

Morvay-Sey Kata – Rétsági Erzsébet

## A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról

### Egy pécsi vizsgálat eredményei

A Testnevelés és sport műveltségterületen belül új testgyakorlati és sportágak, többek között a küzdősportok, önvédelem témakör is helyet kapott a kilencvenes évektől megjelenő magyarországi tantervekben. A tanulmány célja a küzdősportok, önvédelem témakörhöz kapcsolódó tantervi előírások (NAT, kerettantervek) változásainak elemzése, illetve ezek gyakorlati megvalósulásának vizsgálata Pécs általános és középiskoláiban tanító testnevelők kérdőíves kikérdezése alapján. Az eredmények alapján elmondható, hogy a testnevelők nagy többsége a küzdősportok tekintetében eleget tesz a tantervi előírásoknak, s felvállalja egy viszonylag új tartalom oktatását. A legnagyobb problémát a személyi feltételek hiánya okozza. Ezért fontos, hogy a testnevelő tanárképzésben hangsúlyosan szerepeljenek a küzdősportok, és a tanulmányok kiterjedjenek a gyakorlati és elméleti képzésre is. A gyakorló testnevelők számára pedig lehetőséget kell biztosítani a küzdősportok alapjainak továbbképzések keretein belüli elsajátítására.

### BEVEZETÉS

Magyarországon a rendszerváltás óta a tantervi szabályozás gyökeresen átalakult. Az 1995 óta megjelent alaptantervek (1995, 2003, 2007) az európai minták nyomán a nagyobb autonómia és az alkotó tervezés lehetőségét kínálják a közoktatásnak. A reformfolyamat nem zárult le. Megjelentek a köztes szabályozóként működő, alaptantervre épülő kerettantervek, és a törvényben foglaltak szellemében három-, illetve öt évenként felülvizsgálják a Nemzeti alaptantervet.

Az új tantervi szabályozás legnagyobb erénye az iskolák, illetve a pedagógusok autonómiájának növekedése. Ez az új szerepkövetelmény nagyobb felelősséget, folyamatos önképzést követel meg a pedagógusoktól.

Ha az alaptantervet, illetve a kerettantervet összességében tekintjük, akkor a Testnevelés és sport műveltségterület legörvendetesebb újdonságaként a tartalmi sokszínűséget emelhetjük ki. Ebben a hazai szakemberek régóta szorgalmazott javaslatai valósultak meg. A témakörök közé olyan sportágak és testgyakorlati ágak kerültek be, amelyek követik a kor elvárásait, és lehetőséget adnak arra, hogy a tanítványokat minél több mozgásmintával ismertessük meg. Az újonnan bevezetett pszichomotoros tartalmak – „Küzdőfeladatok és -játékok”, az „Önvédelem, küzdősportok”, a „Prevenció és relaxáció”, a „Ritmikus gimnasztika”, valamint a „Természetben úzható sportok” – valóságos kihívások a tanárok

és a testnevelőtanár-képzés számára egyaránt. A Testnevelés és sport műveltségterület mindkét meghatározó tényezőjének fel kell készülnie az új tartalmak hatékony oktatásával járó feladatokra.

Joggal merülhetnek fel ugyanis a következő kérdések: A testnevelők közül hányan élnek a felkínált lehetőségekkel, hogy tantárgyukat érdekesebbé, vonzóbbá tegyék a diákok számára? Egyáltalán rendelkeznek-e a megfelelő szakmai képzettséggel az új sportágak oktatásához? Mennyi idő alatt képes az iskolai testnevelés gyakorlata, valamint a testnevelőtanár-képzés követni az oktatáspolitikai változásokat?

A fenti kérdésekre a szerző személyes érintettsége okán az „Önvédelem és küzdősportok”, valamint „Küzdőfeladatok és -játékok” tantervi tartalmakra vonatkozóan keresi a választ pécsi iskolákban folytatott vizsgálat keretében.

## SZAKIRODALMI HÁTTÉR

Hazánkban csekély számú publikáció lelhető fel a küzdősportok oktatásával, iskolai helyzetével kapcsolatban.

