

Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Kaposvári Campus

Szakedolgozat

Gaál Zsombor
Tanító Szak

Kaposvár
2023



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus

Tanító Szak

**Az önvédelem, harcművészetek jelentőségé és aktualitása
az általános iskolai testnevelésben, napjainkban**

Belső konzulens: Dr. Kiss Zoltán
főiskolai tanár

Készítette: Gaál Zsombor
Tanító szak
Nappali tagozat
TT09OY

Intézet/Tanszék: Neveléstudományi Intézet
Szakdidaktikai Tanszék

Kaposvár, 2023

Tartalom

1	Bevezetés.....	2
2	Szakirodalmi áttekintés	4
2.1	A harcművészetek pedagógiája	4
2.2	A harcművészet céljai.....	4
2.3	A harcművészet értékei.....	5
2.4	A harci művészetek definiálása.....	5
2.5	Pedagógiai értékei	5
3	A küzdősport, mint oktatási anyag.....	6
3.1	Küzdősportok, alsó tagozatban.....	6
3.2	A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról	8
4	A küzdelem fontossága a sportban, agresszió kezelése.....	9
5	Harcművészetek fontossága.....	10
6	Összegezve	11
7	Kvantitatív kutatás	12
7.1	Kutatás hipotézise.....	12
7.2	Kutatás módszere, menete.....	13
7.3	Adatok feldolgozása	13
7.4	Kutatás és hipotézis összevetése	29
8	Összefoglalás	30
9	Irodalomjegyzék	31
10	Melléklet.....	33
11	Nyilatkozat.....	38
	39

1 Bevezetés

A szakdolgozatom témája az önvédelem, harcművészetek jelentősége és aktualitása az általános iskolai testnevelésben, napjainkban. Szakdolgozatom a harcművészetek pedagógiájáról és annak személyiségfejlesztő hatásairól, ugyanakkor a harcművészetek értékeiről, a harcművészetek céljáról és az önvédelemről íródott. Fontosnak tartom, hogy a fiatal tanulók ne csak a népszerű sportokat gyakorolják, hanem minél szélesebb körben tapasztaljanak, próbáljanak ki sportokat. Indokolt lenne az önvédelem, a harcművészet megfelelő oktatása, hiszen a fizikai erőn, magabiztosságon felül számos pozitív erényt sajátítanak el a tanulók. Társak, felnőttek, idősek tisztelete, akaraterő, egészséges önbizalom, kitartás a harcművészetek velejárái. A fiatalok, kisiskolások számára egy jó lehetőség a pozitív értékrend, a küzdeni akarás elsajátításában. A harcművészetek nem csak a fizikai aktivitást, a test tudatos edzését, mind kondicionális és koordinációs szinten tartják fontosnak, hanem a szellemi értékeket, a belső erő fejlesztésére is komoly hangsúlyt fektetnek.

A témaválasztásom szorosan kapcsolódik, ahhoz a sporthoz, amit alsó tagozatos korom óta folytatok a mai napig, ami a Kyokushin Karate (az erő karatájának is szokták nevezni). Ez az a sport, amely a motivációt adta a szakdolgozatom témaválasztásában. Indokoltnak érzem a téma fontosságát, hogy a harcművészetek nincsenek megfelelő reflektorfényben, nem kapnak elég teret, lehetőséget. Az oktatásban megfelelő lehetőségeket kellene biztosítani az önvédelem elsajátítására

Edzőim Hosszú Attila 2. dan, Pető Gyöngyi 1. dan és Bárány Gábor 1. dan (dan: feketeöv fokozatai) nagy hatással voltak a sportolói pályafutásomra. 9 éves koromtól kezdve vagyok a növendékük.

Testvérem és édesapám is a kyokushin karate szerelmesei. Mindannyian más céllal gyakoroljuk a sportot, mindenkinek más a motivációja, de mind az értékek és a harcművészetek filozófiája miatt vagyunk a dojoban (dojo: japán stílusú edzőterem).

Napjainkban a tisztelet, a magabiztosság, a higgadtság, önuralom, kitartás és számtalan pozitív tulajdonság, de a fiatal nemzedék számára nem elsajátított erény. A sport megszerettetése a tanulókkal, rendkívül fontos feladat egy testnevelő számára. Bármely sportba kezdenek bele egy diákok, a legfőbb, hogy szeressék, amit csinálak, illetve rendszeres legyen a tevékenység. A legfontosabb viszont, hogy abból a sportból, amit tevékenyen hajtanak végre, tanuljanak, okuljanak belőle. Legyen az a sportszerűség, a dicsőséges győzelem, vagy az emelt fővel

történő veszteség. A távolkeleti harcművészetek azt tanítják, hogy az ellenfelet tiszteljük, segítsük a másikat.

A testnevelés órákon általános, illetőleg középiskolákban, személyes tapasztalatom, hogy a tantervben előírt, önvédelem, küzdősport, harcművészet nem jelenik meg vagy csak nagyon elvétve. Ez alól kivételt képeznek a küzdőjátékok. Ez az eszközök, védőfelszerelések, illetve a szakértelem és motiváltság hiányából fakadhat.

Kutatásom során, a pályán dolgozó tanítókat, pedagógusokat kérdezek meg arról, hogy mennyire tartják fontosnak a munkavégzést, módszereket, mennyire valósulnak meg az órákon a harcművészetek, illetve a küzdősportok. Ugyanakkor tanulókat, szülőket, egyetemi hallgatókat, edzőket kérdezek meg arról kérdőívemben, hogy mennyire jelenik meg környezetükben, van-e lehetőségük a sportok űzésére. Mennyire vannak tisztában a küzdelmeken és a sztereotip agresszor küzdősportokon kívül a jótékony személyiségformáló hatásairól. Mennyire lényeges számukra a tiszteletet, önuralom, higgadtság, szorgalom, pontosság és a számos pozitív erény, melyeket a harcművészetek magukkal hordoznak.

2 Szakirodalmi áttekintés

2.1 A harcművészetek pedagógiája

„Az asszertivitás a jó értelmű küzdőképesség, a rámenős, kemény, kezdeményező és a győzelem érdekében támadó jellegű fellépés. Asszertivitás nélkül nem alakulhat ki dominancia, ami nélkül végül is nem lehet győzni. Áttételesen, de lényegileg a hatékony és boldog emberi élethez is alapvetően szükséges az asszertív viselkedés.” (Zsolnai, 2011)

Zsolnai (2011) szerint, ha az emberben nem jönnek létre asszertív tulajdonságok, képességek akkor az emberi lét nem lesz teljes, egész, komplex. Ezzel az állítással teljes mértékben egyetértek, hiszen különböző élethelyzetekben fontos és elengedhetetlen, hogy rendelkezünk ilyen tulajdonságokkal. Vegyünk alapul egy sorversenyt, testnevelés órán, alsó tagozatban. Ha a tanulóban nincs győzni akarás, motiváltság, küzdőképesség, tettehesség, akkor nem tudja megfelelően végrehajtani a feladatot, nem lesz meg a gyorsasága, sebessége, teljesítménye hozzá. Ezt egy labdás kidobónál is érzékelhetjük, a védekezés és támadás egységében. Ugyanakkor felnőtt korban is egy kommunikációs folyamatnál, ha érzékeljük, hogy egy adott személy mentális bántalmazást kezdeményez, akkor egy védekezésre, adott esetben támadási folyamatra kerülhet sor, verbális szinten.

2.2 A harcművészet céljai

„Állandó és harmonikus személyiségépítés. Erkölcsi értékekkel és a tiszteleten és szereteten alapuló viselkedési formákkal kell rendelkeznie. Harmóniában élni a világgal és önmagunkkal a konstruktív életmód gyakorlásával. Törekedjünk a tökéletességre képességeink és lehetőségeink maximalizálásával. Fizikai képességek fejlesztése az egészség, az erőnlét és az önvédelmi képességek érdekében.” (Zsolnai,2011)

Az iskolai lét célja a tanulók oktatása, a személyiségük fejlesztése. A testnevelésen belül még számos készséget tudunk fejleszteni. A testi erő, gyorsaság, állóképesség, ízületi mozgékonyaság megteremtése, a fundamentális mozgások, a mozgásos játékok, adott sportágak mozgásrendszere egy fontos cél a tanórákon. Egy nagyon fontos területet nem minden iskola alkalmaz, az nem más, mint az önvédelem, harcművészetek oktatása. Ezek a sportok magukkal hordoznak olyan képességeket, készségeket, melyek elsajátítása fontos a gyermekkorban, annak kezdeti szakaszaiban, majd a későbbi időszakokban is. Az önvédelem elsajátítása manapság az egyik legfontosabb tulajdonságok egyikének része kellene, hogy legyen, de a valóságban csak érintőlegesen vagy egyáltalán nem foglalkoznak vele.

2.3 A harcművészet értékei

Zsolnai (2011) szerint a harcművészeteknek komplex értékközvetítő szerepe van, mellyel egyetértek, hiszen a saját és edzőtársaim életében is tapasztalni véltem. Egy nagyon hiperaktív, rosszkodó, verekedős, magatartásproblémás kisiskolás tanulóval, ha elkezdenek foglalkozni, heteken belül már jelentkeznek a pozitív változások. A harcművészetek megtanítják a gyakorlóikat az önvédelemre, hogyan tudják megvédeni magukat, társaikat, szeretteiket különböző helyzetekben. Tiszteletre tanítja szülei, tanárai, társai felé, segíti a belső béke kialakítását.

2.4 A harci művészetek definiálása

A harcművészeteket Zsolnai (2011) úgy definiálja, hogy egy olyan tevékenységforma, ami teljes mértékben az ember fejlődésére irányul, mind a fizikai, mind a szellemi egészséget segíti fejlődni. Úgy fogalmaz, hogy „az önkontrollt és önfejlesztést támogató nevelési célok, valamint a személyiség- és erkölcsfejlesztési módszerek gyűjtőfogalma.” (Zsolnai, 2011) A testedzés mellett központi szerepet kap a lelki egészség, az egészséges önbizalom, az önzetlenség. Különböző helyzetekben a fiatal tanulók, akik az önvédelmet és harcművészetet gyakorolják, nagy önkontrollról tesznek tanúbizonyságot, nem hencegnek, nem használják ki fizikai, illetve szakmai fölényüket. A mindennapos sport, a rendszerben élés egyfajta pontosságra, időbeosztásra sarkallja a tanulókat, a jobb eredmények, teljesítmény érdekében pedig szorgalomra készíti őket. Ezen erények elsajátítása érdekében nincs közvetlen erre irányuló oktatás. A harcművészetek megkövetelik, illetve magukkal hordozzák, ezeket a pozitív elemeket. Formálja, jó emberré teszi a harcművészeteket gyakorlókat. Az élet számos területén tudják kamatoztatni mindazon tulajdonságokat, melyeket az edzések/foglalkozások során sajátítanak el.

2.5 Pedagógiai értékei

Mindenekfelett létezik a sporttársak, diáktársak, osztálytársak, edzők, tanárok, szülők tisztelete. A harcművészeteket gyakorlóakra egyáltalán nem jellemző a tiszteletlen magatartás, nem felelnek vissza. Az a küzdőképesség, amely megfigyelhető a sportban, az a tanulásban is és az életben is egyaránt fellelhető. A győzelem dicsőségére és a veszteség emelt fővel viselésére nagy hangsúlyt fektetnek. A fegyelmezettség, az önkontroll, a céltudatosság is része az értékeknek. A közös munka, társakkal, tanárokkal, edzőkkel lényeges része a közös tevékenységeknek. Itt fontos szerepet kap a tanár és diák, mester és tanítvány kapcsolatának szerepe, hiszen a közös cél és a siker elérése érdekében a céltudatos hosszútávú munka elengedhetetlen része a kettejük kapcsolatának.

3 A küzdősport, mint oktatási anyag

A 2020-as Nemzeti alaptantervhez illeszkedő kerettantervekben a testnevelés tantárgyban 1-4. osztályig küzdőfeladatok és játékokként, majd 5-6. osztályban pedig önvédelmi és küzdősportokként jelennek meg az oktatási folyamatban, javasolt 40 óraszámmal.

„A sportolás, rendszeres mozgásos aktivitás adhat annyi ingert, élményt a gyerekeknek, ami kielégíti az idegrendszeri deficitet. A küzdősportok feltétlenül ajánlottak.” (Budavári, 2007:168)

A rendszeres testmozgás, fizikai terhelés fontos részét képezik a diákok életének. A sportági szabályok azok, melyek keretek közé zárják a tanulókat, de a keretek között kibontakozhat, akár maximális teljesítményt nyújthatnak a tanulók. Egy hiperaktív, nyugtalan kisgyermek is kiélheti mozgásigényét, megnyugodhat. Egy adott mozgástevékenység, verseny, feladat végrehajtása közben nem fogják megbüntetni, leszólni, mert sokat mozog, itt éppen ez a cél, ezért megdicsérik. A tanulókból pedig az öröm és a büszkeség érzését váltja ki.

