

*Vismeg István*

***A testi nevelés értékének bemutatása Sárospatak oktatástörténetében***

Quo vadis? Merre tartunk és hogyan – talán ez a kérdés egész életünk mozgatórugója. Utunk során beláthatatlan mennyiségű tudatosult és mélyen rejtett információ határozza meg ezt a küldetést. A személyiség kiteljesedésének hosszú folyamatában is sokszor először kicsinek tűnő dolgok fejthetnek ki hosszú távú befolyásoló hatást. Előbb-utóbb mindenkiben megérlelődik és tudatosul az az érzés, hogy vannak az egyéneken túlmutató dolgok, még ha azok az értékskáláján sem feltétlenül állandó stabilitással rendelkező prioritások. A közösségi élmények legfőbb segítői lehetnek ennek. Feltételezhetően a főiskolás évek alatt szerzett benyomások, tapasztalatok és információk meghatározóak minden hallgató életében. A pusztán szakmai jellegű tudásátadás keretein túlmutató impressziók hatása bizodalmonk szerint hozzásegíthet helyünk megtalálásához a világban. Ennek reményében ítéljük szükségesnek környezetünk alaposabb feltérképezését, a helyi értékek megismerését, a lokálpatriotizmus élményének elsajátítását. Jelen írás arra vállalkozik, hogy a testi nevelés szempontjából a hallgatók számára legadekvátabb részt, azokat az emlékeket segítsen felhozni a múltból, melyek a testnevelés oktatása szempontjából Főiskolánkra vonatkozólag ide kíváncsoznak. A testkultúra, amely nem szűkíthető le az ember motorikus képességeinek fejlesztésére irányuló tevékenységek empirikus eredményeire, jóval tágabban szemlélve az emberiség kialakulásának, önszabályozásának és fennmaradásának nélkülözhetetlen tartozékaként, annak meghatározó része. Magában foglalja a testi nevelést, amely az emberi szervezet harmonikus fejlesztésével, a változó környezethez való bioszociális alkalmazkodóképességek kialakításával járul a személyiség kiteljesedéséhez. Egyik eszköze a testnevelés, amely olyan tervszerű és rendszeres ráhatás szervezetünkre, amely a testgyakorlatok, mozgástevékenységek révén a mozgásműveltség fejlesztését és az edzett állapot elérését szolgálja a fentebbi célok érdekében. Tehát fejlesztése alapvető fontosságú kell, hogy legyen a mai iskolarendszerben is. Annál is inkább helyénvaló és egyben érdekes

is, mert nézetem szerint a régi korok szellemisége annyira tetten érhető ma is a tanítóképző testnevelés oktatásában, hogy a nagy elődök említése során előbukkanó módszerek, elképzelések ismertetése folytonosságát tekintve szinte teljesen a mai kor hitvallása is. Manapság az oktatási- nevelési módszerek folyamatosan változó és aktuálisan működő értékközpontú világában az alapvető értékekre építő megközelítés évszázados átörökítése nem számít mindennaposnak, tehát a helyi oktatásban fellelhető értéként kezelendő. Ezért most szükséges megemlíteni azokat a testneveléssel, testkultúrával összefüggő máig ható gondolatokat és módszereket, melyeket Comenius élete folyamán tapasztalataiból és elképzeléseiből összegezve elénk tárt nem halványuló fényű főbb műveiben, és melyek a mai napig intellektuális vezérfonalként irányt mutatnak a ma itt tanító testnevelőknek. Pampaedia című munkájában a pánszofikus nézetek végső megvalósulásának céljaként nem kisebb célt tűz ki maga és minden leendő tanító elé, mint: minden embert–minden tekintetben–egészen kiművelni. Hisz abban, hogy minden embert, sőt ennek következményeként az államot a lehető legtökéletesebbre kell és lehet fejleszteni tanítás-tanulás útján. Azt már tényleg csak nagyon optimistán tételezném fel, hogy kitartó munkánk eredményeképpen az esetlegesen tapasztalható attitűd változás hatása az általuk felnevelt nemzedékekben, hallgatókban szintén társadalmi léptékű változás kiindulópontja lehetne ma is. Ehhez az elképzeléshez alkotta meg akkor Magyarországon azt a minta iskolát Patakon, melyben hite szerint az általa integrált összes tudás segítségével és az ehhez szükséges feltételekkel mindez kivitelezhető lenne. Ezért tananyagosztásában fontossági sorrendbe szedi az elsajátítandó ismereteket. Első helyen kezeli a nyelvi, bölcséleti, teológiai tanulmányokat. Másodikon az elsőrendűeket segítő ismereteket (pl. történelem). Ezekhez nem tartoznak, de elengedhetetlenek az életerő, elmeélénkítés szempontjából: játékok, sporttevékenységek, színjátszás, társas kirándulások. Tehát a „minden tekintetben” egyértelműen jelzi a testi nevelés, a testnevelés fontosságát, a testi-lelki egyensúly hiányából fakadó anomáliák emberi szervezetre és pszichére gyakorolt negatív hatásának kiküszöbölésére tett erőfeszítések szükségességét. Mert erőfeszítésre van szükség ma ugyanúgy, mint annak idején: „a meggyökeresedett tunyaságra és nemtörődömségre, amely nem figyel az iskolai élet céljaira... ha esetleg meglátja is a célt, nem tűri, hogy aluszékony restségének legyőzésére serkentsék” (Comenius,1652). Az általa akkor létrehozott újszerű tanítási folyamat során alkalmazott irányelveket már régóta a testnevelés oktatásában is irányadónak tekintjük: egyszerűen és nem bonyolultan tanítani, mindent bemutatva, általános előzze meg a részleteket, egyszerre csak egyet tanítsunk, a tantárgyak rendje és összekapcsolása ne legyen véletlen műve. Az ismeretszerzésben a fokozatosság és szemléletesség javaslata szerint ugyanúgy vezérelv, mint a ma használatos

