

FEJEZETEK A COVID-19-ES TÁVOKTATÁS
DIGITÁLIS TAPASZTALATAIBÓL

**FEJEZETEK A COVID-19-ES TÁVOKTATÁS
DIGITÁLIS TAPASZTALATAIBÓL**

**GERHARDUS KIADÓ
SZEGED, 2020**

Szerkesztette:
DR. KOZMA GÁBOR

Borítóterv és kiadói szerkesztés:
Varga Péter Kálmán

Gerhardus Kiadó 2020

Felelős kiadó:
Dr. Kozma Gábor rektor

ISBN 978-615-5256-62-2

TARTALOM

THÉKES ISTVÁN

A COVID-19 VÍRUSJÁRVÁNY MIATTI HAZAI
TÁVOKTATÁS DIGITÁLIS MEGOLDÁSAINAK ELEMZÉSE 7

BÍRÓ GYULA

A HAZAI DIGITÁLIS TÁVOKTATÁS TAPASZTALATAI A COVID-19-ES
JÁRVÁNYHELYZET IDŐSZAKÁBAN
EGY KVALITATÍV FELMÉRÉS TÜKRÉBEN 18

LEPES JOSIP

AZ ÉLETMÓDBELI SZOKÁSOK HATÁSA
A TANÍTÓKÉPZŐS HALLGATÓK ÉRTÉKRENDSZERÉRE 41

A COVID-19 VÍRUSJÁRVÁNY MIATTI HAZAI TÁVOKTATÁS DIGITÁLIS MEGOLDÁSAINAK ELEMZÉSE

BEVEZETÉS

A technológia és a tanulás sikere közötti kapcsolat, valamint a technológia oktatásba történő beillesztésének vizsgálata nem újszerű kutatási terület. A digitális forradalom, a technológia fejlődése alapvetően megváltoztatja a tanítás módját. Azonban csak az utóbbi néhány évben nyílt meg az út az új tanulási lehetőségekhez, a számítógéppel támogatott tanulás koncepciója pedig az 1980-as években jelent meg. Az 1980-as és 1990-es években indult kutatások vegyes eredményekkel és következtetésekkel hasonlították össze a hagyományos és a technológia által támogatott oktatás hatékonyságát. Maga az „oktatástechnológia” kifejezés a oktatásban használható műszaki eszközök működésére és használatára, valamint a oktatási anyagok fejlesztésére utalt. Az utóbbi időben az oktatás technológiájának minőségi szempontból új lehetőségeit felismerve, a fő kérdés már nem az, hogy a technológia használata befolyásolja-e a tanulás hatékonyságát, hanem az, hogy miként lehet azt maximalizálni a tanulás hatékonyságának növelése érdekében. Az elmúlt két évtizedben számos hazai tanulmány¹ jelent meg a technológiával támogatott tanulásról és az oktatás technológiájáról, illetve az információs és kommunikációs technikák (IKT) által támogatott tanulásról. A rendelkezésre álló hardver- és szoftvereszközök gyors változása következtében a leghatékonyabb tanítási-tanulási módszerek is gyorsan megváltoztak.

Az elmúlt két évtizedben a technológia alapú tanítás és mérés-értékelés a pedagógiai kutatások leginnovatívabb részévé vált. Az IKT technológiák olyan lehetőséget biztosítanak, amelyek forradalmasítják a pedagógiai értékelési rendszereket. A számítógépek és a mobiltelefonok bevonása a fejlesztésekbe és értékelésbe hatalmas előnyökkel jár. A lehetőségek tárháza kimeríthetetlen, hiszen hanganyagoktól kezdve a színes ábrákon át a videókig számos új elem építhető be az oktatásba és az értékelésbe. Az oktatás digitális forradalmáról bővebben Molnár, Turcsányi-Szabó, & Kárpáti

¹ ld. Hülber, Lévai, & Ollé, 2015; Molnár, & Pásztor-Kovács, 2015; Ollé, 2013; Prievara, 2018

(2020)² tanulmányában olvashatunk, továbbá Prievara és Nádori (2018)³ vetíti előre a digitális átállást.

A KUTATÁS CÉLJA

A COVID-19 vírus járványszerű terjedése 2020 januárjától alapjaiban változtatta meg a munka-, szórakozás, rendezvény-, és oktatásszervezési rendszereket. A vírus európai megjelenése és különösen olaszországi gyors terjedése arra készítette a közigazgatási szerveket, hogy jelentős korlátozásokat léptessenek életbe. Annak érdekében, hogy a vírus rohamos terjedését meggátolják, az oktatási intézményeket sem kerülte el a korlátozás. Először a felsőoktatási intézmények, majd egy hét elteltével a köznevelési intézmények sem engedhetnek be diákokat épületeikbe, ezzel elindult a távoktatási munkarend, ami a digitális pedagógia átfogó alkalmazását igényli⁴. Ennek következtében elodázhatatlanná vált az oktatási intézmények és a pedagógusok digitális tanulásszervezésre történő átállása. Egyrészt ez óriási lehetőség egyúttal felelősség azoknak a hazai szakembereknek, akik már az elmúlt években szorgalmazták az IKT eszközök nagymértékű integrációját az oktatásba. Másrészt a helyzet nagy kihívás elé állította azokat, akik még inkább a hagyományos pedagógiai, herbarti, frontális módszertan hívei voltak. A harmadik, egyben legnagyobb pedagóguscsoport azoké, akik eddig ingadoztak a hagyományos és a 21. századi iskolai és oktatási modellek és módszertanok között, és most lehetőséget kaptak arra, hogy a továbbképzéseken, online platformokon, kisebb workshopokon megismert digitális pedagógiára vonatkozó tudásokat, ötleteket, jó példákat élesben kipróbálják. Tulajdonképpen a hazai oktatásban teljesen váratlan módon egyik napról a másikra zajlott le a korábban hangoztatott, de valójában alig pár szakember által képviselt forradalom. Kutatásunk célja annak feltárása volt, hogy miként zajlott le a távoktatási munkarend kereteiben a digitális pedagógia gyakorlatára való átállás, illetve, hogy az első két hétben hogyan fogadták az iskolák és a tantestületek ezt a digitális átállást.

KUTATÁSI KÉRDÉSEK

A digitális távoktatás gyors bevezetésének kényszere rapid megoldásokat követelt a köznevelési intézményektől. Eerre tekintettel a következő kérdésekre kerestük a választ:

- 1) Hogyan szervezték meg az iskolák a digitális átállást?
- 2) Milyen virtuális tantermet és milyen digitális tananyagot használnak az iskolák?

2 Molnár, Gy., Turcsányi-Szabó, M., & Kárpáti, A. (2020). Digitális forradalom az oktatásban – perspektívák és dilemmák. *Magyar Tudomány*, 181(1), 56-67.

3 Prievara, T., Nádori, G. (2018) A 21. század iskolája. Elérhető online

4 A Kormány 1101/2020. (III. 14.) Korm. határozata a koronavírus elleni védekezés kapcsán szükséges további intézkedésekről

- 3) A számonkérést milyen felületen kívánják megszervezni?
- 4) Mennyire voltak a pedagógusok felkészülve a digitális tanításra, és mennyire lelkesek ez iránt?
- 5) A tanulók szülei mennyire érzik negatív változásnak a digitális pedagógiai munkarendet?

A KUTATÁS MENETE ÉS A RÉSZTVEVŐK

Kutatásunkba 44 dél-alföldi iskolát vontunk be, zömmel Békés megyéből. Oktatási szinttől függetlenül 2020. március 23-án hozzávetőlegesen 80 intézménybe küldtük ki az intézményvezetőknek az online kérdőívünket, hangsúlyozva, hogy a kutatásban való részvétel opcionális. Végül csaknem egyenlő arányban küldték vissza kitöltve a mérőeszközt általános iskolák, szakgimnáziumok és gimnáziumok. A kérdőívet az iskolaigazgatók töltötték ki a. A kutatás hetének végén, 2020. március 29-ig, 44 kitöltött online kérdőív érkezett vissza. Az elemzéseket Microsoft Excel szoftver segítségével leíró statisztikai számításokkal végeztük. Mivel az IKT-vel végzett távoktatás kezdő folyamatairól gyors pillanatfelvételt kívántunk kapni, így szakpedagógusokat külön nem kerestünk meg. A digitális távoktatás befejezésekor fogunk egy nagymintás országos kutatást végezni számos pedagógus bevonásával.

A MÉRŐESZKÖZ

Kérdőívünket Google Formsban szerkesztettük meg, mely tartalmazott feleletválasztós egyszerű kérdéseket, valamint rövid szöveggel megválaszolandó tételeket is. Az iskolavezetők az alább közölt kérdéseket kapták meg. Zárt kérdések esetén megjelöljük azokat az itemeket, amelyek választhatóak voltak, soha nem egymást kizárva, hanem több válasz is adható volt. Továbbá látható annak a kérdésnek a megfogalmazása, ami megjelent az adatközlők online felületén a kérdőív linkjére rákattintva.

Kedves Igazgató asszony/úr!

Dr. Thékes István vagyok, a Gál Ferenc Főiskola docense, oktatáskutató. A március 16-tól folyó digitális pedagógiai munkarendről végzek egy kutatást. Arra vagyok kíváncsi, hogy miként szervezték meg az iskolák a gyors átállást, továbbá néhány háttér információra is rákérdezek. A kérdőív kitöltése opcionális és anonim, ha részt vesz a kutatásban, és segíti a kutatói munkám. Iskolánként egy kérdőívet kérek szépen kitölteni. Amennyiben kitöltik, kérem tegyék azt meg április 2-ig. Nagyon szépen köszönöm!

- 1) Kérem írja le pár szóban hogyan szervezték a digitális átállást!
- 2) Kérem jelölje meg melyik virtuális tantermet használják a pedagógusaik!

Google Classroom
Edmodo
Kréta

Microsoft Teams

Másik felület

Amennyiben másik tantermet használ, kérem írja le melyiket!

- 3) Milyen digitális tananyagot használnak? Több is jelölhető.

Mozaweb

Learning Apps

Okosdoboz

Másik tananyagot

Amennyiben másik tananyagot, kérem nevezze meg!

- 4) Melyik felületen végzik a számonkérést majd?

Kahoot

Google Forms

Redmenta

Mentimeter

Másik felületen

Amennyiben másik felületen végzik a számonkérést, kérem nevezzék azt meg!

- 5) Online szinkron tanórához milyen felületet használnak?

Skype

Google Hangouts

Microsoft Teams

Zoom

Másik felületet

Amennyiben másik felületet, kérem írja le!

- 6) Mennyire voltak a pedagógusok az iskolájában felkészülve a digitális tanításra?

Semennyire

Valamennyire fel voltak készülve

Nagyon fel voltak készülve

Majdnem minden pedagógus alig várta, hogy digitálisan (is) taníthasson

- 7) A tanulók szülei mennyire érzik negatív változásnak a digitális pedagógiai munkarendet?

Semennyire

Valamennyire

Eléggé

Rendkívüli mértékben

- 8) A pedagógusok mennyire lelkesek az iskolában a digitális tanítás iránt?

Egyáltalán nem

Valamennyire

Elég lelkesek
Nagyon

EREDMÉNYEK ÉS MEGBESZÉLÉS

Arra az első kiegészítendő kérdésre, hogy „Kérem írja le pár szóban hogyan szervezték a digitális átállást!” számos válasz érkezett. Igyekeztük úgy feldolgozni a kvalitatív adatokat, hogy a legjellemzőbb válaszokat összesíthessük. Ebből közlünk néhányat:

- Megkerestük, hogy milyen platformok állnak a rendelkezésünkre, eldöntöttük, segítséget is kérve, hogy melyik ezek közül az, amelyik a legkönnyebben használható, mind a tanuló, mind a pedagógus számára. A Google Classroom mellett döntöttünk. Online anyagokat küldtünk egymásnak, valamint, akiknek szüksége volt rá, annak egy iskolai továbbképzést is tartottunk, természetesen betartva a járványügyi előírásokat. Rengeteg programot, ötletet osztottunk meg egymással.
- Közös álláspontot alakítottunk ki. Elsődleges a Kréta üzenetek, kérdőívek alkalmazása. Felmértük, melyik gyerek milyen digitális eszközzel rendelkezik. Szükségessé vált zárt Facebook csoport létrehozása is.
- Értesítést kaptak az érintettek az e-krétán keresztül. Honlapon is.
- Nevelőtestületi értekezleten az alábbi döntés született. E-kréta használata, közösségi oldal zárt csoportjainak használata, egyéb internetes felületekkel kiegészítve, interaktív feladatok stb. kiadására.
- Elsősorban a Facebook zárt osztálycsoportjaiban tartjuk a kapcsolatot, mert a szülők és a gyerekek ezt a platformot ismerik a legjobban.
- Elsősorban a Kréta segítségével, valamint a hétköznapokban használt netes szolgáltatásokkal otthonról történő tanítás.
- Heti munkarendben állapodtunk meg. Az első héten, hétfőn és kedden a kapcsolatfelvételre koncentráltunk, megnyugtatta a szülőket, tanulókat, hogy fel vagyunk készülve a feladatra, minden rendben lesz, továbbá türelmet és nyugalmat kérve. A harmadik napot a tanulói napirendek kialakítására szenteltük, a negyedik, ötödik napon a munkavégzést figyeltük, nyomatékkel kérve a kollégákat, hogy most még nem a teljesítményre koncentrálnak.
- A kihirdetést követően a pedagógusokat tájékoztattam a feladatokról. Kiválasztottuk a kapcsolattartás formáit, a megfogalmazható feladatokat. Minden pedagógus haza vihetett a szükséges eszközöket, illetve a tanulók minden taneszközüket. Online értekezleteken egyeztetünk a feladatokról.
- Fogyatékosok ápoló-gondozó otthonában biztosítjuk a súlyos, halmozott fogyatékos tanulók csoportos és egyéni fejlesztő nevelés-oktatását. Egyéni

feladatokat állítottunk össze, napi bontásban.

- Egységes felületet alakítottunk minden pedagógus és tanuló számára.
- Az intézmény honlapján tájékoztattuk a szülőket az aktuális tudnivalókról. Az osztályfőnökök, szaktanárok külön is felvették a kapcsolatot a tanulókkal. Felmérték a családok lehetőségeit. Szükség esetén eszközt kölcsönöztünk. Kialakítottunk egy intézményi tematikát.
- Számba vettük a lehetőségeknek, kipróbáltuk őket, hogy a hangszeres és szolfézs tanításához melyik platformot tudjuk használni, ami a szülők számára is elérhető lehet.
- A művészeti iskolában mind az egyéni, mind a csoportos a csoportos tárgyakat oktató művészeti területeken egyeztetünk a pedagógusokkal és szülőkkel a legmegfelelőbbnek tűnő módszerekről.
- Online messenger kapcsolat, Facebook csoport.
- Egységes platformot választottunk, ehhez teszi mindenki hozzá a tantárgy specifikus digitális anyagát.
- Intézményünk kellő időt hagyott a tanulóknak, szülőknek és a pedagógusoknak az új munkarendre történő átállásra.

Ekkora mennyiségű és széles spektrumú válasz alapján megkísérelt következtetésekben három fő elemet különíthetünk el: (1) a bevezetés hirtelensége ellenére az iskolák a szűk időkeretet kihasználva igyekeztek átgondolni a megvalósítást, (2) egy közös platform mellett döntöttek, (3) vagy a tantestületen belüli akciócsoport kialakításával vagy külső segítséggel egy hét alatt valamilyen szintű rendszer összeállt.

A második kérdésnél egyszerűbb dolgunk volt, hiszen az adatközlők előre megadott itemeket jelölhettek. Az 1. táblázat közli a virtuális tanteremre vonatkozó válaszokat.

1. táblázat. Virtuális tanterem használata (több válasz is jelölhető)

	Átlag	Szórás
Google Classroom	63,6%	4,6%
Edmodo	4,5%	3,5%
KRÉTA	79,5%	5,6%
Microsoft Teams	9,1%	4,8%
Másik felület	15,9%	6,5%

Amennyiben az iskolák más tantermet jelöltek meg, azok a Discord és a NEO LMS rendszerek voltak. Elmondható tehát, hogy a KRÉTA és a Google Classroom a leginkább használt tanulásszervezési rendszer. Előbbi annak is köszönhető, hogy a tankerületek által központilag ajánlott rendszer a KRÉTA, a Google Classroom pedig egyszerűsége miatt élvez népszerűséget.

Ami a digitális tananyagot illeti, kiegyenlített eloszlást tapasztalhatunk (2. táblázat) a leginkább használt digitális tananyagok (Mozaweb, Learning Apps, Oksodobox) között.

2. táblázat. Digitális tananyagok használata (több válasz is jelölhető)

	Átlag	Szórás
Mozaweb	72,1%	5,6%
Learning Apps	72,1%	5,6%
Oksodobox	81,4%	7,6%
Másik	48,8%	4,2%

Más digitális tananyag megjelölése esetén főképp a következő platformokkal találkoztunk: BookR Suli, Tabetto, Feladat Matematikám és a videotanar.hu valamint a zanza.tv.

A harmadik kérdés az online számonkérésre vonatkozott. Ennek eredményeit a 3. táblázat közli.

