

## A MŰVÉSZI TORNA OKTATÁSÁNAK MÓDSZERE AZ ÁLTALÁNOS ISKOLAI TESTNEVELÉSBEN

A művészi torna a testnevelés legfiatalabb ága, alig 20—30 éves múltra tekinthet vissza. A szovjet tornászok emelték művészi fokra, terjesztették el, és ezzel egy testképző és esztétikai nevelő hatásaiban kiváló sportágot teremtetek a nők számára.

Hazánkban újszerűsége miatt nehezen kapott helyet a többi hagyományos sportág között és az iskolai testnevelésben a művészi torna még ma sem kapta meg az őt megillető helyet. Az általános iskolában a művészi torna megszerettetése, népszerűsítése és megalapozása erősen háttérbe szorult a torna, atlétika és játékok oktatás mellett.

Az általános iskolai testnevelési tanterv aránytalanul keveset ír elő ebből az anyagból. A tantervben csak a VI—VII—VIII. osztályban szerepel a lányok számára a művészi torna és az oktatandó anyag mindössze karmozgásokból és néhány táncos járásformából áll. Ez a kötelező minimális anyag is jó alapot nyújthatna, ha testnevelő tanáraink legalább ennek az oktatását maradéktalanul és módszeres felkészültséggel végeznék el. A testnevelő tanárképzésben a művészi torállítja oktatóját elsősorban azzal, hogy gyakorlása mindig zenére történik. Természetes, hogy az oktatás főbb problémái is ezzel kapcsolatban jelentkeznek. Nem arra az objektív nehézségre gondolunk most, hogy a legtöbb iskolában gondot jelent a zenekíséret, zenekísérő és kottaanyag előteremtése, mert ezeknek a hiányoknak a pótlása végsősoron csak anyagiakon és a testnevelő tanár igyekezetén, ügybuzalmán múlik. Komoly problémát jelent szakdidaktikai szempontból magának a zenére történő mozgásnak oktatása.

A mozgásnak a zene sajátosságaihoz való alkalmazása a művészi torna egyik fő feladata. Ez a tornásznak a zenével való tökéletes együttműködésében nyilvánul meg. A zene sajátosságai a tempója, ritmusa, szerkezete, dallama, dinamikája, és hangulata, vagy mondanivalója. Ha elemezzük az emberi mozgást, ezeknek a megfelelőit megtalálhatjuk benne. Minden mozgásnak van tempója, azaz gyorsasága, sebessége, van ritmusa, amely a technika helyességének egyik alapfeltétele, és dinamikája is van, mert erő kifejtés nélkül nincs mozgás. Egy hosszabb, összefűzött gyakorlat a főbb gyakorlategyek köré csoportosult gyakorlatszekre tagolható, tehát szerkezeti felépítést is mutat. A zene dallamának, hangulatának, mondanivalójának pedig megfelel az emberi mozgás kifejező ereje, a gesztikuláció, amikor szavak nélkül taglejté-

sekkel, mozdulatokkal tudunk kifejezni gondolatokat. A zene és a mozgás összekapcsolásának előfeltételei tehát adva vannak, a megvalósítás mégis igen nehéz.

Az általános iskolai oktatásban nem törekedhetünk a művészi torna valóban művészi szinten való művelésére, itt csak az alapjait rakhatjuk le mindennek. A cél csak az lehet, hogy leküzdjük a kezdet nehézségeit. Meg kell tanulnia újszerű mozgásformákat, amelyek a legalkalmasabbak arra, hogy ebben az új közegeben biztonságosan és otthonosan tudjon mozogni.