didaktikai tankönyvekben. A kitűzött cél elérése érdekében elengedhetetlennek tartja az egész tanítás-tanulási folyamatot átható gyakori ellenőrzést. És mindennekfelett a játékoság, átvitt és gyakorlati értelemben is. A játékos keretek közé szorított nehéz feladatok, könnyebben, sőt örömmel végezhetőek, ezért lelkes híve a színi előadások létrehozásának. A fizikálisan megnyilvánuló, testnevelési játékok közül legjobban ajánlott mozgások voltak a karika, golyók, tekejáték valamint a labda, futás és az ugrás. Az oktatás minden területén, így a testnevelés oktatása során is, a mozgásanyag elsajátítása érdekében kiemelt szerep jut a gyakorlásnak. Comenius (1653) ezt gyakorlati módszernek nevezi: „amely mindent saját szemlélet, tanulás és cselekvés (autopszia, autolexia, autopraxia) útján tanít, mindenben meg kell tartani”. Azonban az eltelt több száz év sem hozta meg azokat a változásokat, melyeket Comenius szeretett volna. A testnevelés oktatásának napjainkban legalább annyira szüksége van az átalakulásra, mint Comenius korában volt. Az elmúlt évtizedekben a tanulók motorikus képességei (Laki, 2001.) folyamatosan romlanak, és a magatartásbeli gondok is nyilvánvalóan jelen vannak a mai iskolák testnevelés óráin. Pedig nincs új a nap alatt, hiszen Comenius (1632.) is már egy régi cseh közmondást idéz: az iskola fegyelem nélkül olyan, mint a malom víz nélkül. Vagyis a malom is megáll, ha elvezeted vizét, miként az iskolában is minden meglazul fegyelem nélkül. A korunk számára is megszívlelendő tanács pedig a fegyelmezés okát illetően érdekes: A szigorúbb fegyelmet pedig nem a tanulás, hanem erkölcsi hibák miatt kell alkalmazni, mégpedig úgy, hogy a fegyelmezés alatt álló is észrevegye, hogy a fegyelem az ő javát célozza, s följobbvalóinak iránta való atyai jóindulatából ered. Nem egyszerű feladat, ráadásul a megváltozott gyerekekre reagáló tanulási folyamatszervezésnek a többi órán alternatívát kínáló lehetősége, a tornateremben használhatatlan, amely által keltett kognitív diszonzancia tovább nehezíti a tárgyat tanító pedagógus dolgát. Alsó tagozaton a testnevelési órák 10,8%-át testnevelő tanár, 9,6%-át szakkollégiumot végzett tanító, 80%-át alsó tagozatos tanító tartja (Gergely, 2002) és ez tovább növeli a hallgatók képzésének felelősségével kapcsolatos feladat fontosságát. A mozgásos aktivitás kedvező hatásai nyilvánvalóak mindenki számára, de elengedhetetlen a gyógypedagógiában, a tanulási nehézségekkel küzdő vagy akár az erősen deviáns viselkedésű gyerekek nevelésében is. Sajnos azonban a fizikai képességek fejlesztése szinte lehetetlen a mostani testnevelés órák keretében (Mészáros, 1995). Továbbá sajnos csak azok a gyermekek járnak mozgásos különfoglalkozásokra, ill. vesznek részt tanórán kívüli foglalkozásokon, akik ügyesebbek vagy éppen motiváltabbak, és legtöbbször tehetségesebbek társaiknál. Akik számára igazán fontos lenne, (túlsúly, gyengébb koordináció v. fizikum, problémás magatartás stb.) az a potenciális réteg, amelyik a legjobban érintett lehet a később jelentkező egészségügyi és mentális

