

# A kajak-kenu sportág integrálása a testnevelésbe

Szerző: OLDAL VÍVIEN FRANCISKA (testnevelő tanár – média-, mozgókép- és kommunikációtanár, osztatlan)

Témavezető: DR. HORVÁTH CINTIA, adjunktus, Sporttudományi Intézet  
(Testnevelés- és Sporttudományi Szekció: *A testnevelés és a sport neveléstudományi kérdései* II. szekciótagozat; 2. helyezés)

A pályamunka azonos című, korábbi változata megjelent az alábbi kiadványban:

OLDAL VÍVIEN FRANCISKA: A kajak-kenu sportág integrálása a testnevelésbe. In: *Tanulmányok a sporttudomány köréből*. Szerk. BOGNÁR JÓZSEF. Eger: Líceum Kiadó, 2022. (Acta Universitatis de Carolo Eszterházy nominatae. Sectio Sport = Az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem tudományos közleményei; 53.) 153 p. 127–139.

## 1. BEVEZETÉS

Jelentős változásokat eredményezett a testnevelés tantárgy oktatásában a mindennapos testnevelés bevezetése. A testnevelés tantárgy óraszámának megnövekedésével új lehetőségek lettek adottak a pedagógusok számára. Ezeknek a lehetőségeknek a kihasználása helyi szinten is nagy felelősséget helyez a testneveléssel, testkultúrával foglalkozó szakemberekre (Gombocz, 2019).

Kutatásomban egy erre irányuló kezdeményezést vizsgálok, a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és Gimnáziumban működő kajak-kenu oktatást, a jászalsószentgyörgyi kajak-kenu programot, illetve a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémiát. A programok a sportág alapjainak tanmenetbe történő beépítését célozzák. A gyermeknek motiváló tényező a változatos és új környezetben történő mozgásformák megvalósítása. Fontos, hogy a tanulók képesség- és készségfejlesztése minél komplexebb formában valósuljon meg. Ennek érdekében szükséges, hogy a tanuló minél több sportágat megismerjen. A kajak-kenu sportág biztosíthatja a gyermekek számára, hogy egy élményekben gazdag képzésben vegyenek részt.

A testnevelés egy olyan műveltségterület, amely minden részletében eltér más tantárgyaktól, valamint egy sajátos pedagógiai terület, mely nem hagyományos osztályteremben, hanem speciális környezetben végzendő. Az ott zajló tervezési munka szempontjai, a tervek megvalósulásának lehetőségei vagy az ellenőrzési-értékelési lehetőségek is egészen mások, mint a tanteremben folyó oktatás során (Balint, 2009).

A fiatalok bevonása a kajak-kenu sportágba elsődleges feladat, amihez meg kell nyerni a gyermekeket, illetve a szülőket. Minél fiatalabb korú gyerekeket szeretnénk

megnyerni a sportágnak (toborzás), annál nagyobb szükségünk lesz a szülők megnyerésére. Egy 10 éves korú gyerek csak ritkán határozza el, hogy kajakos vagy kenus akar lenni. A leghatékonyabb módja a sportágválasztásnak, ha a gyermek és a szülő közös akarataként valósul meg. A toborzásra különböző lehetőségek vannak, például az iskolákon, médián keresztül, hirdetésekben, sportági bemutatókon, személyes kapcsolatokon, osztálytársakon és barátokon keresztül vagy egyéb módon. Hazánkban a kajak-kenu sportág a kiemelkedő nemzetközi eredményességnek köszönhetően igen jól támogatott, ismert és népszerű. Ezzel a tényezők segítenek abban, hogy folyamatosan újabb fiatalok kerüljenek a szakosztályokhoz, egyesületekhez. A gyerekek toborzásánál előnyös, ha rendelkeznek valamilyen sportolói múlttal, alapokkal más (állóképességi) sportágból. Szerencsések, akik megfelelő alapképzést kaptak a szülőktől és pedagógusaik által, jellemzően ezek a gyerekek ügyesek, és a későbbiekben jól fejleszthetők. A kezdők toborzása lehetőleg kiválasztási folyamat keretében történjen. A kajak-kenu sportág üzését a későbbi eredményesség érdekében tízéves kor körül célszerű elkezdni. Ebben a korban lehet a legjobban és a leggyorsabban mozgásokat tanulni az ideg-izom koordináció fejlettségi állapota miatt. A sportágnak nem könnyű feladat toborzással bevonni az ideális létszámú utánpótlást. Egy sportág sikeressége általában együtt jár a népszerűségével is, ami jellemzően nagyobb érdeklődést vált ki az emberekből, és megkönnyíti az utánpótlást. Általában a toborzás is az utánpótlással foglalkozó edzők feladata. A legeredményesebb módszere a toborzásnak az, ha az edző az iskolákkal felveszi a kapcsolatot, és a testnevelő tanárokkal, osztályfőnökök bevonásával közösen ismertetik meg a gyerekekkel a sportág szépségeit. Az egyszerűbb toborzás helyett viszont eredményesebb lenne, ha a gyerekek kiválasztás útján kezdenének el foglalkozni a sportággal. Ezzel a kajak-kenu sportág számára inkább alkalmas gyerekek kerülnének kiválasztásra és esetlegesen beiskolázásra egy sportiskolai rendszer keretén belül (Baki és mtsai., 2020). Toborzásra a legalkalmasabb az iskolai, iskolán kívüli toborzás, nyílt napok tartása, szórólapozás, nyílt edzések megtekintésének lehetősége. Ha az internetfelhasználás növekedését nézzük, akkor a toborzásra jó lehetőség lehet még a közösségi oldalak bevonása is (Tóth, Szegterné Dancs és Gósi, 2019). Itthon szembetűnő probléma, hogy több sportágban, köztük a kajak-kenuban sem történnek olyan nagymértékű fejlesztések, hogy egy-egy sporteseményre tömegeket lehessen becsábítani. Mivel kevesebbszer szerepel a médiában az adott sportág, így a sportszponzorálási piacon alulmarad a többször TV-képernyőre kerülő sportágakkal szemben. Ezek alapján a nézettség és a fenntarthatóság növelése lenne a cél, hiszen ez jelentheti a sportágak jövőjét (Madarász, 2016).

