találatokat a céltárs ügyessége gyakran döntően befolyásolhatja. A jobban dobó társak kaphatnak nehezebb feladatot azzal, hogy vagy hátrábbról dobnak, vagy előnytelenebb dobóhelyzetet vesznek fel.

Kezdetben először háttal álló és passzívan viselkedő társra dobassunk. Nehezebb feladat, ha a céltárs már tetszés szerinti elmozdulásokat, helyzetváltozásokat végez. Ez esetben a célirányú dobás már időzítetté-

get is igényel, ami a távolság és a dobóerő összeegyeztetését feltételezi. Nehezebb feladatot jelent a mozgó társra való célbadobás.

A szemben álló társ mint mozgó célpont ugyanis természetesen kikényszeríti a dobóerő növelését, mert minél gyorsabb a dobás, annál nehezebb a társnak védekezni. Ezért is kerülnek értelemszerűleg alkalmazásra a megtévesztő mozdulatok (cselek) a taktikai ügyeskedések (a fizikai tehetetlenségi tempóhátrány kihasználása), és így a játékos gyakorlás észrevétlenül játékká módosul.

A gyakorlatoknál, versengéseknél mindig határozzuk meg az összes dobások számát, valamint a cseréket is.

A feladatokat a dobótárs szempontjából egyszerűen nehezíthetjük, ha növeljük a távolságot, időhöz kötjük a dobás végrehajtását, vagy szűkítjük a találati felületet. Például csak a nadrágon érvényes vagy a derék feletti találatot büntetjük azonnali cserével vagy az addig szerzett pontok elvesztésével. Érvénytelenítheti a találatot a céltárs azzal is, ha a labdát elkapja, belefejel stb.

A játékszabályokat, feladathelyzeteket természetesen bárki a helyi körülményeihez képest módosíthatja, sőt újabb lehetőségekkel is bővítheti.

Gyakorlatok és játékok

1. Dobások álló társra. A feladatok változatait először a dobótárs (1. ábra), majd a céltárs (2. ábra) viszonylatában rajzban szemléltetjük.

2. Dobások mozgó társra. El kell határolnunk a hátat fordító céltárs ún. passzív és szemben álló aktív feladathelyzeteit.

a) A társ szemben állva várja a dobást, és csak annak pillanatában ugrik el a találat elől (3. ábra). A célzást megnehezíti, hogy a céltárs jobbra balra hajlonghat, leguggolhat stb.

b) A céltárs ide-oda mozogva, szökdelve testhelyzeteket változtatva nehezíti meg a célzást.

3. Dobjál gólt. A játékban a céltársnak kihangsúlyozottan védő feladata van, azaz meg kell akadályozni a gólszerzést.

a) A céltárs folyamatosan ismételve a dobással szemben állva, alapállásból oldal-

terpeszállásba ugrik és vissza. A dobótárs feladata, hogy a terpesztett lábak között gólt dobjon (4. ábra).

b) A céltárs fekvőtámaszba helyezkedik, és a hasa alatt kell gólt dobni. (Védése hasonfekvéssel, 5. ábra.) Mindkét játék változatként játszható úgy is, hogy a kezdeményező a céltárs, azaz a lábterpeszek felvétele nem folyamatos, és a fekvőtámasznál is csak akkor lehet dobni, ha a céltárs hasonfekvésből felemelkedett.

4. Labdavadászat. A céltárs a dobás irányával 90%-os szögbe áll, és lehetőleg nyújtott karral, egy felfújt labdát helyben „vezet”. Ezt kell eltalálni a dobónak (6. ábra). A céltárs háttal a dobónak a labdát két kézzel folyamatosan a feje fölé dobja és elkapja. A dobótárs pontot csak akkor kap, ha a levegőben levő labdát a bordásfal feletti magasságban találja el (7. ábra).

5. Párbaj. Mindkét társnál egy labda, feladat: ki tudja a másikat előbb eltalálni (8. ábra). Megengedett az előrehaladás, cselezés stb. Amennyiben az egyik fél a labdáját már kidobta, akkor ezt csak félpályára célt állva szerezheti vissza. Ez esetben, ha a találatot kivédi, labdáját visszakapja, a játék folytatódik tovább.

Régi iskolámban a rongylabdák pótlásáról a mindenkori 5. osztályok gondoskodtak. A mintadarabok alapján nagy gondal készültek el a kb. 8–12 cm átmérőjű labdák. A jó labdának megvolt a megfelelő súlya, de ennek ellenére mégsem volt kemény. Fogásnál könnyen benyomódott, tompán pattant, így nem gurult messzire, és ha valakit eltalált, nem okozott fájdalmat, sérülést.

Külön tároltuk a nagyobb méretű és puhabb labdákat. Kiosztása egyszerű volt, mert kigurítottuk a hálóból, és mindenki választhatott a különböző színű és mintás darabokból.

Nem volt baj, ha óra végén véletlenül egy-két darabbal kevesebb volt a zsákban, hiszen mindig volt tartalék bőven. A rongylabda valahogy mindig amolyan kifogyhatatlan fogyóeszköz volt.

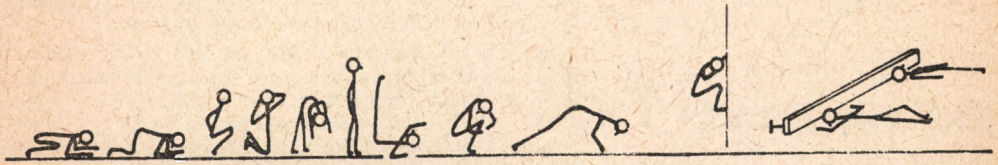
Egy eszköz pedig, ha hasznos, nem kerül semmibe és kifogyhatatlan, miért nem alkalmazzuk?