A harcművészetek oktatásában nem feltétlen a versenyzés, a kupák, érmek, trófeák elnyerése a cél, hanem van annál egy sokkal fontosabb, kézzel nem megfogható erények sokasága, a bushido. Az iskolákban az oktatás és személyiség formálása, személyiség fejlesztése a legfontosabb cél és feladat. A harcművészetek és önvédelmi küzdősportok a különböző technikák, ízületi hajlékonyság és a testi erőn felül tanítanak még, egy sokkal fontosabb dolgot, mint az előbb felsoroltak, ez pedig idegen szóval a „bushido”.

„A bushido elemei: tartás, bátorság és tűrőképesség, jóindulat, udvariasság, szavahihetőség, becsület/becsületesség, hűség, önfegyelem.” (Borbély-Jóvér, 1991:13)

Ezek gyakorlatilag a samurájok erényei közé tartoznak és ezek az erények szerves részét képezték a mindennapjaiknak. Egy megfelelő edző/tanító/testnevelő, aki részese ezen sportoknak, gyakorolja és űzi is napi szinten őket, tudja tanítani a tanulókat a különböző ütések, rúgások, védekezések, esések, gurulások technikája mellett azokra a fentebb felsorolt értékekre, melyeket a tanulóknak fontos elsajátítani, hogy a jövőben jó emberekké váljanak.

3.1 Küzdősportok, alsó tagozatban

Sikeresnek bizonyult az az elmélet, miszerint a judonak fejlesztő hatásai vannak, Galla Ferenc vezette a kísérletet. Különböző tudományos eredmények által tudták bizonyítani, e sportok fejlesztő hatásait. Számos képzés indult be az országban, a judo oktatásának

népszerűsítése céljából. Sajnálatos módon a 60 főből, mindössze csak 6 ember tudta befejezettnek tudni a képzést (Nagy György, 2017). Nagyon sok iskolában a mai napig alig, vagy szinte egyáltalán nem foglalkoznak a harcművészetekkel. Fontosnak tartom, mivel a fiatalok fejlődésében nagy szerepet töltene be. Hiszen Nagy György (2017) szerint, segíti a térlátás fejlődését, bátorságot, önbizalmat ad a test-test elleni kontakthoz. Fontos szerepe van abban, hogy kialakuljon a megfelelő koordináció, hogy meg tanuljon megfelelően esni, tudja tompítani az esés erejét. Nagy György (2017) erről úgy fogalmaz, hogy „a tompítás művészete, küzdőjátékok az iskolában című kerettanterv mind erre lehetőséget ad.” (Nagy György, 2017) Hazánk nagy mesterei Vincze Tibor 1941-től, Galla Ferenc pedig 1953-tól oktatták a judot a Testnevelési Főiskolán, a mai Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen. Nekik köszönhetjük, hogy megalakult a magyar judo országunkban (Nagy György, 2017).

A karate országunkban oktatásunktól teljesen különállóan létező és szerveződő munkálkodás, melyhez Kozma Erzsébet karate szakedző és Kálóczi József testnevelő tanár, karate szakedző, a Magyar Karate Szakszövetség megbízásából tantervet állított össze. Fontos részét képezik a tantervnek: „a fiatalok agresszivitás-szabályozása, a tisztelet, a megbecsülés, az udvariasság, az akaraterő, a teherbíró képesség, a belső fegyelem kialakítása.” (Kozma-Kálóczi, 2010). A tanulók általános iskolában rendkívül fogékonyak, kíváncsiak, ezért fontos a megfelelő oktatás mellett, hogy érdekessé tegyük a tananyagot. Minden egyes alkalommal, küzdősport, önvédelem, küzdőgyakorlatok oktatásánál, a tanulók izomzata növekedik, erősödik csontozatuk, technikai tudásuk tökéletesedik. Kondicionális képességeik folyamatosan javulnak és egészséges önbizalmuk is fejlődik, sokkal gyorsabban válaszolnak bizonyos helyzetekre, ügyesebbek lesznek, reflexeik fejlődnek. A tanulók kevésbé lesznek agresszívak, jobban tudnak összpontosítani. Különböző helyzetekben a reakciógyorsaságuk, robbanékonyságuk sokkal gyorsabb, pontosabb. Felnőttekkel helyesen, tiszteletteljesen viselkednek. Tudják magukról, hogy mire képesek. Mindezeknek részét kellene képezniük az oktatásnak, hiszen morális téren a diákoknak szükségük van az értékteremtő cselekvésekre. Ezeknek a sportoknak a segítségével olyan morális értékeket, fizikális, koordinációs képességeket sajátítanak el a tanulók, amely más, számos sporthoz, megfelelő alapot biztosítana, mindegyik nem számára. A sportot a távolkeleti alapú gyakorlatok, a fegyelmen, becsületességen, akaraton, tiszteleten, figyelmen létrejövő gondolkodásmód, a fizikai és lelki összhang teszi szerethetővé (Kozma- Kálóczi, 2010). Elsőként 1970-ben a kyokushinkai karatéval kezdtek foglalkozni hazánkban, a Testnevelési Főiskolán. Magyarországon Furkó Kálmán, illetve Adámy István érdeme, hogy elterjedt (Morvay, 2011).

3.2 A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról

A fiatalok számára egy jó lehetőség a keleti harcművészetek tanulása, hiszen a mentális és fizikális fejlődést összhangban kell alkalmazni, együttesen kell fejleszteni. Azt tanítják, hogy mindennél fontosabb, hogy lecsendesítsük elménket, erre megfelelő meditációs és légzőtechnikák vannak (Laczkó-Rétsági, 2015). „A keleti mesterek úgy tartják, hiába győzzük le ellenfelünket, elveszítjük a küzdelmet, ha a harc közben elménk leragad egy pontnál.” (Laczkó-Rétsági, 2015) Pontosan ezért lényeges, hogy megtaláljuk az a fajta békét harc, küzdelem közben, mikor a gondolatainkkal, tudatunkkal tudjuk vezetni az előttünk zajló eseményeket. Ilyenkor lehetséges az, hogy olyan döntéseket hozzunk, amelyek megfelelőek a váratlan, hirtelen létrejött szituációkban. Megfelelő légzőtechnikák, egy idegőrlő, stresszes, kellemetlen helyzetekben, megnyugvást eredményeznek, összpontosítás és a figyelem szempontjából is elengedhetetlen. A tanulók, diákok életében számos iskolai helyzetben, például felelet közben, dolgozat írásánál egy megfelelő légzéstechnika jobb eredmény elérésében sokat segíthet, saját tapasztalataimból tudom. A küzdelmek fontos része elsősorban, nem az ellenfél felülmúlása, hanem saját magunk napról-napra, hétről-hétre való legyőzése (Laczkó-Rétsági, 2015). A harcművészetek, az önvédelem egy kulcsfontosságú és lényeges tartozéka a fiatalok személyiségfejlődésének. Fejlődik közben a finom motorikájuk, motoros képességeik, személyiségük. Majd a későbbi életben a sport megszerettetése, a célorientáltság, tudni fogják, hogy a megtett és befektetett fáradságos munkájuk mindig kifizetődik (Morvay-Rétsági, 2010). Harcművészetek, küzdősportok régi erényei nem tűntek el, hanem még inkább jelen vannak. A sportok gyakorlói számára biztos erényeket szolgáltat. A távolkeleti küzdősportok kimagaslóan segítik a produktív élet kialakítását, amely nem csak az egyén, a szűkebb család, hanem a társadalom számára is fontos, szükséges. A tisztelet, a szabályok, szabályrendszerek, a rend és fegyelem mind hozzájárulnak a későbbi felnőtt lét eredményességéhez, morális értékeihez (Mikonya-Verőné, 2012). „A harcművészet gyakorlása pozitívan hat a konatív tulajdonságok fejlesztésére, úgymint: önállóság, célkitűzés képessége, határozottság, akaraterő, kitartás, monotoniatűrés, feladattudat, frusztrációs tolerancia, újrakezdési képesség, és megfelelő alkalmat kínál a pozitív, autonóm vezérlésű, a társadalom számára is értékes magatartásformák kialakítására.” (Mikonya -Verőné, 2012) A küzdősportok alkalmazása közben nem a legfontosabb, leglényegesebb maga a küzdelem, hanem inkább következménye a morális értékek elsajátítása, mellyel saját életünket javítjuk, illetve a körülöttünk lévő emberekhez való hozzáállásunk is sokkal megfelelőbb lesz. Mikonya és Verőné (2012) szerint bármilyen tevékenységről is legyen szó, a cél helyet, az odavezető, fáradságos út sokkal fontosabb, mivel ebben a folyamatban fejlődünk.

4 A küzdelem fontossága a sportban, agresszió kezelése

Bármely küzdelemről beszélünk, a társadalom nagy része a sérüléseket, agressziót tartják szem előtt. A harc, küzdelem egy gyorsan változó, másodpercek töredéke alatt végbemenő gyakorlat, ahol ellenfelünk cselekedeteit figyelembe véve kell védekeznünk vagy éppen támadnunk. A végeredmény soha sem biztos, mivel szerencsén és hirtelen, gyors döntéseken múlik a gyakorlat (Morvay, 2011).

Ahogy a küzdőtéren, úgy az életben is megjelenik a küzdelem, a harc akár a régi időkre visszatekintve, a vadászat a létfennmaradásért folytatott küzdelmek a mindennapok részévé vált. Az iskolai életben is számos nehézséggel állunk szemben. Dolgozatok, feleletek, tanulmányi, illetve sportversenyek, minél jobb eredmény elérése, felülmúlása. A küzdősport az önvédelem mellett megtanít bennünket az élénk gördülő akadályok leküzdésére, a szinte lehetetlennek tűnő problémák átvészelésére. Bármilyen bajnoki címnél sokkal fontosabb az, hogy napi szinten, az élet különböző területein legyőzzük saját magunkat. A harcművészetek, küzdősportok legmeghatározóbb része a küzdelem, ahol két sportoló egymással harcol, test-test elleni küzdelmet folytat (Morvay, 2014). Morvay (2014) szerint, az agresszió, a mozgásigény, felgyülemlett düh, stressz legyőzése, levezetése érdekében a sportokat tarják megfelelő opciónak. Ugyanakkor a küzdősportokat megfelelően szakképzett pedagógusoknak kell felügyelni, a gyakorlatok kivitelezésének balesettmentességének érdekében. Úgy véli Morvay (2014), hogy a kialakított fegyelem, önkontroll, tisztelet segíthet az agresszió keretek között tartásában, ugyanakkor kialakítható az asszertív magatartás. Fontos lenne, ha a tanulók az agresszív viselkedés, erőszak helyett, versenyhelyzetben, egy kötött szituációban élnék ki versenyszellemüket, erejüket, így vezetnék le a feszültséget és nem az udvaron, osztályteremben bántanák egymást. Ez a fajta viselkedésforma nem megfelelő, informálni kell a tanulókat a tettek jövőbeni hatásairól. Ez a szakedzők, pedagógusok feladata (Morvay, 2014).

5 Harcművészetek fontossága

Az iskola egy fontos mérföldkő a fiatalok életében, hiszen új ismereteket tudnak elsajátítani, itt tanulnak meg új dolgokat, fontos információkat. A keleti országokban, például Kínában a küzdősportok fontos szerepet töltenek be az iskolai életben, hiszen a hagyományos, nemzeti sportjaikról van szó. Japán dzsúdót, dél-koreai taekwando alkalmazza egyszerűbb szabályokkal, az iskolában. Az oktatási intézmény által használják gyakorlatilag a sportok népszerűsítésére, hogy a fiatalabbak egyre jobban megszeressék, versenyeket is rendeznek ennek érdekében. Úgy vélik, hogy az iskola ne egy lépés legyen a nagy olimpiai játékok felé, hanem a hagyományos nemzeti sportok, nemzeti kultúra lényegét is megértsék, elsajátítsák a tanulók. Napjainkban már minőségi oktatás zajlik, a kínai, japán harcművészeteknek fontos nevelő funkciója is van. Az iskolán belüli sportok, az oktatásban a harcművészeti kultúrák teljes mértékben hozzájárulnak, elősegítik az oktatás fejlődését, fejlesztését (Minghua Zhou, Nan Cheng, 2016).

Jim Lantz (2002) szerint, a harcművészetek űzése a gyermekeknek segít a fejlődésben, a tisztelet gyakorlásában, önmaga és mások iránt is. Számos szülő, kinek gyermeke az említett sportokat gyakorolja, tapasztalták, hogy fegyelmezettebb és tisztelettudóbb lett az idő múlásával. Számos lehetőségük van új barátok szerzésére, szociális kapcsolatok kialakítására. Minden szülő számára fontos, hogy gyermekük megtanulja, mi a helyes és helytelen. Jim Lantz (2002), úgy véli, hogy a harcművészetek segítik a fiatalokban a megfelelő erkölcsi magatartás kialakítását.

Bármely sportot veszünk alapul, fontos, hogy a fiatalok megismerjék, tapasztaljanak általa.