### ***1.1. Testmozgás, egészségre nevelés***

Az iskolában eltöltött idő nagyon sok. A gyerekek fejlődése szempontjából is fontos ennek az ott eltöltött 8 órának a minősége. Nemcsak az iskolán belül szervezett programokat nevezhetjük iskolai programoknak, hanem az azokon kívül megrendezett foglalkozások is az iskola által szervezett programok közé tartoznak. Az iskola pedagógiai közeg, a testnevelő

tanár pedig az edző, mégis a gyermekek nagyobb százaléka jár el sportegyesületekbe edzeni, és csak kevesebb százalékuk marad az iskolában, és választja az iskola keretein belül történő sportfoglalkozásokat. Az iskolai testnevelés, az óratípus sok változtatáson esett át az elmúlt években. A katonás gimnasztikai gyakorlatok helyett sok helyen újítanak, és lazább szervezeti keretek között oldanak meg a testnevelésórákat. Az iskoláskorú gyermekek rekreációs foglalkozásainak hatékonyságára és a testnevelésre alkalmas tantermek hiányára megfelelő megoldás lehet az outdoor (szabadtéri) tevékenység. Az egyik legjobb szabadterén végezhető rekreációs foglalkozás az evezés, a kajak-kenu éppen most éli virágkorát, Magyarország szabad vizein számos lehetőség adódik rá, nagyon jó csapatépítő élmény, ráadásul 4 fős kenukban biztonságosan sportolhat minden korosztály. A kajak-kenu egy komplex tevékenység, hiszen minden képességünket fejleszti, főként a mozgáskoordinációt és az egyensúlyt (Szabó és Borkovits, 2015).

### ***1.2. Az aktív turizmus fejlesztése, vándortáborok***

A kajak-kenu sportág magába foglal minden olyan evezési formát, amely bármilyen fajta kajak vagy kenu hajóban történhet, amelyet ülve, térdelve vagy esetleg állva, a megfelelő lapáttal lehet hajtani. Az evező nincs a hajóhoz rögzítve, és arccal a menetiránynak van előre a sportoló előrehaladás közben (Muresanu 2010). A Magyar Kajak-Kenu Szövetségnél kis szerep jut a szabadidősportoknak, túrázásnak, mert más hangsúlyokkal kezdett el foglalkozni: a vízitúrázás kérdésével. A mozgalmi jellegről áthelyeződött a hangsúly a sportra. A tevékenységei: gyorsasági evezés, maratoni evezés, parakenu, sárkányhajózás, túrázás, de ezek mellett még helyet hagy a különféle civil megmozdulásoknak, melyek közé tartozik a Balaton átevezése is mint civilek, sportolók, utánpótlás, illetve más szervezetek számára egyaránt élvezhető versenytúra (Donka és Gyuricza, 2017). A Magyar Kajak-Kenu Szövetség kiemelten foglalkozik az egészségre nevelés kérdésével, így támogatásával 2017-ben indultak a vízi vándortáborok. Az MKKSZ céljaul tűzte ki a diákok vándortáboroztatását, a hazai vízterületek megismertetését, felfedezését a gyerekek és fiatalok számára. Később létrehozták a vízi osztálykirándulások lehetőségét is, amelyek 3 naposak, ezeket tanév elején és tanév végén bonyolítják le. Sikeres és élménydús tanulást, eredményes, játékos nevelést, a kompetenciák fejlesztését biztosítják ezek a kirándulások (Sándor, 2019).

A vízi sportok fejlesztik az akaraterőt, az önbizalmat, a fájdalomtűrést, annak leküzdését, a küzdeni tudást, bátorságot, önfegyelmet, segítenek a sikerek és a kudarcélmények feldolgozásában, továbbá a reális önértékelésben. Fontos, hogy a táborok során a gyerekek ne csak a vízi sportokkal ismerkedjenek meg, hanem a vízi KRESZ szabályaival, a segítséget kérő jelzésekkel, a közlekedési irány/oldal szabályával vagy az alapvető hajófelszerelési szabályokkal (Dr. Bíró, Hidvégi, Kopkáné Plachy, Széles Kovács, & Váci, 2015).

### **1.3. A sporttehetség**

A testnevelőknek olyan környezetet kell megteremteni, amely növeli a motivációt. A sportolási motiváció mindenki számára gyermekkorban formálódik, és ezt egy életen át fenn kell tartani. A természetes kiválasztódáson belül a legtermészetesebb módszer az összes mozgásos tevékenység kipróbálása, ebben fontos szerepet kell vállalnia az iskolának és a testnevelő tanárnak (Asztalos, Buglyó, Nagy, 2018).

A sport és a sportoló kapcsolatát már kisgyermekkorban meg lehet alapozni, fontos, hogy a gyermek mindig a korának, érettségének és képességének megfelelő fejlesztést kapja. A kajakozás, kenuzás esetében a technikai és fizikai képességek fejlesztése az alapja az eredményességnek, amihez hosszú évek munkája szükséges, a speciális sportági felkészülés 11–13 éves korban kezdődik. Azokban a városokban, ahol nem elterjedt az adott sport, ott a felmérések, majd kiválasztás eredményeképpen olyan fiatalok felfedezésére is lehetőség nyílik, akik egyébként nem választották volna az adott mozgásformát, ez pedig lehetőséget ad a tehetséges fiataloknak, hogy bekerüljenek egy sportágba, ahol eredményessé válhatnak. Ideális, ha a tehetség kiválasztása 9–11 éves korban kezdődik el. Legtöbbször az edzők minden érdeklődőnek megadják a lehetőséget a sportág kipróbálására és üzésére. Ebben az esetben nem a kiválasztáson van a hangsúly, hanem a kiválasztódás az, amit követ a szakvezető és edző a tehetségek felkutatásában (Baky és mtsai., 2020). A sport fontos része, hogy egyaránt formálja a testet és az elmét, a személyiséget és a képességeket (Gyurkó & Németh, 2014).

A probléma az utánpótlás megtartása. Nem mindegy, hogy milyen módszereket használunk az edzés során (Szabó, 2010).

### **1.4. Sport és iskola**

A gyermek napirendjének tartalmaznia kell a mozgást, ami elengedhetetlen a testi fejlődéséhez (Mészáros, 2016).

A kelet-európai országok testnevelési tantervei bemutatására a „román modell” jó példa. A román modell sok ponton hasonlít a magyar tartalmi szabályozásra. A testnevelés- és sportórák tartalmilag az egészségre nevelésre, az egészséges életmód kialakítására koncentrálnak, de ehhez nélkülözhetetlen a megfelelő egészségi állapot (Hamar, Prihoda, & Karsai, 2018).

Azok a gyerekek, akik élsportolók szeretnének lenni, azok már általános iskolában megkezdik a karrierjük építését. Először csak a heti néhány alkalmas edzőmennyiség folyamatos növekedésével, majd az utánpótláskorú élsportolók 15-16 évesen már napi több órát töltenek edzéssel, a hétvégeket versenyzéssel. Akik egész fiatal korban a sportolásban képzelik el a jövőjüket, azoknak esélyük van speciális, azaz sportiskolába járniuk. A tehetséges gyerekek differenciált oktatási-képzési terveket és szolgáltatásokat igényelnek. A sportiskola olyan köznevelési intézmény, ahol az utánpótlás-nevelés szervezett formában történik (Gösi, 2018).