1/a ábra Dobóhelyzetek



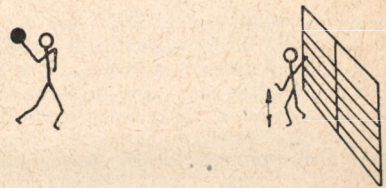
1/b. ábra



2. ábra Álló célhelyzetek



3. ábra



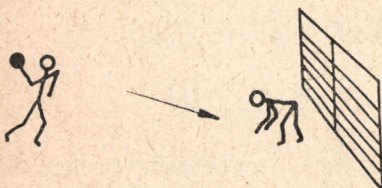
3-4 m
6. ábra



4. ábra



7. ábra



5. ábra



8. ábra

A játék neve: „STUKK”

Létszám: tetszőleges.

A játék eszköze: egy kézilabda nagyságú gumilabda.

A játék ismertetése és menete

Egy kijelölt tanuló a „STUKK”, aki a játéktér közepén labdával a kezében állva várja a játék megkezdésének jelét. A többiek szétszórva, ülve helyezkednek el a játéktéren (úgy mint a pókfocinál). A stukkuk az a feladata, hogy dobásával érvényes felületen eltalálja valamelyik ülő társát, hogy ezzel szerepcserre következhesen be. Az ülő játékosok lábukat megemelve gyors ollózó, bicikliző, védő lábmozgással igyekeznek megakadályozni a találatot.

A stukk által eldobott labdát az ülő játékosok lábbal egymásnak továbbpasszolhatják, hogy ezzel is megnehezítsék a stukk helyzetét, az ellenfél labdabirtokbavételét.

A játék szabályai

A stukk a labdát csak arról a helyről dobhatja, ahol megfogta. Az új stukk az lesz, akit térde felett bárhol eltaláltak. A térd feletti találat akkor is érvényes, ha ez az egymás közötti passzolásnál következik be. Ilyen esetben, amennyiben a stukk ezt észreveszi, hangosan kiáltja: stukk, és rámutat a póruljárt ülő társra, majd azonnal leül. A szerepcserre akkor is megtörténhet, ha a stukk észreveszi, hogy valaki nem pók, vagy rákjárással változtat helyet, hanem négykézláb vagy felállva. Minden tanuló célja az legyen, hogy a játék folyamán egyetlen egyszer se legyen stukk.

Egyéb tudnivalók

A stukk mozgását aktív testi beavatkozással akadályozni tilos! A játék sokoldalúsága (passzolás, erős-gyenge és cseles dobások és átugrások, a találatok kivédése, taktikai érzék a labda megszerzése közben, a fizikai megterhelés stb. miatt) megköveteli ezen feltételek megalapozottságát.

Nagy Tamás

Tudom, hogy több kolléga fáradozik azon, hogy a téli hónapokban iskolájában jégpályát létesíthessen. A jégpálya készítéséhez azonban nemcsak hideg kell, hanem elég idő is. Így előfordul, hogy amire a jégpálya elkészült, az idő megenyhül.

Iskolámban már évek óta hagyomány a jégpálya-készítés, és ha a betonszegélyes játéktér felöntése még nem készült el, és hirtelen lehül a levegő, „gyorsfagyasztással” tesszük alkalmassá a bitumenes kézilabdapályánkat a téli foglalkozásokra.

A jégpályát a meteorológiai brigád tagjai készítik (ahol a szülők rendszerint korán kelnek), és ha a reggeli hőmérséklet eléri a mínusz 8–10 fokot, akkor az iskolába bejönnek, és finom porlasztott locsolással a túlhűlt bitumenes pályát több rétegben locsolják. (A vizet mindig egy irányban haladva, sávosan „terítsük”, mert a sávok így egymáshoz csatlakozva, fokozatosan fedik be a pályát. Mire az utolsó sávval végzünk, már megfagyott első sávra locsolhatjuk a második réteget.) Ezzel az eljárással már reggel 8 órára elkészülhet a korcsolyázásra alkalmas jég, mely mindig kibír egy egész délelőtti üzemelést. A gyorsfagyasztás alkalmazásának feltétele tehát a megfelelő hideg és a bitumenes altalaj.

A brigádtagok önként vállalt feladata felelősségteljes, mert ilyen hideg esetén a testnevelési órára már mindenki természetesen magával hozza a korcsolyáját, és ha nincs jég, megtörténik a „károsultak” részéről a felelősségrevonás.

Nagy Tamás

*Minden kedves
olvasónknak
kellemes
karácsonyi ünnepeket
és boldog,
sikerekben gazdag
új évet kíván*

A SZERKESZTŐ BIZOTTSÁG

S ezen nagyon sokat segítene, ha a nyelvművelés már a bölcsődétkben megkezdődne. Persze ehhez az is szükséges lenne, hogy a bölcsődétkben dolgozók, az óvónők — szakképzésük során is — többet foglalkozzanak anyanyelvünkkel.

Bálint István

Beszéljünk, tanítsunk helyesen magyarul!