Németh (2000) tanulmánya, illetve a Rétsági (szerk., 2001) által szerkesztett módszertani könyv kimerítően tárgyalja a küzdősportok tanításának szükségességét, e sportágak motorikum- és személyiségfejlesztő hatásait. Számos küzdőfeladatot és -játékot mutat be, illetve ajánlásokkal és tanácsokkal kiegészítve tárgyalja a grundbirkózás, a dzsúdó (cselgáncs) és az önvédelmi technikák oktatását. A tanulmány hiánypótló elemei a képekkel szemléltetett játékok és technikák.

Nagy (2000) a tantervekhez igazodóan sok segítséget ad a testnevelőknek a küzdősportok (dzsúdó, grundbirkózás, önvédelem, küzdőfeladatok és -játékok) iskolai oktatásához. Munkájában kitér a balesetveszély elhárításával és a segítségnyújtással kapcsolatos módszertani javaslatokra. A tárgyi feltételekről is szót ejt, arról azonban, hogy ma vajon hány iskolában vannak meg az érintett műveltségterületek oktatásához szükséges feltételek, sajnos nem közöl adatokat.

Barna (2006) *Játék a birkózás* című könyve a szabad- és a kötöttfogású birkózás technikáinak, taktikájának és a versenyztetés kérdéseinek bemutatásán kívül részletesen, képes illusztrációval mutatja be a küzdőjátékok számos fajtáját.

Említésre méltó, hogy az *Iskolai testnevelés és sport* című elméleti, módszertani és információs szaklap kiemelten foglalkozott „Én így tanítom...” című rovatában a küzdőjátékok bemutatásával, illetve a küzdősportok oktatásának lehetőségeivel az iskolai testnevelésben. Öröndetes, hogy ezek a módszertani munkák sok ötletes és az iskolai testnevelésórán is jól alkalmazható gyakorlatot, játékot tartalmaznak. De ebben a szakmai-módszertani lapban sem találunk vizsgálatot arra vonatkozóan, hogy részei-e egyáltalán a testnevelésórák anyagának a küzdősportok, melyeket oktatják közülük a testnevelők, illetve hány iskolában állnak ehhez rendelkezésre a személyi és a tárgyi feltételek.

A NAT és a kerettantervek tartalmi szabályozásaival, illetve megjelenésükkel, módosításukkal kapcsolatban az Oktatási Minisztérium honlapján tájékozódhatunk.

## A VIZSGÁLAT JELLEMZŐI

### CÉLOK

- Az 1995 után megjelent tantervek említett témakörökre vonatkozó előírásainak rövid bemutatása és elemzése (Kerettantervek, NAT).
- A küzdősportok, a küzdőjátékok és -feladatok, valamint az önvédelem pécsi iskolai oktatási gyakorlatának bemutatása.
- Ajánlások megfogalmazása az önvédelem és küzdősportok oktatásához a gyakorló testnevelők, a testnevelőtanár-képzés és a továbbképzések számára.

### HIPOTÉZISEK

*Feltételezzük, hogy ma a küzdősportok és az önvédelem témakörök oktatásához a pécsi iskolákban nem állnak rendelkezésre a tárgyi és a személyi feltételek.*

*Feltételezzük továbbá, hogy ezek a tartalmak nem részei a testnevelésórák anyagának, annak ellenére sem, hogy a testnevelés érettségi sportágai között szerepelnek.*

### RÉSZTVEVŐK

A vizsgálatban Pécs általános és középiskoláinak testnevelő tanárai anonim módon vettek részt. 22 iskolából 65 kérdőív érkezett vissza. Az adatokat a 2008/09-es tanév I. félévében vettük fel.

### AZ ADATGYŰJTÉS MÓDSZEREI

*Dokumentumelemzés: NAT (1995/2003/2007) és kerettantervek (2001/2003/2008), valamint a tantervekhez kapcsolódó kormányrendeletek.*

*Ankétmódszer: 18 zárt kérdést tartalmazó kérdőív, amely a küzdősportok, az önvédelem, valamint a küzdőfeladatok és -játékok testnevelés-órai oktatását vizsgálja a következő kérdéskörök segítségével:*

- az említett tartalmak iskolai testnevelésórán való alkalmazására, oktatására vonatkozó kérdéscsoport;
- a testnevelő tanárok képzettségének/felkészültségének vizsgálata;
- az oktatás tárgyi feltételeire vonatkozó kérdések;
- személyes tapasztalatokra, a testnevelők, valamint a diákok hozzáállására vonatkozó kérdések.