A sportiskolák célja a tudatos sportolóvá nevelés, feladata a sportnevelés és sportági nevelés, valamint a sportoktatás és a sportági képzés. A pedagógiai fejlesztő munkát teljes egészében a sportiskolai kerettanterv alapján kell végezni, az intézménytípustól függően (Kovács, 2018). A gyermek- és fiatalkori sporttevékenység országos viszonylatban túlnyomóan az iskolai létesítményekben folyik (Kovács, 2020). Az általános iskolás évek fontos feladata, hogy a diák találja meg a helyét a kortársai, barátai között, hogy fejlődni tudjanak a társas készségei, ehhez nagyszerű lehetőséget adhat a sport (Gyömbér, Kovács, & Ruzits, 2016). A testnevelésórák jelentősége igen nagy, még akkor is, ha az a néhány óra nem elegendő ahhoz, hogy a testmozgás iránt egész életen át tartó elköteleződést alakítson ki a diákokban. Ennek következtében az iskola egészének kell segítenie az olyan szokások és igények kialakítását, amelyek révén a szabadidős fizikai aktivitás a gyermekek életének természetes velejárója marad felnőttkorra is (Nagy, 2010). A testnevelés oktatása széles körű ismeretanyagot biztosít a tanulóknak, de nem feltétlen biztosít tudást és lehetőséget az alternatív környezetben történő gyakorlat végrehajtásához (Hajduné László, Szentgyörgyváryné Juhász, & Tóth, 2015). A szabadban végezhető mozgásformákat többféleképpen lehet besorolni, mindegy, milyen felosztást választunk, a legfontosabb a sportág szeretete, a sportág iránti érdeklődés (Dragnea, és mtsai., 2006).

A testnevelés és a sport mozgásanyagának elsajátításához feltétlenül segítséget jelent, ha a testnevelő tanár az adott kor értelmi szintjének megfelelő mechanikai viszony értelmezésével párosítja bemutatását. A testnevelési foglalkozások megszervezésénél a testnevelőnek figyelembe kell venni, hogy a 6–10 éveseknél a tartósabb baráti kapcsolatok elkezdnek kialakulni. Testnevelésórán különböző adottságokkal és a testnevelés iránt eltérő motívációs szinttel rendelkező tanulók vesznek részt, a mindenkori mérce az önmagunk túlzárnyalására való törekvés. Többféle sportág mozgásanyagának igénybevételével valósul meg a tartós teljesítőképesség kifejlesztése, valamint a különböző sportágakból annyit és olyan mértékben kell elsajátítaniuk a tanulóknak, amelynek révén a cselekvőképességük optimálisan kifejlődik, és megszilárdulva tartóssá válik (Pékár, 2016).

### ***1.5. Kajak-kenu oktatása testnevelésórán***

A 2012/2013. tanévtől életbe lépett a NAT4, amely szerint heti öt testnevelésórát kell tartani az általános és a középiskolákban minden évfolyamon. A mindennapos testnevelésóra bevezetésének az indoklása a magyar fiatalok rohamosan romló egészségi és edzetségi állapotához és az inaktív életmódhoz köthető (Hamar, 2013). A hangsúly áthelyeződött arra, hogy a gyermekeket a tanórákon minél több fajta minőségi mozgásinger érje, a testnevelésóra érdekes és sokszínű legyen. A mindennapos testnevelés 2 óráját kiválthatják az alternatív kerettantervek, melyek között megtalálható a Kajak-kenu – vízi jártassági ismeretek kerettanterve 5–8. évfolyam számára. Olyan megoldás is előfordulhat, hogy ha egy iskolában nincs meg a kellő felszereltség, és az iskola infrastrukturális helyzete nem megfelelő, akkor a mindennapos testnevelés helyett heti 3 órában délelőtti testnevelés van,

délutánonként pedig a sportegyesületek, sportkörök felé motiválják a tanulókat, ezáltal a fennmaradó 2 testnevelésórát az egyesületi részvételi igazolással váltják ki a tanulók. Ha a gyerekek jól érzik magukat a testnevelésórákon, akkor nő a motivációjuk, ezáltal a teljesítményük, ennek eredményeképp jelentős javulás várható az egészségtudatosság és az életvitel területén is. A Z generáció számára azok a cselekvési formák nem számítanak unalmasnak, ahol aktívan tapasztalhatnak, alkothatnak, és változatos, kihívást jelentő ingerek érik őket. Az iskolák más helyszínen is folytathatnak különféle egyéb jellegű sportoktatást a heti öt órából legfeljebb heti 2 alkalommal. Ezt a lehetőséget kihasználva célszerű lenne az általános iskolás diákoknak kajak-kenu sportági utánpótlás-nevelési keretek közt tanítani a sport alapjait (Láng, 2019).

### ***1.6. Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia***

Magyarország az elmúlt évtizedben terjedt el az akadémiajellegű oktatás, főként a labdarúgás területén (Gósi, 2018). A Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia másodfokú akadémiaaként működik. Magyarországon az akadémiák 14 éves kortól 19 éves korig működnek, ez alól a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia sem kivétel. A Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia a Kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Általános Iskolával közösen a 2022–2023-as tanévben elindította első kajak-kenu osztályát. Olyan képzési lehetőséget nyújtanak, amellyel gyermekeik elsajátíthatják egy nagyon népszerű, Magyarországon rendkívül eredményes sportág, a kajak-kenu mozgásos alapjait. Heti három testnevelésóra mellett kettőt a kajak-kenu oktatására alakítanak ki, ezért ezekre külön tanmenet készül. Az iskolában két sportosztály működik, az „A” a kajak-kenu osztály, a „B” pedig az általános sportosztály. A képzési tervben helyet kap a kajak-kenu sport minden szakága, kiegészülve a SUP-pal és sárkányhajóval. A Vörösmarty iskola diákjainak lehetőségük lesz a 2024-ben elkészülő akadémiai komplexumban kihelyezett tanórákon és sportprogramokon is részt venni (kkna.hu, 2022).

## **2. CÉLKITŰZÉS**

Leendő kajak-kenu sportedzőként, valamint leendő testnevelő tanárként e két hivatást szeretném összehozni, és bebizonyítani, hogy a kajak-kenu sportágnak helye van a testnevelésben. A későbbiekben terveim közé tartozik egy kajak-kenu sportegyesület létrehozása olyan városban, ahol még nincs, és testnevelőként célokom, hogy minél több gyermekkel ismertessem meg ezt a sportot iskolákkal való együttműködéssel, délutáni foglalkozásokkal, toborzásokkal.