Egyre több rádiós, televíziós adást, újságcikket olvashatunk a magyar nyelv helyes használatáról. Ám ezeket nem hallgatják, nézik, olvassák mindazok, akiknek szükségük lenne rá. Nem kapnak megfelelő képzést a pedagógusok sem — sokszor beszélnek helytelenül. Így nem csoda, hogy a tanítványok követve a „mestert” tovább rontják nyelvünket. Egyre több az olyan újságcikk — a hivatalos iratokról nem is beszélve —, melyben számos magyartalanságot találhatunk. Ezért is fontos, hogy pedagógusaink — s a testnevelő tanárok is — mindent megtegyenek nyelvünk védelmében.

Az alábbiakban néhány jellemző hibát kívánok felsorakoztatni.

Kezdeném néhány felirattal, újságcikkkel.

Nem egy sportverseny előtt olvashatjuk, hallhatjuk: „a versenyt a ... *bonyolítja*”. Van elég bonyodalom a sportéletben, kár azt még tovább bonyolítani... A *bonyolítani* ugyanis annyit jelent, mint összekuszálni, összekeverni, bonyolultabbá tenni. Ennek befejezett formája és egyben ellenkezője a *lebonnyolítás*, azaz a bonyodalmak megszüntetése. Ki írja és ki lektorálja ezeket a táblákat, cikkeket?

Egy másik — több helyen is látható — tábla: *ortopéd cipőkészítő*. Eszerint nem a láb, illetve a rákerülő cipő ortopéd, hanem aki készíti. Nyilván azt akarták tudomásunkra hozni, hogy: *ortopédcipő készítő*, esetleg kötőjellel: *ortopédcipő-készítő*. Vigyáznunk kell a szóösszetételekkel! Az egy fogalmat alkotókat írjuk egybe, s a hozzá csak kapcsolódókat külön — esetleg kötőjellel.

A televízióban hallottam: *új tározót építenek*. A *tározó* az a személy vagy tárgy, aki *tárol*. Amit építettek, az viszont az *új tároló*.

Hasonló példák tömegét hallhatjuk a rádióból, a televízió műsoraiból, olvashatjuk az utcán a cégtáblákon, a hirdetésekben, az újságokban. S aztán később előadásokon, társasági beszélgetésekben s végül a szépirodalomban is.

Ez ellen jelenlegi anyanyelvi nyelvhelyességi propagandánk, felvilágosító munkánk nem sokat tehet. Különbön is: a rossz gyorsan terjed, meg kell tehát előzni létrejöttét, fel kell vértetni magunkat és tanítványainkat a nyelvrontás ellen.

A szakfelügyelő szerepe a tanári munka tökéletesítésében

A lengyel oktatási rendszer reformja 1978 szeptemberében kezdődött, — írja Ludwiczak Z. Ez a testnevelő tanároknak is új és nem könnyű feladatokat jelent. Szükséges állandó továbbképzésük és munkájuknak korszerűsítése. Különösen fontos, hogy megismerjék a megreformált iskola egyes tantárgyainak tanterveit, tanulmányozzák a bennük levő megismerési és eszmei nevelő tartalmat, és alkalmazzák a nagyobb hatékonyságot előmozdító módszereket.

A testnevelési szakfelügyelő jó és tapasztalt tanár legyen. Jellemezze a magasfokú eszmeiség és politikai öntudat, a célok kiválasztásának és megfogalmazásának készsége, az általános és szakmai tudás, és tudjon hatni a tanárokra.

A szakfelügyelő egyik fő feladata az *önképző* csoportok irányítása. Az *önképző* csoportok 5—10 főből állnak. Ezek először 1964-ben alakultak meg. Évente 2—4 összejövetelt tartanak. Az *önképzőkör* munkája nagyrészen az ott kialakult légkörtől függ.

A szakfelügyelő négyévenként legalább egyszer jusson el minden iskolához, a rászoruló pedagógusokhoz többször. Évente 150—200 testnevelési órát látogasson, beleértve a sport- és egyéb foglalkozásokat is. A tanárokat buzdítsa pedagógiai felolvasások írására.

(*Wychowanie fizyczne i higiena szkolna*, 1978. 8., 251—253.)

Az NDK tömegsportmozgalma

Az NDK-ban a lakosság testnevelési rendszerének az alapja „*A munkára és a haza védelmére kész*” tömegsportmozgalom. Nagy népszerűségnek örvend. A szintek teljesítése szerepel a különböző versenyek és sportünnepélyek műsorában. Az iskolákban pedig ez a tantervek alapja.

1951-ben vezették be a tömegsportmozgalmat, azóta többször változtattak rajta, legújabbán 1977-ben. Jelenleg hat fokozata van 6 és 45 éves kor között, illetve 45 év felett. A próbák teljesítését pontozzák, és az elért pontszám alapján adják a *bronz*-, az *ezüst*- és az *aranyjelvényt*. A bronzjelvény elnyeréséhez szükséges eredmények nem magasak, az ezüstjelvényhez már rendszeres és célirányos sportolás szükséges. Az aranyjelvény megszerzése pedig feltételezi a fizikai munkaképesség magas színvonalát, és beszélgetést is folytatnak a próbázókkal a szocialista testkulturáról.

(*Fizicseszka Kultura v škole*, 1978. 10. 63—64.)

Raiko Petrov: A szabadfogású birkózás alapjai

(Sport, Budapest, 1980. 212.)