problémákra – főleg, hogyha genetikailag is a veszélyeztetettek közé tartozik–nem vesz részt különórákon. Külön kell említeni az egyre szaporodó gyógytestnevelésen részt vevőket, itt azonban sokszor a túlterheltség miatt a minőségi munkavégzés lehetetlen. Éppen ezért korunk általános iskolai testnevelésének lélekre gyakorolt nevelő hatását fontosabbnak kell tartanom a testre gyakorolt hatásainál. Csak néhány olyan szociális tulajdonság és személyiségjegyet, amely a sporttevékenységek által könnyen fejleszthető: együttműködés, vezetői képesség, engedelmesség, figyelmesség, fegyelmezettség, segítségnyújtás, segítség elfogadása, konfliktusmegoldás, önmotiválás, önellenőrzés, önértékelés, önismeret, társértékelés, társismeret, ellenfél tisztelete. De ilyen az őszinteség, lelkiismeretesség, lelkeség, felelősségérzet, bátorság, higgadtság, humorérzék, szorongás leküzdése, félelem leküzdése, sikerérzés–sikertelenség feldolgozása, egészséges becsvágy kialakítása, döntési képesség, figyelem koncentrációja, helyzetfelismerés, leleményesség, versenyszellem, győzelem–vereség feldolgozás. De például a következő negatív attitűdök felismerése és megszüntetése tekintetében szintén eredményesek lehetünk a sporttevékenységek által: nagyképűség, önhietség, beképzeltség, önzés, agresszivitás, önkényeskedés, dacosság, feltűnni vágyás, túlzott szerénység, kishitűség, forrófejűség–meggondolatlanság, kérkedés, hazudozás, árulkodás, lenézés, kigúnyolás, kegyetlenség, kényelmesség. Biztosan állítható, hogy mindenkinek érdeke óvnia saját egészségét, az egészség értéként való elfogadása általában jellemző. Ez azonban önmagában sajnos még nem jelent egészségtudatos magatartást, mozgásos aktivitással kísért életmódot. Ezen érték valódi megjelenítése az egyén életében attól függ, hogy az értékrendjében hol, mennyire dominánsan helyezkedik el, megvalósításához szükséges lépések mennyire váltak szokássá (Pál–Császár–Huszár–Bognár, 2009). Figyelemreméltó és egyben elszomorító, hogy a magyar fiatal felnőttek negyede nem szerette az iskolai testnevelésórát, kevesebb, mint fele vallotta úgy, hogy nagyon jó volt, és szerette a testnevelést, ötödük szerint a testnevelés iránti attitűdje egyértelműen tanár- és tananyagfüggő volt, mely szerint tanára rossz volt, tanítási stílusa nem kedvezett neki, s ezért ez nem ösztönözte fizikai aktivitásra és a sportra (Huszár-Bognár, 2006). Más kutatás megállapítja, hogy a tanítójelöltek közel 40%-a esetében a hat legkedvesebb szabadidő eltöltési mód között meg sem jelenik a sportolás, és értékítéletük negatív a szabadidős sporttevékenységek iránt. A képzési idő alatt nem alakult ki a számottevő különbség a végzős évfolyamoknál (Sebőkné, 2003). Ehhez csatlakoztatható egy újabb vizsgálat megállapítása arról, hogy a végzős hallgatók nevelési stílusa mutatja a több, a nevelés szempontjából értéktelen, felszínes és szituációfüggő megoldást, szemben az elsősökével (Szatmári, 2006). Megint mások hasonló eredményre jutottak (kissé rosszabbra), és rámutatnak egy másik