A kajak-kenuval nincs minden gyereknek lehetősége megismerkedni, ez egy speciális környezetben, nem tornatermi keretek között űzhető sportág. A kajak-kenu sportág elsődleges célja, hogy pozitív környezetet biztosítson a fiatal versenyzőknek, azonban

az élsport lényege az is, hogy a versenyzők küzdjenek a célért, hogy megnyerjenek különböző versenyeket. Ez a mozgásforma szolgálja a szellemi és fizikai fejlődését és nevelését mindazoknak, akik ezt a sportágat választják. Ezenfelül lehetőséget nyújt a sportolásra azoknak is, akik nem versenyzői szinten szeretnének kajakozni vagy kenuzni.

Kutatásom a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és Gimnázium és a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola és a jászalsószentgyörgyi önkormányzat közös programja, valamint a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia inspirálta, amelyek kajak-kenu sportfoglalkozást biztosítanak valamely iskola tanulóinak, ezen intézmények példáján keresztül szeretném bebizonyítani, hogy helye van a testnevelésórákon a kajak-kenu oktatásának, és lehetséges olyan városban is oktatni ezt a sportot, ahol nincs erre a célra alkalmas vízfelület. Célom, hogy a kutatásomban megkapott eredmények hatására egy optimális képet kapjak a sportág jelenlegi helyzetéről, és később testnevelő tanárként és edzőként én is hasonló módon népszerűsíteni tudjam a kajak-kenu sportágat, esélyt adva a gyerekeknek arra, hogy megismerjék a testnevelésórák keretein belül. Az iskoláknak adott az a lehetőség, hogy éljenek az alternatív kerettanterv lehetőségeivel, így akár hetente egyszer, dupla testnevelésórában 3–5. évfolyamos tanulók kajak-kenu sportfoglalkoztatáson tudnának részt venni. Az alternatív kerettantervben megtalálható a Kajak-Kenu – vízi jártassági ismeretek tantárgy. Ezen foglalkozások célja, hogy a gyermekek minél szélesebb körben megismerkedjenek a vízi jártasságok alapjaival és a vízi sportokkal, minél több természetközeli élményt szerezzenek, és megismerjenek egy komplex, szabadtéren, speciális környezetben végezhető, számos képességfejlesztést kielégítő sportot. A sportág iránt érdeklődést mutató diákoknak lehetőségük van részt venni a délutáni edzéseken, ezzel biztosítva Magyarország egyik legeredményesebb sportágának, a kajak-kenu utánpótlásának bővítését, fenntartását.

Célom, hogy reális képet kapjak a kajak-kenu sportág helyzetéről a testnevelésórákon, illetve a sportág népszerűségéről a diákok körében. Szeretnék megtudni minél többet a sportág beépítésének lehetőségeiről a testnevelésbe.

### ***2.1. Hipotézisek***

H1) Feltételezem, hogy a testnevelés szakon belüli kajak-kenu oktatás bevezetése minőségi előnyökkel jár a gyerekek számára, változatosabbá, vonzóbbá teszi az iskolai programok tartalmát.

H2) Feltételezem, hogy a kajak-kenu sport a testnevelésórákba való integrálásával népszerűsíthető.

H3) Feltételezem, hogy jelenleg több iskolában is oktatják a kajak-kenu az általam említett két iskolán kívül.

H4) Feltételezem, hogy a testnevelő tanárok partnerek lennének az oktatásában.

H5) Feltételezem, hogy azokban a városokban, ahol van kajakozásra, kenuzásra alkalmas vízfelület, és ahol a szakmai háttér biztosítása is adott, ott érdemes lehet bevezetni

a mindennapos testnevelésbe, akár heti egy alkalommal dupla órában testnevelő tanári felügyelettel, illetve olyan személyekkel, akik kompetensek az érintett sportban. H6) Feltételezem, hogy amennyiben a város nem alkalmas a kajak-kenu oktatására, tehát nincs megfelelő vízfelület, illetve edzői háttér a heti egy alkalmas megvalósításra, abban az esetben év végi nyári táboroként tudna megismerkedni a sporttal a megjelölt korosztály.

### **3. ANYAGOK ÉS MÓDSZEREK**

#### ***3.1. Mintaválasztás***

Kutatásom során három kérdőíves módszert használtam, illetve három interjút készítettem. A populáció egyik részeként az általam ismert kajak-kenu bevonásával foglalkozó intézmények diákjai részére készítettem kérdőívet, ez a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola, valamint a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola kajak-kenu sportfoglalkozáson részt vevő diákjait jelenti. A kérdőíveket mindkét intézményben maximális létszámmal töltötték ki, a szolnoki általános iskola esetében ez 40 főt, 47,5% lányt és 52,5% fiút, a jászalsószentgyörgyi intézményben pedig 14 főt, 42,9% lányt és 57,1% fiút jelent. Az osztályok arányát illetően a szolnoki általános iskola 4., illetve 5. osztályos tanulói 50–50%-ban voltak képviselve, a jászalsószentgyörgyi iskola 7. és 8. osztályos tanulói esetében ez 35,7%-os, illetve 64,3%-os arányt jelentett.

Mivel kutatásomban több kérdés is felmerül, ezért a diákokon kívül testnevelőket és edzőket is vizsgáltam, így további mintám voltak még a Jász-Nagykun-Szolnok megyei testnevelő tanárok, akiknek szintén egy kérdőívet készítettem, ezt 46 fő töltötte ki, 56,5% nő, 43,5% férfi.

A kérdőívek mellett interjúk formájában is kutattam a témában. Segítségemre volt a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola testnevelő tanára, a Szolnoki Sportcentrum Kajak-Kenu Szakosztályának egyik edzője, valamint a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia egyik kajakos edzője.

#### ***3.2. Adatfelvételi eszközök***

A Jász-Nagykun-Szolnok vármegye testnevelő tanárai számára készített kérdőívben a sportág lehetőségeit vizsgáltam és annak népszerűségét a testnevelésórákon, míg a kajak-kenu bevonásával foglalkozó intézmények diákjainak készített kérdőívemben a sportág népszerűségét vizsgáltam a diákok körében.

Az interjúkat a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola testnevelő tanárával készítettem, aki a kajak-kenu sportág oktatását beépítette az általános iskola tantervébe, valamint a Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia edzőjét kérdeztem az akadémia működéséről, illetve a jászalsószentgyörgyi kajak-kenu programban oktató edzővel folytattam beszélgetést a program sajátosságairól.



Az interjúkat telefonbeszélgetés során készítettem, célom mind a három oktatási forma sajátosságainak és működésének megismerése volt.