3. táblázat. Az online számonkérés felületei (több is jelölhető)

	Átlag	Szórás
Kahoot!	17,9%	2,6%
Google Forms	35,9%	4,8%
Redmenta	56,4%	5,7%
Mentimeter	2,6%	3,8%
Másik	51,3%	4,7%

Másik platform megjelölése esetén az iskolák megemlézték a Skype-on történő élő számonkérést, a Facebook Messengert, valamint a KRÉTA kérdőívet. Feltűnő a magyar fejlesztésű Redmenta népszerűsége. Ezen a felületen valóban jól szerkeszthetőek a tesztek, melyek aztán társíthatóak a Google Classroomhoz. A Redmenta-ban a feladatlapok készítése során létrehozott feladatok később is felhasználhatóak. A feladatokhoz képek, videók illeszthetőek, és az egész folyamat nagyon könnyen és gyorsan elvégezhető. A rendszer számos feladattípust is ismer⁵.

Az online szinkron órákra vonatkozóan is tettünk fel kérdést, melynek válaszait a 4. táblázat mutatja be.

4. táblázat. Online szinkron órák felülete (több is jelölhető)

	Átlag	Szórás
Skype	59,5%	5,6/

Google Hangouts	16,7%	4,7%
Microsoft Teams	11,9%	3,4%
Zoom	52,4%	7,8%
Másik	33,3%	3,5%

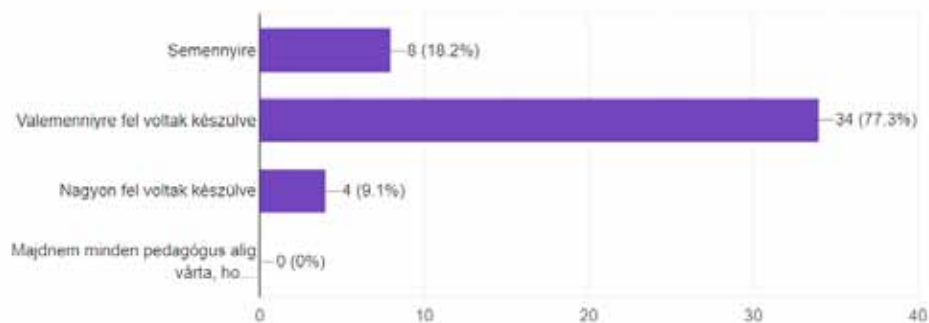
Másik eszköz megjelölése esetén jellemzően olyan választ kaptunk, hogy a tantestületek, illetve egyes pedagógusok a Facebook Messengert, a Google Duot és a gamer-ek kedvencét, a Discordot fogják használni. A Skype népszerűsége vitathatatlan, viszont érdekes tény, hogy a vállalati szektorból átvett Zoom használata gyakoribb, mint az oktatásra kiválóan alkalmazható Google Hangouts.

A kérdőív utolsó három kérdésére adott válaszokat a Google Forms felületéről átvett ábrákkal mutatjuk be:

Pedagógusok digitális felkészültsége (1. ábra), szülők attitűdjei (2. ábra), tanárok attitűdjei (3. ábra). Ezekből az adatokból leszűrhető, hogy a tanárok némileg fel voltak készülve a digitális átállásra, vagyis reménykeltő a pedagógusok átállási képessége. A szülők nem éltek meg reménytelenül negatívan a változást, a pedagógusok pedig eléggé lelkesek a digitális távoktatással kapcsolatban.

Mennyire voltak a pedagógusok az iskolájában felkészülve a digitális tanításra?

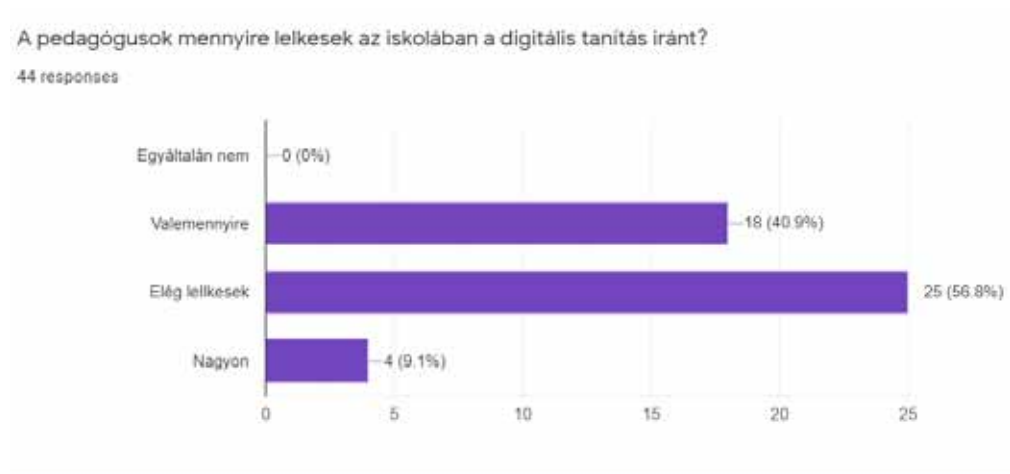
44 responses



1. ábra. A pedagógusok felkészültsége



2. ábra. A szülők attitűdjei



3. ábra. A pedagógusok attitűdjei

KÖVETKEZTETÉSEK

Összességében elmondható, hogy az iskolák az első héten késlekedés nélkül és a legjobb szándékuk szerint szervezték meg a digitális tanrendet. Ezen felül a következő lényeges következtetéseket vontuk le:

- (1) Az iskolák létrehozták a virtuális tantermet, melyek közül elsősorban a

KRÉTA-t és a Google Classroomot választották.

- (2) A tanárok online élő órákat **Skypeon és Zoomon** fognak folytatni.
- (3) A tanárok számonkérésre a **Redmenta-t** tekintik a leghatékonyabbnak.
- (4) Arra is rámutattunk, hogy a pedagógusok **nem voltak felkészültségben elmaradva** és pedagógiai **lelkesedésükkel nincsen probléma**.
- (5) A szülők közül **alig néhányan** élik meg **negatívan a váltást**.

Jelen tanulmányunkban egy pillanatfelvételt nyújtottunk a köznevelésbe kényszerűen bevezetett digitális távoktatásról. A tanév végén a tapasztalatokról gyűjtünk majd adatot nagyobb mintán pedagógusok és szülők körében, ahogy azt korábban említettük.

*Dr. Thékes István
főiskolai docens
Gál Ferenc Főiskola*

IRODALOM

- A Kormány 1101/2020. (III. 14.) Korm. határozata a koronavírus elleni védekezés kapcsán szükséges további intézkedésekről.
- Hülber, L., Lévai, D., & Ollé, J. (2015). Út az új generációs digitális tankönyvek megvalósításához. *Könyv és Nevelés*, 2015(1), 67-89.
- Király, S. (2017). Redmenta, az új oktatási intelligens asszisztens. *Új Köznevelés*, 73(5), 44-49.
- Molnár, Gy., & Pásztor-Kovács, A. (2015). A számítógépes vizsgáztatás infrastrukturális kérdései: az iskolák eszközparkjának helyzete és a változás tendenciái. *Iskolakultúra*, 25(4), 49-61.
- Molnár, Gy., Turcsányi-Szabó, M., & Kárpáti, A. (2020). Digitális forradalom az oktatásban – perspektívák és dilemmák. *Magyar Tudomány*, 181(1), 56-67.
- Ollé János (2013). A digitális állampolgárság kompetenciarendszerének értelmezése. In Lévai Dóra, & Domonkos, Katalin (szerk.). *Digitális állampolgárság konferencia*. (pp. 52-58). Budapest, ELTE PPK.
- Prievara, T., & Nádori, G. (2018). *A 21. század iskolája*. Budapest.

A HAZAI DIGITÁLIS TÁVOKTATÁS TAPASZTALATAI A COVID-19-ES JÁRVÁNYHELYZET IDŐSZAKÁBAN EGY KVALITATÍV FELMÉRÉS TÜKRÉBEN*

A tanulmány a Gál Ferenc Főiskolán végzett kutatási programba illeszkedve egy olyan kvalitatív felmérés eredményeit mutatja be, mely a COVID-19-es járványhelyzet digitális távoktatás tapasztalatainak feltárására irányul.

A tanulmány a digitális munkarend, a távoktatás kihívásainak mélyebb összefüggéseit elemzi az interjúk során megszólított tanulók, szülők és pedagógusok tapasztalata, személyes véleménye alapján, a járványhelyzet időszakában. A digitális távoktatás egyik legszembetűnőbb eredménye, hogy felértékelődik az a fajta tudás, amely digitális környezetben, életszerű tapasztalatok megszerzésével történik.

Az interjúalanyok látásmódját a munkarend-változással járó digitális módszertani megoldások, egyesek számára már megszokott, másoknak szokatlan tanítási, tanulási gyakorlat és a vírus okozta veszélyhelyzetet jellemző affektivitás is alakítja.

Jelen tanulmánykötetben Thékes¹ már közölte azokat a kvantitatív kutatási eredményeket, amelyeket a digitális távoktatás bevezetését követő két hétben kapott adatokból elemzett. Mélyinterjú alkalmazásával készült kutatást végzett Kozma, Lipcsei és Thékes² a nemzetköziesítés folyamatait feltárandó. A kvalitatív kutatás előnye, hogy szemben a száraz adatokkal, amelyeket klasszikus tesztelméleti eszközökkel elemzünk, a nevéből adódóan más minőségű, értékesebb információkhoz jutunk (ld., Thékes³).

A pedagógusokkal készített interjúkra adott válaszok és Robinson-Aronica⁴ szerzőpáros gondolatainak szintézise rávilágít arra, hogy az eredményes tanítási-tanulási folyamat a felkészült tanár motiváló erején, a felszabadítás képességén, az elvárások világos megfogalmazásán és támogató értelmezésén valamint az ösztönző szenvedélyesség felkeltésének képességén alapul. A virtuális osztályterekben folyó munka ugyan kényserpálya a jelenlegi helyzetben, de olyan célképzetek kitzűzését teszi indokolttá, amelyek

* A tanulmány a következő projekt keretében valósult meg: „Intelligens élettudományi technológiák, módszertanok, alkalmazások fejlesztése és innovatív folyamatok, szolgáltatások kialakítása a szegedi tudásbázisra építve” Projekt kódszáma: EFOP-3.6.1-16-2016-00008

1 Thékes, 2020

2 Kozma-Lipcsei-Thékes, 2018

3 Thékes, 2019a, 2019b, 2018

4 Robinson-Aronica, 2018

a fenti szegmensek mentén értelmezhetők, vagyis hasonlóan a hagyományos intézményi keretekhez ugyanazt a célt fogalmazza meg az eredményesség szempontjából.

Jelen esetben is teret nyert az a gyakorivá vált oktatást leíró hasonlat, ami magát a pedagógiai tevékenységet a növénytermesztés nemes gyakorlatához hasonlítja.⁵ Ennek kiindulópontja, az hogy a növények maguktól nőnek, optimális fejlődésüket a „jó kertész” segítheti, feladata a legjobb körülmények megteremtése. A tanítás gyakorlata is elemezhető ennek analógiája mentén, mert csak az igazán jó tanár képes és kész megteremtteni a tanítási-tanulási folyamat optimális feltételrendszerét. Izgalmas kérdés ez abból a szempontból is, hogy nem mindig mi határozzuk meg a feltételrendszert, vannak nehezítő tényezők, nem befolyásolhatók és irányíthatók a körülmények. Az inspiráló pedagógiai környezet a tanulást, a személyiség minél teljesebb kibontását segítő jelentést takar.

A KUTATÁS CÉLJA, MÓDSZEREI

A kutatás célja az volt, hogy képet kapjunk arról, hogy milyen szakmai, módszertani, gyakorlati tapasztalatot szereztek a köznevelés és a kisgyermeknevelés szereplői (tanuló, szülő, pedagógus) valamint arról is, hogy milyen szakmai, lelki kihívásokkal szembesültek ebben az előre nem várt, mindenki számára szokatlan helyzetben.

Ennek alárendelten tájékozódunk arról, hogy

- Hogyan készülnek fel a digitális távoktatásra az óvodapedagógusok, pedagógusok?
- Hogyan él meg a tanulók a digitális távoktatás időszakát?
- Milyen szerep hárul a szülőkre, hogyan birkóznak meg a rájuk háruló többségben újszerű, időként túlméretezett feladatokkal?

Vizsgálódásainkat kvalitatív kutatás keretében végeztük, annak érdekében, hogy minél árnyaltabb ismeretek megszerzésére, a valóság minél jobb megismerésére legyen lehetőség. A beavatkozás módszerét alkalmazó kutatásunk eszközeként a **strukturált interjút választottuk.**

Az adatfelvétel a kutatási normákhoz igazodva viszonylag kis elemszámú mintán történt, mégis sok olyan „puha” információval szolgált, mely elemzéseinkhez további támpontot nyújtott, a levonható következtetéseinket tovább gazdagította.

A KUTATÁS KÖRÜLMÉNYEI

A vizsgálatokat 2020.04.20. és 2020.05.04. között végeztük el. Az interjúfelvétel három helyszínen, Budapesten, Szarvason, és Szegeden a Gál Ferenc Főiskola hallgatóinak közreműködésével történt. A járványhelyzetre és a kijárási korlátozásra való tekintettel az interjúzás online módon Google Hangouts vagy Zoom felületen zajlott.

A kutatás keretében 14 interjú felvételére nyílt lehetőségünk. Az interjúalanyok körét

⁵ A szarvasi tessedikai Evangélikus Ótemplom oltár fölötti karzatán is láthatjuk ezt a szép allegóriát, ahogy Tessedik a mezőgazdász és népnevelő óvva védi és gondozza a rábízott facsemetét.

óvodapedagógusok, kisgyermeknevelők, általános iskolai tanulók és szülők alkotják. Egy pedagógus, szülő minőségében is megszólal, szakmai kérdések megválaszolása mellett, a szülői szerepéből adódó feladataira vonatkozó megállapításait is megosztja.

Az adatközlés anonimitását megőrizve csupán az adatközlők nemét, életkorát közöljük.

A mintavétel esetlegessége miatt az interjúalanyok jellemzően homogén mintát alkotnak, a minta rétegződését a nem, az életkor és a köznevelésben betöltött szerep (pedagógus, szülő, diák) határozta meg. A minta homogenitását növelte az is, hogy olyan adatközlők nem kerültek bele, akiknek a távoktatás időszakában semmilyen digitális eszköz nem állt rendelkezésére. A minta összetétele arra sem ad lehetőséget, hogy megvizsgáljuk azt, hogy sajátos nevelési igényű, tanulásban nehezített tanulók, vagy a lemorzsolódással veszélyeztetett diákok hogyan birkóznak meg a távoktatással, illetőleg, hogy a távoktatásra való átállás követően milyen különbségek mutatkoznak meg a különböző életkori csoportokra vonatkozóan. Hiszen minden bizonnyal különböző kihívást jelentett az éppen olvasni, írni, számolni tanuló elsősnek, másodikosnak, mint a tanulási módszereiben, stratégiáiban fejlett felsősöknek és középiskolásoknak. Mindezek újabb kutatási irányokat jelölhetnek ki melyek egy további kutatás tárgyát képezhetik.

A KUTATÁS MÉRŐESZKÖZRENDSZERE

Az strukturált interjúk felvételéhez 3 különböző, kötött sorrendű kérdéssor készült, a minta rétegződésének megfelelően egy a pedagógusok, egy a diákok és egy a szülők számára. A válaszokat az interjúalanyok szavaival rögzítettük. A kérdéssorok az alábbi itemeket tartalmazzák:

1. A pedagógusok kérdéssora

- a) Beszéljen arról pár mondatban mennyire volt felkészülve a digitális tanrendre!
- b) Hogyan élte meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?
- c) Mik azok az új módszertani elemek, amiket elsajátított?
- d) Hogyan változott pedagógiai szemlélete a kényszerű digitális átállás miatt?
- e) Mit fog másként csinálni mikor már megtörténik a visszatérés a hagyományos iskolai környezethez?

2. A tanulók kérdéssora

- a) Beszélj arról pár mondatban mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre!
- b) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?
- c) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?
- d) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?
- e) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

3. A szülők kérdéssora

- a) Mennyire kell bevonódnia otthon a gyereke távoktatásban megvalósuló tanulásába?

- b) Mennyire tudja a gyereke használni a digitális oktatási felületeket / eszközöket?
- c) Milyen felületeken folyik a távoktatás és mi erről szülőként a véleménye?
- d) Hogyan éli meg gyereke a digitális távoktatást?
- e) Miben lesz másképp gyereke számára az tanulás módszere a hagyományos iskolai környezethez való visszatéréskor?

AZ INTERJÚK ÁTIRATAI

1. interjú: óvodapedagógus (férfi, 43 éves)

1) Beszéljen arról pár mondatban mennyire volt felkészülve a digitális tanrendre!

A digitális tanrendre felkészülve igazából nem voltam, hiszen ez egy egyedi eset, de véleményem szerint mindig meg kell újulni és ez a koronavírus-járvány okozta rendkívüli helyzet erre adott lehetőséget. Erre a módszerre átállni nem volt annyira nehéz feladat, mivel az óvodai témák feldolgozásához az anyagokat az interneten böngészem, keresgetem. Jól feltalálom magam a világhálón, biztonsággal használom az ehhez szükséges eszközöket, kellékeket.