A művészi tornát is, mint a testnevelés többi ágát, az általános iskola alsó tagozatában kell megalapozni. Ez a zenéhez szoktatásra a legalkalmasabb kor. Ha a testnevelési terv nem is említi ezeket az osztályoknak anyagában a művészi tornát, a tanár saját későbbi munkája megkönnyítése érdekében megtalálhatja erre a lehetőségeket a gyermekek értelmi és testi fejlettségi fokának megfelelő egyszerű tappsal, dobszóval, zenével végzett tempó, és ritmus gyakorlatokkal. Legjobban bevált, kitűnő eszközként pedig a zenés játékok kínálkoznak erre, amelyek igen jól megfelelnek a 6—10 éves korú tanulók játékos oktatási módszerének és céljuk az, hogy a játékon keresztül, játszva, szinte észrevétlenül „lopják” a gyermek fülébe a zenét, fejlesszék tempó és ritmusérzékét és azt a képességét, hogy mozgását a zenével összhangba tudja hozni. Ezek a játékok tulajdonképpen a tantervi játékok némileg módosított zenés változatai és mint ilyenek kettős célt szolgálnak: a játék nevelő értékei mellett a művészi torna előképzés munkáját is elvégzik. Erre az előképzésre már biztosan építhet az oktató a VI. osztályban, a zenével való együttműködés tekintetében nem lesznek nehézségei a művészi torna oktatásában. Sőt meg kell említenünk, hogy a tanulók ilyen irányú foglalkoztatása a testnevelés órákon milyen szervesen illeszkedik a zeneoktatáshoz is, amelynek legmodernebb módszere az általános iskolai oktatásban a zenei hallás kifejlesztését hasonló, a mozgáshoz kapcsolódó, szenomotorikus eljárások útján kívánja elérni.

A művészi torna anyagát stilizált mozgásformák képezik. Ezen azt kell értenünk, hogy mozgásanyagát nem a természetes mozgások köréből, hanem a torna és a tánc mozgásformáiból válogatta össze a maga speciális céljainak megfelelően. Ezek mesterségesen kidolgozott mozgások, amelyek végrehajtásánál a legtöbb esetben éppen az jelenti a kivétel magas szintjét, hogy mennyire képes a tornász a test vagy testrészek természetes tartásával, mozgásával ellentétes, különleges tartásokat és mozgásokat végezni. Az ember leg-

természetesebb mozgása pl. a járás, amelyet a kis gyermek ösztönyszerűen kissé befelé fordított, emelt lábfejjel és úgy végez, hogy a lépő láb sarkával érinti először a talajt. A művészi torna alapjárás követelménye ezzel szemben a kifelé fordított, lefesztett lábfej tartás és a lábheggyel való talajfogás.

A stilizált mozgások a tornászok számára először szokatlanok, idegenszerűen hatnak. Ez az érzés annál erősebb a tornászban, minél jobban hozzászokott, megrogzódott már a természetes mozgások végzésében, vagyis minél idősebb az, aki a művészi tornával foglalkozni kezd. Ezért van az, hogy az általános iskola VI. osztályában, vagy még később ezzel a testnevelési ággal először próbálkozik általában igen felszegek, ügyetlenek, gátlások és ahelyett, hogy ezek a mozgások esztétikai érzelmeket keltenének bennük, rosszul érzik magukat, szégyenkeznek miatta. Idővel, a gyakorlás folyamán ez mérséklődik, sőt el is tűnik.

A tapasztalat azt mutatja, hogy minél fiatalabb korban találkozunk valaki a művészi torna stilizált mozgásaival és esztétikai szemléletével, annál természetesebbnek találja azt. A kis gyermek, mint mondtuk, befelé fordított lábfejjel jár, de ha azt kívánjuk tőle, hogy most fordítsa kifelé a lábát és úgy lépkedjen, azt is csak egy új játéknak tekinti, és szívesen, könnyedén végrehajtja. Az 5—6 éves gyermekben semmi pszichikai ellenkezés nincs még a stilizált mozgásokkal szemben, fizikailag pedig az egész teste sokkal alkalmasabb, — főleg az ízületek lazasága és az izmok nyúlékonyasága miatt — ezek végrehajtására. A kicsi korban megszokott stilizált mozgásformák később sem fognak erőszakoltnak, mesterkéltnek hatni, hanem a természetes báj esztétikumát sugározzák.

Az elmondottak azt bizonyítják, hogy ha a művészi torna stilizált mozgásának oktatása problematikus az általános iskolában, akkor ez csak azért van, mert a VI. osztályig semmi előképzés nem vezet azt be. A tanterv valóban nem rendelkezik ilyen irányban, azonban szabadgyakorlatokat a torna anyagban minden alsó tagozati osztályban, sőt óvodában is végeznek a gyermekek. A művészi torna előkészítő gyakorlatai szabadgyakorlati jellegűek, tehát annak aki ért a művészi tornához, és meg van győződve oktatásának fontosságáról, csak egy kis átgondolásra van szüksége ahhoz, hogy a hagyományos formát új tartalommal töltsen meg. A kicsikkel is végeztesen olyan szabadgyakorlati elemeket, amelyek testképző hatása a későbbi művészi tornázás előkészítését célozza és fokozatos szokatlatja őket a stilizált mozgásokban rejlő szépségek érzékelésére. Ez a külön törődés jó befektetésnek fog bizonyulni.