6 Összegezve

A szakirodalmakból, elméletekből kiderül, hogy mennyire fontos a küzdelem, küzdeni akarás, asszertív viselkedés, a fiatalok számára mennyire lényeges lenne a pozitív tulajdonságok elsajátítása, amelyeket a harcművészetek magukkal hordoznak. A harcművészetek, küzdősportok rendkívül komplex sportok, más sportágak is fejlődnek általa, mind koordinációs, mind kondicionális szinten. De ennél fontosabb, hogy morális szinten is fejlődés van jelen, amely a tisztelet, becsületesség, alázat, pontosság, önzetlenség, önfegyelem terén valósul meg. Egy megfelelően vezetett foglalkozás, rendszerben, rendben tartja a diákokat, megtanulják leküzdeni félelmeiket, kitolják határaikat. Az önvédelem alapjaival, ha megismerkednek a tanulók, akkor az egészséges önbizalmuk nő, legfőképpen pedig, olyan ismeretekre tesznek szert, mellyel magukat, társaikat, szeretteiket, ismerőseiket meg tudják védeni, ha olyan problémás helyzetbe kerülnek, abúzus, erőszak áldozatául esnének. Azokon testnevelés órákon, ahol megjelenik a tanterv szerinti önvédelem, küzdősportok, ahogy a keleti országokban is a mindennapok, az oktatás részévé vált, az intézményeket használják sportág népszerűsítésére. Lehetséges, hogy vannak olyan tanulók, akik nem mernek egyesületi szintű edzőterembe elmenni, pedig érdekelné őket a sportág, tehetségesek is lennének benne, csak egyszerűen félnek. Ha tanórai szinten, lenne lehetőségük a tanulóknak, kipróbálni a sportokat, megmérettetni magukat saját kortársaikkal, akik társaságában nem érzik feszélyezve magukat, jó eséllyel megszeretnék a harcművészeteket. Minden szakirodalom, forrás arról íródik a témában, hogy mennyire jelentős, mennyire nagy hangsúlyt kellene fektetni az önvédelmi oktatásra, a harcművészetekre, hiszen a mai világban fontos, hogy meg tudja védeni magát a sok fiatal lány és fiú. A judo és birkózás által a különböző esések tanulása, földharc technikák, karate sportban az ütések, rúgások megfelelő kivitelezése lenne a tananyag, mely egy érdekes és tanulságos elsajátítandó ismeret lenne a fiatalok számára. Fizikai edzés mellett az önfejlesztő hatások lennének a leglényegesebb szempontok, mivel a tanulási idő szakaszában, rendre, fegyelemre, előljárók, társak tiszteletére tanítanak a diákokat. Lényegében elengedhetetlen részé kellene, hogy legyen, ha nem is mindennapi, de gyakori önvédelmi óráknak az oktatásban. Ezeken az órákon ismételnének, gyakorolnának, ugyanakkor új ismeretek sajátítanának el a tanulók. Az az egyén, aki a küzdősportok tekintetében a megfelelő önvédelmi képességeket, támadó és védekező gyakorlatokat sajátított el, pontosan tudja, hogy milyen is a nehézségeken, fájdalomon túllépni, ezáltal az élet problémáit is megfelelően tudná kezelni.. Az élet más területein is kamatoztatni tudja ezeket az ismereteket.

7 Kvantitatív kutatás

A kutatásom során arra keresem a választ, hogy a kérdezett tanulók, egyetemi hallgatók, szülők, pedagógusok, edzők mennyire tapasztaltak küzdősportot, önvédelmet, harcművészetet a jelenlegi vagy volt iskolájukban. Mennyire tartják fontosnak azokat az erényeket, melyeket magukkal hordoznak a harcművészetek. Érzik esetleg annak hiányát, hogy nem volt lehetőségük önvédelmet gyakorolni.

7.1 Kutatás hipotézise

A hipotézisem megalkotását a személyes tapasztalataim, illetve az olvasott szakirodalmak által tudtam megfogalmazni.

Feltételezéseim szerint az előírt önvédelem és küzdősport nem jelenik meg az oktatásban. Arra keresem a választ, hogy miért lehetséges az, hogy elvétve jelennek meg a testnevelés órákon az említett sportok. Feltételezem azt, hogy a testnevelők nem rendelkeznek megfelelő szakképzettséggel, nincs motivációjuk, nem látják az összetettségét ezeknek a sportoknak. Azt feltételezem még, hogy az iskolák nem rendelkeznek megfelelő felszerelésekkel ezekhez a sportokhoz, illetve a társadalom nagy százaléka nincs is tisztában azzal a ténnyel, hogy a Nemzeti alaptanterv szerint, évi 40 órát önvédelemmel és küzdősporttal kellene foglalkozni.

A következő kérdésekre kerestem a választ:

Foglalkoztak-e küzdősporttal/küzdősportokkal vagy harcművészettel/harcművészetekkel?

Mennyi ideig űzték ezen sportokat?

Az általános és középiskolájukban, a testnevelés órák keretein belül mennyire jelent meg az önvédelem/küzdősport/harcművészet?

Érzik-e ezeknek a hiányát?

A településükön vagy környékükön van lehetőség a küzdősportok űzésére?

Mennyire tartja fontosnak, hogy az általános iskolában adottak legyenek a lehetőségek az önvédelmi küzdősportok és harcművészetek gyakorlására?

Mi a véleményük a 21. században az önvédelem elsajátításáról?

Osztályozniuk kell az erényeket, melyeket a harcművészetek magával hordoznak! Mennyire tartják lényegesnek az elsajátításukat a fiatalok számára?

Tudják-e, hogy a Kerettanterv szerint, általános iskolában az 5-8. évfolyamosok számára évi 40 óra javasolt önvédelmi küzdősportok témakörben, a testnevelés órák keretein belül?

Tudják-e, hogy a tanulók a birkózás, karate és dzsúdó alapjaival ismerkednek meg ezeken a tanórákon?

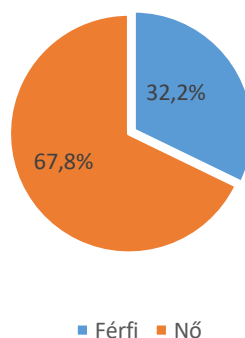
Megvalósul ez a javasolt 40 óra az általános iskolákban éves szinten, felső tagozaton?

7.2 Kutatás módszere, menete

A kutatásom megvalósításához a legmegfelelőbb módszernek a kérdőív bizonyult. Ezért online kérdőívet készítettem. Mivel a témában megkérdezettek foglalkozásai elég széles körben vannak jelen, ezért sokrétű válaszlehetőségekre számíthatok.

Összesen 87 választ kaptam, nemek, életkorok, foglalkozások aránya vegyesen megoszlott, melynek örültem, hiszen más-más generációk és foglalkozású egyének fejtették ki véleményüket, töltötték ki a kérdőívet. A kérdőívet ennél nagyobb módon nem állt módomban kiterjeszteni, ezért mérési eredményeim nem általánosíthatók teljes mértékben, minden tanulóra, egyetemi hallgatóra, szülőre, pedagógusra és edzőre. Az átfogó kutatásom eredményeit a mérésben részt vettek kapcsolatában tekintem érvényesnek. A kérdőívem összeállításakor arra próbáltam figyelni, hogy a kérdések mindenki számára érthetőek, jól értelmezhetőek legyenek. Zárt és nyílt kérdéseket alkalmaztam kérdőívemben, hogy minél részletesebb véleményeket, tapasztalatokat kaphassak a témával kapcsolatban.

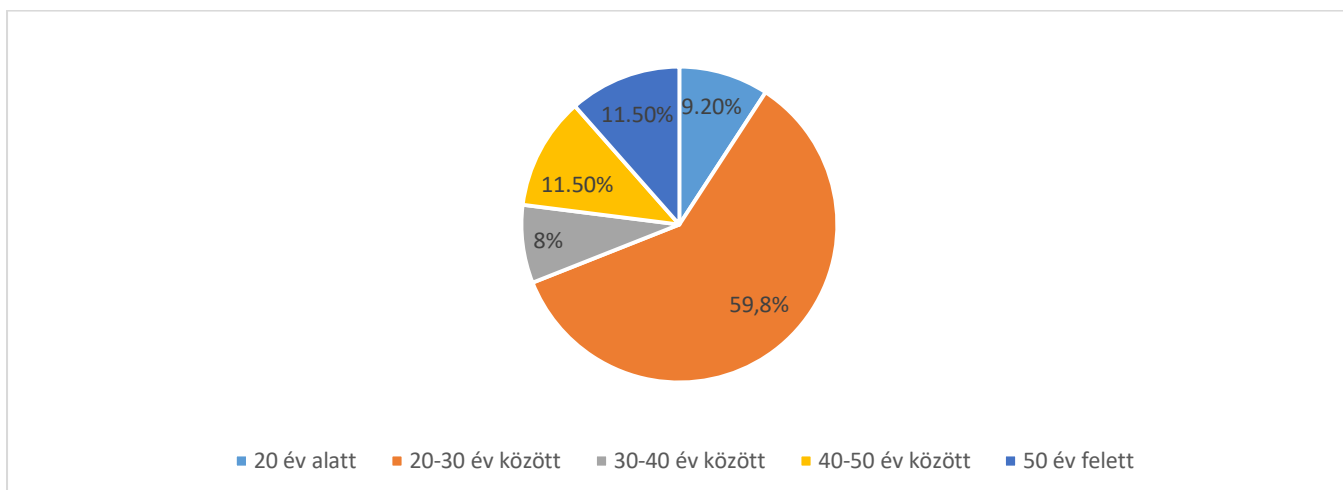
7.3 Adatok feldolgozása



1. ábra: Nemek szerinti megoszlás (n=87)

A nemek eloszlásának tükrében a nők, nagyobb létszámban 67,8 % (59 nő), míg a férfiak 32,2%-os (28 férfi) arányban töltötték ki a kérdőívet.

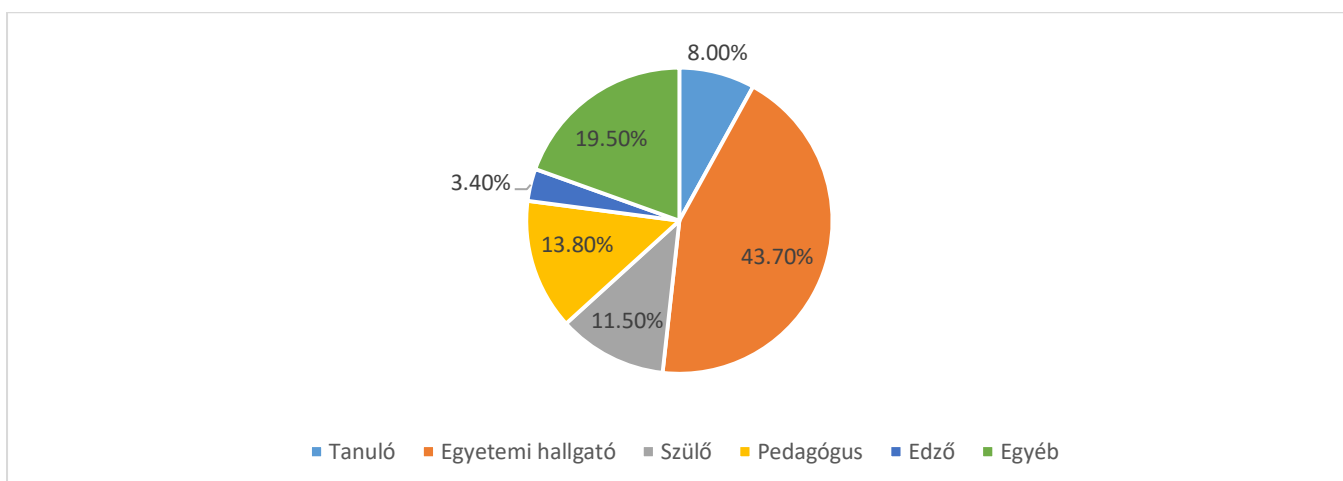
2. Az Ön kora? 87 válasz



2. ábra: Életkor szerinti megoszlás (n=87)

A 87 kitöltő közül a legnagyobb arányban a 20-30 év közöttiek töltötték ki 59,8% (52 kitöltő), ezután a 40-50 év közöttiek 11,5% (10 kitöltő) és az 50 év feletti kitöltők szintén 11,5% (10 kitöltő), majd a 20 év alattiak 9,2% (8 kitöltő). A legkevesebben pedig az 30-40 év közöttiek 8% (7 kitöltő). A kitöltéseket tekintve a saját korosztályom töltötte ki a legnagyobb arányban, de minden korosztályból voltak válaszolók, melynek örültem, hiszen korosztályokon kívül más-más nézőpontokat is megismerhettem.