Engem inkább az foglalkoztatott jobban, hogy amit át szeretnék adni az mindenkihez el fog-e jutni, és ha eljut érhető-e, követhető lesz – e a szülők számára. Mivel óvodás korban a gyerekek digitális nevelésének kulcsa a szülők kezében van, következésképpen nekem, mint óvodapedagógusnak a szülőkkel való együttműködés, nagyon szükséges. Az óvodai csoportnak van egy zárt Facebook szülői csoportja, ami eddig is nagyon jól működött. Ezen a csatornán már évek óta zökkenőmentesen folyik az információ áramlása, ebben reménykedve nyitottan álltam a „távoktatás” elé.

2) Hogyan élte meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Sikeres online kapcsolatot alakítottunk ki a szülőkkel a gyermekek otthoni hasznos és tartalmas időtöltésének biztosítása érdekében. Jó szolgálatot tesz most ehhez a legismertebb közösségi oldal, amit fentebb említettem a privát csoport. Ezen keresztül elérjük a szülőket. Az elmúlt heteket igen pozitívan éltem meg, hiszen a szülők nagyon nagy örömmel fogadták a napi ajánlásainkat, amiket minden reggel megosztottunk, megosztunk velük. Az aktuális téma feldolgozását továbbra is az óvodai napirend alapján dolgoztuk fel napra és tevékenységi területekre osztva. Minden reggel az adott napi ajánlásokat és a reggeli áhítatokat küldjük el a szülőknél. Visszajelzésként rengeteg fényképet küldtek nekünk, az elkészült produktumokról, videót a tornáról, énekről, vagy a versről, mondókaról.

Természetesen nagyon hiányoznak a gyerekek és remélhetőleg hamarosan visszatérhetünk a csoportszobánkban, ahol együtt dolgoztatjuk fel az aktuális témákat.

3) Mik azok az új módszertani elemek, amiket elsajátított?

Az infokommunikációs eszközök bátrabb használata és a gyakorlatba való szélesebb körű beépítése. Az óvodapedagógiai szakmai közösségi oldalak gyakori használata a szakmai megújulás és módszertani tapasztalatcsere érdekében. Sokat tájékoztam a modern digitális eszközökről, a nevelést, képességfejlesztést támogató digitális technológia legújabb eredményeiről is és azok gyakorlati alkalmazásairól.

4) Hogyan változott pedagógiai szemlélete a kényszerű digitális átállás miatt?

Bennem régebben felmerült a kérdés, hogy van-e helye az IKT eszközöknek a kisgyermek nevelésben, de amióta megjelent az „alfa” generáció (a digitális kor gyermekei) az óvodában, ez nem kérdés már számomra. Azonban az igen, hogy hogyan vezessük be, miként építsük be ezeket az eszközöket az óvodai mindennapokba, úgy, hogy megtartsuk az egészséges egyensúlyt a modern és a hagyományos eszközhasználat között. A gyermekek és szülők körében fontos a modern szemléletű óvodapedagógus szerepe, aki képes tájékoztatni az IKT veszélyeiről, be tudja vezetni a legkisebbeket a technológia hasznos és biztonságos használatába, emellett pedig segíteni tudja a szülőket, hogy ott-hon is megtehessek ugyanezt. A koronavírus-járvány okozta rendkívüli helyzet igencsak meggyőzött arról, hogy szükséges már kis korban megismerkedni ezekkel az eszközökkel, de nagyon fontosnak tartom továbbra is az egészséges egyensúlyt.

5) Mit fog másként csinálni, mikor már megtörténik a visszatérés a hagyományos nevelési környezethez?

Véleményem szerint nem fog nagyban változni a tevékenységem a gyermekek között, ha vége tér a járvány és visszatérhetünk a megszokott kerékvágásba, viszont a digitális, informatikai eszközök használatával kapcsolatos ismereteimet folyamatosan bővíteni fogom. Próbálok követendő mintát nyújtani a szülők és gyermekek számára a digitális eszközök funkcionális használata terén ezzel is hangsúlyozva az egyensúlyt a modern és a hagyományos eszközhasználat között.

2. interjú: tanuló (fiú, 4. évfolyamos)

1) Beszélj arról pár mondatban, hogy mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre!

Nem voltam felkészülve, de Anya és Apa sokat segített. Venni kellett webkamerát, meg kellett tanulni a Zoom használatát.

Először nagyon szokatlan volt, hogy sok mindent egyedül kellett csinálnom.

2) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

A napom is átalakult: később kell felkelnem és hosszabbak a szünetek. Az elején nehéz volt beosztani az időmet. A tanítónővel való személyes beszélgetés nem hiányzik, a Zoomon keresztül is tudok kérdezni. A feleletek könnyebbek, mert rövidebbek és jobb szóban felelni, mint írásban.

Viszont erősebben kell figyelnem a feladataimra, mert a számítógépes játékok nagy kísértést jelentenek.

Jobban szeretek itthon enni, mert mindig azt ehetem, amit szeretek.

3) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Kevesebb a feladat, amit meg kell csinálni. Több filmet kell megnézni, így könnyebb elképzelni a dolgokat, mert a filmek látványosak.

Többet tudok aludni és pihenni, emiatt frissebbnek érzem magam.

4) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

A barátaim hiányoznak, hiányzik a közös focizás.

A feladatokat egyedül próbálok megoldani, de a kevesebb magyarázat miatt nehezebb a dolgom.

A testnevelési feladatokat nekem kell kitalálni, pedig ilyenkor már kint lennének az iskola udvarán és sokat játszanánk.

5) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

Webkamerán keresztül feleltetnek vagy feladatokat kell elkészíteni és elküldeni a pedagógusoknak. A matematikából, nyelvtanból online órán keresztül felelünk. Énekből és németből Facebookon keresztül küldjük el a hangfelvételeket. Környezetismeretből videochaten keresztül felelünk.

3. interjú: Tanuló (lány, 7. évfolyam)

1) Beszélj arról pár mondatban mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre!

Egyáltalán nem voltunk/tam rá felkészülve. Elsőre természetesen örültünk neki, de már aznap este az osztálytársaimmal a megoldási lehetőségeken gondolkodtunk. Nagy stresszt okozott számomra, hogy vasárnap este, sőt még a hétfői napon sem kaptunk tájékoztatást a helyzet megoldásáról.

2) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Az első hét hatalmas káosz volt. Utána már kezdtem egy kicsit beleszokni, azonban nagyon sok gondot okoz, hogy több felületről kell összeszedni a tananyagot. De ezenkívül nagyon jól viselem, a közösség azért hiányzik, ezt igyekszünk Zoom-os illetve Discord-os hívásokkal pótolni. Sokkal kipurább vagyok, több időt tudok tölteni a családommal.

3) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Azt, hogy saját magamnak oszthatom be az időmet. Nem kell minden tantárgyra anynyi időt szánni, mintha az iskolában ülnék. A hét elején megkapjuk a tananyagokat, aztán úgy osztom be és olyan sorrendben oldom meg, ahogyan szeretném.

4) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Vannak online óráink, viszont ezeken sokkal nehezebb odafigyelni. Sokkal hamarabb elkalandozok, mint egyébként, vagy vonják el a figyelmem. Az online órákon nehezebb megérteni a tananyagot. Ez teljesen érhető, hiszen a pedagógusoknak is sokkal nehezebb elmagyarázni, megmutatni.

5) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

A mi iskolánkban a Hashtag school-t kell elsősorban használni. Itt teszteknek össze nekünk és beadandókat is lehet itt beadni. Használjuk még a Redmentát, a Kahootot és a live worksheet-et. Valamint sok pedagógusnak készítünk beadandókat, fogalmazásokat. Idegen nyelvből pedig leveleket írunk.

4. interjú: Kisgyermeknevelő (nő, 34 éves)

1) Téged, mint kisgyermeknevelőt hogyan érintett a digitális oktatás bevezetése?

A digitális oktatás bevezetése, úgy, mint kisgyermeknevelőt engem nem érintett, hiszen otthonról nem dolgozom. A kisfiam otthoni tanulásánál találkoztam vele.

2) Hogyan telnek a napjaid szakmailag? Van-e lehetőség otthoni munkavégzésre?

Az otthon töltött időm nagy részét vele töltöm, hiszen a tanulás nem maradhat el. Szakmailag otthon dekorációt gyártok, amit, majd felhasználhatok a bölcsődében a csoportszoba díszítésére.

3) Végzel-e vagy végeznél-e otthonról valamilyen tréninget, képzést, online ami munkádhoz kapcsolódik?

Szívesen végeznék olyan online tréninget, képzést, ami szakmámhoz kapcsolódik, ezáltal is új tapasztalatokat szereznék.

4) Tartod-e a szülőkkel, gyermekkel a kapcsolatot, milyen formában?

A szülőkkel Messengeren tartom a kapcsolatot, érdeklődöm a gyerekek után vagy a szülők írnak egy-egy kérdéssel kapcsolatban. Heti egyszer-kétszer keressük egymást.

5) Lenne-e ötleted arra, hogy a bölcsődei közegben hogyan tudnánk alkalmazni az online oktatás lehetőségét?

Véleményem szerint a bölcsődébe nem tudnánk alkalmazni az online oktatás lehetőségét, hiszen ehhez ez a korosztály még túl kicsi.

5. interjú: Kisgyermeknevelő (nő, 51 éves)

1) Téged, mint kisgyermeknevelőt hogyan érintett a digitális oktatás bevezetése?

Engem nem érint sem a munkám révén, sem a tanulás révén a digitális oktatás, hiszen én otthonról nem dolgozhatok home-officban és iskoláskorú gyermekem sincs már

2) Hogyan telnek napjaid szakmailag? Van-e lehetőség otthoni munkavégzésre?

Szakmai munkámat otthon, úgy kamatoztatom, hogy dekorációt készítek, valamint saját kézzel készített hangszereket, játékokat, hogy mire újra munkába állok valami vidámságot és újdonságot tudjak nyújtani a gyermekeknek.

3) Végzel-e vagy végeznél-e otthonról valamilyen tréninget, képzést, online ami munkádhoz kapcsolódik?

Digitálisan semmilyen képzést, tréninget nem végzek, de ha lehetőség lenne, rá témától függően szívesen csatlakoznék egy ilyen online oktatáshoz.

4) Tartod-e a szülőkkel, gyermekkel a kapcsolatot, milyen formában?

A szülőkkel a Messenger alkalmazáson keresztül tartom a kapcsolatot, érdeklődöm a gyerekek után, hogy vannak, hogyan viselik ezeket a napokat, kicsit ápolgatom a szülők lelki világát.

5) Lenne-e ötleted arra, hogy a bölcsődei közegben hogyan tudnánk alkalmazni az online oktatás lehetőségét?

Véleményem szerint, ha digitális oktatást nem is lehet végezni ezzel a korosztállyal, mégis úgy gondolom, hogy a bölcsődei honlapra lehetne feltenni szakmai anyagokat a szülőknek. Lehetne velük szülőcsoportos beszélgetéseket kezdeményezni, fórumokat indítani, ahol feltehetik kérdéseiket. Lehetne videókat készíteni, amiket megosztanánk pl.: ének-zenei nevelést, irodalmi nevelést, tornát, amit mindig egy-egy kisgyermeknevelő valósítana meg a csoportja számára. Ezeket a videón keresztül a gyakorlatban bemutathatnánk.

6. interjú: Kisgyermeknevelő (nő, 42 éves)

1) Téged, mint kisgyermeknevelőt hogyan érintett a digitális oktatás bevezetése?

A munkám révén nem kell, hogy használjam a digitális oktatást, viszont két kamasz fiam tanulásában sokat kell segítenem, így utána olvastam dolgoknak és sok segítséget kérek a pedagógus barátnőmtől is.

2) Hogyan telnek napjaid szakmailag? Van-e lehetőség otthoni munkavégzésre?

Mivel otthoni munkalehetőségre nincs lehetőség, ezért a szakmai tudásomat próbálom mélyíteni, ezért sok szakmai könyvet olvasok.

3) Végzel-e vagy végeznél-e otthonról valamilyen tréninget, képzést, online ami munkádhoz kapcsolódik?

Azon még nem gondolkoztam, hogy részt vennék-e bármiféle digitális szakmai oktatáson, tréningen, de nem tartom rossz ötletnek ennek lehetőségét.

4) Tartod-e a szülőkkel, gyermekkel a kapcsolatot, milyen formában?

A szülőkkel nem tartom a kapcsolatot semmilyen alkalmazáson sem Facebookon, sem Messengeren, nekem ez teljesen magánszféra.

5) Lenne-e ötleted arra, hogy a bölcsődei közegben hogyan tudnánk alkalmazni az online oktatás lehetőségét?

Egyszerűen lehetne kezelni a digitális oktatást a bölcsődei gyermekek számára is, videókat lehetne készíteni nekik való anyagokkal, úgy, mint az éneklés, mondókázás, gyur-

mázás és azokat feltölteni egy adott linkre, ahol a szülők megmutathatják nekik és utána együtt megcsinálnák a látottakat.

7. interjú: Óvodapedagógus (nő, 33 éves)

1) Beszéljen arról pár mondatban mennyire volt felkészülve a digitális tanrendre!

Újdonság volt számomra, hiszen az óvodában a gyermekkel és szülővel napi kapcsolatban vagyunk. A csoportnak saját zárt Facebook csoportot kellett létrehozni, tagokat felvenni, ez eleinte nehézkesen ment. Tartottam a rám váró feladatokról, de sokat nézelődtem a különböző internetes fórumokon, hogy minél több információt be tudjak gyűjteni. Fontos volt a feltöltés szabályait is rögzíteni, különösen a GDPR-t.

2) Hogyan élte meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Intézményünkben április 01-vel indítottuk el a home-office jellegű távoktatást. A felkészülésre rövid időnk volt, mindössze két nap. Szerencsére a csoportunkba járó gyermekek szüleivel nagyon jó, aktív kapcsolatban állunk, ezért szinte zökkenőmentesen kezdtünk bele digitális oktatásba. A heti tematikus tervek összeállításában átgondoltabbnak kellett lenni, hiszen olyan javaslatokat, ötleteket kellett közvetítenem a gyermekek/szülők felé, amelyek könnyen kivitelezhetőek. Az első héten még óvatos voltam, majd a szülői visszajelzések alapján tudatosabban terveztem a következő heteket. A feladatadásnál ügyelnem kellett, hogy úgy fogalmazzak, hogy azt a gyermekek is megértsék, többnyire nekik írtam a magyarázatot, mert ha a szülő felolvassa azt, könnyebben megértik. Egy adott héten 3 napot foglalkozhatunk az anyagok feltöltésével, melyre a szülők folyamatosan küldik vissza a gyermekek produktumait. Lelkesen várják minden nap az adott tevékenységeket, felajánlásokat, szinte azonnal reagálnak rá. Ezek a visszajelzések megerősítenek abban, hogy a terveim változatosak, érdekesek és van rá igény.

3) Mik azok az új módszertani elemek, amiket elsajátított?

Az IKT eszközök, internetes fórumok megfelelő és többcélú felhasználási lehetőségeit biztosabban használom, olyan új oldalakat fedeztem fel, melyek be tudok építeni a feladatokba (pl worldwall.net/hu). A közvetlen kapcsolattartás miatt fontos volt számomra, hogy olyan anyagot is fel tudjak tölteni, melyben láthatnak. A videók elkészítése kihívás volt számomra, és nagyfokú izgalommal is járt, ezekben még fejlődnöm kell.

4) Hogyan változott pedagógiai szemlélete a kényszerű digitális átállás miatt?

A közvetlen kapcsolat hiánya miatt a gyermekek azonnali visszajelzései hiányoznak. Folyamatosan arra ösztönzöm, motiválom a szülőket és gyermekeket, hogy nincs rossz

megoldás, nincs rossz kivitelezés, hiszen most a mi személyes útmutatásunk nélkül kell kreatívan barkácsolni. Ezért is minden tevékenységhez több lehetőséget ajánlok (link, mintákkal), melyből a kedvük szerint válogathatnak, s ezek közül a saját képességeiknek megfelelőt tudják elkészíteni. Minden egyes produktumnak örülök és pozitívan értékelek, hogy megmaradjon a személyes kapcsolatunk. Ezt igénylik is. Három hét elteltével látom, hogy mik azok a tevékenységek, melyek jobban érdeklik és lekötik őket, ezeket figyelembe véve állítom össze a következő hét tematikus tervét. Igénylik az interaktív, internetes játékokat, és nagyon szeretik a saját készítésűeket is.

5) Mit fog másként csinálni mikor már megtörténik a visszatérés a hagyományos iskolai környezethez?

Az IKT eszközöket bátrabban fogom használni, tudatosabb leszek a tervezésnél, több kísérletezős feladatot fogok bevezetni és nagyobb hangsúlyt fognak kapni a saját készítésű játékok is.

8. interjú: Óvodapedagógus 3 (nő, 36 éves)

1) Beszéljen arról pár mondatban mennyire volt felkészülve a digitális tanrendre!