Végül szólnunk kell a művészi torna ok-

tatásának még egy nehézségéről. Sokak szerint a művészi torna egyéni sportág, márpedig az általános iskolai tömeges oktatásban nincs arra alkalom, hogy egyénileg minden tanuló mozgásának - csiszolásával bíbelődjünk. Van igazság ebben a felfogásban. A művészi torna valóban igazán csak akkor érdemli ki „művészi” jelzőjét, ha eljut a mozgáskészségnek olyan kifinomult fokára, amely az egyéniségen átszűrte mozgástökéletességet jelent. Itt azonban a művészi torna már a táncművészet határán mozog, attól nehezen határolható el és ez sok szakmai vitára is adott alkalmat. Ezek eredményeként megállapítást nyert, hogy amíg a tánc a művészetek egyik ága, a művészi torna a testnevelés, illetve a torna egyik ága. Mint ilyennek nevelési céljai vannak elsősorban és nem művészi babérokra tör. Ennek kifejezéséeként válik pl. egyre inkább használatossá a „művészi torna” helyett a „modern gimnasztika” elnevezés is. A torna is egyéni sportágnak minősül versenyszínpalán, mint a sporttorna, mégis mint alaptorna az általános iskolai testnevelési tanterv anyagának legnagyobb részét és a tömeges testnevelés legjobb eszközét jelenti.

Egyéni foglalkoztatásra nincs mód az általános iskolai testnevelési órán, de meg kell találni a lehetőséget arra, hogy a művészi torna alapfokú előkészítő gyakorlatait és egyszerű táncos mozgásformáit osztályfoglalkoztatás, vagy csoportos osztályfoglalkoztatás formájában végeztessük a tanulókkal. Ez pedig nem csak lehetséges, hanem szinte kínálkozik is, mert ennek a legegyszerűbb sportágnak ugyanakkor igen sok társas vonatkozása is van. Ezt kell meglátni és kihangsúlyozni ezen a fokon. Gondoljunk itt a rendkívül sokféle, változatos térformák adta lehetőségekre, amelyeket olyan előszeretettel alkalmaz a művészi torna. Az egyszerű testképző, előkészítő gyakorlatok végezhetőek az egész osztállyal egyszerre bármilyen nyitott rendgyakorlati alakzatban. A táncos mozgásformákat új anyagként szintén együttes osztályfoglalkoztatás keretében, rendszerint egyes oldalkörben oktatjuk. Amint azonban a legegyszerűbb lépés-, futásformát egyedül már elfogadhatóan végzik a tanulók, azonnal páros, majd hármas, négyes és nagyobb létszámú csoportokban gyakoroltathatjuk tovább. Az új térformák mindig újjá varázsolják a gyermekek számára a már ismert lépéseket. A csillagok, hármas-, négyescsokk, láncok, cikk-cakkok, kapuk, alagutak; a kerék, csiga, hullám, fésű, stb. társas térformák mind fokozott esztétikai élményt jelentenek, mert ilyenkor a közös munka öröme megsokszorozza azt. Lehet, hogy így az általános iskolai oktatásban a mozgások egyéni csiszolása kissé háttérbe szorul, de teljesen nem tűnik el, mert érdekes

módon éppen a közösségi munka segíti azt elő. Több tanulóból alakított tényműben az egyén ugyan feltétlenül alárendeli magát a közösségnek, de az igyekezett arra, hogy a többiekkel együtt közösen valami szépet hozzanak létre, egyénileg is arra készíti a tanulókat, hogy tudásuk legjavát adják.