### AZ ADATFELDOLGOZÁS MÓDSZEREI

Az adatokat a leíró statisztika és a következtetési statisztika eszköztárával dolgoztuk fel. A leíró statisztikához az Excel program, míg a következtetési statisztikához az SPSS programot (SPSS 13.) használtuk. Az oksági viszonyokat, mivel minőségi ismérvek között vizsgáldtunk (asszociációs kapcsolatok), keresztábrákkal szemléltetjük.

## A KÜZDŐSPORTOK, ÖNVÉDELEM TÉMAKÖRREL KAPCSOLATOS TANTERVI VÁLTOZÁSOK 1995-TŐL NAPJAINKIG

### A NAT 1995-ös változata

Az 1995-ben törvényerőre emelkedett, de 1998-ban bevezetett NAT témakörei között megjelentek a „Küzdőfeladatok és -játékok” és az „Önvédelem, küzdősportok”. A témakörön belül a dzsúdó, az aikido és a birkózás (*grundbirkózás*), sportági nevükön megnevezve, ezenkívül a *küzdőjátékok és -feladatok, valamint az önvédelmi fogások (önvédelem)* kerülnek említésre.

A dzsúdó és az aikido beemelését több szempontból is fontosnak tartjuk. E sportágak űzése során kiemelt lehetőség nyílik pozitív személyiségvonások kialakítására, mint például az agresszió feletti kontroll az önfegyelem gyakorlására, a konfliktuskezelés megtanulására. Az említett tulajdonságokkal összefüggésben a sportág oktatása jelentős szerepet játszhat a diákok küzdősportokkal szemben kialakult téves nézeteinek, előítéleteinek eloszlátásában. A sportágak technikai repertoárja önvédelmi formák megismerését is lehetővé teszi.

Az 1995-ös NAT bevezetőjében megfogalmazott célok és az általános fejlesztési követelményekben előírtak közül az alábbi néhány kiemelés érzékelteti a küzdősportok személyiségfejlesztő értékeit. *„Olyan fiatalokká váljanak, akik (...) megbecsülik társaik teljesítményét; cselekvésbiztosak; mozgásuk koordinált, esztétikus és kulturált.(...) Sajátítsanak el viselkedési mintákat a fenyegetettség elkerülésére.”* *„Életkoruknak megfelelően fejlett izomzattal legyenek képesek uralni testtömegüket a legkülönbözőbb feladathelyzetekben.”* *„Sajátítsanak el önvédelmi fogásokat.”* *„Fejlődjön izomérzékelésük, ritmus- és reakcióképességük, térbeli tájékozódóképességük, labilis egyensúlyi helyzetben is növekvő biztonsággal uralják testhelyzetüket.”* (NAT, 1995, 249–250)

### A NAT 2003-as változata

A NAT 2003, amely a NAT 1995 felülvizsgálatának eredménye, számos vonatkozásban szakított az eddigi hagyományokkal. Nem tartalmaz tananyagot és követelményeket sem, hanem fejlesztési feladatok írják körül az elérendő képességeket, készségeket és kompetenciákat (NAHALKA 2004).

E tantervi változatban a küzdősportokat illetően visszalépés figyelhető meg. Egyrészt megjelenhet a nemek közötti nemkívánatos megkülönböztetés. Oka a fejlesztési feladatokban megfogalmazott elvárás, amely szerint a tanterveknek *„tükrözniük kell a nemi különbségeket, a teljesítménybeli determináltságokat”*. Ennek szellemében a tanterv a küzdősportok alapjait *„elsősorban”* fiúknak ajánlja, a lányok részére pedig az esztétikai sportokat (NAT, 2003). Másrészt csorbulhat az egységes szemlélet követelménye. Mivel a tanterv a fejlesztési feladatokon keresztül szabályoz, a helyi tantervekben különbözőképpen jelenhetnek meg a küzdősportok. Ez tartalmi szűkítést vonhat maga után, és megnehezítheti az iskolák közötti átjárást.

## A 2007-es NAT előírásai

A NAT 2007-es változatában az előző tantervhez viszonyítva is további negatív jelenségek figyelhetők meg vizsgált témakörünket illetően.