Óvodában dolgozom tagintézményvezetőként. A digitális tanrend bevezetése számunkra különösen váratlan és komoly nehézséget jelentő feladata volt. Első lépésként fel kellett mérnünk pedagógusaink mennyire felkészültek digitális infrastrukturális téren, rendelkeznek-e a home-office bevezetéséhez szükséges informatikai eszközökkel, illetve az azok alkalmazásához nélkülözhetetlen kompetenciákkal. Ezzel egyidőben az intézmény GDPR szabályzata alapján felül kellett vizsgálnunk hogyan tudjuk megvalósítani a távoktatást az adatkezelési törvény betartása mellett. Ekkor láthattunk csak neki az előkészítésnek. Kidolgoztuk az óvodai home-office munka tartalmi elvárásrendszerét, annak nyomtatott adminisztrációs területét, valamint a szervezési teendők listáját, mely alapján megindulhatott a gyermekcsoportok kialakítása, az online rendszerben történő fejlesztése, egységes keretek között. Fontos volt, hogy a pedagógusaink által feltöltött fejlesztési lehetőségek teljesítését, megvalósítását a szülők hogyan reflektálják, igazolják vissza. Tisztáznunk kellett azt is, hogy a vezetők ellenőrző tevékenysége hogyan, milyen módon történjen meg ebben az időszakban. Az pedig, hogy mindezt csak pár nap állt rendelkezésünkre, embert próbáló volt!

Kihívás volt abból a szempontból is, mivel intézményünk kiskorú, 3-7 éves gyermekek fejlesztését látja el, melynek alapja a tevékenykedtetésen, játékban megvalósuló tanulás, így pedagógusaink számára egyfajta szakmai szemléletváltását is igényelt. Azaz fontos volt vezetőként a megfelelő motiválás, szakmai támogatás, folyamatos szakmai segítségnyújtás.

2) Hogyan élte meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Komoly stresszhelyzetet jelentett számomra a kezdeti időszakban, hiszen annyi mindent kellett egyszerre, egy időben megoldani, megszervezni, biztosítani, úgy, hogy a kollegák számára mindez érthető és megvalósítható legyen, a szülők pedig inkább lehetőségként és támogatásként éljék meg a távoktatást ne pedig felesleges kényszernek. Most pár hét után már nagyon élvezem, hogy látom az óvónénik által feltöltött tartalmak a család mindennapjaiba beépülve élményt jelentenek, egyfajta lehetőséget az együttlétre, felfedezésre.

3) Mik azok az új módszertani elemek, amiket elsajátított?

Az informatikai eszközhasználat terén sok tapasztalatot szereztem, persze sok támogatást és segítséget kellett a fejlődéshez igénybe vennem. Az elsajátítandó ismeretanyag felkutatása, agyaggyűjtés területen szereztem sok tapasztalatot.

4) Hogyan változott pedagógiai szemlélete a kényszerű digitális átállás miatt?

Amit elsőként felfedeztem, az a kutató, adatgyűjtő munka következtében kialakult rendszerben való gondolkodásmód. Az adott pedagógiai folyamatokat már más szemszögből, a kitűzött cél hatékony megvalósulása érdekében a szülők és gyermekek igényeinek, érdeklődésének tükrében szemléltem. Természetesen az otthoni feldolgozhatóságot szem előtt tartva. Másrészt, minden felesleges információt mellőzve az alaptudás, alkalmazható ismeretek beépülését láttam a legszükségesebbnek, ennek megfelelően választottam és kínáltam fel tevékenységeket, linkeket.

5) Mit fog másként csinálni mikor már megtörténik a visszatérés a hagyományos iskolai környezethez?

Mindenképpen továbbra is alkalmazni fogom az online oldalak kínálta lehetőségeket, ajánlásokat. Az IKT eszközöket pedig sokkal bátrabban és hatékonyabban fogom ezentúl beemelni a hétköznapi ismeretátadásba.

9. interjú: Tanuló (fiú, 11 évfolyam)

1) Beszélj arról pár mondatban, hogy mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre! Én személy szerint rendesen fel voltam készülve a digitális oktatásra, itthon az eszközeim is megvoltak hozzá, az iskolám is időben kezdte meg az átállást. Az eszközöket biztosan tudom használni, nem okoz problémát.

2) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Nagyrészt pozitívan állok a távoktatáshoz, mindent meg tudok csinálni, amit feladatnak kapok. Egy negatívumot vettem észre, hogy nem találkozhatok barátaimmal, pedagógusaimmal személyesen.

3) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Azt tartom a legpozitívabbnak, hogy rugalmas, hogy mit szeretnél tanulni éppen. Te döntöd el, hogy milyen feladattal mikor szeretnél foglalkozni és te osztod be saját idődet a tanulásra. Én lelkesebb vagyok mióta távoktatás van, így jut idő a pihenésre is

4) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

A pedagógusi magyarázat hiányát és az esetleges testnevelés órák nem megfelelő pótlását otthon.

5) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

Google Classroomba kell beadandókat rendszeresen feltöltenünk, KRÉTA felületén szottak kérdőívek lenni.

10. interjú: Tanuló (lány, 5. évfolyam)

1) Beszélj arról pár mondatban, hogy mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre!

Nem voltam felkészülve. Nem használtam a netet csak zenehallgatásra vagy kreatív videókat néztem.

2) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Jól, szeretek itthon tanulni. Tudok kicsit tovább aludni.

3) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Később kelek fel, több a szabadidőm, szeretek a szüleimmel tanulni. Anya sokat segít nekem mindig a tanulásban.

4) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Nem tudok találkozni Rózsika nénivel, az osztálytársaimmal és a barátaimmal.

5) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

Videochaten, emailben.

11. interjú: Tanuló (fiú, 6. évfolyam)

1) Beszélj arról pár mondatban, hogy mennyire voltál felkészülve a digitális tanrendre!

A digitális oktatás nagyon hirtelen jött, egyáltalán nem voltam rá felkészülve, egyben volt vicces, furcsa és nehéz is az első hét. De nem ijedtem meg ettől az oktatástól, hiszen én „otthon „vagyok ebben a témában. Nagyon szeretek az interneten böngészni, programokat írni így azt gondoltam nem lesz ez olyan nehéz. Az első napokban inkább még csak információkat kaptunk, végül pár nap múlva indult be normálisabban ez az egész. Az egész osztály a Discord-on keresztül tartja a pedagógusokkal a kapcsolatot, itt tüntetik fel a megtanulandó anyagot, illetve az elvégzendő feladatokat. Ugyanezen a felületen lefényképezve vissza is tudjuk küldeni, amivel kész vagyunk, persze mindezt egy kiszabott határidőig tehetjük meg.

2) Hogyan élted meg az elmúlt heteket a digitális távoktatásban?

Személy szerint nekem nem okozott gondot az átállás a digitális oktatásra, mivel én nagyon szeretem az informatikát a továbbtanulási célom is ehhez a szakhoz fűződik.

Sajnos többeknek azonban nem volt zökkenőmentes ez a fajta oktatás. Vannak idősebb pedagógusainknak is, akiknek nehézséget okozott és akadt olyan osztálytársam is, akiknek nagyon új volt ez a fajta tanulás, eleinte segítséget kértek, én persze segítettem annak, akinek tudtam. Kellott jó pár nap mire mindenki csatlakozni tudott a Discord alkalmazásához. Végül a második-harmadik hétre már össze állt az osztályunk. Mivel én végzős vagyok nekünk nem sok leckét küldtek és csak az érettségi tantárgyak óráit tartották, online, de azt viszont elég sűrűn, hogy ezzel is segítsék a felkészüléseinket. Összességében, nem annyira vészes ez az egész helyzet, mint elsőre tűnt, de a legfontosabb, hogy a pedagógus és a tanuló közt legyen meg a kommunikáció, illetve a közös cél felé való törekvés, különben nagyon megnehezítjük egymás dolgát. Ezt az időszakot most úgy élem meg, hogy egyrészt szünet hangulata van, de közben meg furcsa, hogy mégis tanulni kell, hiszen pár nap és érettségizem.

3) Mit tartasz a legpozitívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Véleményem szerint már az egy pozitív változás, hogy megismerhettük ezt a fajta oktatási rendszert. Többek lettünk ezáltal, kitágult a látószögünk. A sokaknak idegen oktatás ismerős lett és ezáltal közelebb került a digitális módszerekhez, eszközökhöz. Kipihentebbnek érzem magam így, hogy nem kell bejárni az iskolába viszont nyilván a pedagógus magyarázata nélkül sokkal nehezebb elsajátítani az anyagot.

4) Mit tartasz a legnegatívabb változásnak az új távoktatási tanrendben?

Ebben az oktatási tanrendben nekem a negatív változás a személyes kontaktus hiánya. Nagyon más egy gépről tanulni, mint hallgatni a pedagógust, vagy pedagógusnőt, esetleg az osztálytársat, és ha valamit nem értek nincs lehetőségem kérdezni. Egyszóval a közösségi hiánya nagy negatívum számomra.

5) Hogyan végzik a számonkérést a pedagógusok?

Pedagógusaink összeállítanak egy dolgozatot és felteszik a Discordra, adnak rá egy vagy két napot, hogy kitöltve visszaküldjük.

De előfordult már olyan dolgozat is, amit ha megnyitottam időkorlát volt rá kiszabva és az idő alatt kellett megoldani és már ki is javította.

Szóbeli számonkérésre nem volt példa.

12. interjú: Szülő (nő, 34 éves)

1) Mennyire kell bevonódnia otthon gyermeke távoktatásban megvalósuló tanulásába?

A moratórium idejére, két gyermekemmel kell megoldanom az itthoni foglalkozást. Milán 10 éves, a Juhász Gyula Gyakorló Általános és Alapfokú Művészeti Iskola, 4/b osztályos, német-dráma szakos tanulója. Sámuel, 4 éves, kiscsoportos óvodás. A jelenlegi helyzetet megnehezíti, hogy a férjem vidéken dolgozik, az Ő munkáját nem befolyásolják a korlátozások, Én pedig a SZMJVÖ, Vitéz Utcai Bölcsőde, mint ügyeletes bölcsőde kisgyermeknevelőjeként, napi négy órában dolgozom.

Milán, itthoni tanulásában, teljes mértékben részt kell vennem. Ez napi 3-4 óra intenzív tanulást jelent. Teljes mértékben igényli, hogy a tanulás ideje alatt mellette üljek, segítsem Őt Meglátásom szerint, nem az értelmi, hanem az akarat oldalról kell Őt támogatnom. Az online oktatás kezdetén, nehéz feladatnak bizonyult, megértetni vele, hogy a jelenlegi helyzet, nem egy rögtönzött vakáció, hanem egy kényszerhelyzet, ami minden érintettet próbára tesz. Nehéz volt a napi feladatokhoz hozzáfogni, próbálta halogatni a tanulást. Az ösztönzés is nehéz a jelenlegi helyzetben. Milánnak heti 5-6 jégkorong edzése volt, edzésenként 2 óra. A mozgásigénye nagy, amit jelenleg nem tud levezetni. Napirendet készítettem, amiben mindenki feladata a megbeszéltek alapján lett leírva. Ez nagyban segítette a tanuláshoz való hozzáállást is, hiszen volt egy átlátható rendszer, amihez nagyon jól alkalmazkodott az elmúlt hetekben. A tanulás tekintetében, nehézséget jelent, hogy elfogadja, jelenleg Én vagyok a tanító is. Sokszor hallom, hogy a pedagógusnéni nem így magyarázza, jobban rá tudja vezetni a megoldásra. A tanulási időn kívül szívesen játszik az osztálytársaival online játékokat. A számítógépes játékokra fordított idő viszont egyre több lett, így azt a szabályt vezettem be, hogy fél óra olvasásért cserébe játszhat a számítógépen egy órát. A karantén ideje alatt így a negyedik könyvét olvassa.

2) Mennyire tudja használni a gyermeke a digitális oktatási felületeket/eszközöket?

A digitális felületek és eszközök nem ismeretlenek számára, mint általában a korabeli gyermekek, rendszeresen használta e helyzet előtt is. Eddig leginkább szórakoztató célra, használta, kevésbé a tanulás kiegészítésére. Nagy részével sikeresen megbirkózik, tudja kezelni a felületeket. Többször használta eddig a Power Point, az Explorer, a Microsoft World programokat, kevésbé vagy egyáltalán nem a jelenleg használt felületeket. Szerencsés helyzetben vagyunk, hiszen Milánnak a saját szobájában, saját számítógépe van. Korlátlan internet hozzáféréssel rendelkezünk, így minden adott ahhoz, hogy hozzáférjen a tanuláshoz szükséges platformokhoz. A dolgozatok, házi feladatok visszaküldésénél a file feltöltésénél igényel segítséget, amiben én szoktam neki segíteni.

3) Milyen felületeken folyik a távoktatás és mi erről szülőként a véleménye?

Milán osztályának jelenleg 3 felületen folyik a tanítás. Online órája nincs. A pedagógusok a felületekre videókat töltenek fel, ezzel segítik a tananyag megértését. Az online órákat egyáltalán nem támogatták a pedagógusok. Az iskola jelenleg azon dolgozik, hogy biztonságos rendszeren történhessen az online, élő oktatás. A szülők kezdeményezték, hogy legyenek online órák. Elsősorban lélektani okokból. Sokan azt vettük észre gyermekeinken, hogy motiválatlanok, mindannak ellenére, hogy a pedagógusok minden visszaküldött feladatot, személyre szólóan értékelnek, küldenek néhány pozitív gondolatot. Mivel nem kapnak megoldásaikra élőben pozitív visszacsatolást, az aktivitásuk is csökken. Ez így van az én gyermekemnél is. A három felület, amin a tananyagot kapja a kisfiam az a Digitális vagy E-napló, a Mozaweb és az osztály email címe.

E-napló: Ezen a felületen eddig, leginkább a gyermek iskolai érdemjegyeiről kaptunk értesítést. Jelenleg a házi feladatokat és napi, heti tananyagot küldik a pedagógusok. Minden kisgyermek külön azonosítóval rendelkezik, így mindenki saját jelszavával tud belépni a rendszerbe. A felület használata egyértelmű, könnyen kezelhető, a gyerekek számára is érthető. Milán jól tudja kezelni, hiszen ahogy belép, megjelennek azok az üzenetek, amik még nem kerültek megnyitásra. A pedagógusok pár mondatot fűznek a küldött anyaghoz, és pdf- formátumban csatolják a teendőket, feladatokat. A letölthető pdf-eket, egy „Milán Suli” nevű mappába mentjük, így könnyen, vissza kereshetők a feladatok, de a nagyobb terjedelmű összetettebb feladatokat kinyomtatjuk. Erre a felületre, viszont sokkal nehezebb a visszacsatolás. Sok esetben nem engedi a file-kat feltölteni, egyszerre csak egy képet enged a rendszer csatolni. Milán esetében ez nagy nehézséget jelent, hiszen vannak feladatok, amelyekhez több file csatolása lenne szükséges, így a beadandó feladatokat az osztály email címére küldjük vissza.

Az osztálynak a tanítók készítettek a kialakult helyzet után egy közös Gmail-es email címet. Ide a tanítók tudják a jelszót, a szülők és a gyermekek pedig küldik a beadandó feladatokat. Ez a platform könnyen kezelhető, hiszen mindenkinek volt email címe, könnyedén tud csatolni, ismerős felületen mozog. A pedagógusok a beküldött felada-

tokat saját maguknak lementik, így igazolható lesz a későbbiekben, hogy a gyermekek dolgoztak moratóriumi időszak alatt, a félévet teljesítették. Az adatvédelmi szempontokat figyelembe véve, az osztályfőnök minden szülő hozzájárulását kérte az email cím létrehozásához.

A harmadik felület, amelyen keresztül a gyerekek kapják az online oktatás anyagát az a Mozaweb rendszer. Ezen a felületen keresztül, házi feladatot, szorgalmi feladatot kapnak, valamint ide töltik fel a pedagógusok az ún. „füzeteket” is. Ezek a füzetek nyújtanak segítséget az anyagrészek megértésében. Ide videókat, képeket, hanganyagokat tudnak közzétenni. Matematikából teljes anyagrészek érthető magyarázata érhető el az osztály számára. Ez a rendszer az, amin pl. dolgozatokat küldenek a gyerekek számára. Időkeret van beállítva egy-egy feladathoz. A legutóbbi környezet témazárót is így írta Milán. A Mozaweb felület, számomra és Milán számára is nagyon jól értelmezhető, saját belépési azonosítóval és jelszóval lehet hozzáférni a profilhoz. A magyarázatokat Milán saját pedagógusai állítják össze, igazán igényes, színes különleges kiegészítésekkel teszik a gyerekek számára érdekessé az anyagrészt. Az osztályban az év elejétől kezdve használták az órák alkalmával az interaktív táblát. Erre a táblára legtöbbször a Mozawebes füzeteiket vetítették ki a pedagógusok. Most Milánnak érdekesség, hogy ő kezelheti ezt a felületet.

E három felületen keresztül, hozzájutunk, minden szükséges anyaghoz. A pedagógusok lelkiismeretesen, érthetően küldik a feladatokat. A visszaküldendő feladatok mellé egy postagalamb képét illesztik, így a gyerekek tudják, mik azok a feladatok, amelyeket visszavárnak a pedagógusok. Az anyagrészeket heti egyszer küldik, napi lebontásban. A rajz, technika, testnevelés és ének feladatok teljesítésére egy hét áll rendelkezésre. A matematika, magyar, környezet és német anyagot, egy hétre előre kapják, napi lebontásban segítik a gyerekeket, a tananyag feldolgozásában.

4) Hogyan éli meg gyermeke a digitális távoktatást?

