

**MÜLLER ANETTA, SZÉLES-KOVÁCS GYULA, SERES JÁNOS,
BOCZ ÁRPÁD, HAJDU PÁL, SÜTŐ LÁSZLÓ, SZALAY GÁBOR,
SZABÓ BÉLA, JUHÁSZ IMRE**

*Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger*

**A SPORTTÁBOROK SZEREPE AZ ESZTERHÁZY KÁROLY
FŐISKOLÁN
ROLE OF THE SPORTS CAMPS IN THE ESZTERHÁZY
KÁROLY COLLEGE**

Összefoglaló

A sporttáborok érdekes színfoltjai a főiskolánk képzési kínálatában, hiszen nem a szokásos tanár-tanuló interakcióban szólítja meg a hallgatókat, mely kellő motivációt jelent a számukra. A testnevelők képzésében a turisztika-, a vízi- és a sítábor egyaránt megtalálható. A táborok során a táborszervezéssel, lebonyolítással kapcsolatos menedzsment feladatokon kívül, gyakorlat-orientáltan sajátítják el a turisztika, vízi- és sítáborokban alkalmazott mozgásanyagot.

A táborok jelentős pedagógiai értékkel bírnak, hiszen különféle nevelési feladatokon keresztül pozitív személyiségjegyeket alakítanak ki és hozzájárulnak a hallgatók személyiségformálásához is.

Az előadásban az Eszterházy Károly Főiskola testnevelő tanárképzési kínálatában megjelenő turisztika-, vízi- és sítáborok pedagógiai és módszertani sajátosságait mutatjuk be, a több éves gyakorlati tapasztalatok alapján.

Kulcsszavak: *turisztika, természetjárás, vízitúra, sítábor, személyiségformálás.*

Abstract

There are a physical education teacher training in Eszterházy Károly College. You can find 3 sports camp in this PE. training, which are the following: sky-, water and touristic camp. This camp give a good motivation for the young student. During the sports camp the student give the practice-oriented knowledge in connection with organizational, management, transaction and leading of camp. This camps has a very essential pedagogical value, because part of the development of student identity.

Keywords: *touristic, walking tour, water tour, sky camp, development identity.*

Bevezető gondolatok

A „Versenyben a Világgal” című kutatási projekt jövőre utaló prognózisa szerint „a XXI. század az információ, a kommunikáció és a turizmus százada lesz.” Ezt a jóslatot igyekszik alátámasztani az a tény is, hogy a turizmus mára a világ egyik legdinamikusabban fejlődő iparágává vált, s hazánk is igen előkelő helyet foglal el a kedvelt európai desztinációk rangsorában. A turisták motivációjában egyre nagyobb hangsúlyt kap a sport. A sportturizmus iránti kereslet növekedéséről számol be *Bokor (2001)*.

A célcsoport bővülésére utaló turisztikai trendek jelzik az ifjúsági és a senior turizmus erősödését. Nem véletlen, hisz mára az iskolarendszerű oktatásban részt vevő gyermek- és ifjúsági korosztály a turisztikai szolgáltatások „fogyasztójává” vált. Joggal fogalmazódik meg bennünk a kérdés, hogy egy tanulmányi kirándulás vagy egy tábor milyen mértékben pedagógiai jellegű tevékenység és mennyire üzleti vállalkozás.

A tudományos, technikai fejlődés (így az oktatástudomány) hatására bekövetkezett mennyiségi robbanást (információ, tudományos kutatás eredményeként felhalmozott tudás, tantervi tartalom) nem követte a tanulási képességek fejlődése. Ehhez az új helyzethez igazodva feladatunk, hogy segítsük a tanulókat abban, hogy helytálljanak, majd beépítsék tudásukba mindazt, amire az életük során szükségük lesz. *Vass, Molnár (2002)* a *tudástranszfer* szerepét hangsúlyozzák, hiszen egyre inkább megnő az értéke annak, ha valaki többször képes tudását megújítani és új helyzetekhez alkalmazkodva képes a megtanultakat alkalmazni.