3. Az Ön foglalkozása? 87 válasz

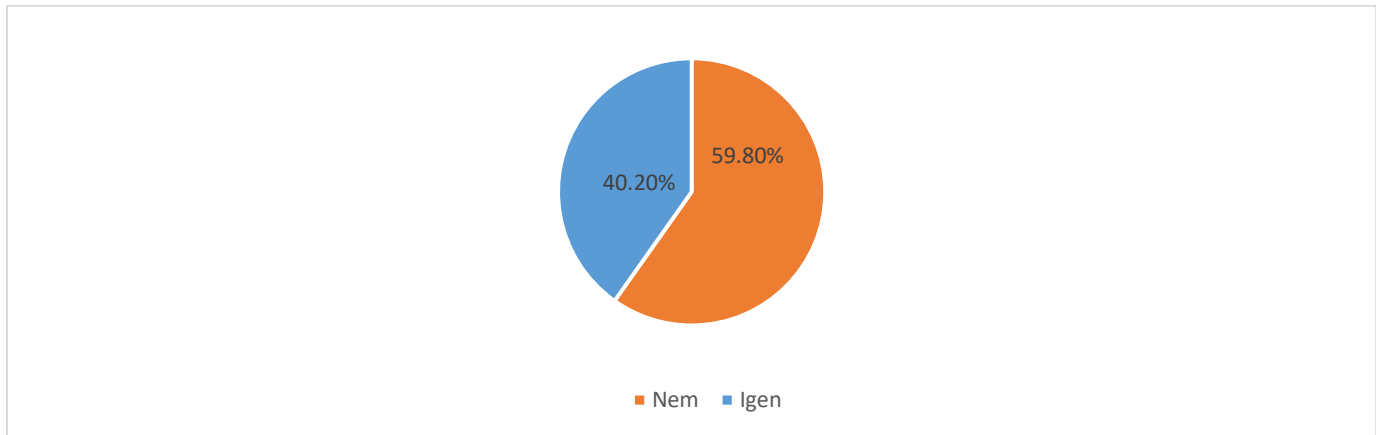


3. ábra: Foglalkozások szerinti megoszlás (n=87)

A válaszolók közül legnagyobb arányban az egyetemi hallgatók 43,7 % (38 kitöltő), 19,5% (17 kitöltő) az egyéb foglalkozást választotta kitöltés során, ezután a pedagógusok 13,8% (12 kitöltő), szülők közül 11,5 % (10 kitöltő), majd a legkevesebben 3,4% (3 kitöltő) az edzők

válaszoltak. Sajnálom, hogy az edzők közül ilyen kevésen válaszoltak a kérdőívben. Véleményem szerint az ő nézőpontjuk, nagyobb létszámban is érdekes lenne a témával kapcsolatban.

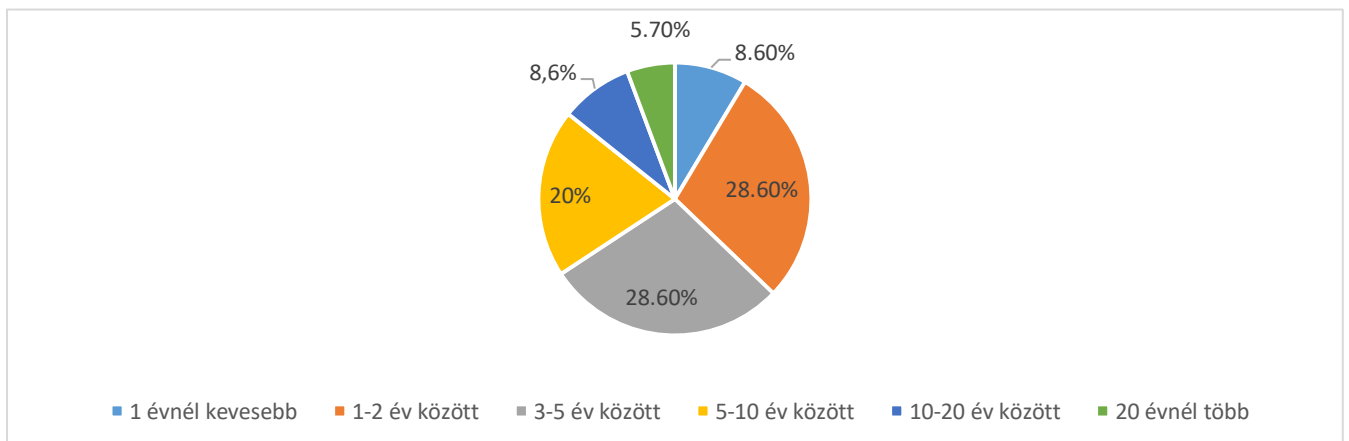
4. Foglalkozott Ön, küzdősporttal/küzdősportokkal vagy harcművészettel/harcművészetekkel? 87 válasz



4. ábra: Küzdősportokkal foglalkozók megoszlása (n=87)

A 4. kérdésre, a válaszolók nagy többsége 59,8% (52 kitöltő) nem foglalkozott még küzdősporttal. Viszont nagy örömmre szolgál, hogy a kitöltők 40,2 %-a (35 kitöltő) pedig foglalkozott harcművészetekkel vagy jelenleg is gyakorolja. Véleményem szerint, valamint a kitöltők is alátámasztják azt a tényt, hogy a környezetünk nagy százaléka nem próbálja ki egyáltalán, nem gondolják hasznosnak ezeket a sportokat, félnek elmenni egy edzőterembe. Agresszív sportokként gondolnak rájuk és a művelőit is ilyen szavakkal illetik, pedig a legtiszteletudóbb, legszerényebb sportolók a tapasztalataim szerint harcművészek. Természetesen vannak kivételek más sportokból is és a harcművészetekből is.

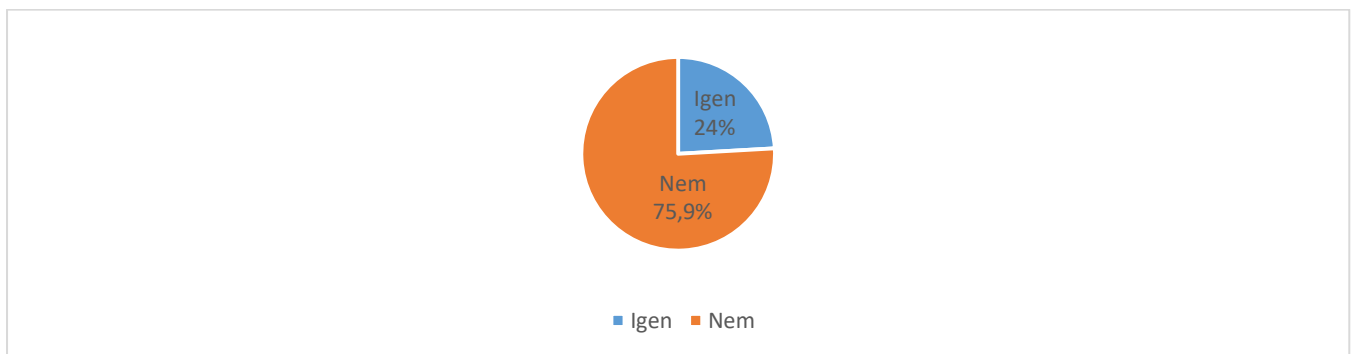
5. Ha az előző kérdésre igennel válaszolt, akkor mennyi ideig? 35 válasz



5. ábra: Küzdősporttal foglalkozók idejének megoszlása (n=35)

A 87 kitöltő közül, 35-en foglalkoztak az említett küzdősportokkal. A 35 fő közül 1 évnél kevesebb ideig 8,6% (3 kitöltő), 1-2 évig 28,6% (10 kitöltő) és 3-5 évig szintén 28,6% (10 kitöltő), amely sok időnek mondható el, itt tapasztalataimból adódóan és véleményem szerint, aki ennyi ideje foglalkozik harcművészetekkel, az az ember már készség szinten tudja gyakorolni azokat. 20 % (7 kitöltő) 5-10 év között gyakorolta a harcművészeteket, 10-20 év között 8,6%(3 kitöltő) és 20 évnél több ideig 5,7% (2 kitöltő) foglalkozott a sportokkal. A kérdőív kitöltői elég kevés létszámban gyakorolták a sportokat. Véleményem szerint, a testnevelés órák alkalmával nem tapasztalták az önvédelmet, a küzdősportokat, ezért nem is érzékelték a jótékony hatásukat.

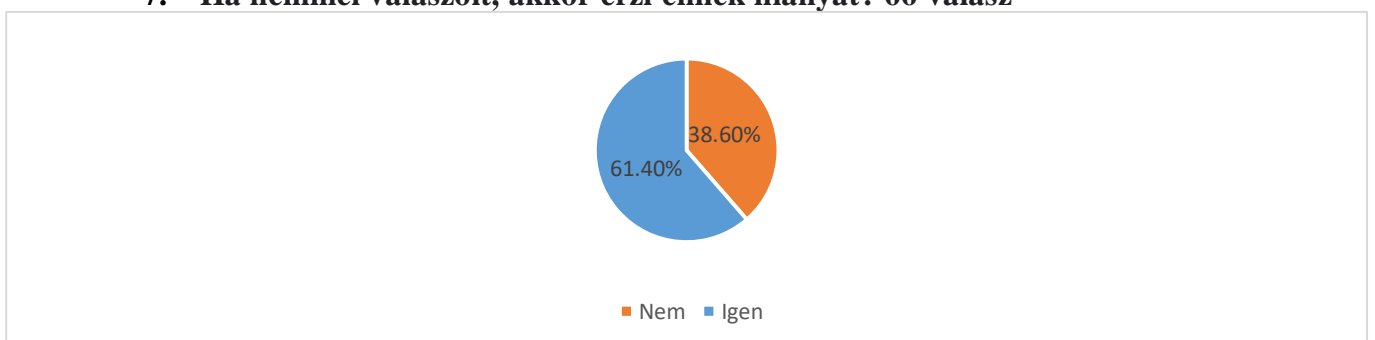
6. Az Ön általános és középiskolájában, a testnevelés órák keretein belül megjelent az önvédelem/küzdősport/harcművészet? 87 válasz



6. ábra: Küzdősportok megoszlása iskolákban (n=87)

A kitöltők 24%-a (21 fő) foglalkozott az iskola keretein belül küzdősportokkal, harcművészetekkel. 75,9%-a válaszolóknak (66 kitöltő) pedig nem foglalkozott. Erre az arányra számítottam a kérdés feltétele előtt. A kitöltők nagy százalékánál nem jelentek meg a testnevelés órákon az önvédelmi küzdősportok, harcművészetek.

7. Ha nemmel válaszolt, akkor érzi ennek hiányát? 66 válasz



8. ábra: Küzdősportok hiánya a válaszok megoszlásai szerint (n=66)

Az előző kérdésre nemleges választ adók 61,4%-a (43 kitöltő) érzi hiányát, a 38,6%-a (27 fő) pedig nem. Örömmel olvastam, hogy a kitöltők nagy százaléka érzi a küzdősportok hiányát, mivel nem jelentek meg az iskolai tanulmányaik alatt a harcművészetek és nem tapasztalták azokat. A harcművészetek tekintetében egy rendkívül komplex és hasznos sportról beszélünk.