A digitális távoktatáshoz gyermekem jól alkalmazkodott. Kötelességből és az én hatásomra, halad a tananyaggal, de ez nem azt jelenti, hogy örömmel és szívesen áll neki a tanulásnak. Milánnak az itthoni tanulás a koronavírus helyzet előtt is problémát jelentett. Én ezt arra vezetem vissza, hogy első és második osztályban egyáltalán nem kapott házi feladatot, a tankönyveit az iskolapadban kellett tartani. Úgy gondolom, az első időszakban nem alakult ki nála, hogy van, amit itthon kell megtanulni, kiegészíteni egy-egy feladatot, amire a napköziben nem jutott idő. Ebben a tanévben még lehetőség volt a napközi foglalkozásra, amely során, minden házi feladatot megoldottak, így az itthoni tanulásra igen kevés szüksége volt. Ez leszűkült a hosszabb versek megtanulására. Tehát a mostani helyzet, egyáltalán nem kellemes a számára, de igazán büszke lehetek rá, mert segítségével, ugyan de megoldja a feladatait. A legnehezebb talán neki, amiről sokat beszél, az a barátok hiánya. Az osztályközösség nagyon hiányzik neki. A pedagógusokkal is nagyon jó kapcsolatban van, így Őket is hiányolja. Milán egy szociálisan érzékeny gyermek és azt látom, hogy egyre inkább megviseli ez a helyzet. A családuink nem néz

híradót és egyéb tv műsorokat sem, de miután minden csatorna minden felületén a koronavírus járvánnyal kapcsolatos hírek, halálozási számok mozogtak, azt gondolom nem volt jó hatással a lelki állapotára az a pár alkalom, amikor hallott erről. A barátaival telefonon tartja a kapcsolatot, sokszor hallom, hogy víusról beszélgetnek.

Összességében, úgy gondolom, magát a digitális oktatást nem éli meg rosszul, sőt néhány feladat erejéig még élvezi is. A véleményem az, hogy a helyzet, a bizonytalanság, a barátok hiánya, a kevés inger az, amit rosszul él meg. A korosztályának nagyon fontosak a barátok, a kortársak, akikkel jelenleg egyáltalán nem találkozhat.

5) Miben lesz másképp gyermeke számára a tanulás módszere a hagyományos iskolai környezethez való visszatéréskor?

Azt gondolom, hogy az iskolai környezethez való visszatéréskor, gyermekem, jobban fogja értékelni a pedagógusai munkáját, magyarázatát, hiszen érezte, hogy ennek hiányában sokkal nehezebb volt megértenie az adott feladatokat. A jelenlegi helyzet ideje alatt, Milán sokkal közelebb került a pedagógusaihoz azt gondolom. Szívesen beszél velük Messengeren, telefonon, hiányolja őket. Látva engem, hogy sokszor milyen nehezen tudok neki elmagyarázni dolgokat, jobban fogja értékelni a munkájukat. Előre láthatólag, úgy vélem, hogy az itthoni házi feladatokat szívesen fogja csinálni, hiszen sokkal kevesebb lesz az itthoni tanulás mennyisége, mint most. A digitális felületeket jobban ki fogja használni, hiszen most, rá volt utalva egy téma kapcsán, az utánajárásnak, ezt jól begyakorolta és innentől kezdve azt gondolom, természetes lesz neki, ha valamiben bizonytalan, rákeres és biztosítja tudását. Azt remélem, hogy az önálló munkára való képesség valamint a kötelességtudat erősödött benne az itthon tanulás idején. Nehezen fogja viselni viszont a kezdeti fellángolás után, hogy újra időhöz lesz kötve, szabályokhoz kell alkalmazkodnia, hiszen az itthoni időbeosztás nem volt azonos az iskolaival és jóval rugalmasabb is. Az iskolai szabályokhoz pedig újból hozzá kell szoknia, bízom benne, hogy hamar visszarázódik majd.

13. interjú: Szülő (nő, 53 éves)

1) Mennyire kell bevonódnia otthon a gyereke távoktatásban megvalósuló tanulásába?

A gyermekem már 11. osztályos, így önállóan oldja meg a feladatait, nem kell bevonódnom a feladatok ellenőrzésébe. Maximum figyelmeztetni kell, ha online órája lesz, nehogy elfelejtse.

2) Mennyire tudja a gyereke használni a digitális oktatási felületeket / eszközöket?

Informatikusnak tanul, ezért minden felületet, eszközt ismer és megfelelően használ. Inkább ő segít nekem az informatikai eszközök, alkalmazások használatában.

3) Milyen felületeken folyik a távoktatás és mi erről szülőként a véleménye?

Az iskola KRÉTA rendszerén keresztül, Google Classroom-on. Az e-napló felületén szülőként én is nyomon tudom követni a tantárgyi feladatokat és azok beadási határidejét.

4) Hogyan éli meg gyereke a digitális távoktatást?

Nem okozott neki különösebben nehézséget, a személyes kapcsolattartás hiányzik neki, kifejezetten örül, ha on-line órájuk van a pedagógussal és az osztálytársaival közösen. Amit kevésbé szeret az az, hogy hiányzik a pedagógusi magyarázat, mivel nem minden pedagógus küld magyarázó videót a tananyaghoz. Most kimarad számára az előrehozott érettségi, de nem keseredett el miatta, mert tudatosabban készül a jövő évi megmérettetésre, ahol emelt szinten kell majd teljesítenie.

5) Miben lesz másképp gyereke számára az tanulás módszere a hagyományos iskolai környezethez való visszatéréskor?

A mindennapi utazás lesz számára szokatlan, mert ez nagyon kifárasztotta, sok időt vett el a tanulástól. A társaival és a pedagógusaival való személyes találkozás biztosan nagyobb jelentőséggel fog bírni. főleg a tananyagok magyarázataira tart majd igényt, ami elengedhetetlen lesz az érettségire való felkészüléshez.

14. interjú: Szülő (nő, 41 éves)

1) Mennyire kell bevonódnia otthon a gyereke távoktatásban megvalósuló tanulásába?

Jelentős időt emészt föl a gyerek felügyelete és tanácsokkal való segítése. A tananyag – különösen a matematika és az ének-zene – alkalmatlan az önálló tanulásra. A pedagógus-gyerek interakció meglehetősen kevés. A tananyag egymásra épülése és folyamatos frissen tartása csak ritkán figyelhető meg. A tananyag egységei „szigeteket” alkotnak a gyerek fejében és a szigetek közötti távolságot – érdemi pedagógusi segítség hiányában – a szülőnek kell áthidalnia.

Nagy probléma, hogy a tantárgyakból kiveszett az élményszerűség. Teljesen felesleges egy tíz éves gyereket szolmizálással és egyenletekkel fárasztani. Ennek az értelmét a szülő csak nehezen tudja megmagyarázni a gyerekének. Azt tapasztaljuk, hogy a gyerek érdeklődésének, figyelmének a fenntartása így elnehezül.

Természetesen a szülő nem lehet pedagógus – több okból sem. A legfontosabb azonban az, hogy gyerek sem tekinti annak – egyébként helyesen.

Nagy problémát jelent a gyerek napirendjének a kialakítása is, amely kisebb gyereknél egyértelműen a szülőre hárul.

2) Mennyire tudja a gyereke használni a digitális oktatási felületeket / eszközöket?

Kisebb-nagyobb szülői segítséggel tudja használni ezeket az eszközöket. Nagy gondot jelenthet a későbbiekben, hogy a kisebb gyerekek is tömegével kezdték el használni a közösségi média különböző felületeit, amelyeket a későbbiekben is használnak majd. A felelős szülői viselkedés az, ha szülő felhívja a gyerekének a figyelmét a veszélyekre és folyamatosan nyomon követi a tevékenységét.

3) Milyen felületeken folyik a távoktatás és mi erről szülőként a véleménye?

A Zoom és a Facebook használatát preferálják az iskolában. Mivel ezek a felületeket nem kizárólagosan oktatásra fejlesztették ki, emiatt vannak korlátaik. Jobb lenne egy központi felületet kifejleszteni, amelyben a tananyagok rendszerezett és jól érthetően vannak feldolgozva. A tananyagok érthető feldolgozására jó példa lehet a www.mateking.hu honlap. Azt gondolom, hogy a tananyag fejlesztőknek tanulmányozniuk kellene ezt a modellt és különösen azt, hogy néhány lelkes pedagógus és webfejlesztő mekkora értéket tud teremteni a valós tanulóismeretre és a kreativitásra támaszkodva. A kiindulópont a 2020. évben élő gyerekek, tanuló és nem a különböző teóriák. A világjárvány rámutatott arra is, hogy a pedagógusok digitális felkészítését fel kell gyorsítani: az óvodától az egyetemig.

Bár az én gyermekemet nem érinti, azonban az osztályában több gyerek nem rendelkezik olyan eszközökkel, amelyekkel be tudnának kapcsolódni az oktatásba.

4) Hogyan éli meg gyereke a digitális távoktatást?

A gyerek felelősség- és kötelességtudata sokat gyengült. A felborult napirend és a tananyaggal kapcsolatos problémák megnehezítik az előrehaladást. A pedagógusoknak is többet kellene tenni annak érdekében, hogy „iskolaszerű” körülményeket teremtsenek: a rendszeres időpontban megtartott foglalkozások sokat jelentenének ebben a helyzetben.

5) Miben lesz másképp gyereke számára az tanulás módszere a hagyományos iskolai környezethez való visszatéréskor?

A klasszikus pedagógus-gyerek kontextus visszaáll majd. Ennek az előnyei mellett számos hátrányával is számolni kell. A „megfellebbezhetetlen pedagógusi tekintély” ismét elfedi majd a tanulók érdeklődésében és értékítéletében mutatkozó hiányosságokat és bizonytalanságokat az egyes tantárgyakkal kapcsolatban. Fontos lenne már végre belátni azt, hogy a mostani generációnak már nem elegendő a vonalas tábla vagy a projektor, mert élményekre vágynak.

A gyerekem nem látott még egyetlen kísérletet sem az iskolájában, nem magyarázta el senki neki, hogy miért jó (tehát jó és nem fontos) zenét hallgatni (hallgatni és nem kottát

olvasni). A német órán nem mondták el neki, hogy melyek a legfontosabb mondatok, készségek, amelyek ahhoz szükségesek, hogy meg merjen szólalni egy idegen országban.

Mivel a Youtube-on számos jó videót megnézett (pl. Bear Grylls túlélési filmjeit, amelyekből fontos földrajzi ismeretekre szórakozva tett szert) és tanult ezekből, azt gondolom, hogy látni fogja a különbséget.

Ebben a helyzetben a pedagógusnak kreatívnak kell lennie és jól használni a digitalizáció nyújtotta lehetőségeket, ehhez pedig elengedhetetlenül fontos a fiatal és lelkes pedagógusoknak a bevonása a tananyagfejlesztésbe.

KÖVETKEZTETÉSEK

Az óvodapedagógusok gyakorlatában kevésbé volt ismert a digitális munkarend, az online munkakapcsolatok kialakításában, kezelésében is szerény volt a tapasztalat, hiszen a szülőkkal, gyermekekkel személyes napi kapcsolatban álltak. A visszajelzések azt mutatják, hogy a gyermekek online fejlesztéséhez szükség van egyfajta szakmai szemléletváltásra, tekintettel a játékos fejlesztés személyes jelenlétet feltételező kívánalmára. Az eredményes munkavégzést nagymértékben segítheti az óvodavezetés nyitottsága, elkötelezettsége, a munkatársak szükség szerinti támogatása.

A koronavírus-járvány okozta rendkívüli helyzet láthatóan meggyőzte az óvodapedagógusokat arról, hogy az egészséges egyensúly megtartása mellett már kis korban hasznos megismertetni a gyermeket az informatika világával. A távmunkára való átállás kihangsúlyozott elemének tűnik a rendszerben való gondolkodás és az eddigieknél még tudatosabb tervező munka. Az infokommunikációs eszközöket bátrabban és szélesebb körben használják. A szakmai megújulás és módszertani tapasztalatcsere érdekében a szakmai közösségi oldalakat is gyakrabban látogatják.

A kisgyermeknevelők munkájuk sajátosságaiból fakadóan nem élhettek a távmunka lehetőségével, így online munkavégzéshez kapcsolódó munkatapasztalataik nincsenek. Véleményüket osztva megjegyezhetjük, hogy a gyermekek életkori sajátosságai nem kedveznek a digitális együttműködésben való foglalkozásnak. Azonban az infokommunikációs eszközök, csatornák a szülőkkal való kapcsolattartásra, a kliensek tájékoztatására, szülőcsoportos beszélgetések kezdeményezésére kiváló lehetőséget szolgáltathatnak.

Az interjúzás arra is rámutat, hogy bár e nehéz időszakban nem vált szükségessé informatikai tudásuk kamatoztatása, szívesen bővítenék szaktudásukat, fejlesztenék szakmai felkészültségüket.

Megállapíthatjuk, hogy a pedagógusok, kiemelten a köznevelésben dolgozók sikeresen tudtak igazodni a digitális távoktatás nyújtotta kihívásokhoz.

A tanulók rugalmasan kezelték a digitális pedagógiai tanrendet, bár kényszerből kellett azt bevezetni. A vizsgálatból az is kiderül, hogy a szociális ingerek, a társak, pedagógusok hiányát megérik, ugyanakkor a rugalmasabban szervezhető napirendet és az önállóan strukturálható feladatokat kedvezően fogadják. Legtöbbjük lelkesebb mióta a távoktatás van, úgy érzik, több idő jut a pihenésre.

A leírtakból azt is láthatjuk, hogy ez az időszak sokat kedvezett a tanulástervezés, a tanulási potenciál és az önállóság fejlődésének. Érezhetően szünet hangulata van, mégis támogató a tudásszerzés szempontjából.

A tanulók a régebb óta pályán levő pedagógusokon érezték a nehezebb átállást.

A digitális távoktatás időszakában a szülők szembesültek a legnagyobb kihívással. Az ő nyilatkozataikból bontakozik ki némileg negatívabb hangnem. Nyilvánvaló, hogy a home office időszaka nem kedvez annak a ténynek, hogy a gyerekek is otthon vannak. A helyzet pozitívumaként kiemelik, hogy gyermekeik az iskolai környezetbe való visszatéréskor, jobban fogják értékelni a pedagógusok munkáját, hiszen látják, hogy közvetlen személyes jelenlétük, magyarázatuk által optimálisabbá tehető a tanulás.

Bíró Gyula, igazgató, főisk. mestertanár

IRODALOM

- Bíró Gyula (2019): Az internetgeneráció felemelkedése és... *Deliberationes* 12 (2), 26-36.
- Kozma Gábor, Lipcsei Imre, Thékes István (2018): *Az oktatói részvétel hatása az ERASMUS+ mobilítási program érvényességére, a nemzetköziesítésre a Gál Ferenc Főiskolán* (2018) Elhangzott: Fókuszban a minőségfejlesztés – az oktatók szerepe a felsőoktatás nemzetköziesítésében konferencia, 2018. június 6.
- Nemes Orsolya (2019): *Generációs mítoszok*. HVG könyvek, Budapest
- Robinson, Ken & Aronica, L. (2018): *Kreatív iskola*, HVG könyvek, Budapest
- Thékes István (2017): Fialat nyelvtanulók angol, mint idegen nyelvi szókinccsét mérő szókinccsaszt eredményeinek összevetése egy korábbi nagymintás vizsgálatall. *Deliberationes* 10 (2), 210-222.
- Thékes István (2019a): Egy fiatal nyelvtanulók számára készülő gamifikált online angol nyelvi kollokáció tudásra fókuszáló tanulási platform fejlesztési folyamata. In: Varga Aranka; Andl, Helga; Molnár-Kovács, Zsófia (szerk.) *Neveléstudomány – Horizontok és dialógusok. Absztraktkötet : XIX. Országos Neveléstudományi Konferencia*. Pécs, 2019. november 7-9.
- Thékes István (2020). A COVID-19 vírusjárvány miatti hazai távoktatás digitális megoldásainak elemzése. In: Kozma Gábor (szerk.): *Fejezetek a COVID-19-es távoktatás digitális tapasztalataiból*. Gerhardus Kiadó, pp. 7-17.
- Thékes, István (2019b). *How does an enhanced cognitive load influence the acquisition of English lexical phrases?* XIX. IATEFL Koneferencia, Budapest, 2019. október 3-5.