Kár, hogy a könyv nem az eredeti címmel jelent meg: „A szabadfogású birkózás alapjai gyermekeknek és serdülőknek”. Ezért könnyen előfordulhat, hogy pont azok a tanárok és edzők nem figyelnek fel a könyvre, akiknek szól. Nagy kár lenne, ha ez így történne, mert ez a mű a birkózás nagyszerű szakmai hírverése, az utánpótlás-nevelésben nélkülözhetetlen.

A könyv szerkezete öt, logikailag egymásra épülő részre osztható. Az első részben a szerző felhívja a figyelmet a fiatalok életkori sajátosságaira, a mozgási szervrendszer, a légző- és keringési rendszer, valamint az idegtevékenység felnőttéktől eltérő, sajátos jellegére. Hangsúlyozza, hogy a gyermekkorban megszerzett mozgáskészségeket magas fokú tartósság jellemzi. Éppen ezért a kezdeti időszakban elkövetett technikai hibákat később nagyon nehéz kijavítani.

A második részben a felkészítési módszerről ír a szerző, és kiemeli, hogy a nemzetközi élvonalban a fiatal birkózók felkészítése is egyre inkább a személyiség sokoldalú, harmonikus képzésére irányul. Az

edzőnek törekednie kell a sportoló értékes erkölcsi tulajdonságainak kialakítására, a fizikai fejlődés harmonikus javítására, az elméleti, technikai, taktikai ismeretek bővítésére, a sportoló pszichológiai felkészítésére és a sporthigiéniai szokások kialakítására.

A harmadik részben azt az „örök kérdést” elemzi, hogy hány éves korban célszerű elkezdni a birkózást. A modern sporttudomány szerint az alapozáshoz a legkedvezőbb életkor a 9—11 év. A speciális felkészítés pedig 13—14 éves korban kezdődhet.

A könyv negyedik részében a szerző a birkózás taktikájáról, az ötödik részben a szabadfogású birkózás technikájáról szól. A szerző a technika oktatásának „klasszikus” formáját követve a magyarázat és a kép (rajzos bemutatás) együttes alkalmazásával ismereti a tanulóknak megtanítandó fogásokat.

Hasznos, az iskolai gyakorlatban is jól felhasználható ez a szakkönyv. Szemléletében korszerű, harcol az ellen, hogy a gyerekeket a nevelők többsége kis felnőttként kezelje, náluk is a felnőtteknél bevált modelleket alkalmazza. Ez a felfogás ma már túlhaladott.

Belinskyj szép szavaival, a könyv mottójával ajánljuk a művet a kartársaknak: „Az emberi fejlődés sajátos, egymással összefüggő életszakaszokból áll, amelyeket nem szabad összezavarni, mert ezzel magát a fejlődést fojtjuk el... A gyermek maradjon gyermek, és ne legyen serdülő, még kevésbé érett férfi... Minden szép és csodálatos, ha harmonikus és megfelelő az egyéneknek. Mindennek megvan a maga ideje.”

Nagy Sándor

Dr. Miltényi Márta: A sportmozgások anatómiai alapjai

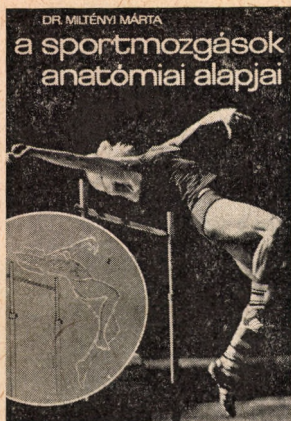
(Sport, Bp., 1980. 558.)

Valamennyien, akik a Testnevelési Főiskolán anatómiát tanulunk, emlékszünk azokra a botladozó lépésekre, amelyeket az anatómiával történő ismerkedés és tanulás jelentett. A mostani TF-esek szerencsésebb helyzetben vannak: ezzel a könyvvel a Testnevelési Főiskola hallgatói számára készült anatómiai tankönyv I. kötetét kapták kézhez. Most már csak tanulniuk kell.

Úgy gondolom, ez a tanulás azonban ránk is, már végzetekre is, vonatkozhat. Amíg korábban a megtanult képletek halmaza között nehezen ismerhettük fel az emberi test felépítésének és működésének összefüggéseit, valóságos térbeli helyzetét, ennek a könyvnek a felépítése az átlagostól több vizuális élményt nyújt. A szerzőnek sikerült a száraz, statikus anatómia helyett funkcionális anatómiát nyújtó könyvet készíteni. Ez pedig lehetővé teszi a mindennapi munkában mutatkozó kérdések alaposabb és tudományosabb megválaszolását.

A könyv két nagy részre osztható. Először a mozgás passzív szervrendszerét, a csont- és izülettant tárgyalja, majd az emberi izmokkal foglalkozik. Már ezeknek a kérdéseknek feldolgozásánál is feltűnik az elemzés átgondolt, didaktikailag kiforrott módja —





dr. Miltenyi Márta másfél évtizede tanít —, de számunkra az újdonságot az összefoglaló táblázatok és a sportmozgások anatómiai elemzése jelentette. Ezekben megtalálhatjuk a mozgás végrehajtásában részt vevő izmokat, az ízületek mozgását.

Külön kell szólni az önálló értéket képviselő ábraanyagról (az 558 oldalas könyvben 440 ábrát találunk), amely a szöveggel szerves egységet alkot, és így nagyszerűen segíti a tanulandó anyag mély elsajátítását.