Az *iskolai nevelés-oktatás közös értékei* c. fejezet nyomatékosítja, hogy a NAT szellemiségét milyen törvények, emberi jogok és dekrétumok határozzák meg. A kiemelt értékek között szerepel a nemek közötti egyenlőség biztosítása. A küzdősportokat illetően ez az elv nem érvényesül, mert a NAT 2007-es változata is különbséget tesz a nemek között. A cselekvésbiztonság megszerzéséhez, a balesetmentes esések megtanulásához, az alapvető önvédelmi fogások elsajátításához a lányoknak is joguk van, szükségük is van rá. Erre készítene fel a dzsúdóhoz kapcsolódó esés- és gurulástechnikák, az önvédelmi feladatok, valamint a miniküzdelmek (játékok, grundbirkózás) gyakorlása.

További nemkívánatos változás az, hogy 1–4. osztályig küzdősportot, küzdőjátékot nem említ a tanterv. Egyedül a kúszások, gurulások köthetők jóindulattal a vizsgált témakörhöz. Az 5–6. évfolyamon megjelennek ugyan a küzdősportok alapjai, a kisebb küzdő jellegű versengések, de a már említett nembeli különbségtétellel (csak fiúknak). Itt már egyáltalán nem konkretizálják az oktatható sportágakat, és az önvédelem szó sem jelenik meg. A felsoroltak elbizonytalaníthatják a testnevelő tanárokat az oktatandó tartalmakat illetően (NAT, 2007).

## A 2001-es kerettanterv

A kerettantervek 2001-es változata a NAT-ra épülve mint köztes szabályozó jelent meg, s biztosítani hivatott a nevelés-oktatás egységét, mindenekelőtt az iskolák közötti átjárhatóságot. Céljuk, hogy a mindenkire kötelező ismeretelemek és követelmények megfelelően kerüljenek be a helyi tantervekbe, ugyanakkor az iskolák bizonyos fokú önállósága is megmaradjon.

A kerettanterv konkrét *célkitűzései* a küzdőjátékokra és küzdősportokra vonatkoztatva a következők: „(...) a diákok becsülik meg társaik teljesítményét; (...) vállalják fel a sportszerű test-test elleni küzdelmet; (...) a siker és kudarc sportszerű elviselése a küzdőfeladatokban; (...) motorikus képességeiket fejlesszék, ez mutatkozzon meg a küzdősportbeli teljesítményeikben; (...) labilis egyensúlyi helyzetekben is biztonsággal uralják testüket” (Kerettantervek, 2001).

Az 1–4. évfolyam „Küzdőfeladatok és -játékok” témaköre két fő cél elérését szolgálja: a tanulók motoros képességeinek fejlesztését, valamint a felsőbb évfolyamokon oktatandó küzdősportok pszichomotoros előkészítését. Eszköztartalmak a következők: húzások–tolások, karemelés–leszorítások, kiemelések–mögékerülések, illetve a párokban történő feladatmegoldások. A küzdősportok, küzdőfeladatok tanulása kapcsán a kisdíákok találkoznak a test-test elleni küzdelemmel, megtapasztalhatják saját erejüket, szembesülhetnek a társak teljesítményével és átélhetik a mozgásos játék és cselekvés örömét. A 4. évfolyamon a grundbirkózás és a „szabadulás csuklón fogásból” előírása már a konkrét sportágakhoz történő közeledést jelenti.

Az 5–8. évfolyamon meghatározott értékes személyiségvonások, mint a félelem leküzdése, szabályok betartása, összpontosítás, nehézségek leküzdése, kudarctűrés, empátia stb. a küzdősportok segítségével kiemelten fejleszthetők. Az oktatás középpontjában konkrét önvédelmi technikák elsajátítása áll, a grundbirkózás, az aikido és a dzsúdó sportágakon keresztül. Súlypontos szerepet játszanak az oktatási folyamatban a konkrét sportági technikák, a tolások–húzások, az esések–szabadulások, valamint a játékok.

A 7–8. évfolyamon kifejezetten konkrét sportági technikák elsajátítására kerül sor. Így dzsúdóban az egyszerűbb dobások (csípődobás) és aikidóban, illetve az önvédelem témakörében a szabadulások lefogásokból és fojtásfogásból. Egy technikát illetően erősen vitatkozunk a kerettantervvel. A 8. évfolyamon ajánlott fejen átdobás oktatása szakmailag elfogadhatatlan, mert egyike a leginkább balesetveszélyes technikáknak. Nagy ívű dobásról lévén szó, a védőnek is igen felkészültnek kell lennie ahhoz, hogy jól essen belőle.