**8. Ha az előző (7. kérdésre) kérdésre igennel válaszolt, indokolja meg, hogy miért?
35 válasz**

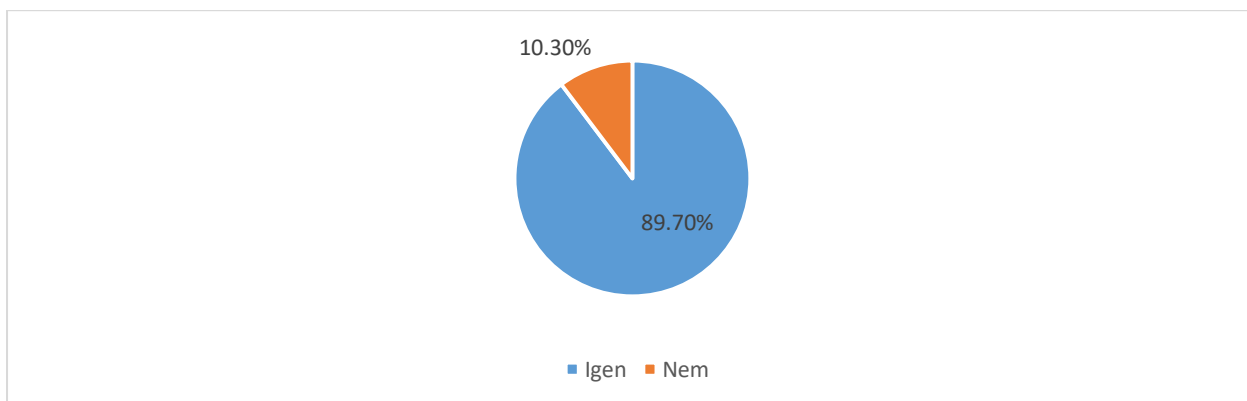
- „Úgy gondolom, hogy nagyon fontos a mai életben, hogy megismerjük a harcművészetet, önvédelmet, hiszen bármikor kerülhetünk rossz helyzetbe. Rengeteg előnye van, meg tudjuk magunkat védeni, és megismerünk több sportot.”
- „Fontosnak tartom az életben.”
- „Azért, mert úgy gondolta a középiskolai testnevelés tanár, hogy fontos lehet átadnia ebben a témában is ismereteket, főleg önvédelem céljából.”
- „Önfegyelemre, kitartásra nevel. Növeli a fizikális és mentális erőt szintén.”
- „Úgy gondolom, hogy a mai világban fontos megtanítani, mivel a gyermekekre is egyre nagyobb veszély leselkedik.”
- „Úgy gondolom, a fiataloknak szükségük lenne legalább egy féléves önvédelmi kurzusra, mivel sokan járnak egyedül is akár a városokban magánórákra, tevékenységekre, és esetleges támadások vagy balszerencsés helyzetbe való keveredés során könnyen meg tudnák védeni magukat. Magabiztosságot, önbizalmat és egy kevés biztonságérzetet adna, ha a gyermek képes lenne legalább megvédeni magát!”
- „Szerintem jó lenne, ha gyerekeket megtanítanák arra, hogy védjék meg magukat.”
- „Mindenkinek szüksége lenne minimális önvédelmi ismeretre!”
- „Jó lett volna, ha beépítették volna a testnevelés óra keretei közé az önvédelem oktatását, mert fontosnak tartom, hogy mindenki megtanulja megvédeni magát.”
- „Véleményem szerint, segítséggel megtapasztalhatóak a pozitív hatások: kitartásra nevelés, tiszteletadás felnőtteknek, idősebbeknek, véleménykülönbség elfogadása, feladattudat megszilárdítása.”
- „Nagyon hasznos dolognak tartom. A mai világban pedig fontos az önvédelem.”
- „Szerintem főként nőknek fontos lenne. Sok abúzus éri a nőket, sajnos családon belül és kívül is.”
- „Az önvédelem ismerete magabiztosságot ad a hétköznapi életben, segítve ezzel a jellemfejlődést.”

- „Önvédelem szempontjából jó lenne, ha valaki nem tanulja nem biztos, hogy menne neki.”
- „Azért, mert szerintem alapvető dolog az önvédelem, és aki nem jár, semmi ilyesmire, az elég nehezen védi meg magát olyan helyzetekben.”
- „Alap önvédelmet tanulni nőként hasznos lenne, hogy esetleg meg tudjuk magunkat védeni egy támadástól.”
- „Veszélyes a mai világ, az önvédelem pedig körültekintésre, óvatosságra tanít.”
- „A küzdősport adják meg, az ember tartásának kulcsát!”
- „Úgy gondolom mindenkinek hasznos, ha meg tudja védeni magát. Mindemellet a küzdősport önfegyelemre tanít és segít feszegetni a határainkat.”
- „Nem tanítják meg a fiatalokat hogyan is kéne megvédeniük magukat, ha esetlegesen egy idegen az utcán bántalmazná őket.”
- „Pozitív jellemvonásokat erősítene a tanulóknál (önfegyelem, tisztelet, kitartás).”
- „Biztonságosabban érezném magam az utcákon.”
- „Hasznos lenne az önvédelem”
- „Jó lenne tisztában lenni ilyen dolgokkal, hiszen sosem lehet tudni, hogy az embernek mikor lenne rá szüksége.”
- „Saját magunk biztonsága érdekében”
- „Szükséges a gyermekeknek, hogy meg tudják védeni magukat.
- „Mert jó lett volna tanulni róla”
- „Az önfegyelem elsajátítása mellett segítene megtanulni, hogy a testi erőszak alkalmazása, milyen következményekkel járhat.”
- „Szerintem manapság a küzdősportoknak fontos szerepe lenne a fiatalok életében, akár, ha csak az önvédelemre gondolunk vagy a fegyelemre.”
- „Küzdősport fejlesztő hatása miatt (egészség, jellem, önbecsülés, tisztelet stb.)”
- „Mivel nagyon komplex mozgásokból áll, ezáltal az összes sportágat segítheti.”
- „Mert érdekes sportnak tartom és a mindennapokban is segítség lehet, ha arra kerülne a sor, hogy meg kell védjem magam”
- „Véleményem szerint az önvédelmi oktatást, az elsősegélynyújtás oktatása mellett, elengedhetetlen lenne már minél fiatalabb korban (alsó- felső általánosiskolai tagozatban) oktatni. A gyermekek ekkor még jobbára negatív motiváció nélkül képesek lennének elsajátítani az alapokat.”
- „Jó, ha meg tudja védeni magát egy fiatal.”

- „Tiszteletadás, kitartás, alázat hiánya a mai társadalomban.”

A 8. kérdésre válaszolók egyöntetűen érzik az önvédelmi órák hiányát. Fontosnak tartanák oktatásukat, hogy a különböző élethelyzetekben megfelelő tudás birtokában legyenek.

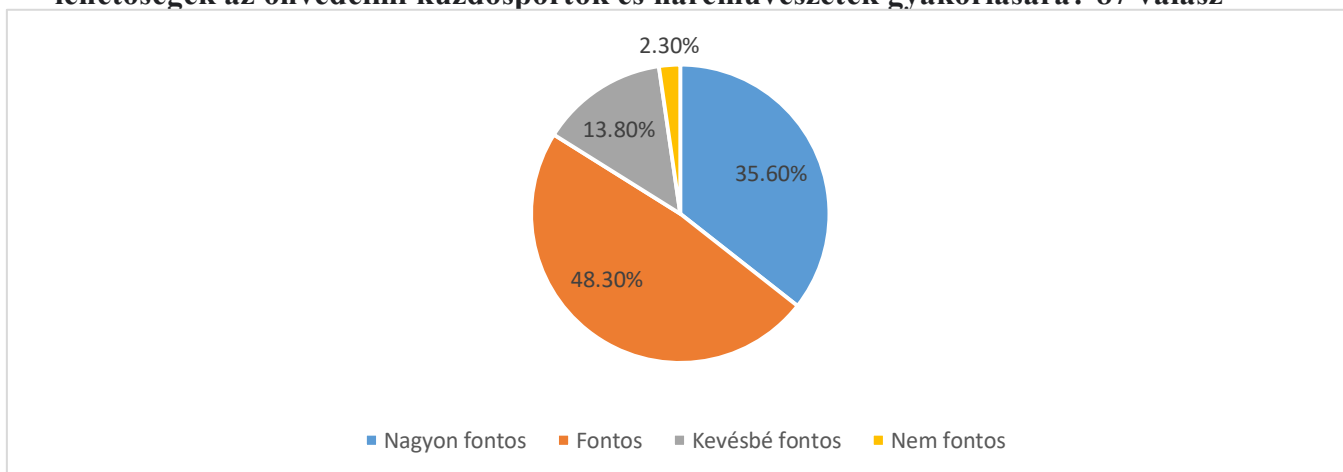
9. Az Ön településén vagy környékén van lehetőség a küzdősportok üzésére? 87 válasz



9. ábra: Küzdősportok lehetőségének megoszlása (n=87)

A 87 kitöltő közül, aránylag sok 89,7% (78 kitöltő) környékén, településén van lehetőség küzdősportra járni. 10,3% (9 kitöltő) településén vagy környékén pedig nincs lehetőség gyakorolni a harcművészeteket. A kitöltések alapján, pedig azt a következtetést lehet levonni, hogy a lehetőségek adottak a küzdősportok üzésére.

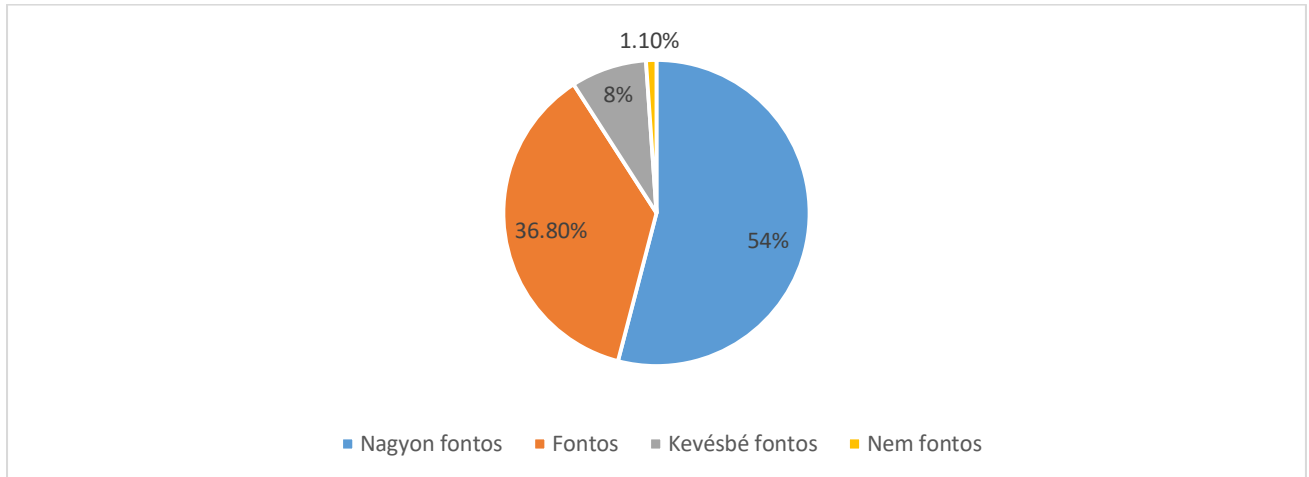
10. Mennyire tartja fontosnak, hogy az általános iskolában adottak legyenek a lehetőségek az önvédelmi küzdősportok és harcművészetek gyakorlására? 87 válasz



10. ábra: Küzdősportok fontosságának megoszlása (n=87)

A kitöltők 48,3%-a (42 fő) fontosnak, 35,6% -a (31 fő) nagyon fontosnak, 13,8%-a (12 fő) kevésbé fontosnak és 2,3%-a (2 fő) nem tartja fontosnak. Érdekes volt olvasni, hogy mennyire más a véleménye a kitöltőknek a téma felvetésével kapcsolatban.

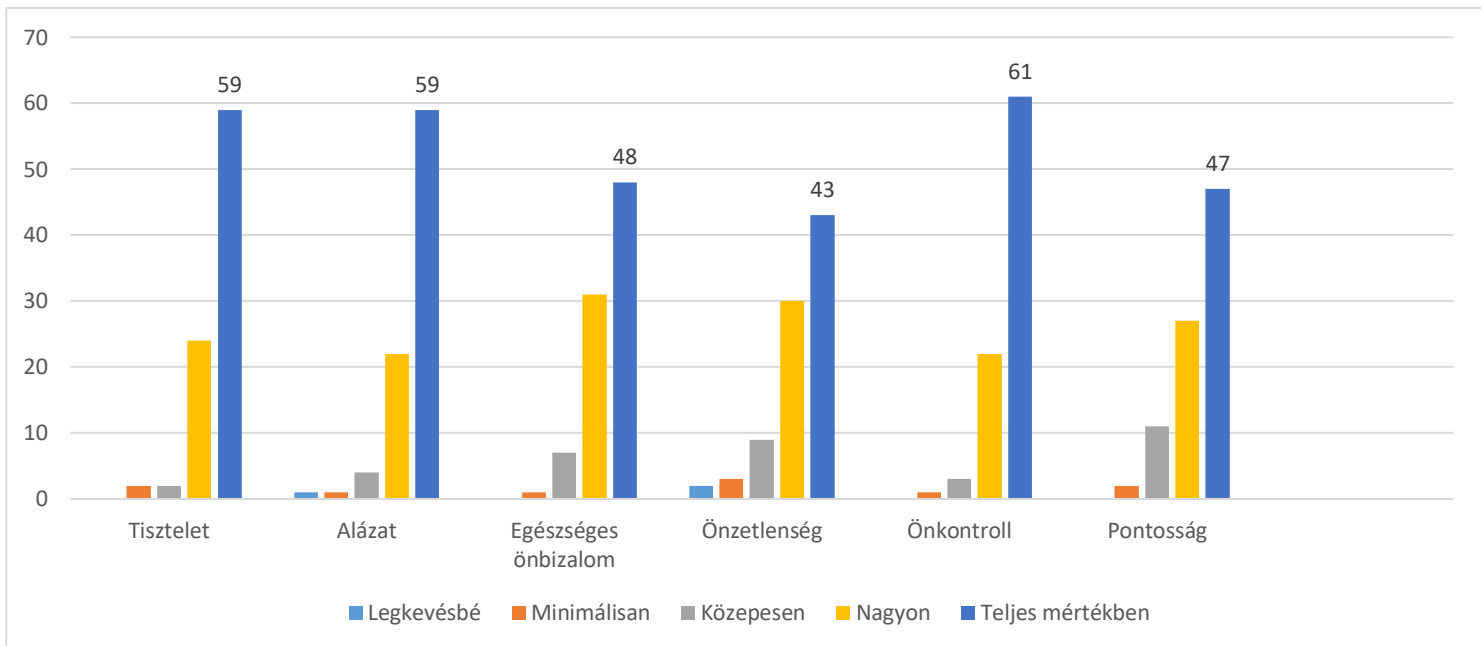
11. Mi a véleménye a 21. században az önvédelem elsajátításáról? 87 válasz