Vizsgálat

Napjainkban sokat változott az oktatás, így a felsőoktatás tartalmi és módszertani aspektusai is változáson mentek át. Ezt igazolja a tantervek folyamatos módosítása (NOT, NAT, kerettantervek), a Bologna folyamat eredménye – hazai felsőoktatásunkat érintő átalakulása. A munkaerőpiac igényeinek való megfelelés eredményeként előtérbe kerül a gyakorlatorientált képzés és a különböző kompetenciák fejlesztése. A tudás alapú társadalom kialakításához az Eszterházy Károly Főiskola Testnevelési és Sporttudományi Intézete két BSc – Testnevelő edző és Sportszervező- szakkal járul hozzá. A Testnevelő, edző képzésben a gyakorlat-centrikus oktatásnak valamint a szakmai-, személyes-, társas és módszerkompetenciák fejlesztésének egyik színtere a sporttáborok (sí-, vízi-, és turisztika tábor), melyek érdekes színfoltjai képzési kínálatunknak.

A sporttáborok nagyon fontos szerepet töltenek be a leendő testnevelők képzésében. Jelentőségük egyrészt abban áll, hogy segíti a hallgatók sportágspecifikus (sí, kajak, kenu, gyalogtúra, tájékozódási futás) elméleti és gyakorlati ismereteik elsajátítását (lásd **1., 2., 3., táblázat/Tables 1., 2., 3.**) és ezen ismeretek birtokában képessé váljon az iskolai táborok szervezésére, menedzselésére.

Másrészt olyan *kompetenciákat* fejleszt, melyeket csak úgy tud eredményesen fejleszteni a gyerekek körében, ha ezeket ő is átélte megtapasztalta a táborok során. A kompetenciafejlesztés az 1990-es évek pedagógiai fejlesztés egyik „zászlóshajója” volt. A kompetencia-fogalom mögött a személyiség fejlődéséről és működéséről alkotott korszerű tudásunk áll, amely a kompetenciát, azaz az eredményes cselekvésre való képességet a személyiség egyik legfontosabb tulajdonságának tekinti.

Nagy (2000) a kompetenciának többféle formáját említi: kognitív, személyes és szociális vagy társas kompetenciákat említi. A szociális kompetenciák (*melyek olyan szociális ismeretek, motívumok, képességek és készségek, melyek elősegítik a szociális viselkedést, a társadalomba való beilleszkedést*) fejlesztésének jelentőségét hangsúlyozza Nagy (2003), Geoff Shepherd (2003), Dancsó (2005). A sporttáborok kimondottan alkalmasak a szociális kompetenciák fejlesztésére.

A már említett sí-, vízi- és turisztika táborok, túrák mozgásanyaga jól integrálható az iskolai oktatásba. Az iskolai táborokban használhatjuk fel ezeket a mozgásokat a tanulók képességeinek és az emberi motórium sokoldalú fejlesztésére.

Az iskolai oktatásban a táborok jelentős szerepet töltenek be, hiszen ekkor a tanár-tanuló nem a szokásos interakcióban találkozik, és kellő motiváltságot jelent a gyerekek számára a mozgásra. A motiváció nagyon fontos, hiszen ha a gyerek megszereti ezeket a mozgásformákat, akkor szívesen fogja az iskolán kívül választani a szabadidő eltöltésére, vagyis rekreációs jelleggel is üzni. Amennyiben megszereti ezeket a mozgásokat akkor beépülhet az életvitelükbe, és az iskola befejeztével is tovább üzheti ezeket a szabadidős aktivitásokat, melyek segíthetik az egészség és a munkaképesség megőrzését.

A táborokban nagyon sok feladatot, szituációt közösen, csapatban oldanak meg a résztvevők, ezáltal a team-munka a szociális kompetenciák fejlesztését nagymértékben elősegíti, és olyan értékek közvetítésére és elsajátítására ad jó eszközt, mint a: fair-play az összetartás, önfeláldozás, az egyéni érdek teljes alárendelése, a kitartás, a tettekézség, a gyors elhatározás, az önálló megítélésre, az abszolút tisztességre stb.