A 9–12. évfolyamon a motoros képességek továbbfejlesztése, újabb technikai elemek elsajátítása, a küzdelem előkészítése, majd a 12. évfolyamon már a küzdelem végrehajtása áll a középpontban (Kerettantervek, 2001).

## A 2003-as kerettantervek

A 2003-as kerettantervek előírásai megegyeznek a 2001-es kerettantervek előírásaival (dzsúdó, grundbirkózás, aikido, küzdőfeladatok és játékok). Az általános iskolai tantervekben 6–8. évfolyamig a dzsúdó, birkózás és játékok mellett az aikido szerepel. A középiskolai előírások a 9–10. évfolyamon birkózást és küzdőjátékokat, a 11. évfolyamon a dzsúdó esés- és gurulástechnikáit, valamint birkózást tartalmaznak, a 12. évfolyamon szintén birkózást, a dzsúdó esetében pedig „újabb technikai elemek elsajátítása, illetve versenyszabályoknak megfelelő páros küzdelmek” szerepelnek. Az önvédelem témakört nem is említik (Kerettantervek, 2003).

## A 2008-as kerettantervek

A 2008-as kerettantervek – a NAT-hoz igazodóan – csak az 5–6. évfolyamtól tartalmaznak küzdősportokat. E két évfolyamon nagy hangsúllyal szerepelnek a küzdőjátékok, az említés szintjén a grundbirkózás és a dzsúdó, valamint újra megjelenik az önvédelem.

A 7–8. évfolyamon a küzdőjátékok, a grundbirkózás és az önvédelmi technikák szerepelnek, nagyobb hangsúllyal a küzdelem során alkalmazható taktikai feladatokkal (cselezés, védekezés, támadás stb.). A dzsúdó kimarad az oktatási tartalmak közül. Említésre méltó, hogy míg a 2001-es kerettanterv konkrét dobástechnikákat, illetve birkózótechnikákat említ, addig ebben a dokumentumban hasonló utalás nem található.

A 9–10. évfolyamra megfogalmazott ajánlások a dzsúdót, a grundbirkózást és az önvédelmet, illetve a küzdőjátékok különféle formáit tartalmazzák. A rendelkezésre álló időkeret 10%-ban határozza meg a témakör tárgyalását (7–8 óra/tanév).

A 11–12. évfolyamon az előző évfolyamokon megismert tartalmak ismétlődnek, véleményünk szerint felületes megfogalmazásokban, mint pl.: „Az adott tananyag helyes technikai végrehajtását alkalmazzák imitált utcai harcban. Képesek legyenek váratlan helyzetben is alkalmazni egy-két fogást.” (KERETTANTERVEK, 2008).

A tantervek vizsgálata alapján megállapítható, hogy a tanterv a küzdősportokra vonatkozóan sok szaknyelvi, fogalmi pontatlanságot tartalmaz. Kiolvasható az is a dokumentumokból, hogy nem közvetítenek egységes szemlélet a tanítható sportágakat illetően. A dzsúdó esetében mindig csak az esések és a gurulások, illetve „további technikai elemek” oktatása szerepel. Ez az általánosság a témakör oktatásának felületességét, elnagyoltságát, sőt mellőzését okozhatja.

## A VIZSGÁLAT EREDMÉNYEI

### A hipotézisek vizsgálata

Vizsgálatunk egyik hipotézise – amely szerint a küzdősportok és az önvédelem nem lettek volna részei a testnevelésórák anyagának – nem igazolódott, a másik (jelenleg a küzdősportok és az önvédelem témakörök oktatásához a pécsi iskolákban nem állnak rendelkezésre a tárgyi és a személyi feltételek) csak részben igazolódott.

A kérdőívek eredményei a következőket mutatják:

- Az iskolai testnevelésórák keretében küzdősportokat, küzdőfeladatokat és -játékokat, valamint önvédelmet a megkérdezettek többsége oktat. (A testnevelők 63,1%-a „igen”, míg 36,9%-a „nem” választ adott. Az aránybeli különbség alapján pozitív eredményről számolhatunk be.
- A feltételekre vonatkozó hipotézis csak részben igazolódott: 64,1% szerint adottak a tárgyi feltételek, azonban 59,4% szerint hiányoznak a személyi feltételek. Ezt a visszafogott értékelést a szoros „eredmény” magyarázza. Állandóan rögzített szőnyegfelület meglétéről 11-en adtak pozitív választ. 76,9% arról számolt be, hogy a szerrel, eszközzel játszható küzdőjátékok oktatásához szükséges eszközökkel rendelkezik.

