

A testnevelők tanórai feladatai, eredményességük vizsgálatának lehetőségei

VINCZE TAMÁS

vinczet@ektf.hu

*Eszterházy Károly Gyakorló Általános Iskola
ELTE Neveléstudományi Doktori Iskola*



Bevezetés

A mindennapos testnevelés felmenő rendszerben történő bevezetése a tantárgy közoktatásban játszott szerepének felértékelődését is jelenti. A gyermekek képességeinek, személyiségének sokirányú fejlesztési lehetőségével, a tornateremben és sportudvaron megvalósítható egészséges életmódra szoktatás esélyével élni kell, aminek egyik alapfeltétele a pedagógus eredményes munkája. A sikeres óravezetés érdekében azonban a testnevelőnek nagyon sok feladatot kell teljesítenie, interakciók sokaságát produkálva tanítványai irányába. E tevékenységrendszer általánosságban történő leírása hasznos támpontot jelenthet a pedagógusképzésben résztvevők vagy épp pályájukat kezdők számára, míg vizsgálata sokat elárulhat a pedagógus tevékenységének minőségéről, ami elősegíti az önreflexióra való törekvést.

A testnevelés szerepe

A közoktatásban szereplő testnevelés és sport műveltségterület, szűkebb értelmezésben maga a testnevelés tantárgy vitathatatlan szerepet játszik a tanulók harmonikus testi-lelki fejlődésében. Ezt természetesen nemcsak az ókori görögöktől származó, napjainkra szlogenné váló „ép testben ép lélek” jelmondat támasztja alá, hanem számos egyéb tényező is. A tanórai testmozgás azon túl, hogy elsődlegesen a testsúlyszabályozás egyik fontos eszköze, nagyon komoly egészségmegőrző, fejlesztő funkcióval is rendelkezik, sőt az egyik legalkalmasabb terepet biztosítja a tanulók kondicionális és koordinációs képességeinek, valamint általános és speciális mozgáskultúrájának harmonikus továbbfejlesztésére (Arday 2001, Rétsági-Bense 2001). A sikeresen megvalósuló testnevelésóra örömszerző, mozgásélményekhez juttató funkciója az egészséges életmód kialakításához is jelentősen hozzájárul, akár egy egész életen átívelő pozitív attitűdöt eredményezve a fizikai aktivitások iránt. Mindez különösen fontos a folyamatos gépesítés és városiasodás idején, illetve napjainkban, mikor a fiatalokat megcélzó, élvezetes időtöltést a többnyire mozgás-szegény tevékenységek térhódítása jellemzi.

A testmozgást középpontba helyező tanórán kiemelten alakíthatóak a tanulók személyiségjegyei is. Gondolok itt a különböző testnevelési és sportjátékok, illetve egyéb testgyakorlatok önfegyelmet, küzdeni tudást, kitaratást, akaratot, motiváltságot célzó jótékony hatására, vagy éppen a becsületességet, toleranciát közvetítő jellegére. Az eltérő

testmozgások által támasztott kihívások leküzdése növeli a tanulók önbizalmát és fegyelmezetttségét, miközben a számos siker- és kudarcélmény átélése és diagnosztizálása elősegíti a reális önértékelésük kiépülését. A tárgynak abban is szerepe van, hogy a tanulók megismerjék a különböző mozgásformák folytatásához szükséges képességeiket, elfogadtassa számukra azokat, sőt kiépítse az önálló fejlesztésük iránti igényt, valamint észrevetesse velük a képességeikben rejlő lehetőségeket, rádöbbsentve a fiatalokat a saját tehetségükre, ezzel segítve elő kibontakoztatásukat.

A testnevelés sokoldalú fejlesztésben felismert szerepének köszönhetően egyértelműen növekedett jelentőségének mind pedagógiai, mind társadalmi megítélése. Ez annak is köszönhető, hogy a számos áldozatot szedő káros szenvedélyek kialakulásának (dohányzás, alkohol, drog és a különböző játékszenvedélyek) megelőzésében is az előre menekülés eszközt biztosíthatja; rendszeres folytatása révén állandó elégedettséget, kiszámítható örömforrást biztosít a sportjátékok vagy más mozgásformák különböző fajtáinak a megkedveltetésével.