## **4. EREDMÉNYEK**

### **4.1. Interjúk elemzése**

#### **4.1.1. Kajak-kenu oktatás kezdete**

A Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola testnevelő tanára szerint a programot a 2014/15. tanévben indította az iskola és építette be a helyi tantervébe, ami a Magyar Kajak-Kenu Szövetség támogatásának, a Szolnok Városi Sportiskola és a Tiszaparti iskola együttműködésének köszönhető.

A Kovács Katalin Nemzeti Kajak-Kenu Akadémia kajak-kenu oktatása a Kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Általános Iskola és Gimnáziumban zajlik, hiszen az akadémia másodfokú akadémiaként működik, ami azt jelenti, hogy önálló tantárgyi oktatást nem végezhet, kell valamely iskolával szerződést kötnie, ahova be tudja építeni a sportágat, ezért szerződést kötöttek, így az iskola be tudta építeni helyi tantervébe a kajak-kenu sportág oktatását, és a 2022/23. tanévben elindult az ország első kajak-kenu osztálya.

Míg a jászalsószentgyörgyi kajak-kenu program teljesen független az általános iskolától, egy délutáni foglalkozás, nem kötelező, nem testnevelésóra keretein belül jelenik meg, így tanár nincs a gyerekekkel, csak két edző Szolnokról. Jászalsószentgyörgy önkormányzata pályázatot nyert a kajak-kenu sport népszerűsítése céljából, így ki tudtak alakítani a Szent György Katolikus Általános Iskola mellett egy kb. 600 m hosszú, 15–20 m széles és kb. 10 m mély holtági szakaszt a Zagyván, valamint egy kajakosházat is tudtak vásárolni, valamint az összes többi eszközt, ami lehetővé teszi a kajak-kenu oktatását. 2021-től Jászalsószentgyörgyön a Szent György Általános Iskola diákjainak lehetősége van kajak-kenu sportfoglalkozáson részt venni.

#### **4.1.2. A kajak-kenu sportág beépítése a tanmenetbe**

A Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskolában a kajak-kenu sportág oktatása az órarendbe egy héten egyszer dupla testnevelésóra formájában került beépítésre. Az iskola testnevelője 4–5. évfolyamra tervezte meg a programot. A programhoz felhasznált testnevelésórák száma a kerettantervben meghatározott óraszámokból tevődik össze, elsősorban az alternatív környezetben űzhető sportok, az úszás és úszó jellegű feladatok óraszámainak felhasználásával. Az órarendbe egy héten egyszer dupla testnevelésóra került beépítésre.

Az akadémián a Vörösmarty Mihály Általános Iskola és Gimnáziumban heti 5 testnevelésórából kettőre külön tanmenet készült, ebben ugyanúgy szerepel minden sportág, hisz multisport-szemléletű a képzés, csak hangsúlyosabb a kajak-kenu oktatása. A kajak-kenu sportági tematikájú képzés célja a vízi sportra, vízi jártassági ismeretekre

és az aktív életmódra nevelés. A délelőtti tanórák keretében a Vörösmartyban tanulnak, a délutánt pedig az akadémián töltik.

A jászalsószentgyörgyi kajak-kenu programban a Szent György Katolikus Általános Iskola felajánlja a gyerekeknek, hogy fakultáción belül adódik kajak-kenuzásra lehetőség, és akit érdekel, az lejárhat az iskola melletti sporttelepre délutáni foglalkozásra, melyre hetente egy lakalommal van lehetőség. Az edzések időtartama: 2 óra. A korosztály idősebb, az edzéseken 7–8. osztályosok vesznek részt.

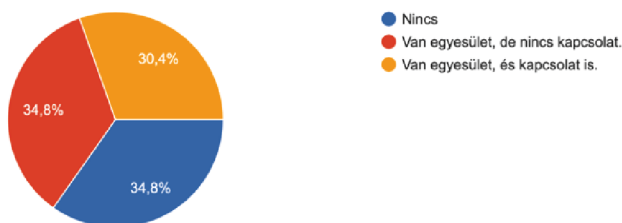
#### 4.1.3. A sportág oktatásának kialakítása

A Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola kajak-kenu programjának kialakítása során a testnevelés tantárgy célrendszerét és ezen intézmények értékeit, elvárásait hozták összhangba. Az oktatás során alkalmazott pedagógiai módszerek közül a motiválás, a differenciálás és az értékelés-ellenőrzés kapta a legnagyobb hangsúlyt. A kajak-kenu képzési anyagát és a tanulók által elsajátítandó ismereteket elméleti, gyakorlati és kondicionális képzési területekre osztották fel. Az elméleti képzés nem különül el a gyakorlatban történő oktatástól, abba beépülve kerül ismertetésre. Tervezéskor a tanév klasszikus őszi, téli és tavaszi időszakra történő felosztása igényli a legnagyobb odafigyelést.

Az akadémiával együttműködő iskola kajak-kenu sportági tematikájú képzésének célja a vízi sportra, vízi jártassági ismeretekre és az aktív életmódra nevelés. A délelőtti tanórák keretében a Vörösmartyban tanulnak, a délutánt pedig az akadémián töltik. Az alsó tagozatos gyerekek csak a sportszerekkel, az akadémia területével, épületeivel ismerkednek meg, a felső tagozatos gyerekek pedig már sportfoglalkozáson, edzéseken vesznek részt.

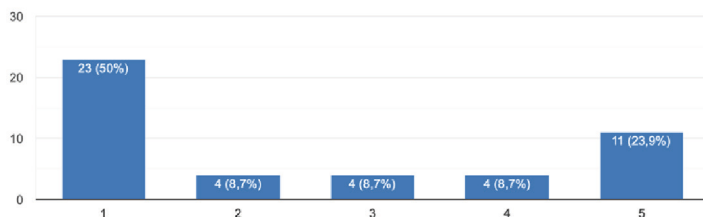
Jászalsószentgyörgyön a délutáni foglalkozás csak a kora őszi-tavaszi évszakokban valósul meg, mivel az iskolával nem állnak szerződéses kapcsolatban, így télen benti foglalkozásra nincs lehetőség. A foglalkozások a kajak-kenu sportág üzésére felkészítő edzéseknek minősülnek.

A Jász-Nagykun-Szolnok vármegye testnevelő tanárai számára készített kérdőív elemzése



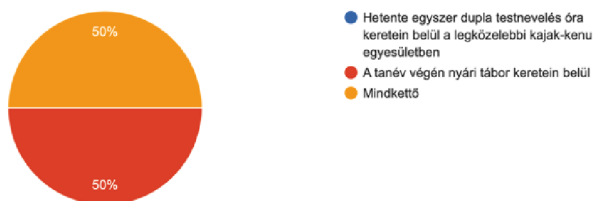
1. ábra: Az egyesületi kapcsolat kérdése.