### A vizsgálati eredmények bemutatása

Az 1995 után megjelent tanterveket a vizsgálati szempontból a fentiekben bemutattuk és elemeztük. Második célunk a küzdősportok, a küzdőjátékok és -feladatok, valamint az önvédelem pécsi iskolai oktatási gyakorlatának bemutatása volt.

Az erre vonatkozó főbb eredmények a következők:

- A felmért csoport 86%-a a Pécsi Tudományegyetemen, 8%-a a Semmelweis Tudományegyetemen (TF), 6%-a egyéb felsőoktatási intézményben (Szeged, Szombathely, Eger) szerezte diplomáját. Az eredmény nem meglepő, hiszen Pécs iskoláit mértük fel.
- A tanított tartalmakat illetően a testnevelők a küzdőjátékokat és -feladatokat, valamint a grundbirkózást preferálják. Ennek oka abban keresendő, hogy a grundbirkózás

szabályai nagyon egyszerűek, és csakúgy, mint a küzdőjátékoknak, nincs nagy eszköz- és szerigénye. Mindössze 6 fő vállalkozik a dzsúdó, 8 fő az önvédelem és 1 fő az aikido oktatására.

- A testnevelő tanár neme és az oktatott tartalmak között – e mintában – nem mutatható ki összefüggés. Feltételezésünk szerint nagyobb minta esetén 5%-on szignifikáns összefüggés lenne kimutatható.
- Nem oktatja a küzdősportokat 24 fő. Arra a kérdésre, hogy mivel indokolja ezt, legtöbbször úgy válaszolt, hogy főiskolai/egyetemi tanulmányai során nem szerepelt a képzésben e témakör, illetve hogy nem érzi magát eléggé felkészültnek e tartalmak átadásához (több válasz is megadható volt).
- Az említett tartalmak oktatása és a végzettség összefüggéséről elmondható, hogy a főiskolát végzettek (34 fő) 50–50%-os arányban számolnak be e témakör tanításáról, illetve mellőzéséről. A főiskolát végzettek mindössze 15,2%-a, az egyetemet végzettek 89,5%-a, az egyetemi kiegészítő szakot végzettek 58,3%-a tanulta képzése során e tartalmakat. Látható, hogy igen magas a főiskolai oklevéllel rendelkező testnevelők száma, akik nem kaptak e témakörök oktatásához szükséges képzést.
- Az egyetemet végzettek 78,9%-a, a kiegészítő egyetemi diplomát szerzettek 75%-a tanítja e témaköröket. Valószínűsíthető, hogy a magasabb szintű képzés során a küzdősportok hangsúlyosabban szerepeltek, s ezért vállalkoznak is a magasabb végzettségű testnevelők e témakör oktatására.
- A küzdősportok testnevelőtanár-képzés során történő elsajátítása és a testnevelésórán való alkalmazása között ( $p < 0,05$ ) szignifikáns összefüggés mutatható ki. E tekintetben tehát döntő a képzési tematika.
- A testnevelők tanulmányaik során legtöbbször a dzsúdót (21 válasz), az önvédelmet (12 válasz) és a grundbirkózást, birkózást (8-8 válasz) tanulták. Az aikido, az ökölvívás, a vívás, a kick-box, a karate és a kempo mindössze 1-1 szavazatot kapott.
- A testnevelők 43,3%-a egy félévig, 44,8%-a két félévig, 3,4%-a három félévig, 3,4%-a pedig általános sportágismeret részeként néhány órán át tanulmányozott kötelezően küzdősportokat, 12,5%-uk választható óra keretében is.
- A válaszadók 24%-a csak gyakorlati, 76%-a pedig elméleti és gyakorlati képzésben is részesült. A küzdősportok oktatásához alapvető feltétel az elméleti képzés, hiszen szabályaik, történetük és filozófiai hátterük ismerete elengedhetetlen. A tantervek e témakörre vonatkozóan előírják a küzdősportokhoz tartozó filozófiai tartalom átadását, közvetítését. Különösen fontos a balesetvédelem, a módszertan, az elsősegélynyújtás alapjainak ismerete, amelyeket az elméleti órák anyagaként kell elsajátítaniuk a leendő testnevelőknek.
- A megkérdezettek 86,2%-a nem művel, illetve sohasem művelt, 13,8%-a művel, illetve művelt élete során valamilyen küzdősportot.
- A testnevelők 16,9%-a érzi magát felkészültnek a küzdősportok oktatására, míg 81,5%-a nem; 1,6%-uk nem adott választ. Azok közül, akik nem érzik magukat eléggé felkészültnek, csupán csak a fele (50,9%) nyilatkozott arról, hogy külső segítséget kér edzőktől,