A testnevelő tanórai munkájának komplexitása

Az oktatási-nevelési folyamat meghatározó szereplője a pedagógus, ami természetesen a testnevelés tanítása esetén sincs másként. A tantárgyban az előzőekben említett lehetőségek teljesülése azonban tehetséges, módszertanilag képzett, szakmailag felkészült és a tanulóinak fejlesztése iránt kellően elhivatott pedagógust kíván. Olyan szakembert, aki elméleti és gyakorlati ismereteinek szisztematikus átadása közepette hirdeti a legfontosabb emberi érték, az egészség iránti megkülönböztetett figyelmet, így célozza meg az egészségtudatos életszemlélet kialakítását. Továbbá képes felkelteni a tanulók érdeklődését a változatos testmozgások iránt, különböző motivációs módszerek alkalmazásával megéretteti velük ennek pozitív, személyiségformáló hatását, miközben segít eredményesen feldolgozni a tevékenységek közben megélt élményeket.

Bátran állítható, hogy egy testnevelő a munkája során a későbbi életminőséget alapjában meghatározó értékeket közvetíthet tanítványai felé. E felelősségteljes munkájában az egyszerűbb, tanulók által jól ismert alapmozgások, valamint a legkülönbözőbb, bonyolultabb elemeket tartalmazó elsajátítandó mozgások gyakorlatanyagai segítik. A tanórát jelentő 45, illetve az azt megelőző és követő néhány percbe sűrített feladatai azonban nagyon aktív tevékenységrendszert feltételeznek részéről. Bár az egyes tanítási alkalmak különböző céljaik, egymástól nagyban eltérő tartalmi felépítésük révén sokban különbözhetnek egymástól. Sikeres lebonyolításuk érdekében a testnevelő bátran támaszkodhat az alábbiakban felsorolt általános teendők alkalmazására, amelyek szinte feltételei is a sikeres óravezetésnek.

A sikeres tanóra megvalósításának alapja egy olyan óraterv vagy óravázlat elkészítése, amelynek alapja a tanmenet, amely figyelembe veszi a helyi körülményeket, az adott osztály, illetve a tanulók életkori sajátosságait, eltérő képességeiket, az előzetes tudásukat és az élettanilag optimális terhelési fokozatosságot. Az óratervben leírt, gondosan megtervezett előkészítő, cél- és rávezető gyakorlatok sorrendje úgy épül logikusan egymásra, hogy általuk elérhető legyen a kitűzött, konkrét nevelési és oktatási cél.

Ennek birtokában a munkáját mind a tanulók, mind a saját megelégedésére hatékonyan és élvezetesen levezetni vágyó pedagógus az alábbi kihívásoknak kell, hogy eleget tegyen.

- A tanóra megkezdése előtt figyelemmel kíséri az öltözői rendet és fegyelmet; előkészíti és ellenőrzi a használandó taneszközöket; valamint figyelmet fordít az aktuális tananyag feldolgozásához szükséges helyszín előkészítésére.
- Ezt követően ügyel arra, hogy a tanulók bejussanak a tanórára, segíti az ezt megelőző gyülekezést. A tanóra indulásakor megszervezi a formális kezdést jelző, meghatározott rend szerinti sorakozót, meghallgatja a jelentést a hiányzókról és a felmentettekéről, ellenőrizve azok panaszait.
- Szükség esetén a tanulók értékeinek védelme érdekében gondoskodik az öltözők bezárásáról vagy az értékek megőrzésének biztosításáról.
- A tanóra rendjének megszervezése kapcsán ellenőrzi a felszerelést, valamint figyel arra, hogy olyan kiegészítők ne legyenek a tanulókon, amelyeket nem viselhetnek a feladatok végzése közben saját biztonságuk érdekében.