problémára is, ami elgondolkodtató: ezt ráadásul így is tartották helyesnek (Pápai–S.Lóczy, 2003). Rosenberg és Hovland (1960) definíciója szerint az attitűd részei: a kedvelés és nem kedvelés értékelő viszonyulásai, az attitűdtárgyra vonatkozó hiedelmek, vélemények, elképzelések és végül a viselkedési szándékok és cselekvésminták. Tehát a testnevelés tantárgyhoz való viszonyulás kialakítása, megváltoztatása, befolyásolása is ezek mentén lehetséges. A hitelesség jelentősége a meggyőzés pszichológiájának egyik legfontosabb része. Mitől válik a pedagógus hitelessé, hogyan képes ezt a képet magáról kialakítani és fenntartani? A megbízható, kompetens információ prototípusa a „szakértő”, és ez a testnevelést tanító pedagógus szempontjából értelmezve olyan személyt jelent, aki a fentebb vázolt megállapítások értelmében, optimális esetben: aktív mozgásos tevékenységet végző, sportos, mintaként állítható gyakorlati és elméleti szakember. A probléma megváltoztatásához szükséges lépések tekintetében egy egyébként szintén nem egyszerű, de igazán költséghatékony nevelési próbálkozás, segítség lehetne. A mozgásosan aktív, sportos életmód irányában történő személyi attitűdváltoztatás a leendő tanítók körében tűnik a leghamarabb elérhetőnek. Egy tanulmány kiderítette, hogy átlagosan 66 nap kell ahhoz, hogy gondolkodás nélkül a mindennapok természetes részévé váljon egy új tevékenység, azaz szokássá. Sajnos, nagy a szórás: 18-254 nap rendszeres gyakorlás elteltével válik automatikussá csak a működés. Az összetettebb új viselkedési formák kialakítása érthető módon több időt igényel a szokássá válásig. Valamilyen sporttevékenység rutinszerű végzéséhez átlagosan 1,5-szer annyi időre van szükség, mint pl. a naponta több víz ivására (Lally, 2009). Ezért ameddig lehet, a tanító– és óvodapedagógus képző valamint tanárképző intézményekben is, mindent meg kellene tenni, hogy a mozgás „napi rutinná” váljon, hogy azután végigkísérje az egyén életét, lehetővé téve egy - szerintem- minőségileg magasabb szintű életet, és indirekt módon a formális testnevelés oktatás javára is szolgálna. A képző intézmények testnevelés tantárgyhoz való viszonyulása ezen eredmények alapján nyilvánvalóan változtatásra szorul- legalábbis nézőpontom szerint. Comenius (1656, 44) már leírta azt a máig is érvényes megállapítását, hogy „minden embert be kell vonni abba, amelybe bevonható, feltéve, ha ismerik azt... ha ismerik, akarni fogják és képesek lesznek rá”. Saját tapasztalataim alapján a hallgatók szívesen fogadják az új mozgásformák, sportágak beemelését a tananyagba, a szervezett keretek közt végzett túrázások mozgásélményeit sem érzik nehéznek, hiszen az edzés nem teher, hanem kikapcsolódás, ha a hozzánk illő sportágot választjuk. Megítélésem szerint a testmozgásokkal összefüggésben lévő kredittel rendelkező, de mégis enyhébb kötöttségekkel bíró tárgyak – mint egy utolsó esély - járulhatnak hozzá ahhoz, hogy a szokásrendszerükbe valahol még beilleszkezhessék a rendszeres mozgás. A terheléssel járó, de pozitív élményt,

örömet szerző, egyénileg és csoportosan is végzett mozgásos tevékenységek megismerése és későbbi gyakorlása alternatívaként jelentkezhet további tanulmányi éveik alatt, és a későbbi életükben egyaránt, ha szabadidő eltöltéséről vagy akár egészségügyi problémák megoldásáról van szó. Szükséges lépésnek tartom továbbá a hallgatók ismeretanyagának oktatásában az egészség és a mozgásos életvitel együttes megjelenését bizonyító erejű információik expanzióját. Ezáltal remélhetőleg egy egészségtudatosabb magatartással járó életvitel, a testneveléshez való erősebb kötődés lenne kialakíthatóbb. Nem kerül hangsúlyozásra, alig köztudott az a tény, hogy a rendszeresen mozgó és ennek révén bizonyos fokú—akár magasabb szintű— edzettségi állapotot elérő, de plusz súllyal rendelkezők életminősége és várható élettartama kedvezőbb, mint a csupán fogyókúrázó, drasztikusan diétázó társaiké (Martos Éva, 2011). A sporttevékenység ráadásul emeli az önismeret és az önellfogadás szintjét, mivel azok alapját a mozgásos tapasztalatok képezik (Pápai–S.Lóczy, 2003).). Egy tíz évet felölő, az USA-ban elvégzett több mint 650 ezer résztvevő életmódját vizsgáló kutatás rávilágított, hogy ha a testtömegindextől függetlenül minél gyakrabban és intenzívebben mozog valaki, annál kisebb lesz a halálozás valószínűsége. Heti 75 perc, tehát naponta csak 10 percnyi tempós séta már 1,8 évvel növeli az élettartamot 40 év felett, míg heti 150 perc séta már három -négy évvel, a fent említett heti 450 perc pedig már négy és fél évvel hosszabb életet jelent. A mozgás élethosszabbító hatásait nemtől, testsúlytól és bőrszíntől függetlenül mindenkinél tapasztalták, leginkább mégis a normál testsúlyú, igen aktív életmódot élőknél jelentkezett a mozgás pozitív hatása: ők 7,2 évvel hosszabb életkorra számíthatnak, mint a mozgásszegény életmódot folytató, kórosan elhízott (35 feletti testtömeg-indexű) emberek (C.Moore, 2012). Amennyiben ezek az információk és a hozzájuk kapcsolódó minimális edzéselméleti ismeretek közkinccsé válnak, a tornatermekben félszegen ténfergő hallgatóságot egy magabiztosan, céltudatosan önmagát egészségesre formálóra cserélhetjük. Ha hallgatóink közül csak néhányban sikerül változást elérnünk, már megérte, és a befektetés csak néhány tantervbe szorított plusz kredit értékű kurzus, amelyről el kell hinnünk, hogy szükséges. Büszkeséggel tölthet el, és nem jár messze az igazságtól az az állítás, hogy mindezt az egyik legnagyobb hagyománnyal rendelkező tanítóképző főiskola, a sárospataki berkein belül valósíthatjuk meg. Habár az önálló tanítóképző kialakítása csak az 1857-es évtől számítható, és ekkor az egri hasonló képzés már a 29. évében jár, azért van némi alapja annak a vélekedésnek, hogy azért mégiscsak már 1531-től létezik az iskolánk szellemi örökségét adó „pataki schola”. Igazolást adhat ehhez a vélekedéshez az a tény, mely egy sárospataki iskolai szubszkribációs könyvből származik. Ebből kitűnik, hogy 1615 és 1671 között 1531 diák tanult teológiát és bölcséletet (bölcsészettudományi alapismereteket). Az ezek szerint már