Köszönetnyilvánítás

Köszönet illeti az interjúk felvételében közreműködő GFF hallgatókat:
Fülöpné Mátok Tímeát, Klapács Szilviát, Pápai Pétert, Petrény Vivient, Takács Erikát

AZ ÉLETMÓDBELI SZOKÁSOK HATÁSA A TANÍTÓKÉPZŐS HALLGATÓK ÉRTÉKRENDSZERÉRE*

*A GFF Marczell Mihály Speciális Pedagógiai Kutatócsoport felmérése
Kutatásvezető: dr. Lepes Josip,
egyetemi magántanár, GFF Egészségnevelési és Sport Intézet*

BEVEZETŐ

Tanulmányunk kiemelt célja, hogy betekintést nyerjünk a leendő vajdasági tanítók testmozgási, sportolási, szabadidős tevékenységeibe, mert ők azok a szereplők, akik fontos szerepet játszanak a rájuk bízott tanulók testmozgási, sportolási, szabadidő-elöltöltési szokásainak kialakításában. Mind több tanulmány állapítja meg, hogy az általános és középiskolás tanulók jelentős hányadánál kedvezőtlen eredményeket jegyeztek a mozgásos aktivitással kapcsolatban. Az 1974-ben megjelent Lalonde-jelentés¹ óta egyre inkább tudatosul, hogy egészségünk alakításáért nagy részben mi magunk vagyunk felelősek, hiszen egészségmagatartásunk, káros vagy éppen hasznos életmódbeli szokásaink számos betegség kialakulásához vagy megelőzéséhez hozzájárulhatnak. Az egészségmagatartás hatással van a halálozások alakulására, azok okaira és a főbb megbetegedésekre, beleértve a betegségek kialakulását, illetve előrehaladását, a kezelések hatékonyságát és az életminőséget.² Ma már egyértelműnek tűnik, hogy a leggyakoribb betegségek jelentős része visszaszorítható az egészségmagatartás változtatásával.³ Az egészségmagatartásnak többféle definíciója létezik. Gochman⁴ mindazon magatartási mintákat, cselekvéseket és szokásokat érti alatta, amelyek hozzájárulnak az egészség fenntartásához, az egészség helyreállításához vagy javításához. A felnőtt népesség harmada végez legalább heti rendszerességgel valamilyen sporttevékenységet. A korcsoportok mentén előrehaladva természetesen egyre alacsonyabb a sportolók aránya: a 15–17 év közöttieknek négyötöde, a 65 éves és idősebbek kö-

* A tanulmány a következő projekt keretében valósult meg: „Intelligens élettudományi technológiák, módszertanok, alkalmazások fejlesztése és innovatív folyamatok, szolgáltatások kialakítása a szegedi tudásbázisra építve” Projekt kódszáma: EFOP-3.6.1-16-2016-00008

1 Lalonde 1974.

2 Fisher – Fitzgibbon – Glasgow et al. 2011, 15–30.

3 Alwan – Maclean – Riley et al. 2010, 1861–8.

4 Gochman 1997.

zül viszont csak minden hetedik sportol. A legalább heti rendszerességgel folytatott kerékpározás a felnőtt lakosság 40%-ára jellemző. Az Egészségügyi Világszervezet ajánlása szerinti heti legalább 150 perc fizikai aktivitás a magyar lakosság mindössze nyolcadára jellemző (a férfiak 15, a nők 10%-ára). Az átlagos magyar férfi 176,7 cm magas és 83,6 kg a testsúlya, míg egy átlagos magyar nő 163,5 cm magas és 68,3 kg a súlya. Az átlagos testtömegindex (BMI) a férfiaknál 26,7, a nőknél 25,6 volt. A 25 feletti érték a túlsúlyt jelzi, vagyis az átlag alapján a teljes felnőtt populáció vonatkozásában érzékelhető a súlyprobléma. A férfiak által megadott testmagasság- és testsúlyadatok szerint nagyobb arányban (61%) küzdenek túlsúllyal, mint a nők (48%), illetve az életkor előrehaladtával mindkét nemnél gyakoribbá válik az elhízás.⁵ Az egészségen kívül a fiatalok inaktivitása negatívan befolyásolja a mozgásműveltséget is, amelynek később több következménye észlelhető. A tanítóképzés szempontjából meg kell említeni, hogy a tanítóképzős hallgatók korábról hozott mozgáshiánya azt eredményezi, hogy egy részüknek gondot okoz, vagy akár megoldhatatlan feladat az alsó tagozatos testnevelés tananyagának bemutatása, ami eleve meghatározza a tárgyhoz való viszonyulásukat. A testnevelés oktatásának szempontjából kiemelt fontosságú, hogy a felsőoktatást megelőző időszakban milyen ingerek érik a testnevelés tantárggyal kapcsolatban a leendő tanítókat, hiszen a korábbi pozitív impulzusok abszolút meghatározhatják a tantárgy iránti viszonyulást, szemléletet.

EGÉSZSÉG, EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD ÉS TESTMOZGÁS

Szoros összefüggés figyelhető meg az egészség, egészséges életmód és testmozgás között. Utóbbi beépítése mindennapi rutinunkba elengedhetetlennek bizonyul. Napjainkban nagyobb hangsúlyt helyeznek a testmozgásra, mint korábban, különösen a súlyos elhízás és az azt követő betegségek elterjedéséből eredően.^{6,7,8,9} Közismert, hogy a testmozgás típusa és mértéke jelentős szerepet tölt be az egyén egészségének és optimális testsúlyának megőrzésében, továbbá csökkenti bizonyos krónikus betegségek kialakulásának veszélyét. Egyértelmű kapcsolat figyelhető meg az intenzív testmozgás és az optimális súlyfenntartás között.¹⁰ A mozgáshiánya tükrözi a mai ember életét és munkáját, miközben köztudott, hogy a mozgás az egészség egyik legfontosabb tényezője.¹¹ Sajnos manapság a gyerekek egyre kevesebbet mozognak, játszanak mozgásos játékokat, míg az ülő életmódban töltött idő egyre csak növekszik. A gyerekek már

5 Központi Statisztikai Hivatal 2018.

6 Kohl 2001, 472–83.

7 Blair – La Monte – Nichaman 2004, 913–920.

8 Hernelahti – Kujala – Kaprio 2004, 303–309.

9 Thékes 2017

10 Blair – Hardman 1995, 141–149.

11 Pantelić – Savić – Randelović 2008, 429–39

a napi ajánlott 60 perc intenzív testmozgást sem tudják teljesíteni.¹² A gyerekeknél a kulcsszó a prevenció/megelőzés kellene, hogy legyen, hogy a testmozgás alapjait, a testmozgás iránti szeretetet már gyermekkorban elsajátítsák. A gyermekkorban elsajátított fizikai aktivitással és táplálkozással kapcsolatos minták/szokások meghatározzák a felnőttkorban való viselkedést is. A túlsúlyos gyerekek 70%-a túlsúlyos felnőtté válik, illetve a túlsúlyos szülők gyermekei is túlsúlyossá válnak.^{13,14} Legfőbb probléma, hogy a gyermekek és fiatalok szabadidejében a szervezett fizikai aktivitás nem igazán jelenik meg, ez betudható a szülők szerény anyagi helyzetének is, mivel ezek az aktivitások általában nem ingyenesek. Azért van óriási szerepük azon intézményeknek (óvodáknak, iskoláknak), amelyek gyerekekkel/fiatalokkal foglalkoznak, hogy lehetővé tegyék megfelelő impulzusok megszerzését a fizikai és motoros fejlődés érdekében. Ez csakis a testnevelésórákon valósítható meg, ezért fontos, hogy az óra felépítése és tartalma érdekes, ösztönző, dinamikus legyen, és minden gyermek örömét lelje benne. Így elérhető a megfelelő kapcsolat a testneveléssel, fizikai aktivitással, és kialakulnak az egészséges szokások, amelyeket követnek gyermek-, fiatal- és felnőttkorukban, egészen életük végéig. A fiatalokban kialakult negatív attitűdök negatívan befolyásolják a fizikai aktivitásra való hajlandóságot felnőttkorban is.^{15,16,17,18}

Az elhízás egyre gyakrabban jelent problémát a hallgatók körében, és az amerikai szerzők kutatásai kimutatták, hogy a túlsúly megszerzésének kritikus időszaka a tanulás kezdete.^{19,20,21,22} Ugyanez a probléma az európai országok diákjai között is, tehát az olasz hallgatók 15,20%-a és a spanyol hallgatók 18%-a túlsúlyos, a holland kutatók szintén kritikusnak nyilvánították az elsőéves időszakot.^{23,24} A súlygyarapodás jelenségét a főiskola első évében gyakran „golya 15”-nek hívják, mert bebizonyosodott, hogy a hallgatók átlagosan 15,00 fontot kapnak magukra, azaz 6,80 kg-ot a tanulmányaik első évében.²⁵

12 Mackintosh – Knowles – Ridgers – Fairclough 2011.

13 Dunton – Whalen – Jamner – Henker – Floro 2005, 281–287.

14 Horvat – Mišigoj-Duraković – Prskalo 2009, 99–103.

15 Bailey 2006, 397–401.

16 Barnett – Van Beurden – Morgan – Brooks – Beard 2009, 252–259.

17 Cliff – Okely – Smith – McKeen 2009, 436–449.

18 Haugen – Safvenbom – Ommundsen 2011, 49–56.

19 Crombie – Liu – Ormsbee – Ilich 2012, 412–421.

20 Freedman – Ogden – Kit 2015, 1–9.

21 Gropper – Simmons – Connell – Ulrich 2012a, 1118–1123.

22 Gropper – Simmons – Connell – Ulrich 2012b, 634–648.

23 Istituto nazionale di statistica 2007.

24 Finlayson – Cecil – Higgs – Hill – Hetherington 2012, 1091–1098.

25 Brown 2008, 1–12.

A TANÍTÓ MINT AZ EGÉSZSÉGMAGATARTÁS MEGHATÁROZÓ TÉNYEZŐJE

A tanítók feladata és felelőssége azért óriási, mert azt a korosztályt tanítják, ahol a gyermekek személyiségének fejlődését igen szenzitív időszak jellemzi. Különösen igaz ez a testnevelés tanítására, nemcsak a személyiségfejlesztés, hanem szakmai vonatkozásban, a motoros szféra területén is. Az általános iskolák alsó tagozatos tanulóinak személyiségfejlesztése a tanítók feladata. Ezt a munkát a tanítók legtöbbször egy személyben látják el, mivel az érvényben lévő tantervek alapján a különböző tantárgyak – műveltségi területek – tanítási-tanulási folyamatának az irányítását végzik, beleértve a testnevelés és sportműveltségi területet is. A modern időkben, amikor a testnevelés kiemelten a tanulók egészségének megóvása miatt a figyelem központjába került, az alapfokú oktatásban részt vevő fiatalokra gyakorolt hatását minőségi és átgondolt módon kell elvégezni. Az elmúlt évtizedben egyre jobban felhívták a figyelmet a jövőbeni tanítók testneveléssel kapcsolatos képzésének korszerűsítésére és a hallgatók teljesítményének megfigyelésére a diploma megszerzése után.^{26,27} Megállapíthatjuk, hogy a tanítók testnevelési, kompetenciái nagymértékben függenek attól, milyen ismereteket vagy kompetenciákat szereznek tanulmányaik során. A tanítói hivatás összetett, igényes, felelősségteljes és humánus. Az általános iskolában a gyermekek oktatását és nevelését a pszichofizikai fejlődés legkritikusabb szakaszában bízzák a tanítóra, és ennek a fejlődésének az eredménye nagymértékben függ a tanítók munkájának minőségétől.²⁸ A tanító oktatási hibáit ebben az időszakban nehéz és gyakran lehetetlen kijavítani később. A leendő tanítók tradicionális oktatási alapelvei és modelljei, amelyek a tanulmányi évek során elsajátított deklaratív ismeretekre épülnek, a modern oktatásban elveszítik domináns helyzetüket az új, reflektív modellekkel szemben, ahol a deklaratív tudás helyett olyan kompetenciák valósulnak meg, amelyeket elsősorban a tudás és a tapasztalat kombinációjával szereznek meg.²⁹ A tanító régi modellje, amely kitölti a tanulókat ismeretekkel, elavult, és a neki szánt új szerep egy edző és vezető szerepe, aki felfedezi hallgatóinak tehetségét, tanítja őket, inspirálja és irányítja.³⁰ Ez a dolgozat nem azokról szól, akiket tanítanak, a gyermekekről és a testnevelési tartalmakkal való interakciójukról, hanem azokról, akik befolyásolják a gyermekeket az oktatási folyamat során, vagyis a tanítókról, akik az általános iskolában képesek megfelelően irányítani tanulóikat a testnevelés tartalmaiban. Fontos szerepet játszanak a gyermekek testnevelési kompetenciáinak fejlesztésében, amelyek magukba foglalják a motoros képességeiket és tudásukat. Hangsúlyozom, hogy csak egy hozzáértő tanító képes jól tanítani.³¹ Tekintettel a gyermekek motoros kompeten-

26 European Commission 2016.

27 Griggs 2012.

28 Kyriakides – Tsangaridou – Charalambous – Kyriakides 2017, 1 – 31.

29 Lepes 2013, 419–433.

30 Kirk 2005, 239–255.

31 Silverman – Mercier 2015, 150–155.

ciájának aktív fejlesztésére az alapfokú oktatásban, a tanítók velük a legkedvezőbb életszakaszban dolgoznak, amikor befolyásolhatják motoros és funkcionális képességeiket, valamint megértik a fizikailag aktív életmód fontosságát és értékét, amely a jövő egészségét hordozza.³² A nagy érdeklődéssel és elvárásokkal rendelkező jövőbeli tanítók elsajátítják a tanulmányi programokat, de felmerül a kérdés, hogy milyen ismeretekkel és tapasztalatokkal kezdik el szakmai munkájukat a diploma megszerzése után, vagy milyen eredményeik vannak. A speciális módszertani és testmozgással elfogadott tantárgyi kompetenciákkal rendelkező tanító biztonságosan és hatékonyan hathat a tanulók általános antropológiai állapotára, fizikai fejlődésükre, tulajdonságaik és képességeik fejlesztésére, a motoros ismeretek alapjára, a különféle motoros eredményekre és oktatási hatásokra. A tanulók igényeinek kielégítése érdekében meg kell ismerni a tanuló antropológiai állapotát, meg kell határozni az átalakulás iránymutatásait, és ezzel egyidejűleg visszajelzést kell adni a tanuló teljesítményéről és fejlődéséről. A tervezés és a programozás kognitív tevékenységeket igényel.^{33,34} A tanítónak rendelkeznie kell azokkal a kompetenciákkal, amelyekkel tanít, és motiválni kell annak érdekében, hogy a tanulóknak hatékonyan kínáljon tanítási tartalmat.³⁵ A speciális módszertani kompetenciák mérhetetlenül befolyásolják az oktatási folyamat végrehajtását az általános iskolai testnevelés és egészségmagatartás tanításában. A tanítást alakító számos tényezőt bevonják ebbe a folyamatba: a tanító felkészültsége a személyes felkészülés szintjén, valamint a szakmai felkészülés, az oktatási egység témái, munkaterületek, az oktatási folyamatban részt vevők, a hallgatók érettsége és felkészültsége, koruk és korábbi tapasztalataik stb. Ezért az ilyen helyzetekben a tanítók testnevelési kompetenciái kerülnek előtérbe.³⁶ A sport és testnevelési tevékenységekben ténylegesen eltöltött idő és a tevékenység elsajátításához szükséges idő aránya a tanítási tartalom hatékony elsajátítását mutatja, és ez meghatározza a tanító illetékességét. A sportot, a testnevelést saját élményekként megélt tanító képes megszervezni a testnevelési tartalmak elfogadását a gyermekekben, és így javítani a tanulási folyamatot. A testnevelésben és az egészségnevelésben a hangsúly a hallgatók szervezésére, a felszerelésre, a helyre és a rendelkezésre álló időre vonatkozik az ilyen kapcsolatokban, hogy megteremtsék a feltételeket a testnevelési tartalom kedvező elfogadásához.³⁷ Az egész életen át tartó tanulás kulcskompetenciáiról szóló, 2006. december 18-ai európai parlamenti és tanácsi ajánlás szerint az Európai Unió nyolc alapvető kompetenciát határozott meg az egész életen át tartó tanulás számára. A megfelelő kontextusban szükséges tudás, készségek és hozzáállás kombinációjaként definiálják őket. A kulcskompetenciák azok, amelyek mindenkinek szükségesek a személyes

32 Corbin 2002, 128–144.

33 Calderhead 1996, 709–725.

34 Leinhardt – Greeno 1991, 233–268.

35 Krauskopf – Zahn – Hesse 2012, 1194–1206.

36 Singh 2015.

37 Mosston – Ashworth 2008.

mege erősítéshez és fejlődéshez, az aktív polgári élethez, a társadalmi integrációhoz és a foglalkoztatáshoz. A referenciakeret nyolc kulcskompetenciát sorol fel: (1) anyanyelvű kommunikáció; (2) idegen nyelvű kommunikáció; (3) matematikai kompetenciák és alapkomp etenciák a természettudományokban és a technológiában; (4) digitális kompetencia; (5) kompetencia a saját tanulásának megszervezéséhez és szerkesztéséhez (megtanulni, hogyan kell tanulni); (6) interperszonális (társadalmi) és polgári kompetenciák; (7) a kezdeményezés és a vállalkozói szellem; (8) kulturális szenzibilizáció (kulturális tudatosság) és kifejezés (zene, média, testkultúra és egészségmegőrzés, irodalom, művészetek).³⁸A jó tanítónak rendelkeznie kell a gyakorlati teljesítmény kompetenciájával annak érdekében, hogy vizuálisan és minőségileg továbbadhassa az információkat a testnevelési elemek teljesítményéhez.³⁹ Az, ahogyan a tanító bemutatja és magyarázza, kiemelten befolyásolja a tanulói észlelést arról, hogy mit kell elfogadnia. Ha a gyermekeknek hiányzik ez az információ, akkor hiányzik a minőségi kép is.^{40,41} A gyermekek személyiségfejlesztésében a tanító viselkedése mintaértékű a számára, mivel a tanító magatartását és kijelentéseit nem kérdőjelezi meg, hanem természetes módon követendőnek tartják, ezért szerepük és felelősségük kiemelkedő az egészségmagatartás alakulásában.⁴² Tehát a tanító által közvetített magatartásminta döntő jelentőségű a gyermekek szemléletének alakulását illetően, hiszen ha a személyük nem szolgál mintaként e területen, akkor negatívan is alakíthatják a tanulók szemléletét. „Csak mintakövetésre alkalmas tanáregyéniség képes a nevelési célok eredményes megvalósítására.”⁴³ Tudomásul kell venni, hogy az egészség iskolai nevelésének folyamata egészséges szemléletű tanítók nélkül megvalósíthatatlan. A saját egészség megóvásának fontosságát azok a tanítók képesek közvetíteni a tanulók felé, akik önmaguk vonatkozásában már meggyőződtek ennek fontosságáról, hiszen a saját egészség iránti felelősségvállalásra hivatkozni csak az a személy tud hitelesen, aki egyébként önmaga is ezt teszi.⁴⁴ A tanítóképzés testnevelés és sport műveltségi területének a tanítási-tanulási folyamatában a sport iránti értékítéletek és attitűdök kialakítását első helyen kellene kiemelni, hiszen a jól motivált tanító lesz csak képes kialakítani a konstruktív életvezetést, amely többek között az egészségmegőrzés feladatait is magában foglalja. A személyiségbe beépült pozitív tulajdonságok az alsó tagozatos közösségfejlesztő munka során a gyermekek nevelésében is pozitív irányú működést biztosítanak.⁴⁵ Ideális esetben a tanítójelöltek magatartásába beépülnek az elsajátított ismeretek és a megszerzett tapasztalatok, amik befolyásol-

38 EP – European Parliament 2006

39 Silverman – Mercier 2015, 150–155.

40 Constantinides – Montalvo – Silverman 2013, 68–76.

41 Gusthart – Kelly – Rink 1997, 196–210.

42 Kulin – Darvay 2012, 67–81.

43 Istvánfi 2005, 15–26.

44 Meleg 2001.

45 Bábosik 1997, 7–25.

hatják majd cselekvéseiket és irányíthatják jövőbeni tanítói munkájukat is. Mindez egy hosszú folyamat része, amely a felsőoktatást megelőző életszakaszban sem lehet előzmény nélküli, mert ha már fiatalon megfelelő alapok lettek kiépítve, akkor arra a főiskolai tanulmányok idején is építeni lehet.⁴⁶

A KUTATÁS CÉLJA

A kutatás célja a szabadkai Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar hallgatói körében folytatott adatgyűjtés ismertetése, mely az alanyok szabadidejének, testmozgásának és ülő életmódjának feltérképezésére irányult.