A szervezési feladatokat az óra tananyagának ismertetése, ezzel egyidejűleg a tanulók érdeklődésének felkeltése követi. A tanóra legértékesebb és leghosszabb, úgymond tartalmi, azaz a tervezett mozgásanyag végeztetésével megvalósuló szakaszában a konkrét ismeretátadáson, gyakoroltatáson túl az egyéb feladatok – többségében az egész tanórán átívelő – tárháza hárul a testnevelőre.

- Végig törekszik a hatékony és ellenőrizhető gyakorlás feltételeinek megteremtésére az alakzatok, foglalkoztatási formák körülmekintő megválasztásával, illetve azok logikus változtatásával. Az ehhez szükséges taneszközök, a gyakorlási hely(ek) berendezésének – többnyire tanulói segítséggel történő – előkészítését koordinálja.
- Ügyel a legfontosabb módszertani ismeretek, így például a vezényszavak helyes használatára, az aktuálisan legoptimálisabbnak tűnő, tanulói megértést és időhatékonyaságot szem előtt tartó ismeretátadó módszer kiválasztására és alkalmazására.

A tanulói motiváció folyamatos fenntartása a jól működő pedagógiai praxis meghatározója. Ennek érdekében a testnevelőnek módszeresen fel kell használnia a szerzett sikerélmények további munkát ösztönző hatását, vagy az éppen átélt kudarcok feledtetésére a biztatás különböző eszközeivel kell élnie. A munkájában sikeres testnevelő a tanulók feladatokhoz való hozzáállásának javítása érdekében gyakran szemléltet, különös figyelmet fordítva a szakszerű tanári bemutatásban rejlő előnyökre. Az óra menetének, a tanulók munkájának figyelmes ellenőrzése érdekében végig ügyel a helyezkedésére, csapatfoglalkoztatás esetén a szükséges kontrollt biztosító kitekintésekre. A tanulókkal történő sikeres ismeretelsajátítás, az eredményes munkához szükséges kontaktus fenntartásáért bemutatással, bemutattatással, verbális formában vagy egyszerűen gyakorlati módon javítja a hibákat, sőt szükség esetén segítséget nyújt. A segítségadásra, tananyagtól függően, egyfajta állandó készenlét biztosítása közepette komoly figyelmet kell fordítania az új mozgáselemek minél pontosabb elsajátítása vagy egyáltalán a biztonságos feladatvégzés érzetének megteremtése érdekében.

Nagyon fontos a folyamatos tanórai aktivitást fenntartó, a tanulók számára nem nyomasztó, de szinte állandónak ható ellenőrző tevékenység is. Ez vonatkozhat mind az ismeretátadás során tapasztalható helyes megértés felderítésére, mind a konkrét gyakoroltatás nyomon követésére.

A pedagógiai folyamat elengedhetetlen része, így a testnevelő egyik alapfeladata is a tanóra folyamatában megvalósuló, egyénre és közösségre egyaránt alkalmazott teljesítmény-visszajelzés. Ez az értékelő megnyilvánulás azon túl, hogy a fejlesztés megalapozója, magában hordozza az elemzés, a segítség, a javítás, a megerősítés, a segítő irányítás, a

szabályozás, a minősítés, a tanulói felvetésre való reflektálás, a munkavégzés hatására várható eredmény-előrejelzés, valamint a már említett motiválás lehetőségét is (Réthy 2011). Az értékelés mindhárom formáját alkalmazza a pedagógus. Így tartalmaz diagnosztizáló elemeket, mely a tanuló továbblépéséhez szükséges előzetes tudásának megismerésére szolgál; a többségében előforduló formatív jegyeket, ami közvetlenül a tanuló vagy az ismeretszerzési folyamat formálását segíti; illetve történhet szummatív módon, azaz általában a tanulót osztályzatokkal minősítve is (Golnhofer 2003).