akkor is létező pályakövetési rendszer szerint a végzett diákokból több mint 85,75% iskolarektor lett, vagyis tanító, még akkor is, ha abban az időben sokan a papi hivatás felé vezető úton csak ugródeszkának választották. Azt is tudjuk azonban, hogy a tanítói feladatokra a 17. században nem készítették fel külön a diákokat, elegendő volt, ha tudtak írni és olvasni, valamint rendelkeztek az általános műveltség alapvető elemeivel.

<b><u>A diákok sorsa</u></b>	Iskolarektor lett	Rögtön pap lett	Külföldi akadémia-ra ment	Tanulmányi idő alatt meghalt	Jegyző, orvos, joggyakornok polgár lett	Nincs feljegyzés és	1615-71 között 1531 diák
<b><u>Száma</u></b>	855	75	46	112	21	422	1531-534=997
<b><u>Százalékbán</u></b>	55,47	4,86	2,98	7,26	1,75	27,56	85,75

1. táblázat (Bodosi, 2003)

A sárospataki iskola testi nevelés oktatásának történetében néhány neves személy megemlézése elkerülhetetlen. Így Kisvárdai János kívánkozik előre, aki az antik kulturális hagyományok –benne az olimpiák– nagy tisztelőjeként a Patak városi-plébániai iskola rektoraként az országban elsők között hirdette felfogását a pataki diákság körében a XV. század végén (Csajka, 2002,7-8). Szikszai Fabricius Balázs pataki tanárként 1590-ben leteszi a sportnyelv szókincsének alapjait latin-magyar szótárában (uo.). Comenius 1650–1654 közötti sárospataki tartózkodásának gondolatai fémjelzik az egész XVII. századi hazai és ma már látható módon egész Európát befolyásoló oktatási-nevelési folyamatokat átható egész embert nevelni kívánó szellemiséget. Ő említi fel először az iskolai testmozgás szükségességét, a tanulást elősegítő jótékony hatására való tekintettel: „Ha az emberi test sárkunyhója, melyben égi vendég lakik, egynémely részében megroggyan... mi mást tehet a vendég, mint hogy megundorodva tőle ő maga is megbetegedik, és akadályozva lesz tevékenységében”(Comenius, 1656, 44). Említtessék meg itt most néhány nagyszerű kollégája, tanítványa neve, akik munkáját Patakon segítették: Rozgonyi és Némethi kollaborátorok, Veresegyházi Szentyei János, Szántai Mihály, Medgyesi Pál, Tolnai Dali