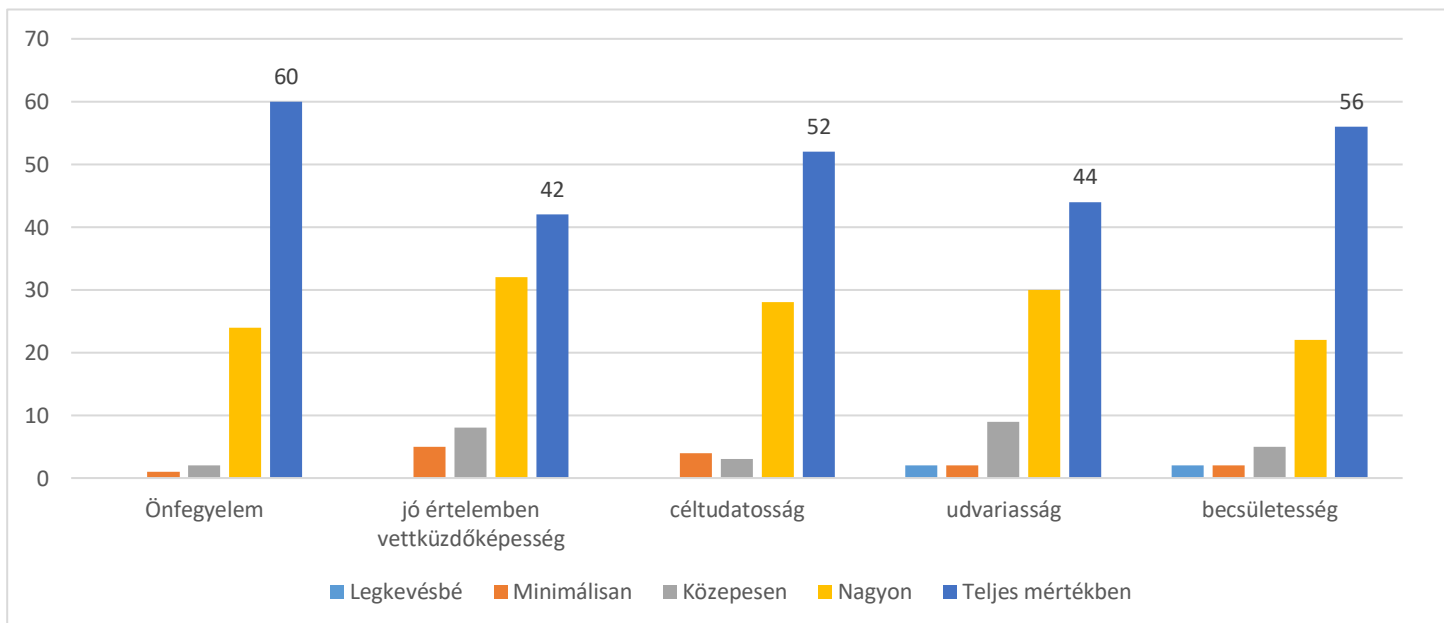
11. ábra: Az önvédelem fontosságának megoszlása (n=87)

A válaszolók 54%-a (47 kitöltő) nagyon fontosnak, 36,8%-a (32 kitöltő) fontosnak, 8%-a (7 fő) kevésbé fontosnak, 1,1%-a (1 fő) pedig nem tartja fontosnak a 21. században az önvédelem elsajátítását. Örvedetes volt számomra, hogy a válaszolók legnagyobb arányban nagyon fontosnak, illetve fontosnak ítélték meg az önvédelmet napjainkban, hiszen mára már elengedhetetlen készségnek számít.

12. Kérem, osztályozza az alábbi erényeket, melyeket a harcművészetek magával hordoznak! Mennyire tartja lényegesnek az elsajátításukat a fiatalok számára? 87 kitöltő



12. ábra: Harcművészeti erények osztályzásának megoszlása (n=87)



12. ábra: Harcművészeti erények osztályzásának megoszlása (n=87)

Összesített válaszok, azokra az erényekre, melyeket magukkal hordoznak a keleti harcművészetek

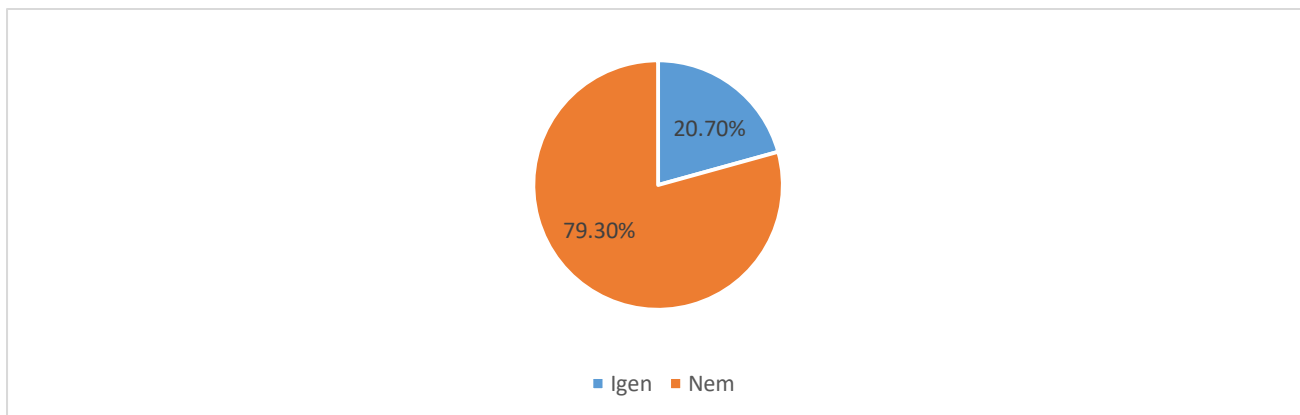
	<i>Legkevésbé</i>	<i>Minimálisan</i>	<i>Közepesen</i>	<i>Nagyon</i>	<i>Teljes mértékben</i>
<u>Erények</u>					
Tisztelet	0	2	2	24	59
Alázat	1	1	4	22	59
Egészséges önbizalom	0	1	7	31	48
Önzetlenség	2	3	9	30	43
Önkontroll	0	1	3	22	61
Pontosság	0	2	11	27	47
Önfegyelem	0	1	2	24	60
Jó értelemben vett küzdőképesség	0	5	8	32	42
Céltudatosság	0	4	3	28	52
Udvariasság	2	2	9	30	44
Becsületesség	2	2	5	22	56

1. táblázat: Harcművészeti erények válaszainak megoszlása (n=87)

A válaszok és eredmények összességében azt mutatják, hogy nagyon, illetve teljes mértékben fontosnak tartják a kitöltők, hogy az előbb felsorolt erényeket, hogy a fiatalok elsajátítsák tanulmányaik, oktatásuk során. A jövő nemzedékének a tisztelet, alázat, pontosság, udvariasság és a fentebb olvasható erények sokaságának megszerzett erénynek kell lennie, hiszen a későbbiekben így válnak, tiszteletteljes és megbízható felnőttekké.

Fontosnak tartják a válaszadók: tisztelet, alázat, önkontroll, önfegyelem, céltudatosság, becsületesség.

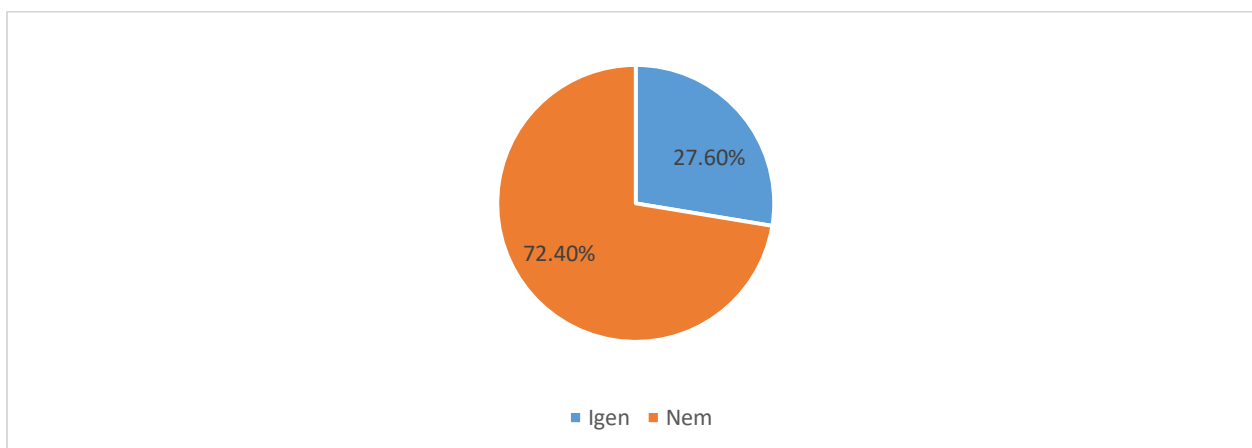
13. Ön tudta, hogy a Kerettanterv szerint, általános iskolában az 5-8. évfolyamosok számára évi 40 óra javasolt, önvédelmi küzdősportok témakörben, a testnevelés órák keretein belül? 87 válasz



13. ábra: Kerettanterv szerinti önvédelem megvalósulásának megoszlása (n=87)

A válaszadók 79,3%-a (69 fő) nem tudta, 20,7%-a (18 fő) tudta, hogy évi 40 óra javasolt önvédelmi küzdősportok témakörben, a testnevelés órák keretein belül. A kitöltők válaszadásai nem voltak új információk számomra, hiszen hallomásból is úgy véltem és a tapasztalatok is azt mutatták, hogy a társadalmunk nagy része nem tudja, hogy tantervnek része az önvédelmi tanóra, ha nem is nagy számban, egy tanévben.

14. Ön tudta, hogy a tanulók a birkózás, karate és dzsúdó alapjaival ismerkednek meg ezeken a tanórákon? 87 válasz

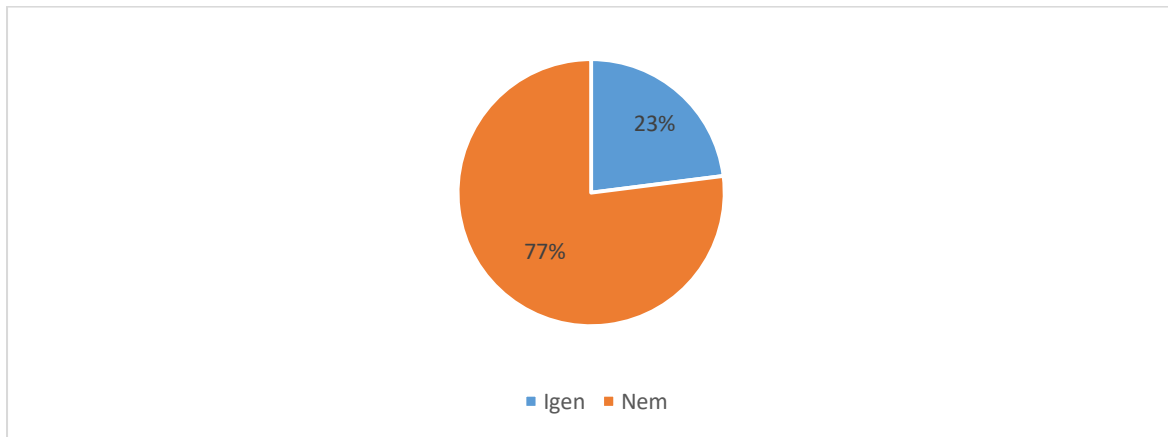


14. ábra: Önvédelmi órák ismeretének megoszlása (n=87)

A válaszolók 72,4 %-a (63 fő) nem tudta, a 27,6% (24 fő) tudta, hogy ezen órák keretein belül a birkózás, karate és dzsúdó alapjaival ismerkednek meg a tanulók. Mivel az előző kérdésben a

válaszadók nagy százaléka nem tudta, hogy a kerettanterv szerint évi 40 óra küzdősport ajánlott, így sajnálatos módon az órák témaköreit sem ismerik.

15. Ön szerint, ez a javasolt 40 óra megvalósul az általános iskolákban éves szinten, felső tagozaton? 87 válasz



15. ábra: Évi 40 óra önvédelem megvalósulásának megoszlása (n=87)

A válaszolók 77%-a (67 fő) szerint nem, a 23% (20 fő) szerint pedig megvalósul az évi 40 óra önvédelem, küzdősport. A tapasztalat és a vélemény is az, hogy nem valósulnak meg a tanórák keretein belül az említett sportok, viszont rendkívül hasznos és szükséges volna.