kollégáktól. Pozitívan értékelendő az, hogy a testnevelők 62,5% szívesen venne részt ilyen irányú továbbképzésen, és csak 37,5%-uk zárkózott el tőle.

- Azok esetében, akik oktatják a küzdősportokat testnevelésórán, a továbbképzési hajlandóság és a már említett tartalom oktatása között ( $p < 0,05$ ) szignifikáns összefüggés mutatható ki. Tehát az ő esetükben nagyobb a részvételi hajlandóság továbbképzésen, ami azzal magyarázható, hogy a tanított tartalom esetében még több hasznos és új ismeretre szeretnének szert tenni.
- 5,2%-on szignifikáns összefüggést találtunk az oktatási hajlandóság és a diplomaszerzés ideje között a felmért csoportban. Az idősebb testnevelők nagyobb arányban mellőzik e témakör oktatását, mint fiatalabb és középkorú kollégáik. Oka ismert: a testnevelőtanár-képzésben csak az utóbbi időben kaptak hangsúlyosabb szerepet a küzdősportok.<sup>1</sup>
- A témakör oktatására fordított idő: a testnevelők 41,5%-a évi 2-3 órát, 31,7%-a évi 4-5 órát, 22%-a évi 6-8 órát, 4,9%-a pedig 15-20 órát fordít a témakörre feltételektől és évfolyamtól függően.
- A testnevelők 61,5%-a szerint a diákok szívesen, 36,9%-a szerint nem szívesen tanulják (illetve tanulnák) a küzdősportok alapjait testnevelésórán. (1,6% nem adott választ.) Ha ugyanezt a kérdést csak azokra vetítjük le, akik valóban tanítják is a küzdősportokat, akkor e csoport 92,5%-a számolt be a diákok pozitív hozzáállásáról.

## ÖSSZEZÉS, JAVASLATOK

Feltételezésünket, amely szerint csak kevés testnevelő emelné a testnevelésórák tartalmi közé a küzdősportokat, küzdőfeladatokat és -játékokat, valamint az önvédelmet, a kitöltött kérdőívek nem támasztották alá. Ez öröndetes, hiszen a vizsgálatból kiderült, hogy a testnevelők nagy többsége e tekintetben eleget tesz a tantervi előírásoknak, s vállalja egy – viszonylag – új tartalom oktatását.

A vizsgálat alátámasztja, hogy a legnagyobb problémát a pécsi iskolákban a küzdősportok terén is képzett tanárok hiánya okozza. Ezt szem előtt tartva fogalmazzuk meg ajánlásainkat.

- A testnevelőtanár-képzésben hangsúlyosan kell szerepelnie a küzdősportok oktatásának. Azokra a küzdősportokra kell helyezni a hangsúlyt, amelyeket a tantervek is ajánlanak, így a dzsúdóra, a grundbirkózásra, az önvédelmi technikákra, az aikidóra és a küzdőfeladatokra és -játékokra.
- A tanterveknek egyértelműen állást kellene foglalniuk a tanítható küzdősportokat illetően. Konkrétan meg kellene nevezniük az ajánlott tartalmakat, hogy elkerülhető legyen a küzdősportok gyűjtőfogalmának használatából adódó tanácstalanság, bizonytalanság. Ezáltal biztosíthatóvá válik a mindenki számára egységes alpműveltség

<sup>1</sup> A Testnevelési Főiskolán (ma a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kara) alakulásától, 1925-től oktatnak küzdősportokat.

közvetítése, az átjárhatóság az iskolák között, és ezáltal az esélyegyenlőség megvalósítása e területen.