János, Geleji Katona István, Ecsedi János, Kapossi Pál, Tolnai István... (Csajka, 2002, 7-8). Az 1790-es években Tóth Pápai Mihály magyarul oktatja Patakon az egészségtant, a testi nevelés szerves részét. Az 1800-as évek elején már szervezett úszásoktatás folyt a Bodrog folyóban, és Váradi Szabó János pataki diák–aki Pestalozzi tanítvány volt–hatására az iskola főgondnoka Vay Miklós már azon fáradozik, hogy a testnevelés ügye Patakon tornát tanító szakember kezei közé kerülhessen (uo.). Ez 1857-ben következik be először Halmi Károly személyében, majd Katinszky Lajos, Katona Dénes, Billich Sándor és Proksch Szeverin vezényletével zajlottak a rendszeres testgyakorlatok. 1853-tól kötelező a tornaoktatás, amelyhez 1860-ban már a nyári mellett fedett téli „testgyakorda” is rendelkezésre áll. 1863 már egy saját uszodát is hozott Antalfi János áldozatos munkájának köszönhetően, és ennek hatására az úszás bekerül a vizsgarendbe. Lehoczky Ignác képzett tornatanító 1870-ben, a már három éve kész tornatérben oktathat, és még pályafutása alatt 1878-ban elkészül a tornacsarnok, amely ma az ország talán legrégebbi még működő tornaterme. Kiss Elek tanársága idején a rendszeres tornavizsgák és bemutatók mellett már a tervezetírás és a próbatanítás is megjelenik. A testnevelés és a testkultúra elsajátítása érdekében a diákság tenisz és tekepályát is használhat. Az országos híré testnevelési szakember és botanikus szintén egyetérthetett a test és lélek együttes harmóniáját hirdető kalokagathia eszméjével, hiszen az ő nevéhez fűződik az egyik legszebb zempléni őskőkori lelet megtalálása, melyre a hallgatókkal tett rendszeres kirándulásainak egyikén Herceggút határában, a Pogánykúttól nyugatra, a komlóskai gyalogút mellett levő vízmosás baloldalán egy őskori tüzelőhelynél akadtak rá, melyből 23 darab őskori eszközt gyűjtöttek össze (Reiszig, 1905). Kiváló kollégái voltak még: Ecsedy Lajos és Marcelly Kornél (Csajka, 2002, 7-8). Az 1930-as években Szabó József és Benedek László, valamint Csuka Andor vezetése mellett már tömegesen sportoltak a diákok, és Szarka Béla a minőségi versenysportot is megismertette velük. A testnevelés értékét olyan tanárok emelték magasba a múlt században, mint Irsa Tibor, Szabó Károly, Ablonczy Bertalan és id. Sipos György, valamint Képes Géza, Egey Antal, Lázár Károly, Dr. Újszászi Kálmán vagy Kődöböcz József (uo.). Közülük is kiemelkedik id. Sipos György, akit egy olyan generáció tagjai tanítottak, akiknek szinte létrejöttét köszönheti a hazai testnevelés tanítás. Tanárai voltak Kerecsi Endre, Bácsalmási Péter, Koltai Jenő vagy Hepp Ferenc és Mező Ferenc. Többekkel közülük baráti kapcsolatot ápolt, sűrűn megfordultak Patakon. Élete volt a tanítás, több könyvet, jegyzetet, tanmenetkötetet írt, melyek közül kiemelkedik a társszerzőként és szerkesztőként jegyzett „A testnevelés tanítása” című tanítóképzők számára készült főiskolai tankönyv és „Testnevelés” című főiskolai jegyzete. A XXI. században e hagyománynak követője volt Csajka Imre, akinek munkája révén elkészült tanmenet- javaslat



országosan ismertté tette a pataki modellt. A helyi sportélet és a főiskola sporttevékenységének múltja általa lett megismerhető és hozzáférhető mindenki számára e témában megjelent könyve által, amely ezen írás kiindulópontja is volt. Sajnos a sárospataki sportmúzeum tőle származó gondolata és megvalósítása még várat magára, de eljön az idő, amikor az ország legrégebbi tornatermében mindez majd testet ölt. Ezen nagy tanáregyéniségek mindegyike egyértelműen hű követője volt a comeniusi eszméknek, beleépítve azokat a kor követelményei közé, és megtámogatva a saját kútfőből és tehetségből származó újító gondolatok sokaságával. Talán szerényebb tehetséggel és odaadással megáldva, de a megváltozott körülményekkel lépést tartva, és a régi szellemiséget mindig szem előtt tartva próbáljuk napjainkban mi is folytatni az oly régen kitaposott ösvényen való végigvezetését hallgatóinknak. Tanulmányom végén, annak mintegy szellemi összefoglalójaként egy Comeniusszal mérhető, nagyformátumú kutatótól, Szent-Györgyi Alberttől, a testnevelés ügye mellett mindig kiállni kész Nobel-díjas tudósunktól származó alapvetés által fejezhetném ki mondandóm lényegét a legrövidebben: "Az élettelen tárgyak sajátja, hogyha működtetik, állapota romlik, elpusztul. Az élő szervezet, ha nem foglalkoztatják, akkor pusztul el."

## Bibliográfia

Bodosi Béla 2003. Comenius és Apáczai. In: Ködöböcz József (szerk): *Comenius élő pedagógiai öröksége*. Magyar Comenius Társaság. Sárospatak. 260.

Comenius 1632. *Nagy Oktatóstan*. In: Ködöböcz József (szerk): *Comenius élő pedagógiai öröksége*. Magyar Comenius Társaság. 2003. Sárospatak. 169–170.

Comenius 1652. Új életre kelt In: Kovács Endre 1970. *Comenius Magyarországon*. Tankönyvkiadó. Budapest 256.

Comenius 1653. *A jól rendezett iskola törvényei*. In: Kovács Endre 1970. *Comenius Magyarországon*. Tankönyvkiadó. Budapest 328.