A gyalogtúrák, vízitúrák és a síelés természetben üzhető sportágak. A természeti sportok és a csapatsportok rekreációban, egészség megőrzésében, egészségnevelésben betöltött szerepe jelentős, melyet több szerző hangsúlyoz (Dosek 1997, Nemessuri 1994, Bíróné 1977). Az egészségkompetencia elsajátítására és fejlesztésére látunk nem csak hazai, de nemzetközi példát is (Roland Bassler 2003)

A természetben üzött sportok értékét adja, hogy kiragadja az embert a civilizációs ártalmakból és egészséges környezetben teszik lehetővé a testmozgást. A természet erőivel (nap, szél, hőmérséklet stb.) való testedzés hatása kedvező, növeli az ember teherbíró képességét. Pl.: a természetjárás minden ága, vízi-sportok, horgászás, vadászat, lovas- és jeges-sportok, erdei futás, gimnasztika.

Napjainkban az emberek elvagyódása a városokból a tiszta, érintetlen természetbe egyre inkább fokozódik, mert az urbanizáció, a motorizáció következtében az emberek többsége elszakadt a természettől; zsúfolt, zajos városokban éli életét. Az ülő életmód, a fizikai munka visszaszorulása, a munkahelyi stressz növekedése miatt egyre több ember számára jelennek meg értékként a természeti sportok, ahol a friss levegő, a napfény, a csend, a nyugalom jótékony hatású a szellemi és fizikai fáradtságok orvoslására. A leginkább alkalmas sport az idegrendszer pihenésére. Ezek a sportok life-time sportok. Népszerűségét fokozza tehát az a tény is, hogy a gyermekkortól kezdve a legmagasabb korig űzhető akár csoportosan (pl. család, baráti társaság), akár egyénileg is.

A természeti sportok jó alkalmat teremtenek arra, hogy a gyerek elsajátítsa ezen sportok technikáját, szabályait és megismerkedjen a természettel (növényzet, állatvilág, időjárás elemei), ezáltal hozzájárul a gyerekek értelmi, érzelmi neveléséhez is. Különösen értékesek ezek a sportok, ha csoportosan végzik (tábor, család, baráti társaság), hiszen jellemformáló hatása, az emberi kapcsolatok szorosabbra fűzésének kedvező lehetőségét kínálja.

Látnunk kell azonban azt is, hogy a természeti sportban nincsenek vesztesek, csak győztesek. A sízés, kajakozás, kenuzás, gyaloglás alkalmával minden órával, amit a természetben tölt az ember, gazdagabb lesz a környezet, és a tevékenység nyújtotta élmények színes palettájával.

A természetjárás és a turisztika

Ennek a szónak a jelentése a Magyar értelmező kéziszótár szerint: „Rendszeres, sportszerű testmozgás, gyaloglás a szabad természetben.” Gyakran használják a turisztika kifejezést is, de ez tágabb fogalom, mint a természetjárás. Ugyanis a turisztika címszó alá sorolhatjuk azt is, ha valaki befizet egy útra valamely utazási irodában, valamilyen közlekedési eszközzel (busz, repülő), a helyszínre ér, és idegenvezető segítségével megtekinti az „előírt” látnivalókat. Szállodában lakik, étteremben érkezik, tehát a városias életformától aligha szakad el.

A természetjárók programjuk során nem szakadnak el a természettől. A természetjárásnak napjainkra számos szakága alakult ki, mint pl. barlangászat, hegymászás, vízi túrázás, a bújárkodás. Ezek a válfajok nagy előképzettséget, felkészülést igényelnek és speciális felszerelést, ezért ezek költségesebbek. A nagy tömegek számára „anyagiakban” is elérhetőek a gyalogos túrák. A természetjáró a túra során sok mindent győz le: elsősorban a természet akadályait, és a terepviszonyok adta nehézségeket, valamint az időjárás viszontagságait, hogy csak néhányat említsünk. Ezen akadályok legyőzése erőt, akaratot, kitartást követel az egyéntől, a térképi tájékozódás pedig szellemi erőfeszítést.

A természetjárás minden szakága tehát „sporttevékenység, amely igénybe veszi és fejleszti az egyén erejét, akaratát, kitartását, tűrőképességét. Alakítja az egymás iránt érzett felelősséget. A túrázás, a tájékozódás egyszerre veszi igény-

be a természetjáró testi, fizikai és szellemi erejét, jó irányba fejleszti az egyén és természet viszonyát”.

