



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Kaposvári Campus
Tanító Alapképzési Szak

A kosárlabda oktatásának múltja és jelene

Belső konzulens:

Dr. Kiss Zoltán

főiskolai tanár

Külső konzulens:

Készítette:

Holló Tamara

PWYNOL

Levelező

Intézet/Tanszék:

Neveléstudományi Intézet

Kaposvár

2024

Szakedolgozatom témája „A kosárlabda oktatásának múltja és jelene”. Munkámból adódóan sok gyermekkel van lehetőségem foglalkozni, és tapasztalataim szerint egyre kevesebb azon gyermekek száma, akik sportolni akarnak, akár az iskola adta lehetőségek keretein belül, akár valamilyen egyesületben. Nagyon nehéz olyan gyerekeket találni, akik sportolni szeretnének, és lemondanak az otthoni tévézésről és inkább az egészséges életmódot választják, és nem utolsó sorban kitartóan küzdenek a fejlődés érdekében. Sokkal nehezebbnek bizonyul az érdeklődés fenntartása. Annak hatására, hogy inkább otthon a telefont, tv-t és a számítógépet választják, folyamatosan egy egészségtelenebb életmód féle haladnak. Egyre több a túlsúlyos gyermek, így a sikerélmény is kevesebb a sportban, amit kudarcként élnek meg, vagy esetleg verbális bántalmazások áldozatai lesznek. Sajnos ezen gyerekeknél az otthon látott családi minta sem segíti elő a sport megszerettetését a gyerekekkel. Ez okból kifolyólag szertettem volna bizonyosságot szerezni afelől, hogy néhány általam kiválasztott objektíven mérhető teljesítménymutatót összehasonlítva a sportoló lányok mennyivel érnek el jobb eredményt, mint a nem sportoló társaik. Méréseim közben arra voltam kíváncsi, hogy a sportoló gyerekek állóképessége, ruganyossága és hajlékonysága jobb-e, mint a nem sportoló tanulóké, és ha igen milyen mértékű a különbség.

Kutatási módszerem egy mérésen alapult, amihez a Netfit eszközeit és értékelő táblázatot használtam. Ennek mérése két helyszínen zajlott a munkahelyemen a Mernyei Szabadi Gábor Általános Iskolában 15 tanulón végeztem el a mérést, illetve a Gyakorló DSE egyesületnél ahol vezetőedzőként dolgozom, ott is 15 sportoló lány vett részt a mérésen. Ezen képesség megállapításához az ingafutás tesztet választottam. Az adott távolság kimérése után a tanulónak a hanganyag által diktált iramhoz kell igazítani a futás sebességét. A második teszten a tanulók súlypontemelkedését mértem. Ezt a Sargent nevezetű ugrással mértem. Harmadik mérésneként a hajlékonyságot vizsgáltam meg, mindkét láb vonatkoztatásában, Netfit eszközök segítségével. Korosztályból adódóan ennyi gyermek ált rendelkezésemre, így kis mintán végeztem el a tesztek, de jól látható a különbség. Kiértékelés során bebizonyosodott, amit már sejtettem, hogy a sportoló lányok jobb eredményt értek el, mint a nem sportolók.

Javaslom minden szülőnek, hogy fordítsanak komolyabb figyelmet, és energiát gyermekük testmozgására, írassák be sportolni vagy próbálják meg felkelteni az érdeklődésüket a sport és az egészséges életmód irányába. Ezzel elősegítve egy kiegyensúlyozottabb életvitel kialakítását, valamint megelőzve több betegség kialakulását is.