16. Ha az előző kérdésre nemmel válaszolt, akkor röviden indokolja meg ennek okát! Mit gondol? 44 válasz

- „Mert nincs elég szakember, aki megfelelően megismertetné a tanulókkal a küzdősportokat, a küzdősportok alapjait.”
- „Mert a tornatermek sem elég felszereltek a küzdősportok űzéséhez (pl. nincs elég hely hozzá, nincs elég matrac hozzá stb.)”
- „A pedagógus nem tudja szakszerűen átadni az ismereteket, külső szakemberrel nem veszik fel a kapcsolatot.”
- „A testnevelő tanár nem ért hozzá.”
- „Szerintem, azért nem, mert túlságosan sok dolog van, amit testnevelés órákon fel kell mérni és erre nem marad idő, vagy a tanár nem tartja olyan fontosnak. Esetleg a szakképzettség/ tudás hiánya miatt nem tud átadni ilyen ismereteket a tanulóknak.”
- „Nem fordítanak kellő figyelmet az önvédelemre az iskolákban.”
- „Kevés vagy hiányos a küzdősportok ismeretével rendelkező pedagógus.”

- „Nincs elég idő rá, lehet a tanulók az osztályban "gyakorolnának"
- „Szerintem nem valósul meg, mivel a testnevelő tanárok inkább az olyan témakörre fektetik a hangsúlyt, amiben az iskolák jó eredményt szoktak elérni versenyeken. Például, ha egy iskola erős kosárlabdában és röplabdában, ami általában történik, akkor az órákon erre a két sportágra fordítják a tanulók figyelmét, hogy ebben tudjanak még jobban fejlődni, ami érthető is, mivel nekik is hírnevet hoz, az iskolának is és a tanulók is önbizalmat kaphatnak, ha egy területen kimagaslóbbak.”
- „Hiányzik a megfelelő oktatás.”
- „Nem foglalkoznak vele”
- „Az illetékeseket nem érdekli”
- „Eszköz hiány, szaktudás hiánya”
- „Véleményem szerint a testnevelő tanárok többsége nem rendelkezik elegendő tudással, ami a harcművészet elsajátításához szükséges.”
- „Véleményem szerint az előírt óraszámot sokszor nem lehet betartani, az előrehaladás, gyerekek motivációja, illetve az óra elmaradások miatt sem, illetve a legtöbben inkább az „alap” sportokra koncentrálnak pl.: Kosárlabda, torna, atlétika stb.”
- „Testnevelő tanárok nagyrésze nem fordít erre hangsúlyt”
- „Szerintem az iskolákban annyi mindent szeretnének megtanítani, hogy ami igazán fontos, az kimarad az oktatásból. Illetve szerintem erre nincsenek megfelelően képzett pedagógusok.”
- „Nem hallottam róla, hogy tanulnak erről.”
- „Előképzettség esetleges hiánya; érdektelenség”
- „Szerintem nincs elég szakember, aki meg tudná tanítani.”
- „Nincs, aki megtartaná a foglalkozásokat”
- „Először is nem áll rendelkezésre megfelelő eszköz (pl. tatami, zsákok, protektorok), továbbá megfelelő tanítók sem. Legfontosabb pedig, hogy a küzdősport elsajátításához szűrni kellene a mentálisan alkalmatlan és veszélyes gyerekeket, mielőtt "fegyvert"(értsd küzdő technikák) adunk a kezükbe.”
- „A pedagógus pályán nem tanítják ezek alapjait, ezáltal a pedagógus sem tud mit kezdeni a tananyaggal, mert nem tanulta, így nem tudja, hogyan kellene tanítania.”
- „4 lányt neveltem, egyikőjük sem tanult hasonlót az általános iskolában. 22, 20 és 13 évesek”

- „Nincs elég szakember, az iskoláknak nincs kerete külsős oktatót fogadni, nem ellenőrzik a fentebb említett 40 óra meglétét.”
- „Álláspontom szerint az ilyen jellegű tanórák érdemi eredményt nem hoznak, a kötelező letudáson túl, kézzel fogható tapasztalatot nem ad.”
- „Tapasztalataim alapján azért, mert a tanár hangulatától függött az óra, vagy röplabdáztunk egész órán (esetleg más labdás játék) , vagy erősítettünk.”
- „Nem akarnak erre időt szánni, mert helyette a labdarúgást helyezik előtérbe, pedig szerintem pont olyan fontos, mint a küzdősport.”
- „Saját tapasztalatok alapján, valamint pedagógus hallgatóként sem tapasztalom, hogy ez megvalósulna. Úgy gondolom, a mai világunkban fontos lenne ezeknek a szerepe, de az eddigi tapasztalatok azt mutatják, hogy az emberek bő 80%-a nem is tud ennek a lehetőségéről.”
- „Nem gondolom, hogy a testnevelők képzettek önvédelem/küzdősport oktatásra.”
- „Nem veszik elég komolyan a testnevelés órákat.”
- „Nincs szakember, a tanár nem ezt tartja fontosnak”
- „Nincs elég idő rá az órákon!”
- „Gondolom nincs rá idő, vagy szimplán a tanárok sem ismerik ezeknek a sportoknak a módszertanát, célrendszerét, szabályait.”
- „Általában az iskolákban, sajnos a testnevelés tanórát nem tartják olyan fontosnak, ezáltal még vannak olyan esetek, ahol az alap dolgokat sem sajátítják el a gyermekekkel, nemhogy az önvédelmi küzdősportokat.”
- „Sok testnevelés tanár nincs tisztában, ennek oktatásmódszertanával, vagy csupán nem érdekli őket. Akik kaphatóak lennének rá, ők is nehezen tudnak belesűríteni ennyi mindent az adott keretbe úgy, hogy azt ne csak "egyszer megcsináltuk és már tudnia kell" módon oktassák, hanem időt, energiát befektetve tudják gyakorolni és elsajátítani a tanárok. Sajnos az önvédelem mellett rengeteg mozgásformát, sportot kell megtanítani, aminek készségi szintű elsajátítására nincs lehetőség, így valamit fel kell áldozni, ami nem lesz más, mint az önvédelem és küzdősportok.”
- „Mert annyi minden más anyag van, hogy erre nem kerül sor”
- „Sok helyen nem tartják be illetve letudják 1-2 bemutatóórával.”
- „Életemben nem hallottam, hogy bárki vagy bárkinek gyereke testnevelés órán küzdősportokat tanult volna.”

- „Azt gondolom, hogy az iskolák nem fektetnek erre elég figyelmet, illetve nincs meg hozzá minden pedagógusnak a megfelelő szaktudás hozzá.”
- „Azt gondolom, kevés tanár van oktatta önvédelemből, küzdősportból így nem is tanítják a gyerekeknek. Nem tartják elég fontosnak.”
- „Véleményem szerint az intézmények felszereltsége nem ad megfelelő háttérrel ezek gyakorlására. Valamint, a pedagógusok sem rendelkeznek feltétlenül a megfelelő szakmai háttérrel a küzdősportok, és az önvédelem oktatása terén. Továbbképzésekkel vagy utazó pedagógusokkal, programba szervezve ez könnyen megoldható lenne, ha nem is 40 órában, de az alapokkal megismerkedhetnének a gyermekek.”
- „Nincs, aki megtanítaná a gyerekeknek az önvédelmet és küzdősportokat.”

A 16. kérdésre adott válaszok összességében arra engednek következtetni, hogy a testnevelés órákon nem a legfontosabb a küzdősport, az önvédelem. A testnevelők nem rendelkeznek megfelelő képzettséggel. Úgy gondolom, hogy minden pedagógus a saját sportjában érzi komfortosan magát, azt tudja megfelelően átadni, önbizalommal bemutatni. Véleményem szerint, minden sport oktatása indokolt, hogy a diákok minél többet tapasztaljanak, ezért óraadó oktatók fogadása lenne a megfelelő döntés, hogy a tanulóknak minél sokrétűbb ismereteik legyenek.

17. Amennyiben bármilyen észrevétele, tapasztalata, gondolata van a témával kapcsolatban, kérem, ossza meg velem! 9 válasz

- „Véleményem szerint jót tenne az a tanulóknak, ha már kiskorban szereznének ismereteken ilyen témában. A 40 óra kivitelezhetetlen szerintem, ami elő van írva, viszont, ha már csak ennek a negyede valósulna meg, már az is sok eredményt hozhatna, megszerettethetné a gyerekekkel ezt a sportot.”
- „Véleményem szerint nagyon fontos a mai világban az önvédelem. Lányoknál és fiúknál egyaránt. Lényeges, hogy tisztában legyenek a fiatalok azzal, hogy az életben igenis fontos megvédeni önmagukat minden területen. Magabiztosságot ad, fegyelmet és még sok mindent, ami csak a javukra válik az életben.”
- „Optimális lenne, ha minden általános iskolában lenne erre lehetőség.”

- „Véleményem szerint a küzdősportokat inkább sokkal jobban hozzáértő edzőknek kell tartaniuk, mint egy testnevelő tanár. Ha egy gyermeket érdekel a küzdősport, akkor úgyis felkeres egy olyan sportegyesületet, ahol lehet űzni ezt a sportot.”
- „Ebben az életkorban nehézkesnek érzem a harcművészetek valódi céljának kisajátítását, mert a spiritualitás és a fegyelem még hiányzik, arról nem is beszélve, hogy bizonyos családok szociális környezete kifejezetten az erőszakot predesztinálja, így nem biztos, hogy ezt ekkor és ebben a formában kell megerősíteni. Ahhoz, hogy ez működjön iskolai keretek között, nagyon szervezett elméleti és gyakorlati alapozásra van szükség.”
- „A küzdősportok nagyon hasznosak a stressz levezetésében és az önbizalom növelésében. A hiba a szűrés nélküli oktatásban lenne, amivel jelentősen megnőne a testi inzultációk száma, hiszen tudnák alkalmazni az órán tanult módszereket, fogásokat. Fontos lenne egy alapos (!) pszichológiai vizsgálat minden esetben és hozzáértő pedagógusok foglalkoztatása.”
- „Szerintem fontos lenne, hogy a tanulók minimális szinten akár meg tudják védeni magukat. A 21. század rendkívül veszélyes már a digitális világ miatt is. Sokkal több fenyegető körülmény van jelen manapság, emiatt az önvédelem elengedhetetlen. Én személy szerint több alkalommal kerültem olyan helyzetbe, amikor önvédelemre lett volna szükségem, azonban ennek a tudásnak a hiányában csak a szerencsén múlt, hogy megmenekültem. Bármikor meglophatnak, megverhetnek, vagy éppen a digitális világ veszélyei miatt megjelenhetnek az ajtód előtt olyan személyek, akik fenyegetést jelentenek rád nézve. Amennyiben nem rendelkezel ezzel a tudással, a menekülési esélyed minimálisra csökken.”
- „Általában minden testnevelő tanárnak van egy kiemelt sportága, mozgásformája amit legjobban szeret és legszívesebben tanít. Ezt próbálják a legnagyobb óraszámban megtanítani és utána jönnek az alacsonyabb prioritással bírók (mivel kötelező sok mást is oktatni). Akik kedvelik, esetleg benne is vannak/voltak a küzdősport világába ott természetes lesz, hogy a tanár oktatni fogja óra keretein belül, akár még délutáni edzéseket is tart (befogadóképességétől függően). Sajnos nem fér minden bele az oktatásba, oly szinten, ahogy azt szeretnénk, de az a legjobb hozzáállás, ha törekszünk rá és felkeltjük az érdeklődést minden mozgásforma iránt, majd, ha tudunk, akkor lehetőséget biztosítunk tanórán kívüli gyakorlásra, vagy ajánlunk olyan embereket, helyet ahol ebben tudják képezni magukat. Egyelőre

véleményem szerint ennyit lehet kihozni a dologból. (EKKE testnevelés tanár szakos Hallgató)”

- A téma sokkal mélyebb, mint sokan gondolnák, rengeteg moráliskérdést felvet.”

7.4 Kutatás és hipotézis összevetése

A kutatásom során arra a kérdésre kerestem a választ, hogy napjainkban mennyire lényeges az önvédelem, a küzdősportok, a harcművészetek, mennyire kellene középpontban lennie, ugyanakkor mennyire fontosak a velük járó, hozzájuk szorosan kapcsolódó erényeket. A testnevelők szakképzettségének hiánya lehet az oka annak, hogy nem jellenek meg az órákon az említett sportok. Különösen az általános iskolai évek alatt lenne lényegesen fontos a tisztelet, alázat, becsületesség, egészséges önbizalom, jó értelemben vett küzdőképesség, önkontroll, önzetlenség és céltudatosság rögzítése a fiatalokban. A válaszolók véleménye megegyezik a saját felvetéseimmel, szintén, teljes mértékben, elengedhetetlen és elsődleges a tanulásuk.