A természetjárás szakágakra oszlik aszerint, hogy milyen a túra terepe és hogy milyen eszközökkel járják a természetet az emberek.

Gyalogos természetjárás (gyalogtúra)

Mivel ehhez a túrázási módhoz sportlétesítmény nem, eszköz, sportszer csak kevés szükséges, ez a nagy tömegek által kedvelt, legolcsóbb módzat. Bármilyen terep (síkvídedi, dombsági, hegyvidéki) alkalmas gyalogtúrára.

Vízi túrázás

Hazánkban a második legnépszerűbb túrafajta. Magyarország vízrajzi adottsága nem a legkedvezőbbek, hiszen kevés vízfelülettel rendelkezünk. Magyarország tavai, a Duna, a Tisza és a kisebb folyók alkalmas terepet nyújtanak a különféle vízi túrákhoz (kajak, kenu, csónakok).

A vitorlás túrázás

Hazánkban főként a Balatonra jellemző, azonban nincs széles keresleti bázisa a magas költségvonzata miatt.

Kerékpáros túrázás

Népszerűsége vetekszik a gyalogos természetjárásával. Igaz ugyan, hogy költségesebb annál, mert a kerékpár és tartozékai nagyobb anyagi megterhelést ró a résztvevőkre, de előnye, hogy gyorsabb, és nagyobb távolságok legyőzése válik lehetővé a kerékpártúra során. Ehhez a túrához azonban nélkülözhetetlen a közlekedési szabályok ismerete. A kerékpáros túrázás egyik ága a hegyi kerékpáros (mountain bike) túrázás már nyugaton elterjedt, mára Magyarországon is kezd kibontakozni, és egyre inkább nő e sportágat űzők száma.

A sítúrázás

Főként turistaházak, menedékházak körüli útvonalak és a jelzett síutak alkalmasak a sítúrák szervezésére. A havas terepen kevés fáradtsággal nagy távot tehetünk meg, mely során főleg a sífutó technika alkalmazott, de lesiklással is lehet kombinálni. Erre a sportra nagyobb hegységeink alkalmasak (Mátra, Mecsek, Bakony). Mivel nincs hazánkban magas hegység, így egy szezonú ország vagyunk, a turistaforgalom a nyári szezonra korlátozódik. Ez is mutatja, hogy a sielés és a téli sportok szempontjából inkább külföldön (Ausztria, Olaszország, Szlovákia stb.) nyílik rá elsősorban lehetőség.

A barlangászat

Nem kiépített barlangokban zajlik, hanem a nagyközönségtől elzárt, a föld mélyében lévő sötét, nedves, nyirkos, síkos környezeti viszonyok között. A legnagyobb felkészülést igényli a résztvevőktől, és a szakszerűen összeállított felszerelés is elengedhetetlenül fontos. Magyarországon a legtöbb hegységben található barlang. Sok közülük kiépített, pl. Aggteleki-cseppkőbarlang, Abaliget, Szemplőhegyi, Pálvölgyi).

A hegmászás

Rendkívül jó fizikai erőnlétet, nagy tapasztalatot, tudást igényel. A hegmászók túrák egy-egy sziklafal, meredek gerinc, hegycsúcs leküzdésére, megmászására törekednek. Magyarországon nem igen van kedvező adottságú terep, hiszen legmagasabb csúcsunk is csak alig emelkedik 1000 méter fölé.

Az autós-motoros túra

Ezt a túrázást kombinálni szokták kulturális programokkal (városnézés) és a gyalogos túrákkal. Így távolabbi tájak megtekintésére is mód nyílik a nagy távolságok gyors legyőzése végett.

A sporttáborokban a felsoroltak közül a gyalogtúra, vizitúra és sítúra szerepel. A sporttáboroknak széles irodalmi háttere van. Vannak olyan művek, melyek a táborok természetföldrajzi aspektusait (tájékozódás, térképismeret, domborzat stb.) helyezi előtérbe *Kondor (1984)*, *Halász (1987)*, *Gábor (1986)*, *Schell (1995)*, *Cseh (2001)*, *Bokody (2001)*. Más irodalmak a módszertani vonatkozásokat helyezi előtérbe *Farkas (1972)*, *Vizkeledey (1986)*, *Butelski Konrad (1992)*, *Könyves–Müller (2001)*.