A vizsgált testnevelő tanárok 30,4%-ának településén van kajak-kenu egyesület, és az iskolája kapcsolatban is áll vele, 34,8%-uk városa közelében nincs egyesület, valamint ugyanennyi százalékuk települése közelében csak egyesület van, de kapcsolatban azzal iskolájuk nem áll.



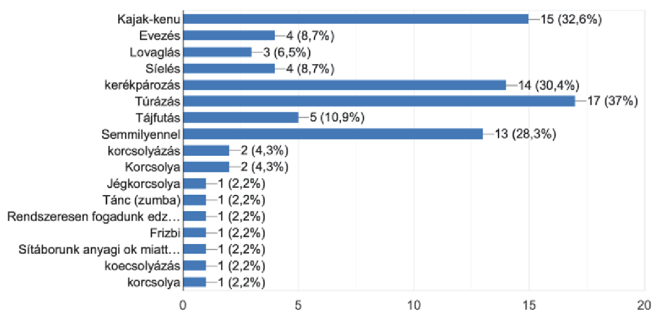
**2. ábra:** A kajak-kenu oktatásának elképzelése a testnevelésórákon

58,7%-uk el tudja képzelni a kajak-kenu sportág oktatását a testnevelésórákon, 8,7%-uk tartózkodik, ugyanennyien inkább nem tudják elképzelni, 23,9%-a a kitöltőknek pedig egyáltalán nem tudja elképzelni a kajak-kenu oktatását testnevelésórai kereteken belül (2. ábra).



**3. ábra:** A kajak-kenu sportág oktatásának lehetőségi formája.

Külön szavazat nem érkezett a dupla testnevelésórán való megvalósíthatóság lehetőségére. A sportág oktatásának nyári táborban való megvalósítására a kitöltők 50%-a szavazott, és még ugyanennyi százalékuk szerint mindkét lehetőség, azaz a nyári tábor, illetve a dupla testnevelésóra is alkalmasak lehetnek az oktatásra, ebből következtethetünk, hogy a válaszadók 75%-a inkább nyári tábor keretén belül tudja elképzelni a kajak-kenu oktatását (3. ábra).

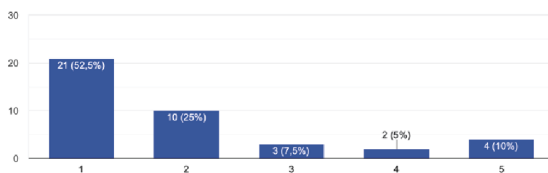


**4. ábra:** A kajak-kenu sportág mint alternatív környezetben űzhető sportág oktatása a Jász-Nagykun-Szolnok megyei iskolákban

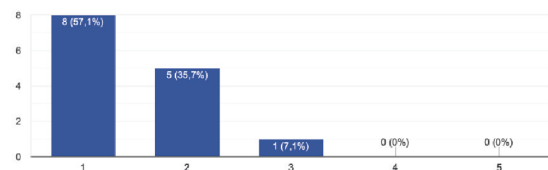
A kitöltők 32,6%-ának iskolájában már tanítják valamilyen formában a kajak-kenu sportág alapjait, ennek során a válaszadók közül legtöbben csak a túrázást alkalmazzák, amelyre 37%-os arányban érkeztek válaszok. Alternatív környezetben űzhető sportágak közül népszerű még az iskolák körében a kerékpározás 30,4%-kal. A kitöltők 28,3%-ának iskolájában semmilyen alternatív környezetben űzhető sportággal nincs lehetősége megismerkedni (4. ábra).

### 4.3. A kajak-kenu bevonásával foglalkozó intézmények diákjaival készített interjú elemzése

Tiszaparti Általános Iskola

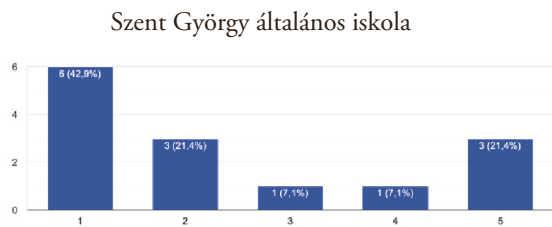
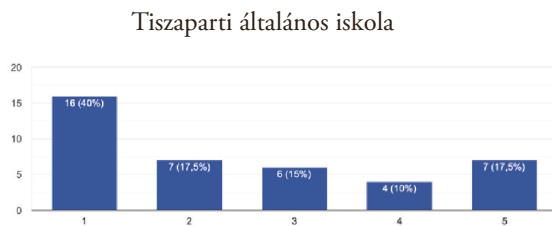


Szent György általános iskola



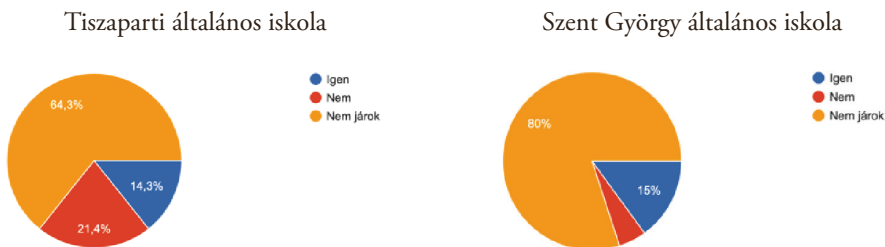
**1. ábra:** A kajak-kenu sportág űzésének kedveltsége

A Tiszaparti általános iskola tanulóinak 77,5%-a, a jászalsószentgyörgyi ált. isk. tanulóinak 100%-a szeret kajakozni vagy kenuzni iskolai foglalkozáson. A Tiszaparti általános iskolában, ahol kötelező a kajak-kenu oktatáson való részvétel, ott volt, aki nem szeretett kajakozni vagy kenuzni, de többségben ott is népszerű a sportág, akárcsak a másik iskola esetében (1. ábra).



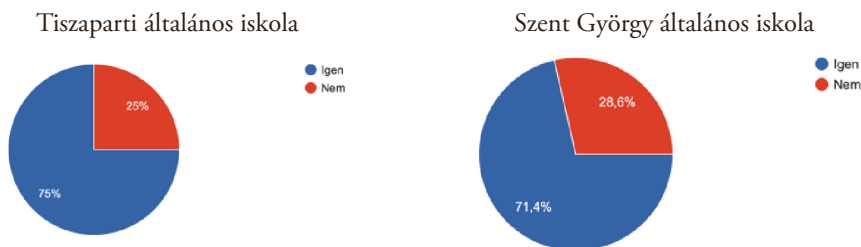
**2. ábra:** A kajak-kenu sportág választása iskolán kívüli tevékenységként

A Tiszaparti tanulóinak csak 57,5%-a választaná iskolán kívüli foglalkozásnak, míg a jászalsószentgyörgyi tanulók 64,3% szívesen üzné a sportot iskolai foglalkozáson kívül is. A Tiszaparti tanulóinak 27,5%-a, jászalsószentgyörgyi diákoknak pedig 22,4%-a nem választaná sportjának a kajak-kenut (2. ábra).