A kutatásomból kiderült, hogy a kérdezettek iskoláiban alig vagy érintőlegesen vannak jelen az említett sportok. A különböző védőfelszerelések, eszközök, illetve a szakértelem hiánya miatt nem jellenek meg. A testnevelés órák alkalmával nem érintik azt a kevés óraszámot sem, amely a tanterv szerint előírt lenne. A saját sportágukat vagy a tanulók által megfelelően gyakorolt sportágak vannak a középpontban, mellyel nem is lenne probléma, hiszen az iskola hírnevét öregbítik. A tanulók egy része lehetséges, hogy kiemelkedő lenne a küzdősportok világában, de nem ismerkednek meg velük. Akit érdekelnek a keleti harcművészetek, küzdősportok vagy az önvédelem, az a tanuló inkább keres egy egyesületet, ahol megfelelő szakmai tudással sikereket érhet el vagy jártas lehet ezen tevékenyégekből. Mivel komplex mozgásról van szó, ezért a többi sportág mozgásanyagát is segítené, ugyanakkor a tanulók önvédelmi funkciói, gyakorlataik fejlődnének a tanévek során. Vizsgálataim azt igazolják, hogy a kérdezettek nagy része nem tapasztalt ilyesfajta önvédelmi tanórákat, illetve elvétve jelentek meg. Megállapíthatjuk, hogy a testnevelés órák alkalmával nincsenek középpontban az önvédelmi küzdősportok. A válaszolók 90%- a pozitívan vélekedik arról, hogy a 21. században fontos az önvédelem, illetve legyenek adottak az általános iskolákban a lehetőségek a harcművészetek gyakorlására. Az eredmények tükrében megállapítható az a konklúzió, hogy a válaszadók nagy százaléka szükségét érezné annak, hogy az önvédelmi órák létrejöhessenek.

Szakedolgozatom írása során arra törekedtem, hogy még átfogóbban megismerjem az általam szeretett és gyakorolt küzdősportokat. Még jobban átlássam a pedagógiai értékeit, a harcművészetek célját, magát a morális képességfejlesztést, amit magukkal hordoznak ezek a sportok.

A kérdőív, kutatás értékelése után, bebizonyosodott az a tény, melyet már a kutatás hipotéziseként megfogalmaztam, hogy nem történik meg az oktatásban az a fajta önvédelmi felkészítés, ismeret átadás, melynek létre kellene jönnie az iskolai testnevelés órák alkalmával. Minden iskola a legjobb, legközkedveltebb sportágakat gyakoroltatja, versenyek, hírnév érdekében. Csak a legkézenfekvőbbet, leglényegesebbet, legszükségesebbet az önvédelmet elhanyagolják. Az iskola tanulói közül, a diákok számára az alapok elsajátítása, gyakorlati, fizikai, mentális és erkölcsi szempontból kulcsfontosságúnak kellene, hogy legyen. A kutatás során kiderült, hogy a kitöltők, nagy százaléka nem tapasztalt az iskolai léte, illetve gyermeke iskolai élete során sem önvédelmet, sem küzdősportot. A hiányát nagy százalékuk érzi és szükségesnek gondolják, ha nem is oktatják. A testnevelők szakmai tudásának hiánya lehet az elsődleges ok a kutatás szerint, mellyel nem is lenne gond, mivel minden oktató a saját, kedvelt sportágát szereti oktatni, abban érzi a legmegfelelőbb, legkomfortosabb helyzetben magát. A gondolatom arról, hogy nincs oktatva nagy százalékban az önvédelem: annyit lehetne tenni a jövőben, hogy szakedzők, a sportokban jártas testnevelők, pedagógusok vennék át ezeknek az óráknak a tanítását. Nem lenne szabad hanyagolni, kikerülni, tudomást sem venni róla, mert az önvédelem mellett a jótékony személyiségfejlesztő hatásokat sem szabad elfelejteni. A kérdőívet kitöltők szerint a tisztelet, alázat, pontosság, udvariasság, céltudatosság, jó értelemben vett küzdőképesség, önkontroll teljes mértékben fontos elsajátítandó erények, melyeket a harcművészetek magukkal hordoznak.

A kutatásom eredményeit a szakedolgozatom/záróvizsgám sikerességéhez szeretném felhasználni, illetve a későbbi munkáimhoz.

9 Irodalomjegyzék

1. Borbély Attila-Jóvér Béla: Szamurájok útján. Budapest: Sport kiadó, 1991. 13. p.
2. Budavári Ágota: Sportpszichológia. Budapest: Medicina Könyvkiadó, 2007. 168.p.
3. Jim Lantz: Family Development and the Martial Arts: A Phenomenological Study, 2002. In: Springer Link Website [online] [2023. 04. 24. 15:11] <URL: <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1021221112826>
4. Kozma Erzsébet - Kálóczi József: A karate sportág tantervi képzésének stratégiai alapjai - Ajánlás a küzdősport és önvédelmi tanterv követelményrendszeréhez, 2010. In: Magyar Olimpiai Bizottság – Utánpótlás-nevelési programok honlapja. [online] [2023. 04.24.13:44] < URL: http://www.nupi.hu/download/sportiskola/sportagi/karate_sportagi_tanterv.pdf
5. Laczkó Tamás-Rétsági Erzsébet: A sport társadalmi aspektusai, 2015. In: Pécsi Tudományegyetem-Egészségtudományi Kar Honlapja. [online] [2023. 04. 24. 14:26] <URL: <http://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/!Palyazati/ASportTarsadalmiAspektusaiN.pdf>
6. Mikonya György-Verőné Dr. Jámbori Noémi: Vallásos mozgalmak nézetei a családi életről és az oktatásról. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó, 2012. 132. p.
7. Minghua Zhou-Nan Cheng: A Study on the Necessity of Promoting „National Primary and Secondary School Students Martial Arts Aerobics” in Primary and Secondary School, 2016. In: Atlantis Press Website [online] [2023. 04. 24. 15:01] <URL: <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icemse-16/25867273>
8. Morvay-Sey Kata: Budo harcművészetek alkalmazási lehetőségei az iskolai agresszió kezelésében, 2014. In: Pécsi Egyetemi Archívum Honlapja. [online] [2023. 04. 24. 14:43] <URL: <https://pea.lib.pte.hu/bitstream/handle/pea/14121/morvay-sey-kata-phd-2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. Morvay-Sey Kata: Küzdősportok, küzdőjátékok. Budapest: Dialóg Campus Kiadó, 2011. 4.p., 156.p.
10. Morvay-Sey Kata – Rétsági Erzsébet: A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról, 2010. 3-4.sz. In: Új pedagógiai szemle Honlapja. [online] [2023. 04. 24. 14:06]<URL:

http://efolyoirat.oszk.hu/00000/00035/00140/pdf/EPA00035_upsz_2010_3-4_129-139.pdf

11. Nagy György: Utánpótlás: Küzdősportok az alsó tagozatban, 2017. 3. sz. In: Magyar Edzők Társaságának Honlapja, Magyar edző: módszertani és továbbképző szaklap, [online] [2023.04.24.13:40] < URL: https://magyaredzo.hu/wp-content/uploads/2018/01/MET_magazin_2017_03_szam_WEB_re.pdf
12. Pavlicsek Zsolt- Zsolnai József: Zsolnai József professzor és a harcművészetek pedagógiája. 2011. 10-11. sz. In: Iskolakultúra Honlapja. [online] [2023. 04. 24. 13:58] <URL: http://misc.bibl.u-szeged.hu/45408/1/iskolakultura_2011_010_011.pdf

10 Melléklet

Online kérdőív 1.

Kedves Kitöltő!

Gaál Zsombornak hívnak, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Kaposvári Campus, Neveléstudományi Intézet, végzős, tanító szakos, testnevelés műveltségterületes hallgatója vagyok. Szakdolgozatom témája **"Az önvédelem, harcművészetek jelentősége és aktualitása az általános iskolai testnevelésben, napjainkban"**. Tanulókat, egyetemi hallgatókat, szülőket, pedagógusokat, edzőket szeretnék megkérdezni elsősorban arról, hogy mennyire jelenik meg az oktatásban az önvédelem, a küzdősport és a harcművészet. A kérdőív anonim és önkéntes. A kitöltés mindössze 5-10 percet vesz igénybe, a kutatásomat pedig rendkívül segítené. Köszönöm, hogy a kérdőív kitöltésével hozzájárul szakdolgozatom sikerességéhez!

1. Az Ön neme? *

- Nő
 - Férfi
-

2. Az Ön kora? *

- 20 év alatt
- 20-30 év között
- 30-40 év között
- 40-50 év között
- 50 év felett

Online kérdőív 2.

3. Az Ön foglalkozása? *

- Tanuló
- Egyetemi hallgató
- Szülő
- Pedagógus
- Edző
- Egyéb

4. Foglalkozott Ön, küzdősporttal/küzdősportokkal vagy harcművészettel/harcművészetekkel? *

- Igen
- Nem

5. Ha az előző kérdésre igennel válaszolt, akkor mennyi ideig?

- 1 évnél kevesebb
- 1-2 év között
- 3-5 év között
- 5-10 év között
- 10-20 év között
- 20 évnél több

6. Az Ön általános és középiskolájában, a testnevelés órák keretein belül megjelent az önvédelem/küzdősport/harcművészet? *

- Igen
- Nem

7. Ha nemmel válaszolt, akkor érzi ennek hiányát?

- Igen
- Nem

Online kérdőív 3.

8. Ha az előző (7. kérdésre) kérdésre igennel válaszolt, indokolja meg, hogy miért?

Hosszú szöveges válasz

9. Az Ön településén vagy környékén van lehetőség a küzdősportok üzésére? *

Igen

Nem

10. Mennyire tartja fontosnak, hogy az általános iskolában adottak legyenek a lehetőségek az önvédelmi küzdősportok és harcművészetek gyakorlására? *

Nagyon fontos

Fontos

Kevésbé fontos

Nem fontos

11. Mi a véleménye a 21. században az önvédelem elsajátításáról? *

Nagyon fontos

Fontos

Kevésbé fontos

Nem fontos

Online kérdőív 4.

12. Kérem, osztályozza az alábbi erényeket, melyeket a harcművészetek magával hordoznak! *
Mennyire tartja lényegesnek az elsajátításukat a fiatalok számára?

	Legkevésbé	Minimálisan	Közepesen	Nagyon	Teljes mértékben
tisztelet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
alázat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
egészséges ön...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
önzetlenség	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
önkontroll	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pontosság	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
önfegyelem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
jó értelemben v...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
céltudatosság	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
udvariasság	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
becsületesség	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Online kérdőív 5.

13. Ön tudta, hogy a Kerettanterv szerint, általános iskolában az 5-8. évfolyamosok számára évi 40 óra javasolt, önvédelmi küzdősportok témakörben, a testnevelés órák keretein belül? *

Igen

Nem

14. Ön tudta, hogy a tanulók a birkózás, karate és dzsúdó alapjaival ismerkednek meg ezeken a tanórákon? *

Igen

Nem

15. Ön szerint, ez a javasolt 40 óra megvalósul az általános iskolákban éves szinten, felső tagozaton? *

Igen

Nem

16. Ha az előző kérdésre nemmel válaszolt, akkor röviden indokolja meg ennek okát! Mit gondol?

Hosszú szöveges válasz

17. Amennyiben bármilyen észrevétele, tapasztalata, gondolata van a témával kapcsolatban, kérem ossza meg velem!

Hosszú szöveges válasz

11 Nyilatkozat

NYILATKOZAT

a záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió¹ nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Gaál Zsombor
A Hallgató Neptun kódja: TT090Y
A dolgozat címe: Az önvédelem, harcművészetek jelentősége és aktualitása az általános iskolai testnevelésben, napjainkban
A megjelenés éve: 2023
A konzulens tanszék neve: Szakdidaktikai Tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat/szakdolgozat/diplomadolgozat/portfólió² egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, s az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a Záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemi tulajdonkezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitóri rendszerébe.

Kelt: 2023. év 04. hó 24. nap


Hallgató aláírása

NYILATKOZAT

Alulírott Gaál Zsombor, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, Kaposvári Campus, tanító szak nappali/levelező* tagozat végzős hallgatója nyilatkozom, hogy a dolgozat saját munkám, melynek elkészítése során a felhasznált irodalmat korrekt módon, a jogi és etikai szabályok betartásával kezeltem. Hozzájárulok ahhoz, hogy Záródolgozatom/Szakdolgozatom/Diplomadolgozatom egyoldalas összefoglalója felkerüljön az Egyetem honlapjára és hogy a digitális verzióban (pdf formátumban) leadott dolgozatom elérhető legyen a témát vezető Tanszéken/Intézetben, illetve az Egyetem központi nyilvántartásában, a jogi és etikai szabályok teljes körű betartása mellett.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem*

Kelt: 2023. április 24.



Gaál Zsombor

Hallgató

KONZULTÁCIÓS NYILATKOZAT

Gaál Zsombor (hallgató Neptun azonosítója: TT09OY) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a szakdolgozatot áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A záródolgozatot/szakdolgozatot/diplomadolgozatot/portfóliót a záróvizsgán történő védeésre javaslom / nem javaslom¹.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem*²

Kelt: 2023. év 04. hó 24. nap



Dr. Kiss Zoltán
Belső konzulens