Sítábor

A sítábort a hallgatók a 3. félévben kell teljesíteni. Gyakorlati jeggyel zár. A sítáborban elsajátítandó mozgás- és elméleti anyagot lásd az **1. táblázatban / in the Table 1.**

1. táblázat/Table 1: A sítáborok mozgás- és elméleti ismeretanyaga / Theoretical aspects and movement exercise in the sky camp

Sítábor	
Mozgásanyag:	Elméleti ismeret:
Alpesi sítechnika – Léc nélküli gyakorlatok. – Bemelegítő gyakorlatok lécnélkül, léccel. – Léhezszoktatás. – Egyenes síklás, gyakorlatokkal. – Hóéke. – Rézsűsíklások. – Párhuzamos lendület. – Versenyek. – „A”-lépés hegytámasz. – „H”-lépések. – „V”-lépések. – Rövid párhuzamos lendület. Carving sítechnika	– A sízés története, kialakulása. – A sízés technikai fejlődése. – Telemark-, alpesi- és carving sízés. – Szakágai, versenyszámok. – Oktatás módszertana az iskolai csoportok számára. – Tábor szervezés és menedzselés az iskolában. – A sízés biomechanikai aspektusa. – Felszerelés. Léc karbantartása, ápolása. – Sífelvonó, Sí-KRESZ, sípálya. – Magatartás a pályán. – Sízés etikai aspektusa.

Előnye:

- Nő a kereslet a termék iránt, hiszen a családi síutak, az iskolákban szervezett sítáborok résztvevőinek száma dinamikus növekedést mutat. Ez jelzi, hogy a társadalmi igény növekszik a téli sportok és a téli turizmus iránt.
- Bővülő célcsoporttal (családok, iskolások, baráti társaságok, cégek dolgozói) találkozhatunk.
- Télen nyújt örömet, mozgásélményt, amikor leginkább inaktív életet élünk.

Vízitábor

A hallgatók a vízitábor követelményeit a 4. félévben teljesítik. Feltétel a vízbiztos úszástudás, gyakorlati jeggyel zárul.

A vízitáborok mozgás- és elméleti anyagát lásd a **2. táblázatban / in the Table 2.**

2. táblázat/Table 2: A vízitáborok mozgás- és elméleti ismeretanyaga / *Theoretical aspects and movement exercise in the water camp*

Vízitábor	
Mozgásanyag:	Elméleti ismeret:
<ul style="list-style-type: none"> - Úszás természetes vízben. - Kajak-kenu kezelése (szállítás, vízretétel, ki- és beszállás, elindulás, kikötés) - PK stabil megülése, irányítás, evezés. - C4-ben egyedül evezés és irányítás. - Kenuban egyedül irányítás, evezés. - Versenyek: K2, C4, C4 váltó - Túrázás 6-12 és 24 km-es távon. 	<ul style="list-style-type: none"> - A vízi sportok története, kialakulása. - A vízijárművek (PK, C4, Kenu) ismertetése.. - A víziközlekedés alapismeretei. - Folyók és állóvizek tulajdonságai. - Veszélyes helyek vízitúrázás és úszás közben. - Balesetvédelem és elsősegélynyújtás. - Vízi-KRESZ. - Csónakvezetővel szemben támasztott követelmények. Nyári táborok szervezésének és menedzselésének alapjai. - Szakágak, versenyszámok. - Az evezés oktatás módszertana az iskolai csoportok számára. - Az evezés biomechanikai aspektusai. - Magatartás a vízben. - Evezés etikai aspektusa.

Előnye:

- Nő a kereslet a termék iránt, hiszen népszerűsége nő az iskolások körében.
- Költséghatékony, Így jövedelmi viszony alapján a célcsoport tág. Alacsony diszkracionális jövedelemmel rendelkező vagy önálló jövedelemmel nem (iskolások) rendelkezők számára is elérhető.
- Könnyen elsajátítható, ciklikus mozgás.
- Turizmusban betöltött szerepe nő. A turisták „4 S” motivációjában szerepel a tenger. Hazánkban ezt a vízparti üdülések helyettesítik.
- Kedvező hazai adottságok a vízitúrák számára. Hazánk folyói Duna, Tisza és ezek mellékfolyói, tavaink, valamint a magas napsütéses óraszám jó természeti adottságot jelentenek.