Comenius 1656. *Pampaedia*. In: Ködöböcz József (szerk): *Comenius élő pedagógiai öröksége*. Magyar Comenius Társaság. 2003. Sárospatak. 34–44.

C.Moore,Steven 2012. *Leisure Time Physical Activity of Moderate to Vigorous Intensity and Mortality: A Large Pooled Cohort Analysis*. Plos Medicine [online][2014.01.03]<URL: <http://www.plosmedicine.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pmed.1001335>

Csajka Imre 2002. *Kis pataki sporttörténet*. Sárospataki Népfőiskolai Egyesület. Sárospatak. 7–8.

Huszár Anikó–Bognár József 2006. *Fiatal felnőttek testkultúrája. Új Pedagógiai Szemle*. 2006/6 107–114. [online][2014.01.03]<URL: <http://www.ofi.hu/tudastar/huszar-aniko-bognar>

Laki László 2001. *Sportolási szokások az ezredfordulón a fiatalok körében*. Kalokagathia. 2001/1-2: 8 [online][2014.01.03]<URL:

<http://asp01.exlh.hu:8881/R/DQ3JSEIV3DT6EBM12SJMGLKC6NT27TEAEQYH78IX25QHFDE8MJ-05441?func=results-jump>  
[full&set\\_entry=000019&set\\_number=008201&base=GEN01](http://asp01.exlh.hu:8881/R/DQ3JSEIV3DT6EBM12SJMGLKC6NT27TEAEQYH78IX25QHFDE8MJ-05441?func=results-jump)

Lally, Phillippa-H. M. van Jaarsveld, Cornelia- W. W. Potts, Henry- Wardle, Jane 2009. *How long does it take to form a habit? European Journal of Social Psychology* [online][2014.01.03]<URL: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ejsp.674/abstract;jsessionid=E3A744B7009B27864A8D5EBF35345721.d04t01>

Martos Éva 2012. *A fizikai aktivitás szerepe az elhízás megelőzésében gyermekkorban*. In: Szóts Gábor (szerk.) *A fittség mértéke mint a megbetegedések rizikóját befolyásoló tényező*. 96–110. Akadémiai Kiadó, Budapest, 96–110.

Mészáros János 1995. *Rendszeresen sportoló és nem sportoló fiatalok aerob teljesítménye. Adaptáció vagy szelekció?* Kalokagathia. 1995/2:46-54 .

[online][2014.01.03]<URL: <http://asp01.exlh.hu:8881/R/DQ3JSEIV3DT6EBM12SJMGLKC6NT27TEAEQYH78IX25QHFDE8MJ-00085?func=results-jump>  
[full&set\\_entry=000006&set\\_number=008205&base=GEN01](http://asp01.exlh.hu:8881/R/DQ3JSEIV3DT6EBM12SJMGLKC6NT27TEAEQYH78IX25QHFDE8MJ-00085?func=results-jump)

Pápai Júlia–S.Lóczy Márta 2003. *Pedagógusjelöltek sporttal kapcsolatos attitűdjeinek és néhány pszichikus tulajdonságának vizsgálata*. S. n., Szeged.

[online][2014.01.03]<URL: <http://miau.gau.hu/miau/60/fanclub/loczi2.doc>

Pál Katalin–Császár Judit–Huszár Anikó–Bognár József 2005: *A testnevelés szerepe az egészségtudatos magatartás kialakításában*. *Új Pedagógiai Szemle*. 2005/6. 25–32.

[ifj. dr. Reiszig Ede](#) 1905 . *Zemplén Vármegye Története*. In: Borovszky Samu (szerk): Magyarország vármegyéi és városai. Arcanum Adatbázis Kft. 2004  
 [online][2014.01.03]<URL:<http://mek.oszk.hu/09500/09536/html/0026/18.html>

Rosenberg, M. J.–Hovland, C. I. 1960. Cognitive affective and behavioral components of attitudes In: Rosenberg, M. J., és Hovland, C. I. (Eds) *Theories of Cognitive Consistency a sourcebook* Chicago Rand McNelly 63-71 pp. Idézi: Hewstone, M., Stroebe, W., Codol, J., P. és Stepenson, G. M.: Szociálpszichológia, Közgazdasági és Jogi Kiadó Budapest,1995 164.  
 [online][2014.01.03]<URL: [http://femip.hu/c/document\\_library/get\\_file?uuid=2debacfd-a989-4ec1-bda6-d1339321457a&groupId=10136](http://femip.hu/c/document_library/get_file?uuid=2debacfd-a989-4ec1-bda6-d1339321457a&groupId=10136)

Sebőkné Lóczy Márta 2003. *A testnevelés és sport műveltségi terület tanítási-tanulási folyamata a tanítóképzésben*. Semmelweis Egyetem Nevelés-és Sporttudományi Doktori Iskola Budapest [PhD értekezés][online][2014.01.03]<URL:

