

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

Készítette:

Gaál Zsombor

Alapképzés

Tanító szak

Nappali tagozat

Intézet/Tanszék:

Neveléstudományi Intézet

Szakdidaktikai Tanszék

Belső konzulens:

Dr. Kiss Zoltán

főiskolai tanár

A szakdolgozatom központi témája az önvédelem, harcművészetek jelentősége és aktualitása az általános iskolai testnevelésben, napjainkban. A harcművészetek pedagógiáján belül, az asszertív tulajdonságok elsajátítása nélkülözhetetlen a mindennapi élethez, amelyhez jó lehetőséget biztosítanak az említett sportok. Harcművészetek célja az önvédelem készség szintű elsajátítása mellett, a személyiségformálás, a megfelelő erkölcsi magatartás. Értékközvetítő szerepe miatt lényeges a fiatal korosztály számára. Segíti a fizikai, testi értelemben a fejlődést, ugyanakkor mentális, szellemi téren is sok pozitív változást eredményez. A kisiskolások számára meghatározó, hiszen tanulásban a küzdeni akarás, motiváltság szempontjából lényeges, más sportágakban is megtanít a dicsőséges győzelemre és az emelt fővel, sportszerűen történő veszteségre is. A 2020-as Nemzeti alaptantervhez illeszkedő kerettantervekben a testnevelés tantárgyban 1-4. osztályig küzdőfeladatok és-játékok jelennek meg, majd 5.-6. osztályban pedig önvédelmi és küzdősportokként léteznek az oktatási folyamatban, javasolt 40 óraszámú éves szinten. Itt a judo, karate, birkózás alapjaival ismerkednek meg a tanulók. A kutatásom hipotézise szerint, feltehetően nem jelennek meg az előbbieken említett óraszámok, ez a felszerelések, illetve a megfelelő szakértelem hiányából fakadhat. Kutatásom célcsoportjaként a tanulókat, egyetemi hallgatókat, pedagógusokat, edzőket, szülőket kérdeztem meg arról, vizsgálom meg, hogy mennyire tartják fontosnak a munkavégzést, módszereket, mennyire valósulnak meg az órákon a harcművészetek, illetve küzdősportok. Mennyire ismerik ezen sportokat, mennyire vannak tisztában a küzdelmeken és a sztereotip agresszor küzdősportokon kívül a jótékony személyiségformáló hatásokról. Ezt online kérdőív formájában valósítottam meg. A kutatásomból kiderült, hogy a kérdezettek iskoláiban alig vagy csak érintőlegesen vannak jelen az említett sportok. A testnevelés órák alkalmával nem érintik azt a kevés óraszámot sem, amely a tanterv szerint előírt lenne. A tanulók egy része lehetséges, hogy kiemelkedő lenne a küzdősportok világában, de nem ismerkednek meg velük. 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 ilyenfajta önvédelmi tanórákat, illetve elvétve jelentek meg. A válaszolók 90%-a pozitívan vélekedik arról, hogy a 21. században fontos az önvédelem, ugyanakkor 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.