**3. ábra:** Kajak-kenu sportedzésre járás iskolai foglalkozás hatására

A tiszaparti tanulók 15%-a, míg a jászalsószentgyörgyi diákok 14,3%-a kezdett edzésekre járni az iskolai foglalkozások hatására. Mindkét iskola tanulói közül nagy arányban vannak azok, akik nem járnak edzésre, ez a Tiszaparti esetében 80%-ot, a jászalsószentgyörgyi iskola esetében pedig 64,3%-ot jelent. Olyan gyerekek is költöttek a kérdőívet, akik nem az iskola hatására kezdtek edzésekre járni, ez a szolnoki iskola diákjainak csupán 5%-át, a jászalsószentgyörgyi iskola diákjainak 21,4%-át jelenti (3. ábra).



4. ábra: A sportág iskolában való megismerése

Mindkét iskolában nagy arányban az iskolának köszönhetően ismerték meg a diákok a kajak-kenu sportágot. A Tiszaparti általános iskola tanulóinak 75%-a, a jászalsószentgyörgyi diákok 71,5%-a az iskolában ismerte meg ezt a sportágot. Az előbbi iskola tanulóinak 25%-a, az utóbbi iskola diákjainak 28,6%-a nem az iskolában, hanem más úton ismerte meg a sportágot (4. ábra).

## 5. MEGBESZÉLÉS

A Jász-Nagykun-Szolnok vármegyei testnevelő tanároknak készített kérdőívem elemzése során megtudtam, hogy a testnevelő tanárok többsége pozitívan áll a kajak-kenu sportág tanmenetbe való beépítésének lehetőségéhez. Több iskolában is alkalmazzák az alternatív tanterv lehetőségét, és a túrázás mellett alig maradt el a kajak-kenu oktatása mint alternatív környezetben űzhető sportág.

A diákoknak készült kérdőívemből megtudtam, hogy a gyerekek körében az iskolai foglalkozások hatására lett népszerű és ismert a kajak-kenu sportág, illetve többen is szívesen űznék nemcsak iskolai foglalkozáson belül, hanem azon kívül is, így az iskolai testnevelésórákba való beépítése a sportágnak remek lehetőség a gyerekek sportágismeretének kibővítésére.

A kajak-kenu testnevelésóra a megfelelő módszertani feldolgozás során lehetőséget biztosít a diákok egészségének és személyiségének fejlesztésére, valamint lehetőséget biztosít a már elsajátított mozgásformák tudatos, tervszerű, hatékony felhasználására.

A szabálytudat fejlődését elősegíti a tömören és egyértelműen megfogalmazott szabályok alkalmazása, hiszen a sportág egyáltalán nem veszélytelen, a közegének számító vízi környezetből adódó veszélyforrásairól és a szabályok áthágásának következményeiről nyíltan kell beszélni. A csapathajóban történő evezések során a tanuló megtanulja kooperatívan végrehajtani a feladatokat. Elősegíti a figyelem és koncentráció fejlődését. A problémamegoldó képesség fejlesztésére alkalmasak a vízen való közlekedés során adódó váratlan helyzetek és azok megoldása. Fejlődik a tanuló önismerete, az objektív mérések alapján megismeri önmagát, és megtanulja másokhoz mérni saját teljesítményét.

A kajak-kenu sportág beépítése a mindennapos testnevelésbe mind a gyermekek, mind a pedagógusok részéről nagyon pozitív hozzáállást eredményez. Ez megerősít abban, hogy munkámat tovább folytassam ezen a területen, és adatok folyamatos gyűjtésével, rendszerezésével és elemzésével lehetővé tegyem egy hosszabb távú sporttudományos kutatásokhoz megfelelő segédanyag összeállítását.

### **5.1. Hipotézisvizsgálat**

H1) Feltételeztem, hogy a testnevelés szakon belüli kajak-kenu oktatás bevezetése minőségi előnyökkel jár a gyerekek számára, változatosabbá, vonzóbbá teszi az iskolai programok tartalmát.

- Hipotézisem beigazolódott, hiszen a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola diákjainak készített kérdőívem, valamint a szakemberekkel folytatott interjúim során olyan információkat kaptam, amelyek ezt igazolják.

H2) Feltételezem, hogy a kajak-kenu sport a testnevelésórákba való integrálásával népszerűsíthető.

- Hipotézisem beigazolódott, hiszen a Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola tanulóinak készített kérdőívem során megtudtam, hogy a gyerekek többsége szívesen járna edzésekre is, így nemcsak az iskolai foglalkozásokra járnak szívesen, hanem választanák ezt szabadidős tevékenységnek is.

H3) Feltételezem, hogy jelenleg több iskolában is oktatják a kajak-kenu az általam említett két iskolán kívül.

- Hipotézisem beigazolódott, hiszen a Jász-Nagykun-Szolnok vármegyében dolgozó testnevelő tanárok számára készített kérdőívemben a 46 kitöltőből 15-en oktatják a kajak-kenu testnevelésórán.

H4) Feltételezem, hogy a testnevelő tanárok el tudnák képzelni a kajak-kenu oktatását testnevelésórákon.

- Hipotézisem beigazolódt, hiszen a Jász-Nagykun-Szolnok vármegyében dolgozó testnevelő tanárok számára készített kérdőívemben a 46 kitöltőből 27-en el tudták képzelni a sportág oktatását.

H5) Feltételezem, hogy azokban a városokban, ahol van kajakozásra, kenuzásra alkalmas vízfelület, és ahol a szakmai háttér biztosítása is adott, ott érdemes lehet bevezetni a mindennapos testnevelésbe, akár heti egy alkalommal dupla órában testnevelő tanári felügyelettel, illetve olyan személyekkel, akik kompetensek az érintett sportban.

- Hipotézisem beigazolódt, hiszen a szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola testnevelőjével készített interjúm eredménye ezt igazolja.

H6) Feltételezem, hogy amennyiben a város nem alkalmas kajak-kenu oktatására, tehát nincs megfelelő vízfelület, illetve edzői háttér a heti egy alkalmas megvalósításra, abban az esetben év végi nyári táborként tudna megismerkedni a sporttal a megjelölt korosztály.

- Hipotézisem beigazolódt, hiszen a Jász-Nagykun-Szolnok vármegyében dolgozó testnevelő tanárok számára készített kérdőívemben több testnevelő tanár tudná elképzelni a sportág nyári tábor során való oktatását, mint dupla testnevelésórán.