A tanórán ellátandó feladatok ezzel azonban még korántsem érnek véget. A hatékonyság szempontjából nagyon fontos a tanulók terhelésének, az eltelt időnek a kontrollálása. A terhelés kapcsán joggal merül fel az egyéni képességek közötti, akár látványosan is jelentős különbségeket figyelembe vevő tanári magatartás az alul-, illetve a túlterhelés elkerülése érdekében. Mindez az egyes tanulók által elsajátítandó-gyakorlandó mozgásanyag differenciálásával, vagy az ezeknek a szempontoknak a teljesülését szem előtt tartó előzetes csapatalakítással is megvalósulhat.

Az órán számos tervezett vagy spontán kialakuló nevelési szituáció is adódhat, aminek megoldása a legfontosabb feladatok közé tartozik. Ezek észlelésével és a rájuk adott megfelelő válaszokkal teremthetők meg, illetve alakíthatóak helyes irányba a tanulók személyiségjegyei.

Nem elhanyagolandó körülmény, hogy a testnevelőnek tekintettel kell lenni az órai munka alól felmentett tanítványokra is, lehetőség szerint foglalkoztatásukkal bevonva őket egyéb feladatok ellátásába (például szerek előkészítése, labdaszedés, eredmény számolása). Továbbá meg kell jegyezni, hogy a testnevelésre jellemzően fokozottan magában hordozza a sérülésveszélyt, így az esetlegesen bekövetkező balesetek a pedagógustól gyors és lehetőleg szakszerű beavatkozást követelnek meg.

A tanóra végének közeledte is több fontos teendőt tartalmaz. Szükséges a tornaterem rendjének helyreállítása, a használt szerek elpakoltatása. Élettanilag is elengedhetetlen a fokozott fizikai igénybevételnek kitett tanulók szervezetének lecsillapítása, valamint a tanórai munka komplex értékelése céljának felelevenítésén keresztül vagy előremutató és pozitív személyiségformálást szolgáló tanulói minősítésekkel. Szükség esetén már itt figyelemmel kell lenni az elkövetkező tanítási óra bevezetésére, az ezzel kapcsolatos motiváció felkeltésére.

A legvégső feladatok között szerepel a tanulók elvonulásának megszervezése, az öltözők rendjének újbóli ellenőrzése, ami lehetőség szerint a tisztálkodásra való figyelemfelhívással párosul. A továbbiakban precíz és eredményes munka végzéséhez nem maradhat el az érdemleges tapasztalatok, a tanórai munkával kapcsolatos „különlegességek” feljegyzése a következő alkalom során teljesítendő tanulói feladatok még hatékonyabb tervezéséhez.

Az eredményesség vizsgálatának lehetőségei

Egy testnevelésre elemzése számos oldalról megközelíthető. Középpontba kerülhet például a tanulók aktivitásának elősegítése, terhelése, a tartalmi felépítés, a konkrét ismeretátadás minősége. Természetesen ezek mindegyike az órát tartó pedagógus munkájától függ. Az előzőekből kiderült, hogy egy sikeresen megvalósítandó testnevelésre megköveteli az állandó tanári aktivitást és a szerteágazó feladatokra való összpontosítást. Mindez a pedagógussal összefüggésbe hozható interakciós jelenségek sokaságában nyilvánul meg, ami gyakorlatilag reprezentálja az oktatás folyamatát, a tanulás szabályozását. En-

nek kategóriarendszeres megfigyelésre alapuló szisztematikus feltárásával lépést tehetünk a testnevelő jellemző tanórai tevékenységeinek feltérképezésére. E módszer egyedüli, de akár más kutatásmethodikai eljárások, mint például a támogatott felidézés vagy a tanulói véleményekre irányuló kérdőíves kikérdezés módszereinek együttes alkalmazásával kísérlet tehető a tanári hatékonyság, közvetve a tanóra sikerességének komplex vizsgálatára (Falus 2000).