- Mindenképpen fel kell oldani a nemek közötti különbségtételt, azt ugyanis, hogy *első-sorban fiúknak* ajánlja a tanterv e témakört. Ez hozzájárul az esélyegyenlőséghez és az érettségi követelményeknek megfelelő felkészítéshez. Mind a tanárképzésben, mind az iskolai testnevelésben a gyakorlati képzés mellett szükséges az elméleti oktatás. A gyakorlati óraszámok növelésével párhuzamosan igényesebb követelményrendszert lehet kidolgozni.
- A küzdősportok elsajátítását és a pozitív hozzáállás kialakulását a képzésben segítheti az egyesületi és szakosztályi edzslátogatások bevezetése, esetleg edzők, szakedzők segítségének kérése.
- Azok számára, akik nem tanultak küzdősportokat a tanárképzésben, illetve igénylik, továbbképzéseket és tanfolyamokat kell szervezni a felsőoktatási intézmények szakembereinek bevonásával. A probléma átmeneti megoldása lehet, ha önkormányzati alkalmazású szakemberek (szakedzők, edzők) oktatnak küzdősportokat az iskolákban.
- Végül fontos szempont a tárgyi feltételek fejlesztése az iskolában, illetve annak tudatosítása, hogy a lehetőségek figyelembevételével történjen a tananyag-kiválasztás. Véleményünk szerint a küzdőfeladatok és -játékok oktatásának semmilyen akadálya sem lehet. Nem szükséges hozzájuk komoly sportági technikai tudás, viszont igen értékesek a motorikus képességek, a küzdeni tudás és a hozzá kapcsolódó személyiségjegyek fejlesztésének szempontjából.

\*

A küzdősportok iskolai oktatása szükséges és nélkülözhetetlen eszköz a tanulók/diákok személyiségfejlesztésében. Kitűnő motorikus-képesség-fejlesztő hatásuk és a kívánatos személyiségjegyek formálása mellett nagyon fontos a fizikai aktivitás iránti érdeklődés felkeltése, illetve megszilárdítása szempontjából is. A vizsgálat rámutatott: a diákok nyitottak a küzdősportokra, és szívesen tanulják is őket.

## IRODALOM

- BARNA TIBOR (2006): *Játék a birkózás*. Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest.
- Kerettantervek (2001): Testnevelés és sport műveltségterület. 1–4. évfolyam; 5–8. évfolyam; 9–12. évfolyam. Oktatási Minisztérium, Budapest. [www.okm.gov.hu](http://www.okm.gov.hu) (Letöltés: 2008. november 7.)
- Kerettantervek (2003): Testnevelés és sport műveltségterület. 1–4. évfolyam; 5–8. évfolyam; 9–12. évfolyam. Magyar Közlöny, 2003. 43. II. Az oktatási miniszter 10/2003. (IV. 28.) OM rendelete a kerettantervek kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról szóló 28/2000. (IX. 21.) OM rendelet módosításáról.
- Kerettantervek (2008): Testnevelés és sport műveltségterület. 1–4. évfolyam; 5–8. évfolyam; 9–12. évfolyam. Oktatási Minisztérium, Budapest. [www.okm.gov.hu](http://www.okm.gov.hu) (Letöltés: 2008. november 7.)
- NAGY ERNŐ (2000): *Küzdősportok az iskolai testnevelésben*. Dialóg Campus, Pécs–Budapest.

- NAHALKA ISTVÁN (2004): *A természettudományi szakos hallgatók pedagógiai képzése és a NAT. Pedagógusképzés. Pedagógusképzők és -továbbképzők folyóirata*, 1. 11–27.
- NÉMETH ENDRE (2000): *Küzdősportok az iskolai testnevelésben – történelmi előzményei és módszertana. Szakdolgozat*. TF, Budapest.
- Nemzeti alaptanterv (1995): *Testnevelés és sport műveltségterület. Művelődési és Közoktatási Minisztérium, Budapest.*
- Nemzeti alaptanterv (2003): *Testnevelés és sport műveltségterület. www.okm.gov.hu (Letöltés: 2008. november 7.)*
- Nemzeti alaptanterv (2007): *Testnevelés és sport műveltségterület. www.okm.gov.hu (Letöltés: 2008. november 7.)*
- RÉTSÁGI ERZSÉBET (SZERK., 2001): *Kézikönyv a testnevelés tanításához (5–8. osztály) Dialóg Campus, Pécs–Budapest.*