A KUTATÁS MÓDSZEREI

A 2018/2019-es tanév során végzett felmérés célja a szabadkai Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar hallgatói szabadidő-eltöltési szokásainak feltérképezése, ami összesen 116, a kutatásban önkéntesen részt vevő, alapképzésben részesülő hallgatóra irányult (23 férfi és 93 nő). Az átlagéletkor 22,45 volt. A kérdőív 31 kérdésből állt, melyek 5 csoportba sorolhatóak: leíró adatok (3 kérdés), egészségügyi szokások (5 kérdés), étkezési szokások (5 kérdés), ülő életmód (14 kérdés) és egészségtelen szokások (4 kérdés). Illetve a kutatásban részt vevő hallgatók egy része (10 nő) Polar A300 típusú órát viselt 60 napon keresztül, amellyel a hallgatók napi aktivitását figyeltük meg, azaz mennyi időt töltött a hallgató alvással, fekvéssel, állással, járással, fizikailag megterhelő mozgással. Minden egyes hallgató esetében az órákat az alap antropometriai adatokkal állítottuk be, és két hónapos viselés és folyamatos számítógéppel való szinkronizálás után megkaptuk a hallgatók napi aktivitására vonatkozó adatokat. A testméretekre vonatkozó adatgyűjtés – mint a testtömeg és testmagasság – a szabványok szerinti eljárásokkal és eszközökkel történt, majd ennek megfelelően a testtömegindex (magasság/súly²) kiszámítására is sor került. Az adatok feldolgozása az SPSS 20 statisztikai program segítségével történt. A leíró statisztikai adatok és a gyakorisági eloszlás összevetése nemekre való tekintettel valósult meg. A parametrikus adatok feldolgozása kétmintás t-teszttel történt, míg a nem-parametrikus adatoké Mann-Whitney U teszttel.

EREDMÉNYEK

A kutatásban az adatok közül először a kérdőívre beérkezett válaszokat elemeztük, majd a Polar A300 készülék adatait dolgoztuk fel. A kutatásban részt vevő hallgatók elmondása szerint egy átlagos hét alatt közel egy teljes napot töltenek ülésel, viszont kevesebb mint heti két órát töltenek valamilyen testmozgással.

46 Sebőkné Lóczi 2003.

1. táblázat. Nemek közötti különbségek (N=116). Forrás: saját vizsgálat

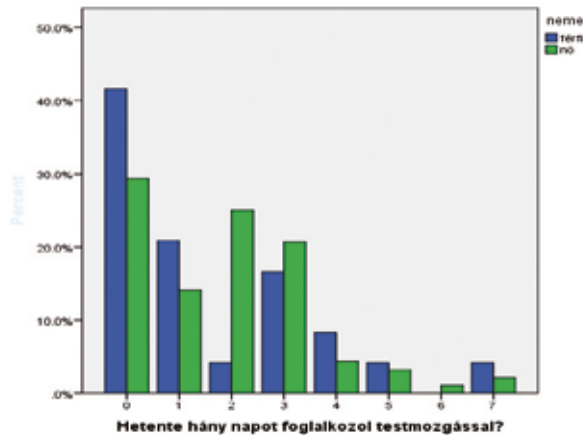
	Nem	Átlag	Szórás	t
BMI (kg/m ²)	F	26,54	7,14	4,97*
	N	21,81	2,90	
TV/DVD (óra/hét)	F	8,83	6,00	-1,28
	N	9,69	6,28	
PC (óra/hét)	F	14,83	10,84	0,43
	N	13,81	10,00	
TV/DVD+PC	F	23,65	12,88	-0,29
	N	23,50	12,45	
Fizikai aktivitás (perc/hét)	F	120,00	80,91	0,89
	N	99,57	101,31	

BMI – testtömegindex; WHR – derék-csípő arány; BF% – a testzsír százaléka, TV/DVD – televízió, filmek; PC – számítógép; F – férfi; N – nő; t – független kétmintás t-próba; * $p \leq 0,05$

A kutatás férfi alanyai fizikailag aktívabbak, kevesebb időt töltenek a televíziózással, viszont többet a számítógép előtt a női alanyokhoz képest, ez a különbség egyik változónál sem mutatkozott szignifikánsnak. Csupán a testtömegindex változó mutattak szignifikáns különbséget a kutatásban részt vevő nők és férfiak között ($t=4,97$; $p \leq 0,05$). A gyakoriság százalékos megoszlása azt mutatta, hogy a BMI és a BF% változókat tekintve a legtöbb hallgató a normális testsúly csoportba tartozik, tehát a „kiváló” csoportba, amikor a WHR változóról van szó. A BMI változó szerint a válaszadók 22,40%-a túlsúlyos, 2,40%-a pedig elhízott. A BF% változó azt mutatja, hogy a férfiak 11,20%-a és a nők 15,50%-a elhízott, magasabb zsírtartalommal rendelkezik, mint az ajánlott értékek. A vizsgált csoportban senki sem tartozik a II. vagy III. fokú elhízott kategóriába. A veszélyesként megjelölt WHR értékeket a férfi alanyok 11,20%-ánál és a nők 1,90%-ánál állapítottuk meg. Az adatok pedig arra mutattak rá, hogy a karon tanuló férfiak nagyobb hajlamosságot mutatnak az elhízásra az Egészségügyi Világszervezet referenciaadatai szerint (WHO, 2002). Egy Hollandiában végzett kutatás kimutatta, hogy a szüleiknél élő diákok statisztikailag szignifikánsan nagyobb súlygyarapodást mutatnak, mint a kollégiumokban élők.⁴⁷

47 de Vos – Hanck – Neisingh – Prak – Groen – Faas 2015, 229–234.

**1. ábra. A testedzéssel töltött napok száma hetente nemenként (N=116).
Forrás: saját vizsgálat**

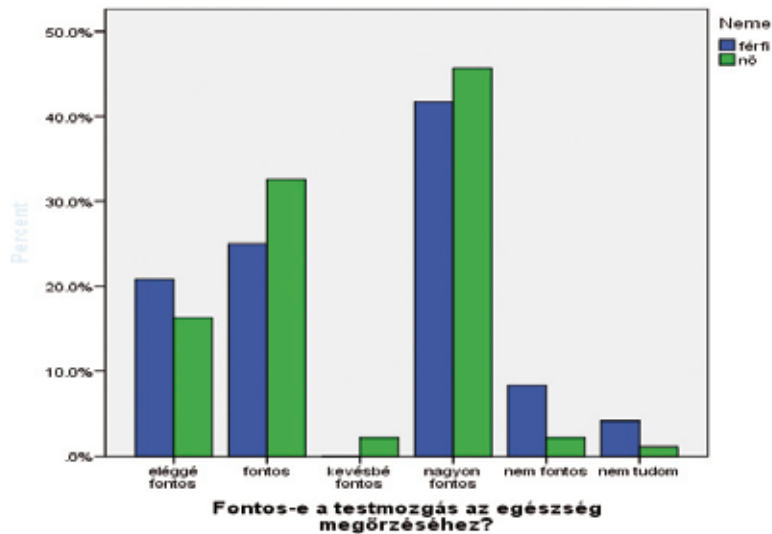


A kutatás rámutatott arra, hogy a Karon tanuló nők 29,3%-a, míg a férfiak 41,7%-a nem folytat semmilyen testmozgást szabadidejében, míg a kutatásban részt vevő férfiak 20,9%-a, a nők 45,7%-a hetente legalább kétszer-háromszor végez valamilyen testmozgást (1. ábra). Láthatjuk tehát, hogy a hallgatókra az elvárthoz képest csak kevésbé jellemző az aktív testmozgás, mindamellett csökkenő tendenciát is találtunk. Ami a nem szervezett keretek között végzett, de bizonyos intenzitást mutató fizikai aktivitást illeti, a hallgatók 49,50%-a mindig gyalog jár az egyetemre, 24,30%-a pedig azt állítja, hogy gyakran jár gyalog. A további fizikai aktivitások tekintetében megállapítottuk, hogy a hallgatók 3,80%-a kerékpárral megy egyetemre és 34,80%-a szabadidejét sétával tölti el. A kutatásból kiderült, hogy a legtöbb hallgató (több mint 80%) nem sportol versenyszerűen. Azok körében, akik viszont versenyszerűen sportolnak, az alábbiak a legnépszerűbbek: labdarúgás, asztalitenisz, röplabda, atlétika. A legnépszerűbb sportolási tevékenység, amelyet hobbiként űznek a hallgatók a edzőterembe járás, erőnléti edzések elvégzése. Továbbá ugyancsak nagyon népszerű még a futás, kerékpározás, labdarúgás, úszás, aerobik vagy a túrázás.

Spanyol hallgatók körében végzett tanulmány kimutatta, hogy 54%-uk sportol, és a sportolók több mint 85%-a hetente több mint 3 órát edz,⁴⁸ ez magasabb százalék a mi hallgatóinkhoz képest, ahol hetente 2-3 órát edz a férfiak 20,9%-a és a nők 45,7%-a.

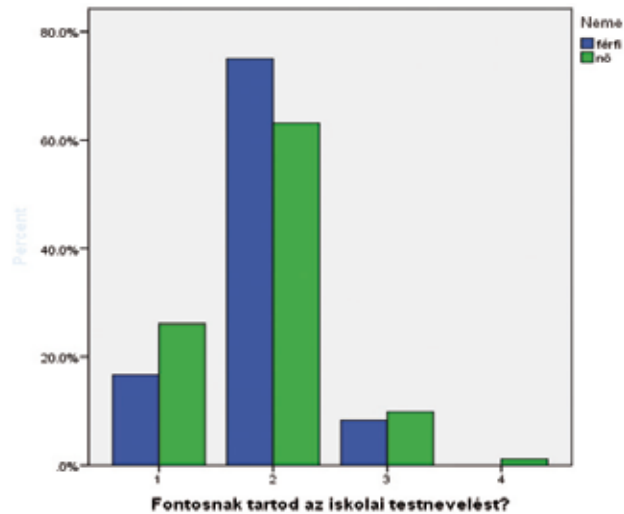
⁴⁸ Moreno-Comes – Romaguera-Bosh – Tauler-Riera – Bennasar-Veny – Pericas-Beltran et al. 2012, 2131–2139.

2. ábra. A testmozgás iránti attitűdök nemenként (N=116).
Forrás: saját vizsgálat



A hallgatók 75,8%-a véli úgy, hogy a testmozgás fontos vagy nagyon fontos szerepet játszik az egészség megőrzésében (2. ábra). A férfi és a női hallgatók átlaga között szignifikáns különbséget nem tapasztaltunk a testmozgás iránti attitűdöket érintő kérdésben. A nők attitűdje tehát pozitívabb, jobban kiállnak a testnevelés tantárgy értékei mellett, amelynek lehetséges okai között említhető, hogy az általános és a középiskolákban egyaránt többen foglalkoznak az egészséget érintő kérdésekkel. Másrészt az is befolyásolhatta valamelyest az eredményt, hogy a mintában eleve nagyobb arányban találunk nőket, ami erősíthette az állítással kapcsolatos véleményt. Meg kell jegyezni, hogy a csoportos testmozgás különböző formáit leginkább női hallgatók végzik, akik gyakran barátokkal járnak el, ezért a testmozgás elterjedt a nők körében. A női hallgatók számára a testmozgás az egyik módja annak, hogy vonzóbb fizikai megjelenést érjenek el, amely nagyon fontos a női nem számára. Ez különösen akkor fontos, ha figyelembe vesszük, hogy településeiket elhagyva otthonokba, albérletbe költöznek és a hallgatók gyakran egészségtelenül táplálkoznak. Ezért szükség lehet az ilyen egészségtelen szokások korrigálására a megnövekedett fizikai aktivitással, hogy elkerüljék a fizikai megjelenés nem kívánt változásait. Motivációs tényezők tekintetében a legtöbben az egészség megőrzését (75,8%), a jó közérzetet (75,8%), illetve az alakformálást (71,6%) tartották a legfontosabbaknak. A megkérdezettek egynegyede (26,94%) válaszolta azt, hogy a sport segít a testsúlyproblémák leküzdésében.

3. ábra. A testnevelés fontossága nemenként (N=116).
Forrás: saját vizsgálat



1 – fontosabb más tantárgyaktól; 2 – egyenértékű más tantárgyakkal; 3 – nem lehet összehasonlítani a tantárgyakat; 4 – kevésbé fontos tantárgy

A megkérdezett hallgatók 23,7%-a fontosabbnak tartja a testnevelést más tantárgyakkal, 64,4%-a úgy véli, hogy egyenértékű az iskolai képzés más területeivel, míg 9,3%-uk szerint a különböző területeket nem lehet összehasonlítani, egyetlen egy hallgató válaszolta, hogy kevésbé fontos a testnevelés, mint az egyéb területek (3. ábra).

A fentiekben a nő és a férfi hallgatók véleménybeli különbségét ismertettük, amelyek között szignifikáns eltérést nem tapasztaltunk a két nem válaszadói között. Az eredmények alapján megállapítottuk, hogy a hallgatók nem kérdőjelezték meg a testnevelés jelentőségét. A tantárgyat nemcsak fontosnak tartja, hanem a jókedv, a bizonyos szintű sikerélmény és a mozgás megszerettetésének lehetőségével is azonosítja a hallgatók többsége. A hallgatói attitűdök a nemek mentén jelentéktelen különbségeket mutattak a testnevelés fontosságának tekintetében.

A hallgatók napi aktivitását a Polar A300 készülékekkel mértük le. A kapott eredmények a 2. táblázatban láthatók.

2. táblázat. A hallgatók napi aktivitása (N=116). Forrás: saját vizsgálat

	Átlag	Szórás	Min.	Max.
Fekvés (óra: perc)	8:57	2:14	2:05	18:04
Alvás (óra: perc)	7:33	2:10	1:49	12:27
Ülés (óra: perc)	8:44	2:32	0:50	16:08
Állás (óra: perc)	4:36	1:47	0:07	13:44
Járás (óra: perc)	0:41	0:32	0:00	2:56
Futás (óra: perc)	0:04	0:08	0:00	1:10

A Polar órát használó hallgatók naponta átlagban 8 óra 57 percet töltöttek fekvő helyzetben, aminek nyilván nagy része az alvás (7 óra 33 perc), viszont előfordulhatott, hogy a hallgatók úgy tanultak, olvastak vagy esetleg filmet néztek, majdnem ugyanennyit töltöttek ülő helyzetben is (8 óra 44 perc), míg aktív életmódban viszont mindössze 5 órát és 21 percet.