## 6. ÖSSZEFOGLALÁS

A három interjúm és a három kérdőívem elkészítésével és annak elemzésével a hipotéziseim beigazolódtak, miszerint a gyerekek szívesen űzik ezt a sportot iskolai foglalkozáson belül és kívül is, több testnevelő tanár is el tudja képzelni a tanmenetbe való beépítését a sportnak, illetve az utánpótlásban, toborzásban is nagy szerepe van a kajak-kenu foglalkozásoknak az iskolákban.

A Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola tanulóinak készített kérdőívem során megtudtam, hogy a gyerekek többsége szívesen járna edzésekre is, így nemcsak az iskolai foglalkozásokra járnak szívesen, hanem választanák ezt szabadidős tevékenységnek is. Ebből következik, hogy a kajak-kenu sport a testnevelésórákba való integrálásával népszerűsíthető, valamint hogy a gyerekek többsége szívesen járna edzésekre is, így nemcsak az iskolai foglalkozásokra járnak szívesen, hanem választanák ezt szabadidős tevékenységnek is, tehát azokban az iskolákban, ahol a gyerekek megismerkedhetnek a sporttal, szívesen választják iskolán kívüli tevékenységnek is.

A szolnoki Tiszaparti Római Katolikus Általános Iskola és a jászalsószentgyörgyi Szent György Katolikus Általános Iskola diákjainak készített kérdőívem, valamint a szakemberekkel folytatott interjúim során olyan információkat kaptam, amelyek



igazolják, hogy a kajak-kenu oktatás bevezetése a testnevelésórába minőségi előnyökkel jár a gyerekek számára: változatosabbá, vonzóbbá teszi az iskolai programok tartalmát.

Az interjúim során betekintést nyerhettem a vizsgált intézmények kajak-kenu programjaiba mind testnevelő tanár, mind edző szemszögből, valamint a kajak-kenu program létrehozásának menetébe is bepillantást nyerhettem. Megtudtam, hogyan kell elindítani egy folyamatot a kajak-kenu oktatása felé, milyen intézményekkel kell kapcsolatot teremteni, hogyan kell a sportágat beépíteni a tanmenetbe, és hogy a gyermekek oldaláról ez mekkora lehetőség lehet a sportág megismerésére, megszerettetésére.

## 7. IRODALOMJEGYZÉK

- Asztalos, J., Buglyó, R., & Dr. Nagy, Á. (2018). A sporttehetség felismerésének és gondozásának aktuális módszertani kérdései. Debrecen.
- Baky, D., Dr. Irmay, I., Dr. Komka Zsolt, B., Dr. Sáfár, S., Gannoruwa, L., Kovács, T. A., Vaskuti, I. (2020). A kajak-Kenu sportág alapjai. Budapest: Magyar Kajak-Kenu Szövetség.
3. Balint, G. (2009). Sinteze conceptuale în cercetarea științifică din domeniul fundamental de știință: educație fizică și sport. Iasi.
- Donka, A., & Gyuricza, L. (2017). Az állam szerepe az aktív turizmus fejlesztésében. Polgári Szemle, 176–187.
- Dr. Bíró, M., Hidvégi, P., Kopkáné Plachy, J., Széles Kovács, G., & Váczi, P. (2015). Szabadidő sportok. Eger.
- Dragnea, A., Bota, A., Stanescu, M., Tudor, V., Teodorescu, S., & Serbanoiu, S. (2006). Educație fizică și sport - Teorie și didactică.
- Gósi, Z. (2018). Magyarországi iskolarendszer alapú sporttámogatások. Sport, tanulás, karrier. 44.
- Gyömbér, N., Kovács, K., & Ruzits, É. (2016). Gyermeklélek sportcipőben.
- Gyurkó, S., & Németh, B. (2014). Gyermekek tapasztalata a sportban.
- Hajduné Dr. László, Z., Szentgyörgyvárné Juhász, I., & Dr. Tóth, Á. (2015). Alternatív környezetben üzhető mozgásformák. (S. J. Ivett, Szerk.) Pécs.
- Hamar, P. (2013. 04). "MindenNATos" testnevelés. 87.
- Hamar, P., Prihoda, G., & Karsai, I. (2018). Adalékok az iskolai testnevelés tananyag-kiválasztásához. Iskolakultúra, 34.
- kkna.hu. (2022). Forrás: <https://kkna.hu/wp-content/uploads/2022/03/Elsos-leszek-Enis-Kapolnasnyeki-Vorosmarty-Mihaly-Altalanos-Iskola.pdf>
- Kovács, K. E. (2018). A sportiskolai rendszer helyzetképe 2018. Debrecen.
- Kovács, K. E. (2020). A társadalmi struktúra és az oktatás összefüggései a sportiskolák rendszerében. Opus et Edicatio, 47–54.

- Láng, É. (2019). A mindennapos testnevelés 3+2-es modell által nyújtott lehetőségeinek megvalósulása az „új” típusú mozgásformák alkalmazásával az iskolákban.
- Madarász, T. (2016). Néhány választott egyéni sportág jelenlegi helyzetének és versenyképességének elemzése Magyarországon. *International Journal of Engineering and Management Sciences*, 1–20.
- Meszaros, P. A. (2016). „Sportul-un izvizor de sanatate si prospetime.” . In *Devolatarea personalitatii copilului-demers didactic creativ* (old.: 235). Constanta.
- Muresanu, d. S. (2010). Caiacul, un caz de deprivare senzoriala. *Discobolul*.
- Nagy, J. (2010). Sport és iskola. A testmozgás szerepe a XXI. század iskolájában. In P. Balogh, L. Boros, T. Darvai, J. Kalocsai, M. Marton , L. Murinkó, & J. Nagy, *Állandó párbeszédben* (old.: 190-210). Szeged: Belvedere Meridionale-Dartke.
- Pékár, T. (2016). A szabadidő aktív, hasznos időtöltésének lehetőségei az 1–4. osztályos tanulók körében. *Beregszász*.
- Prof. Dr. Gombocz, J. (2019). A testnevelés az iskolai sport. *Új Pedagógiai Szemle*.
- Sándor, J. (2019). Egy megújuló elem a környezeti nevelésben: A vándortáborok. *Eger*.
- Szabó, A. (2010). *Flow a kajak-kenu sportban*. Szeged.
- Szabó, A., & Borkovits, M. (2015). *Egészség, öröm és testmozgás a szabadban*. Iskola-kultúra. 11. sz.
- Tóth, D. Z., Szegerné Dancs, H., & Gösi, Z. (2019). A társadalmi felelősségvállalásból származó értékek átadása az utánpótlás edzői feladatok között.