Minden megjelenő könyv „csapatmunka” eredménye. A könyvet tekintve a már elemzett tartalmi színvonal mellett nem marad el a könyv megjelenési formája, amely a kiadó és nyomda igényes és bizonyára fáradtságos, de hasznos munkáját mutatja. Valamennyiüknek csak gratulálni lehet.

A könyv minden testnevelő tanár munkájában nélkülözhetetlen, ezért öröm lenne, ha valamennyien megismerkednének a sportmozgások anatómiai alapjaival.

J. J.

Két könyv — és néhány folyóirat

Az olimpiák évében megjelennek az ótkarikás játékokkal foglalkozó ismertetések, tanulmányok, könyvek. Talán nem is baj, hogy e munkák összesűrítve látnak napvilágot, hiszen az olimpia évében sokkal nagyobb az érdeklődés e mozgalom iránt, mint máskor, azok is kezükbe veszik e műveket, akik máskor minden valószínűség szerint átsiklanának fölöttük.

Az 1980-as év az olimpiával foglalkozó írásk számában rekordtermést hozott. Ez minden bizonynyal több oknak is köszönhető: először került sor olimpiára szocialista országban, egyes államok bojkottálták, lehetetlenné akarták tenni az olimpiai mozgalmat, hazánkban az utóbbi években jelentősen megnőtt a sport népszerűsége, a fejlődő tömegkommunikáció több kiadványt tesz lehetővé. A — még nem gazdag, de az eddigieknél bővebb — termésből most két könyvvel és három folyóirattal szeretnék foglalkozni.

Kezdjük a könyvekkel.

M. I. Finley és H. W. Pleket magyarul először megjelenő könyvének címe: *Az olimpiai játékok első ezer éve* (Móra Könyvkiadó, 1980. 156 p.). A könyv többet nyújt, mint a hasonló témával foglalkozó írások általában, többet ölel fel, mint amit a cím jelez: bemutatja az ókori Görögország sportját, messze túltekinve az olimpiai játékokon. Természetesen a fő helyet ez foglalja el: megismerjük az olimpiai játékok célját, színvételét, lebonyolítási rendjét. De foglalkoznak a szerzők az olimpiai játékok politikai jelentőségével, helyével a másutt — például Delphoi — rendezett versenyek között. Megpróbálják feltárni a meglehetősen szegényes adatok birtokában a sportágak és maga a játék eredetét, a lebonyolítás rendjét, a szabályokat, a használatot — vagy használhatót — felszereléseket. És itt kezd a könyv többet mondani annál, amit az e témával foglalkozó írások általában nyújtanak, amit a sporttörténeteszek, az ókortörténeteszek s a sportrajongók táborának nem kis hányada is többé-kevésbé ismer. Megismerjük a nézőket, a rájuk vonatkozó rendszabályokat. Megtudjuk, hogy kik és hogyan örködték a versenyek tisztasága fölött. Tudomásunk szerünk a kor ifjúsági sportjáról, a győzteseket megillető nyereményekről. Jelen vagyunk az atléták edzéseinél, felkészülésénél, egyiket-másikat még más sportversenyre is elkísérjük. Megismerjük az edzők munkáját, s még arról is értesülünk, hogy milyen karriert futtatott be — akár a politikai életben is — egy-egy kiváló sportoló.

Külön érdeme a szerzőpárosnak, hogy nem egy, gondolkodásunkban meggyökerezett hiedelemmel (tisztá amatőrizmus) is leszámolnak. A kötet megértését számtalan kép, térkép, rajz segíti, s az élvezetes stílusban megírt munkát — melyet kiváló írók és irodalomtörténészek, Szobotka Tibor ültetett át magyarra — irodalmi példák teszik teljessé. Az izléses kiállítású könyvet a testnevelők és a tanulók éppúgy élvezettel és haszonnal forgathatják, mint a sportrajongók vagy akár a humán szakos tanárok.

Keresztényi József munkájáról nem lehet úgy megemlékezni, hogy ne idéznénk fel a nagy elődöt, Mező Ferencet. Sokáig, nagyon sokáig az ő műveiből ismertük meg az újkori olimpiákat. A stafétabotot Keresztényi József vette át. Állandóan bővített tanulmánya immár a negyedik kiadást éri meg, nemcsak formában és terjedelemben, hanem tartalmában is gazdagodva (Keresztényi József: *Az olimpiai története. Olimpiától Moszkváig*. Negyedik, átdolgozott és bővített kiadás. Gondolat, Budapest 1980. 388 p.).

A munka tulajdonképpen antológia, gyűjtemény — nem a szó eredeti értelmében. Foglalkozik sok mindennel, — de nem tud mindennel teljes részletességgel foglalkozni. Ez különbözteti meg az előző könyvtől, mely csak az ókori olimpiákat tárgyalta. Keresztényi József minden lényeges dolgot bemutat, minden fontosat közöl, ami az olimpiákkal kapcsolatos — azt lehet mondani, hogy műve az olimpiai tudnivalók antológiája, breviáriuma. S amit elmond, azt el kell mondania, a téma „bűne” tehát a könyv heterogenitása.