[http://phd.sote.hu/mwp/phd\\_live/vedes/export/sebokneloczimarta-m.pdf](http://phd.sote.hu/mwp/phd_live/vedes/export/sebokneloczimarta-m.pdf)

Szatmári Zoltán 2006. Szegedi testnevelés szakos hallgatók probléma és konfliktuskezelése a nevelési stílusok tükrében. Pannon Egyetem Interdiszciplináris bölcsészet- és társadalomtudományok Doktori Iskola Veszprém. [PhD-értekezés][online] [2014.01.03]<URL:[Szatmári:http://konyvtar.unipannon.hu/doktori/2006/Szatmari\\_Zoltan\\_disertation.pdf](http://konyvtar.unipannon.hu/doktori/2006/Szatmari_Zoltan_disertation.pdf)

a Testnevelés Esmélyének Sikeressége Intézményünkben (TESI) kurzushoz		
A tantárgy teljes neve: A testi nevelés értékének republikálása <u>Sáropatak oktatástörténetében</u>		
Heti óraszám		
Seminárium:	Tantermi gyakorlat:	
1		
A félév végi számonkérés típusa	kollokvium	

A tantárgy elvégzéséhez szükséges tanulmányi munkamennyiséget kreditben	2
A tantárgyért felelős tanszék:	EKFCK Real Tanszék
A tantárgy gondozója:	Vismeg István
A tantárgy felvételének előtanulmányi feltételei:	Nincs
A tantárgy feladata a képzés céljának megvalósításában	
<p>Kialakítani hallgatóinkban egy általános képet a testi nevelés szerepéről és helyéről az egyetemes emberi kultúrtörténetben. Megismertetni a hallgatókat mikrokörnyezetük értékeivel. Megteremteni a hozzáférés lehetőségét főiskolánk oktatástörténetében a testi neveléssel kapcsolatos legfontosabb információkhoz hallgatóink számára. A nagy tanáregyéniségek munkásságának felidézése során a nevelési folyamat évszázadokat átívelő tendenciáinak analizise segítségével a testi nevelés iránti elkötelezettség növelése. A főiskola és városunk sporttörténetének megismertetése.</p>	
A tananyag leírása:	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. A testnevelés és sport egyetemes története</li> <li>2. Az olimpizmus története</li> <li>3. A XX. századi testnevelési mozgalmak</li> <li>4. A Comenius-i hagyaték</li> <li>5. Nagy tanáregyéniségek a sárospataki testnevelés oktatástörténetben</li> <li>6. A főiskola sporttal kapcsolatos tevékenységének, sportklubjának története</li> <li>7. Sárospatak sporttörténete (szemelvények)</li> <li>8. A testi nevelés didaktikai elveinek fejlődése</li> <li>9. A modern testi nevelés oktatásának kérdései, aktuális problémái</li> </ol>	
Az aláírás feltétele:	
Eredményes zárthelyi dolgozat megírása	
Az osztályzat kialakításának módja:	
A félév szóbeli vizsgával zárul.	
Írott tananyag (tankönyv, jegyzet, példatár, irodalom, esettanulmány stb.):	
<p>Dr.Csajka Imre (2002) <i>Kis Pataki Sporttörténet</i>. Sárospataki Népfőiskolai Egyesület, Sárospatak. ISBN 963-206-047-4</p> <p>Kun László (2009) <i>Egyetemes Testnevelés és Sporttörténet</i> . Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest. ISBN: 9631883906</p> <p>Comenius 1632. <i>Nagy Oktatástan</i>. In: Ködöböcz József (szerk): Comenius élő pedagógiai öröksége. Magyar Comenius Társaság.2003.Sárospatak.169–170.</p> <p>Comenius 1652. <i>Új életre kelt Fortius</i>. In: Kovács Endre 1970. Comenius Magyarországon. Tankönyvkiadó. Budapest 256.</p> <p>Comenius 1653. <i>A jól rendezett iskola törvényei</i>. In.: Kovács Endre 1970. Comenius Magyarországon.</p>	

Tankönyvkiadó. Budapest 328.

Comenius1656. *Pampaedia*. In: Ködöböcz József (szerk): Comenius élő pedagógiai öröksége. Magyar Comenius Társaság.2003.Sárospatak.34–44.

ifj. dr. Reiszig Ede. 1905 . *Zemplén Vármegye Története*. In: Borovszky Samu (szerk): Magyarország vármegyéi és városai. Arcanum Adatbázis Kft. 2004

Felhasználható fontosabb technikai és egyéb segédeszközök:

Multimédiás eszközök.

A hallgató egyéni munkával megoldandó feladatai a tantárgy jegyzője által megadott módon:

Egyéni kutatómunka Személyes ismeretségek beszerzése a témakörhöz kapcsolódóan