Turisztika tábor

A hallgatók a turisztikatábor követelményeit a 2. félévben teljesítik, mely gyakorlati jeggyel zárul. A turisztikatáborok mozgás- és elméleti anyagát lásd a **3. táblázatban / in the Table 3.**

3. táblázat/Table 3: A turisztikatáborok mozgás- és elméleti ismeretanyaga / Theoretical aspects and movement exercise in the touristic camp

Turisztikatábor	
Mozgásanyag:	Elméleti ismeret:
<ul style="list-style-type: none"> – Túrázás hegyi terepen – Éjszakai túra hegyi terepen – Teljesítménytúra – túraverseny – tájékozódási futás – tájékozódási futóverseny egyéni és váltóverseny szakágakban 	<ul style="list-style-type: none"> – A természetjárás története. – A tájékozódási futás története, versenyszámai, ágai, mozgásanyaga. – Térképészeti ismeretek: turista és a tájfüttő térkép jelei. – Tájéoló használata (laptájékozás), az északi irány meghatározásának különböző módszerei, álláspontunk meghatározása, tájékozódás éjszaka. – Tájékozódás a terepen, térkép és tájóló használatával. – Túra és táborszervezési ismeretek – A természetjárás, túrázás egészségügyi kérdései (veszélyes helyek túrázás közben, kullancsveszély). – A turista felszerelése. – A természetjárás etikai aspektusai. – Környezetvédelem a fenntarthatóság jegyében

Előnye:

- A természetjárás legszélesebb körben elterjedt módja- iskolai szinten is a legkönnyebben megvalósítható- a gyalogos természetjárás. Semmilyen különleges felszerelést nem igényel.
- Költséghatékony, Így jövedelmi viszony alapján a célcsoport tág. Alacsony diszkrecionális jövedelemmel rendelkező vagy önálló jövedelemmel nem (iskolások) rendelkezők számára is elérhető.
- Egyszerű mozgásanyag.

A fent említett táborok (turisztika-, vízi-, sí) során alkalmazott mozgásformák, különféle túrák nagyon jól alkalmazhatók az iskolai táborok és erdei iskolák programjában. A táborok során nem csak az adott sportág mozgásanyagának elsajátítása fontos, hanem azok a közösségi játékok, testnevelési- és sportjátékok, melyekkel a tábor jó hangulata fokozható illetve a résztvevők motóriumának fejlesztése kiegészíthető.

Összegzés

A már említett gyalogos-, sí- és vízitúrák mozgásanyaga jól integrálhatók az iskolai oktatásba. Az iskolai táborokban, erdei iskolák során, esetleg testnevelés óra keretében használhatjuk fel ezeket a mozgásokat a tanulók képességeinek

fejlesztésére. Az iskolai oktatásban a táborok jelentős szerepet töltenek be, a motiváció miatt. A motiváció nagyon fontos, hiszen ha a gyerek megszereti ezeket a mozgásformákat, akkor szívesen fogja az iskolán kívül választani a szabadidő eltöltésére, vagyis rekreációs jelleggel is űzni. Amennyiben megszereti ezeket a mozgásokat, akkor beépülhetnek az életvitelükbe, és az iskola befejeztével is tovább űzheti ezeket a szabadidős aktivitásokat, melyek segíthetik az egészség és a munkaképesség megőrzését.

Stratégiai szinten mind a Nemzeti Alaptanterv, mind a kétszintű érettségi vizsga követelményrendszere leteszi a voksot a kompetenciafejlesztés fontosságára, a tudás gyakorlati alkalmazásának dominanciájára mellett. A tudásszerzés és a kompetenciafejlesztés új útjai azt is jelentik, hogy a pedagógusképzésben és továbbképzésben előtérbe kell, hogy kerüljön a szociális kompetenciák, a gyakorlat-orientált foglalkozások, táborok, kreatív alkotóműhelyek, reflektív tanítási gyakorlatok, a személyiségfejlesztéssel és konfliktuskezeléssel kapcsolatos műhelymunkák.