Killanin Ajánlása, dr. Csanádi Árpád Előszava, Coubertin olimpiai aranyérmes ódája után kezdődik tulajdonképpen a könyv: a görögök versenysportja, az ókori olimpia bemutatásával. Tárgyát nem elemzi olyan részletesen a szerző, mint a fent bemutatott

páros tette, — de míg a téma ott a főcél volt, itt csak a kiindulási alap. Ezután kerül sor az „olimpiák nélküli korszakok” rövid bemutatására, majd a modern olimpiai játékok létrejöttének részletes ismertetésére. Megismerjük Pierre de Coubertin s vele együtt a mozgalom kezdetének nagy magyar alakja, dr. Kemény Ferenc életét, tevékenységét, de találkozunk olyan kérdésekkel is, hogy részt vett-e Bartók Béla a szellemi olimpia zsűrijében. E fejezet mutatja be a rendezvények legfontosabb szabályait is. Külön érdeme a szerzőnek, hogy a nemzetközi életbe bekapcsolódó magyar sportmozgalom e részben is méltó helyet kap.

A IV. fejezet az olimpiák története 1896-tól 1980-ig. Az egyes olimpiai játékokról szóló alfejezetek bemutatják a mozgalom fejlődésének legfontosabb állomásait az újabban bevezetett vagy éppenséggel megszüntetett sportágakat, a legfontosabb eseményeket, botrányokat, kiemelkedő egyéniségeket, eredményeket. Végül esszészerű eszmefuttatás zárja a könyv szöveges részét (Gondolatok az olimpizmusról).

Ezután következnek a Függelék, mely sokunk számára bizonyosan izgalmasabb, érdekesebb olvasmány, mint a könyv eddigi — egyébként kiváló — része. Több, mint száz oldalon számtalan, a sportrajongók és a szakemberek számára egyaránt nélkülözhetetlen adat, esemény, név, szabály. Helyszűke miatt csak ízföltőt tudunk nyújtani a legfontosabbakból: Olimpiai kronológia — Az olimpiák színhelye — Olimpiai sportágak és versenyszámok, bemutatók és kiállítások — Az olimpiák résztvevői — Olimpiai győzteslisták — Olimpiai győzelmeink és helyezéseink — A magyar olimpiai bajnokok életrajzi adatai — A Nemzetközi Olimpiai Bizottság — A Magyar Olimpiai Bizottság. Végül részletes bibliográfia következik, mely felöleli az olimpiák kezdetére vonatkozó ókori forrásokat éppúgy, mint az olimpiai győztes irodalmi műveket, s a Magyarországon megjelent olimpiai műveket. Nem szabad megfeledkezniünk a kiváló képanyagról sem, amely bemutatja az ókori olimpiákat, válogatást ad a győztesekről, a szellemi versenyek termékeiből, a nagy szervezőkről s mely felsorakoztatja a magyar bajnokokat is.

Kitűnő könyvet jelentett meg tehát a Gondolat Kiadó, olyan nagyszerű munkát, melyet a szakember éppolyan érdeklődéssel forgathat, mint a sport iránt csak időszakosan, esetleg egy-egy olimpia idején érdeklődő. Kár, hogy a modern kori győzteslista szedése nem ad lehetőséget arra, hogy a megjelenés óta lezajlott moszkvai játékok győzteseit házilag bírjuk, — új kiadásra legfeljebb négy év múlva kerül sor, addigra a győztesek nagy része feledésbe kezd merülni. Azt is sajnálni tudjuk, hogy a könyv csak az aranyérmeseket sorolja fel, az ezüst- és bronzérmeseket nem. Igaz, ez vagy 60—70 oldallal megnövelné a terjedelmet, de legalább olyan érdekes olvasmány lenne, mint a győztesek listája. Végül, ha a képanyaghoz kérhetünk valamit a jövőendő kiadástól: egy-egy emlékezetes, építészetileg is érdekes színhely bemutatását.

Keresztényi József eléggé nem dicsérhető könyvét lapozgatva jut eszünkbe könyvkiadásunk egyik nagy adóssága: a szellemi olimpiai versenyek győzteseinek s műveinek bemutatása. Ha kiadóink valamelyike vállalkozna a megjelentetésre, bizonyára

akadna szerző is a könyv megírására, összeállítására s a könyvterjesztőknek nem kellene attól félnie, hogy a kiadvány raktáron maradna.

Térjünk át a folyóiratokra.

A *Művészet* 1980. júliusi száma a Sport és művészet alcímet viseli. Szabó Miklós tanulmánya a görög sport tükröződéssel foglalkozik a görög művészetben. Takács Ferenc a jégkorszaktól a modern korig tekinti át a testkultúra művészi ábrázolását, Menyhárt László az atléta kosárlabdajáték ürügyén tekinti át a labdajátékok kialakulását és művészi megjelenítését. Csete György az olimpiákat befogadó épületekkel foglalkozik, bemutatva néhány modern létesítményt, s egyben értékelve is ezeket. A szerző leszögezi: „Ahol érthető építészettel találkozunk, az egy-egy nép, nemzet sajátos építészeti kultúrája volt, rend és harmónia. Ahol a fundamentumok hiányoztak, ott csak zavart, szétesést tapasztaltunk, a félreérthetően nemzetközinek nevezett építészeti nyomán, vagy középserűséget.” S bár az idézet sportlétesítményekről szól, talán érdemes lenne a nemzeti himnuszt, a nemzeti zászlót félreállítani kívánóknak ezen a tagadhatatlan tényen elgondolkodni. Az APN anyag alapján készített összefoglaló a XXII. Nyári Olimpiai Játékok létesítményeit és grafikai arculatát mutatja be, kezdve ez utóbbit a felejtethetetlen Misától az ipari formatervezett grafikus útjelzőtábláig. Krasovec Ferenc rövid összefoglalót közöl az 1912—1948. közötti olimpiai művészeti versenyekről. Somogyi György érdekes megállapítást fejtet meg Sport és Művészet című cikkében: „A legszentebb dolgok kifejezésére sport és művészet nem véletlenül bizonyult egyaránt alkalmasnak: az önmegvalósítás és a művel való kapcsolat tekintetében a művész és a sportoló helyzete hasonló. Tevékenységükben hasonló módon merülnek el, s hasonló követelmények előtt állnak.”