ÖSSZEGZÉS ÉS KÖVETKEZTETÉSEK

A túlsúly és az alacsony fizikai állóképesség számos anyagcserével összefüggésbe hozható rizikófaktort jellemez, mely növeli a hallgatók esetleges krónikus megbetegedéseinek veszélyét.⁴⁹ Számottevő kutatás bizonyítja, hogy a fiatal felnőtt lakosság életvitele fokozza a krónikus betegségek későbbi kialakulásának esélyét.⁵⁰ Az elhízás és magas testsúly nagymértékben korrelál a testmozgás hiányával az európai felnőtt lakosság körében.⁵¹ A hallgatók körében megnövekszik az ülésel eltöltött idő, és csökken a testmozgás szintje az egyetemi éveik alatt. Televíziónézés, számítógéphasználat, videojáték és egyetemi feladatvégzés, mind üléshez kötött tevékenységek, miközben a hallgatók megfeledkeznek a fizikai aktivitás fontosságáról. Rendkívül fontos volna az egyén számára optimális egyensúly kialakítása ezen tevékenységek összhangba hozatalával. A negatív egészségügyi kimenetel, mely a testmozgás hiányából ered, jobbára megelőzhető az életmód megváltoztatásával. A hallgatók kevés időt fordítanak a testmozgásra szabadidejükben, mindeközben pedig sok időt töltenek ülésel. Teljesen tisztában vannak a testmozgás pozitív hatásaival, ezt igazolja is, hogy a megkérdezettek 75,8%-a fontosnak vagy nagyon fontosnak tartja a fizikai aktivitás egészségre gyakorolt hatását. Viszont ha megnézzük, a férfiak közül a megkérdezettek majdnem fele (41,7%) egyáltalán nem végez fizikai aktivitást a szabadidejében, de azok, akik végeznek testmozgást, hetente átlagosan 120 percen keresztül aktívak, a nőknél pedig 3 hallgatóból egy teljesen passzív, az aktívak átlagosan hetente

49 Sacheck – Kuder – Economos 2010, 1039–1044.

50 Sparling 2003, 579–587.

51 Martínez-González – Martínez – Hu – Gibney – Kearney 1999, 1192–201.

100 percen keresztül mozognak intenzíven. A rendszeres fizikai aktivitást végzők magabiztosabbak, könnyebben alakítanak ki barátságot, külsejükkel jobban meg vannak elégedve, kevésbé hajlamosak a depresszióra^{52,53} Az iskolai feladatok elvégzése kevésbé nyomasztják őket, jobb a tanulmányi eredményük.⁵⁴ Társas kapcsolataikat tekintve barátaikkal könnyebben beszélnek meg problémáikat. Egészségmagatartásuk is kedvezőbb és pozitív jövő-perspektívával rendelkeznek, mint inaktív társaik.⁵⁵ Az egyetemi évek alatt kialakított testmozgással kapcsolatos szokások kihatással vannak a hallgatók rövid és hosszú távú egészségügyi állapotára.⁵⁶ A mindennapi életbe beépített testmozgás hasznos módja az egyén állóképessége növelésének⁵⁷ és mentális egészsége fenntartásának.⁵⁸

A hallgatók nagyon pozitívan értékelték a testnevelést más tantárgyakhoz való viszonyában, 64,4%-uk úgy véli, hogy egyenértékű az iskolai képzés más területeivel, 23,7%-uk pedig fontosabbnak tartja a többi tantárgytól (3. ábra). Tehát a testnevelés szerepét és pozitív hatásait elismerik a hallgatók. Viszont ha gyermekkorban nem alakul ki a testmozgás iránti vágy, akkor a későbbiekben igen csekély az esélye annak, hogy aktív felnőttekről, egyetemistákról beszélhessünk. Előfordul, hogy serdülőkorban, egyetemista években, főleg a lányok és nők fizikai aktivitással kezdenek el foglalkozni a külalakjuk miatt, amikor rövid idő alatt látványos eredményt szeretnének elérni. Amikor ez nem következik be, akkor feladják. Nincsenek tisztában azzal, hogy ha egy kicsit is odafigyelnek a fizikai aktivitásukra és folyamatosan sikerül hetente 2-3 edzésen részt venniük, sokkal jobb lesz a közérzetük, önbizalmuk, állóképességük és persze kiegyensúlyozottabbak, nyugodtabbak lesznek azáltal, hogy endorfin szabadul fel a szervezetükben.^{59,60} Tíz hallgató napi aktivitását Polar A300-as eszközzel követve megállapítható, hogy átlagosan mindössze napi 5 óra 21 percet vannak mozgásban, azaz nem ülnek vagy fekszenek. Ami egy kis aggodalomra ad okot, az nem is az átlagosan 8 óra 57 perc fekvés, alvással együtt, hanem a 8 óra 44 perc, amit hallgatóink ülő helyzetben töltenek. Ez betudható az óráknak, a vizsgákra való készülésnek, vagy egyszerűen a televíziózásnak, az „okos” eszközök használatának. Testmozgás hiányában érzékenység, ingerlékenység, idegesség, zárkózottság, levertség és a mentális funkciók csökkenése jelentkezhet. Intenzív testmozgással eltöltött idő napi szinten átlagosan négy perc!

52 Kovács – Perényi 2014, 245–262.

53 Kovács 2013, 264–270.

54 Kovács 2015.

55 Aszmann 2000.

56 Sparling 2003, 579–587.

57 Edwards – Tsouros 2006.

58 Hallal – Victora – Azevedo – Wells 2006, 1019–1030.

59 Ahn – Fedewa 2011, 385–397.

60 Peluso – Guerra de Andrade 2005, 61–70.

A családon és a kortárs csoporton kívül a tanítóknak is meghatározó szerepe van a diákok egészségnevelésére, egészségmagatartására, azonban ezeknek a mintaadó személyeknek ténylegesen ismerniük kell saját testi-lelki egészségüket, és annak szinten tartási és fejlesztési lehetőségeit. Jelen vizsgálat eredményei sajnálatosan arról tesznek tanúbizonyságot, hogy ezekkel a kompetenciákkal nem igazán rendelkeznek a tanítójelöltek.

Ennek meg kell változnia, hiszen ha ez így marad, és mire gyakorló pedagógusok lesznek, rossz példával szolgálnak diákjaiknak, így nem várhatjuk el a társadalomtól, hogy egészségesebb életmódot folytasson.

*Dr. Lepas Josip,
egyetemi magántanár,
GFF Egészségnevelési és Sport Intézet*

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Ahn, S. – Fedewa, A. L.: A meta-analysis of the relationship between children's physical activity and mental health. *Journal of Pediatric Psychology*, 36 (4) (2011), 385–397.
- Alwan, A. – Maclean, D. R. – Riley, L. M. et al.: Monitoring and surveillance of chronic non-communicable diseases: progress and capacity in high-burden countries. *Lancet*. 376 (9755) (2010), 1861–8.
- Aszmann, A.: *Fiatalok egészségi állapota és egészségi magatartása*. Budapest: Országos Tisztifőorvosi Hivatal, 2000.
- Bábosik, I.: A nevelélméleti modellek elemei és változatai a XX. században. Bábosik, I. (szerk.): *A modern nevelés elmélete*. Budapest, Telosz, 1997, 7–25.
- Bailey, R.: Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76 (8) (2006), 397–401.
- Barnett, L. – Van Beurden, M. E. – Morgan, P. J. – Brooks, L. O. – Beard, J. R.: Childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. *Journal of Adolescent Health*, 44 (3) (2009), 252–259.
- Blair, S. N. – Hardman, A.: Special issue: Physical activity, health and wellbeing an international scientific consensus conference. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 66 (4) (1995), 141–149.
- Blair, S. N. – LaMonte, M. J. – Nichaman, M. Z. The evolution of physical activity recommendations: How much is enough? *American Journal of Clinical Nutrition*, 79 (5) (2004), 913–920.
- Brown, C.: The information trail of the 'Freshman 15'—a systematic review of a health myth within the research and popular literature. *Health Information & Libraries Journal*. 25 (2008), 1–12.
- Calderhead, J.: Teachers: beliefs and knowledge. D. C. Berliner – R. C. Calfee (szerk.), *Handbook of educational psychology*. New York: Macmillan Library Reference, 1996, 709–725.
- Cliff, D. – Okely, A. – Smith, L. – McKeen, K.: Relationships between fundamental movement skills and objectively measured physical activity in preschool children. *Pediatric Exercise Science*, 21 (4) (2009), 436–449.
- Constantinides, P. – Montalvo, R. – Silverman, S.: Teaching processes in elementary physical education classes taught by specialists and nonspecialists. *Teaching and Teacher Education*, 36 (2013), 68–76. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2013.07.004>
- Corbin, C. B.: Physical activity for everyone: What every physical educator should know about promoting lifelong physical activity. *Journal of teaching in physical education*, 21 (2) (2002), 128–144. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.128>

- Crombie, A. P. – Liu, P. Y. – Ormsbee, M. J. – Ilich, J. Z.: Weight and body-composition change during the college freshman year in male general-population students and army Reserve Officer Training Corps (ROTC) cadets. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 22 (6) (2012), 412–421. doi: 10.1111/j.1753-4887.2008.00143.x
- Dunton, F. G. – Whalen, C. K. – Jamner, L. D. – Henker, B. – Floro, J. N.: Using Ecologic Momentary Assessment to Measure Physical Activity during Adolescence. *American Journal of Preventive Medicine*, 29 (4) (2005), 281–287.
- Edwards, P. – Tsouros, A. D.: *Promoting physical activity and active living in urban environments: The role of local governments*. Copenhagen, World Health Organization, Regional Office for Europe, 2006.
- EP – European Parliament: Recommendation of the European Parliament and of the Council on key competences for lifelong learning - (2006/962/EC). *Official Journal of the European Union*, 394/16 (2006).
- European Commission: *Education and Training Monitor 2016*
- Finlayson, G. – Cecil, J. – Higgs, S. – Hill, A. – Hetherington, M.: Susceptibility to weight gain. Eating behaviour traits and physical activity as predictors of weight gain during the first year of university. *Appetite*, 58 (2012), 1091–1098.
- Fisher, E. B. – Fitzgibbon, M. L. – Glasgow, R. E. et al.: Behavior Matters. *American Journal of Preventive Medicine*, 40 (5) (2011), 15–30.
- Freedman, D. S. – Ogden, C. L. – Kit, B. K.: Interrelationships between BMI, skinfold thicknesses, percent body fat, and cardiovascular disease risk factors among U. S. children and adolescents. *BMC Pediatrics*, 15 (188) (2015), 1–9. doi: 10.1186/s12887-015-0493-6
- Gochman, D. S. (szerk.): *Handbook of Health Behavior Research*. New York: Plenum Press, 1997
- Griggs, G. (szerk.): *An Introduction to Primary Physical Education*. Oxon, Routledge, 2012.
- Gropper, S. S. – Simmons, K. P. – Connell, L. J. – Ulrich, P. V.: Changes in bodyweight, composition, and shape: a 4-year study of college students. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37 (6) (2012), 1118–1123.
- Gropper, S. S. – Simmons, K. P. – Connell, L. J. – Ulrich, P. V.: Weight and body composition changes during the first three years of college. *Journal of Obesity*, (2012) 634–648.
- Gusthart, J. L. – Kelly, I. M. – Rink, J. E.: The validity of the qualitative measures of teaching performance scale as a measure of teacher effectiveness. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16 (2) (1997), 196–210. <https://doi.org/10.1123/jtpe.16.2.196>
- Hallal, P. C. – Victora, C. G. – Azevedo, M. R. – Wells, J. C.: Adolescent physical activity and health: A systematic review. *Sports Medicine*, 36 (12) (2006), 1019–1030.

- Haugen, T. – Safvenbom, R., – Ommundsen, Y.: Physical activity and global self-worth: The role of physical self-esteem indices and gender. *Mental Health and Physical Activity*, 4 (2) (2011), 49–56.
- Hernelahti, M. – Kujala, U. – Kaprio, J.: Stability and change of volume and intensity of physical activity as predictors of hypertension. *Scandinavian Journal of Public Health*, 32 (4) (2004), 303–309.
- Horvat, V. – Mišigoj-Duraković, M. – Prskalo, I.: Body Size and Body Composition Change Trends in Preschool Children over a Period of Five Years. *Collegium Antropologicum*, 33 (1) (2009), 99–103.
- Instituto nazionale di statistica. Condizioni di salute, fattori di rischio e ricorso ai servizi sanitari Health condition risk factors and the use of health services, 2007. [<http://apps.who.int/nutrition/landscape/mddetails.aspx?sourcecode=102953&template=nutrition>]
- Istvánfi, Cs.: Nevelés, testnevelés, sport. *Kalokagathia*, 43. 1–2. sz. (2005), 15–26.
- Kirk, D.: Physical education, youth sport and lifelong participation: the importance of early learning experiences. *European Physical Education Review*, 11 (3) (2005), 239–255. <https://doi.org/10.1177/1356336X05056649>
- Kohl, H. W. III: Physical activity and cardiovascular disease: evidence for a dose response. *Medicine and Science in Sports Exercise*, 33 (6) (2001), 472–83.
- Kovács, K. – Perényi, Sz. A sportolás és egészség. Kapcsolatok a fiatalok fizikai, mentális és szociális jóllétének szubjektív szintjével. In Nagy Á. & Székely L. (szerk.): *Másodkézből*. Magyar Ifjúság 2012. Budapest, Kutatópont. 2014, 245–262.
- Kovács, K.: *A sportolás mint támogató faktor a felsőoktatásban*. Oktatáskutatók könyvtára 2. Debrecen, CHERD, 2015.
- Kovács, K.: Sportoló közösségekhez tartozás mint társadalmi védőfaktor. *Educatio*, 2 (2013), 264–270.
- Központi Statisztikai Hivatal: *A 2014-ben végrehajtott Európai Lakossági Egészségfelmérés eredményei*, 2018.
- Krauskopf, K. – Zahn, C. – Hesse, F. W.: Leveraging the affordances of Youtube: The role of pedagogical knowledge and mental models of technology functions for lesson planning with technology. *Computers & Education*, 58 (4) (2012), 1194–1206. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.12.010>
- Kulin, E. – Darvay S.: Egészségfejlesztés az iskolában. In: Darvay Sarolta (szerk.): *Tanulmányok a gyermekkori egészségfejlesztés témaköréből*. Budapest, ELTE, 2012, 67–81.
- Kyriakides, E. – Tsangaridou, N. – Charalambous, C. – Kyriakides, L.: Integrating generic and content-specific teaching practices in exploring teaching quality in primary physical education. *European Physical Education Review*, (2017). 1 – 31. <https://doi.org/10.1177/1356336X16685009>
- Lalonde, M.: *A new Perspective on the Health of Canadians*. 1974. <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/pdf/perspect-eng.pdf>

- Leinhardt, G. – Greeno, J. G.: The cognitive skill of teaching. P. Goodyear (szerk.): *Teaching knowledge and intelligent tutoring* Norwood, NJ, Ablex Publishing, 1991, 233–268.
- Lepes, J.: Mjesto i uloga integracije u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u Vojvodini. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 59 (29) (2013), 419–433.
- Mackintosh, A. K. – Knowles, R. Z. – Ridgers, D. N. – Fairclough T. S.: Using formative research to develop CHANGE: a curriculum-based physical activity promoting intervention. *BMC Public Health*, 11 (831) (2011). doi:10.1186/1471-2458-11-831
- Martínez-González, M. – Martínez, J. – Hu, F. – Gibney, M. – Kearney J.: Physical inactivity, sedentary lifestyle and obesity in the European Union. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 23 (11) (1999), 1192–201.
- Meleg, Cs.: *Egészség. Lelki egészségvédelem és iskolafejlesztés*. Pécs, Pécsi Tudományegyetem, 2001.
- Moreno-Comes, C. – Romaguera-Bosh, D. – Tauler- Riera, P. – Bennasar-Veny, M. – Pericas-Beltran, J. et al.: Clustering of lifestyle factors in Spanish university students: the relationship between smoking, alcohol consumption, physical activity and diet quality. *Public Health Nutrition*, 15 (11) (2012), 2131–2139.
- Mosston, M. – Ashworth, S.: *Teaching physical education*. USA: Spectrum Institute for Teaching and Learning. 2008. http://spectrumofteachingstyles.org/NEW2/wp-content/themes/sots/img/Teaching_Physical_Edu_1st_Online.pdf
- Pantelić, S. – Savić, Z. – Randelović, N.: Promena kardiovaskularnih fitnesa nakon realizacije programskih sadržaja fizičkih aktivnosti. *Journal of Anthropological Society of Serbia*, 43 (2008), 429–39.
- Peluso, M. A. – Guerra de Andrade, L. H.: Physical activity and mental health: The association between exercise and mood. *Clinics*, 60 (1) (2005), 61–70.
- Sacheck, J. M. – Kuder, J. F. – Economos, C. D.: Physical fitness, adiposity, and metabolic risk factors in young college students. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 42 (6) (2010), 1039–1044.
- Sebőkne Lóczi, M.: *A testnevelés és sport műveltségi terület tanítási-tanulási folyamata a tanítóképzésben*. PhD disszertáció, 2003.
- Silverman, S. – Mercier, K.: Teaching for physical literacy: Implications to instructional design and PETE. *Journal of Sport and Health Science*, 4 (2) (2015), 150–155. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.003>
- Singh, M. K.: *Skill of Teaching in Physical Education*. Saarbrücken, LAP Lambert Academic, 2015.
- Sparling, P. B.: College physical education: An unrecognized agent of change in combating inactivity-related diseases. *Perspectives in Biology and Medicine*, 46 (4) (2003), 579–587.
- Thékes, I.: Sportolási szokások vizsgálata háttérváltozókkal összefüggésben egy vidéki főiskolán

In Bendiner, N. (szerk.): *Sporttudomány az egészség és a teljesítmény szolgálatában.* (pp. 24-25), 2017.

Vos, de P. – Hanck, C. – Neisingh, M. – Prak, D. – Groen, H. – Faas, M. M.: Weight gain in freshman college students and perceived health. *Preventive Medicine Reports*, 2 (2015), 229–234.