A sporttáborok, hozzájárulnak a hallgatók sportágspecifikus elméleti és gyakorlati ismereteinek bővítéséhez és kognitív, személyes és szociális kompetenciáinak fejlesztéséhez. A sporttáborokban szerzett kompetenciák képessé teszik a leendő testnevelőket, hogy a tantervi követelményrendszerben előírt kulcskompetenciákat eredményesen alakítsák majd ki az iskolai oktató, nevelő és tanító munkájuk során.

Felhasznált irodalom:

- A túravezetés általános ismeretei (szerk.: dr. Vízkelely László). Magyar Természetbarát Szövetség. Alfaprint nyomda. 1984.
- Bassler, R. (2003): Minőség és egészségkompetencia az osztrák kúra- és wellness-turizmusban. In: *Tourismus Journal* (Lucius&Lucius, Stuttgart), 7 Jg. Heft 2. 187–2002. p.
- Bíróné dr. Nagy Edit: Sportpedagógia. Sport kiadó. Budapest. 1977. 46–48.
- Bokody József (2001): Vizittúrázók kézikönyve. Mezőgazda kiadó. Bp.
- Bokor Judit (2001): Rekreáció és sportturizmus. In: *Magyar Sporttudományi szemle* 2001/2. sz.14-17.
- Bükki Túrák (szerk.: Cseh Zita). Garamound Kft. Eger. 2001.
- Dancsó Tünde (2005): A szociális kompetencia megjelenése a nemzeti alaptanterv kiemelt fejlesztési feladataiban. In: *Új-Pedagógiai Szemle*. 2005/4 45–52. p.
- Dosek Ágoston (1997): Erdők, hegyek sportjai. MTE tankönyv, Bp. Kiadja: Magyar Tájékoztató Futó Szövetség. 294. p
- Farkas György (1972): Téli-Nyári táborozások. Tanárképző Főiskolák Tankönyve. Tankönyvkiadó. Bp.
- Gábor Imre (1986): Turista tereptan. Sport Kiadó. Bp.
- Halász Miklós (1987): Tereptan és térképészet. Túravezetők könyvtára. Budapesti természetbarát Bizottság. Bp.
- Hardi András: Tájékoztató Természetjárás Tájékoztató, Tárogató Kiadó, Bp. 1995. 48–51. p.

- Kondor Endre (1984): Természetjáró 1X1. Magyar Természetbarát Szövetség és Sport-propaganda Vállalat, Bp.
- Könyves Erika-Müller Anetta (2001). Szabadidős programok a falusi turizmusban. Szak-tudás kiadó ház Rt. Budapest. 141–166. p.
- Molnár Gyöngyvér (2002): A tudástranszfer. Iskolakultúra, 2. sz. 65–74.
- Nagy József (2000): XXI. század és nevelés, Osiris Kiadó, Budapest
- Nagy József (2003): Szociális kompetencia és proszocialitás. In Zsolnai Anikó (szerk.): Szociális kompetencia – társas viselkedés. Gondolat Kiadó, Budapest, 120–136.
- Nemessuri Mihály (1994): Egészségvédő-életörző sportok. Mozgás és Viselkedésbiológiai Szakosztály 25 éves jubileumi konferenciája, Tihany, 130–131.
- Shepherd, G. (2003): A szociális készségek fejlesztése (SST). In Zsolnai Anikó (szerk.): Szociális kompetencia – társas viselkedés. Gondolat Kiadó, Budapest, 151–169.
- Tájfutás. (Szerk.: Schell Antal). Fővárosi Önkormányzat nyomdaüzeme. Bp.1995.
- Vass Vilmos: A kompetencia fogalmának értelmezése.
In: <http://www.oki.hu/oldal.php?tipus=cikk&kod=hidak-kompetencia> (letöltés: 2007. szept.5.)
- A Nemzeti alaptanterv szerepe a tartalmi szabályozásban. URL
cím: http://www.om.hu/letolt/kozokt/nat2003/kr/02_bevezetojavveg.rtf (Letöltés: 2004. december 20.)