Talán a fenti két idézet is bizonyítja, hogy mennyire találó a folyóirat e számának tematikus alcíme: nem „Sport a művészetben”, hanem „Sport és művészet”. „És” kötőszóval, egyenrangú félként.

A *História* című, a történelem iránt érdeklődőknek szóló folyóirat „Olimpiai és sporttörténeti különkiadás”-sal hódol a Játékoknak. A legkülönbözőbb történelmi korokkal foglalkozó cikkek a sport történelmi, életmódbeli szerepét mutatják be. Ízföltőül, kedvcsinálóként néhány cím: Az olimpiai eszme születése — Amatőrök és profik az ókori sportéletben — Sportolók Pannonföldön — Sport, városiasodás, polgárság — A parasztiújás sportja a polgári Magyarországon — Csonka olimpia, 1920. — Munkássport, munkásolimpia — Eredmények, hibák a sportpolitikában (1954) — A lovagi torna — Magyar újságok az olimpiákról — Testkultúra, iskolai oktatás a polgári kor hajnalán — Sport, divat, szabadidő. A hiányos felsorolás is mutatja: a különbözőadásban mindenki megtalálja az őt érdeklő témákat.

Végül egész röviden — kedvcsinálóként — a *Fotó* 1980. júliusi számának néhány cikkcíme: Egy eldugott sportfotógyűjtemény — Amatőr a sportpályán — A különböző technikák és a sportfotózás.

Mindhárom folyóirat számos, házi diázásra, tablóképzésre, epizkópos vetítésre alkalmas képet is közöl.

Andor György

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Д-р Надь Тамаш</i> : Исторический обзор изменений в целях, задачах и требованиях обучения физкультуре III.	161
<i>Киш Эржебет</i> : Пионерская олимпиада в городе Сольнок	166
<i>Жакаш Кальман</i> : Участие мыслительных действий в начальном этапе учения движения и в упражнениях у детей в 4—5 лет.	171
<i>Тенкеи Антал</i> : Опыт использования тестов за 4 года	178
<i>Шоморъи Ласло</i> : Старые народные игры	180
<i>Сентдёрди Зольтан</i> : Тряпичный мяч опять на уроке физкультуры	184
<i>Иде и новости</i>	188
<i>Спорт и язык</i>	189
<i>Рецензии на книги</i>	190

INHALT

<i>Dr. Nagy Tamás</i> : Historischer Überblick über Ziele, Aufgaben und Anforderungen des Lehrfachs III.	161
<i>Kiss Erzsébet</i> : Landesentscheid der Pionierolympiade in Szolnok	166
<i>Zsakay Kálmán</i> : Die Anteilnahme des Denkvermögens im Anfangsstadium des Erlernens der Bewegung und bei derer Übung bei den 4—5 jährigen Kindern	171
<i>Tenkei Antal</i> : Erfahrungen über die vier Jahre des Lehrfachtests	178
<i>Somorjai László</i> : Alte Volksspiele	180
<i>Szentgyörgyi Zoltán</i> : Zurück mit dem Stoffball	184
<i>Ideen, Neuigkeiten</i>	188
<i>Sport und Sprache</i>	189
<i>Buchbesprechung</i>	190

Az iskolai testnevelés Svájcban

Svájc 22 kantonra oszlik. Mindegyiknek saját alkotmánya és kormánya van. Egységes közoktatási rendszer nincs. A belügyminisztériumok alá tartozó iskolákban a gyermekek oktatása 6 vagy 7 éves korban kezdődik, és 9 évig tart. Az V—VII. osztály után 2—4 évig a népiskola felsőbb osztályaiban, a reáliskolákban vagy a progimnáziumban lehet továbbtanulni. A legtehetősebbek és a legjobban felkészültek a progimnáziumban, s utána a gimnáziumban folytatják tanulmányaikat. Felsőoktatási intézménybe csak a gimnáziumot végzettek kerülhetnek. A bázeli egyetemen működik gimnasztikai és sportfakultás is, melyen 3 éven át testnevelő tanárokat képeznek.

Az iskolákban heti 3 óra testnevelés van. Kevés a szakos tanár. A népiskolákban általában nemszakos tanárok tartják a testnevelési órákat. 1972-ben kiadtak egy törvényt a gimnasztika és a sport fejlesztéséről, és ennek alapján elkészítették a módszertani segédleteket az egyes osztályok számára, a testnevelés ma sem tartozik a fő tárgyak közé, s ezért az iskolák vezetői nem fordítanak rá figyelmet.

A tanterv évi 107 órával számol. Torna, úszás, atlétika és sportjátékok szerepel benne. Van főanyag és kiegészítő anyag. Az utóbbit (pl. gyorskorcsolyázás, sízés, magashegyi sízés) a tanár tervezi lehetőségei szerint.

A tanulók a félév és az év végén osztályzatot kapnak. A VIII. osztályban pedig vizsgát kell tenniük. Az ellenőrző gyakorlatokat a tanárok állítják össze.

Január 9-től 14-ig sportnapokat tartanak az iskolákban. Ekkor tanítás nincs, a tanulók a nap jó részét sportolással töltik.