A tanórákon lezajló interakciós jelenségek boncolgatása már a múlt század 60-as éveitől a pedagógiai tárgyú kutatások célkeresztjébe került. Ebben az amerikai Flanders szerzett jelentős érdemeket, egyúttal elméleti alapot biztosítva a később ezt vizsgáló szakemberek számára. Tíz kategóriát kidolgozva igyekezett leírni a tanár és tanulók közötti interakciós rendszert, jobbra a verbális kommunikációra összpontosítva (Szokolszky 1981). Később más kutatók a nonverbális elemeknek is nagy jelentőséget tulajdonítottak a kölcsönhatások megjelenítésekor. Kifejezetten a tornatermek interakciós világát kutatta Cheffers és Svoboda, valamint a 80-as években Bíróné, akiknek kutatásai a testnevelő és a tanulók együttes tevékenységrendszerének leírására irányult (Bíró 2007).

Azt gondolom, hogy a hazai testnevelés, közvetve az ott folyó szakmai munka felértékelődése kellően indokolja a testnevelők órai munkáját jellemző interakciós helyzetek feltérképezését. Mindez véleményem szerint csupán a tanár megnyilvánulásaira figyelve is leírható. Hasznosságát elsősorban abban látom, hogy a gyakorló testnevelők jellemző interakcióinak ismeretében egyértelmű ajánlások lennének megfogalmazhatók a tanárképzésben szereplő pedagógusjelöltek számára a majdani tanórai feladataik végzését, az ottani megnyilvánulásaik jellegét illetően. A jellemző tanári tevékenységek leírására az alábbi kategóriák szerinti megkülönböztetést javaslom, megkülönböztetve a verbális és nonverbális, illetve a gyakorlati beavatkozással történő megnyilatkozásokat.

Verbális megnyilvánulások	magyaráz / kérdez / válaszol / utasít / kritizál / elemez / informál / korrigál / megerősít / motivál (dicsérve vagy büntetve) / orientál / megerősít / szabályoz / szelektál / kontrollál / fejleszt / feszültséget csökkent / feszültséget gerjeszt
Nonverbális megnyilvánulások	mozdulataival, mimikájával ösztönöz, bátorít / mozdulataival, mimikájával gátol
Mozgással történő visszajelzés	segítséget ad / bemutat / bemutattat

3. táblázat

A testnevelő megfigyelése során rögzítendő, különböző kategóriákba sorolható megnyilvánulások

Természetesen a felsorolt megnyilvánulások előfordulása szerinti jellemzés, azok mag száma miatt, elsősorban videofelvételre történő rögzítés, majd a felvétel utólagos kiértékelésével történhet. Az adott elemzés eredményeinek ismerete akár lehetőséget biztosíthat az érintett pedagógus számára az önreflexió gyakorlására, azaz az önellenőrzésre, munkájának, tanítási módszereinek tapasztalatokból táplálkozó megújítására.

IRODALOM

- Arday László (szerk.) 2001: *A testnevelés tanítása*. Budapest: Korona Kiadó.
- Bíró Melinda 2007: *Tanítási-tanulási stratégiák az általános iskolai úszásoktatásban, különös hangsúllyal az interakciós helyzetekre*. Doktori értekezés, Semmelweis Egyetem Nevelés- és Sporttudományok Doktori Iskola (Sport- és Társadalomtudomány).

- Falus Iván (szerk.) 2000: *Bevezetés a pedagógiai kutatás módszereibe*. Budapest: Műszaki Könyvkiadó.
- Golnhofer Erzsébet 2003: A pedagógiai értékelés. In: Falus Iván (szerk.): *Didaktika*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó. 385–414.
- Réthy Endréné 2011: *Tanári teljesítmény-visszajelzés hatása a tanulók személyiségére*. Pécs: Comenius Kiadó.
- Rétsági Erzsébet – Bense Zsolt 2001: Előkészítés, alapozás. In: Rétsági Erzsébet: *Kézikönyv a testnevelés tanításához (5–8. osztály)*. Budapest–Pécs: Dialóg Campus Kiadó. 45–84.
- Szokolszky Ágnes 1981: *Feladatsor a Flanders-féle interakciós feladatsor kategóriarendszerének elsajáttatásához*. Budapest: ELTE BTK Neveléstudományi Tanszék.