(*Fiziceszkaja Kultura v škole, 1979. I. 59—60.*)

A gyermekek sportmotívumai

Sliwinski W. három kérdéscsoportban vizsgálta a 2—8 osztályos leány- és fiútanulók között a sport iránti elkötelezettség motívumait. A 2. osztályos gyermekek szerint a sportot rendszeres tréninggel és erőfeszítéssel kapcsolatosnak tartják, de kellemesen érzik magukat a versenyek után. Az 5—6. osztályos fiúk értékelik a sport esztétikai szempontjait.

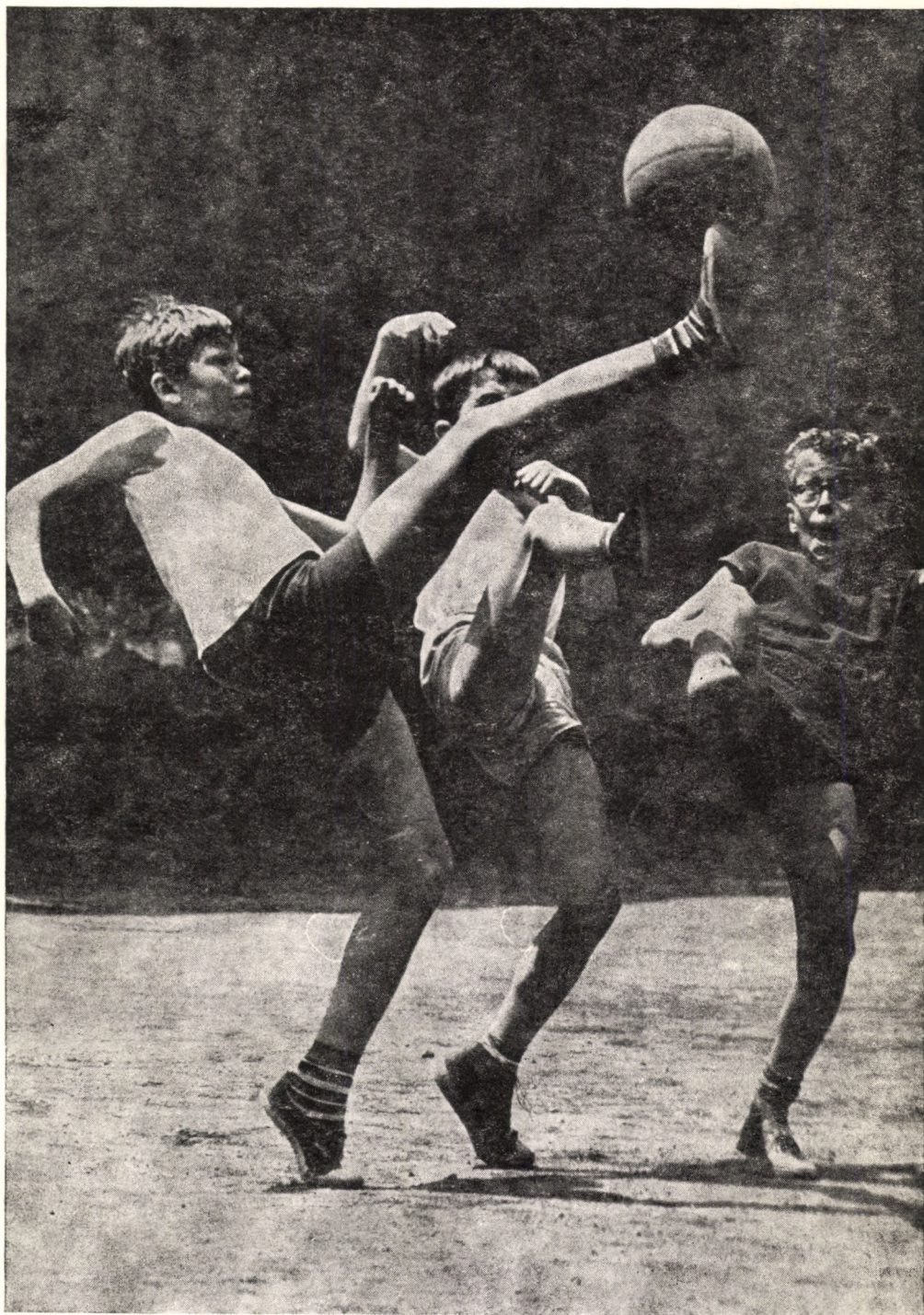
A vizsgálatok második kérdéskörére írásbeli választ kértek a tanulóktól a kérdésekre. Az 5. és 8. osztályos tanulók szerint erősnek érzik magukat, amikor sportolnak, azt nem kényszerből teszik. Sportolás közben kifejlődik bennük az öszinteség, a megértés, az életöröm és a bajtársiasság.

A vizsgálatok harmadik részében arra kellett válaszolniuk, hogy mi okozza a legnagyobb megelégedést a sportolásban, és mit nem szeret a tanuló a sportolás idején.

A feleleteket táblázatokban foglalja össze a szerző. 27 motívumot sorol fel, amelyek a sportolás indítékai között vannak. A leggyakoribbak: rekord elérése, kedvező légkörben való sportolás, a magánál jobb legyőzése, valami újnak a tanulása.

(*Wychowanie fizyczne i higiena szkolna, 1978. 9*
286—292.)

4,50 Ft



INDEX : 25824