A művészi torna oktatásban ez a társas forma az általános iskola profilja. Nemcsak a testnevelési órákon oktatható így a legeredményesebben, hanem ebben a formában használható pl. a bemutató tornában is. Iskolánk általános és kedves hagyománya dísztorna és évvégi testnevelési bemutatók rendezése. Ezek műsorában a leghatásosabb számok mindig a zenére végzett szabad és kéziszer gyakorlatok. Sajnálatos, hogy ilyeneket azokban az iskolákban is bemutatnak, ahol művészi torna oktatás nincs, pedig ezek a bemutató számok kimondottan művészi torna jellegűek és kellő előképzettség nélkül csak paródiájává válnak annak, a bemutatók pedig a testnevelés propagandája helyett az ellenkező célt érik el. Már maga ezeknek az állandóan ismétlődő bemutatóknak a sikere érdekében is érdemes fáradoznia a testnevelő tanárnak a művészi torna fentebb ismertetett társas formáinak oktatásával. Az általános iskolában a művészi tornára, mint egyéni sportágra, egyéni foglalkoztatás formájában csak egy vonatkozásban van szükség: a sportköri torna edzéseken, ahol viszont a torna-versenyekre való felkészüléshez elengedhetetlen.

A művészi torna a női torna fejlődésének új irányt adott. A művészi tornával kapcsolatban helye van szakmai vitáknak, de ezeknek a „hogyan?” fontos kérdése körül kell forogniuk. Természetes, hogy mivel a legújabb és legsajátságosabb ága a testnevelésnek, szakdidaktikája is a legkevésbé tisztázódott még. Ennek kialakításához és ezzel az oktatás problémáinak megoldásához igen nagy szükség van arra, hogy a művészi torna oktatásában gyakorlatokkal rendelkező oktatók közreadják tapasztalataikat, amint e néhány szakmódszertani elgondolással magam is ezt a célt kívánom szolgálni.

Dr. Kalmár Lajosné  
Eger, Tanárképző Főiskola

## HOGYAN TANÍTHATNÁNK EREDMÉNYESEBBEN A HANGTANT?

Az általános iskola 5. osztályában a magyar nyelvtan első nagy fejezete: *A hangok és a betűk*. Ez a cím igen helyesen utal arra, hogy beszédhangjaink hangot t a t a s a és í r á s b e l i, jelölése egymással ugyan szoros kapcsolatban lévő, mégis két különböző dolog.

Hang és betű között a különbségtétel nem mindig jár együtt igényes elemzéssel.

Az órákon feljegyzett tipikus hibák:

1. „*Itt*: ezt a szót két *t*-vel mondjuk” — hangzott egy ötödik osztályos nyelvtanórán. Igaz megállapítás ez? Nem az, vagy legalábbis tudománytalan. Az *itt* szóban egyetlen, de hosszú *t* hangot ejtünk, melyet csak az írásban jelölünk betűkettőzéssel. Természetesen az sem sokkal jobb, ha így mondjuk: „Megkettőzzük az *itt* szó utolsó hangját” — e szó végén ugyanis csak egyszer ejtjük a *t*-t, de hosszán. Ez tehát nem olyan eset, mint például az *e* hang kettőzése a *leesik* szóban, amelyben az *e*-t valóban kétszer kell ejtenünk.

2. „*Asszony*: ennek a szónak utolsó betűjét röviden írjuk.” — Ebben a mondatban is szemléleti hiba van: az *ny* tudniillik nem mint *be t ű*, hanem mint *hang rövid*. Ellenben hosszú *e* a hang a *szenny* főnév végén vagy a *mennyi*, *annyi* névmás belsejében. Lehet-e valamit „röviden írni”? Igen: ha kevés az időnk, akkor a levélben nem hosszán, hanem *röviden írunk* a barátunknak. Persze, a nyelvtanórán egészen másról van szó: arról, hogy a rövid *ny* hangot csak egy *ny* betűvel, hosszú párját viszont *e* betű megkettőzésével írjuk.

3. „Milyen hang az *ny*? — Kétjegyű.” — Ebben a minősítésben is az előbbi szemléleti hiba figyelhető meg, hiszen „kétjegy” csak *be t ű* lehet, hang nem.

4. „*Koronázza*: itt a szó tö (koronáz-) után a rag *j* betűje hasonul.” — A hiba forrása megint csak az, hogy *be t ű* és *hang* között elmosódott a különbség. Értelmező szótárunk szerint a hasonulás: az a folyamat, jelenség, hogy valamely *hang* képzésmód tekintetében egy másik hanghoz alkalmazkodik. A hasonulás tehát hangtani jelenség: a kimondott *koronáz* szó *z* hangjához hasonul a rag *j* hangja. Ez a jelenség az írásban csak *t ű k r ő z ő d i k*, de elsődlegesen nem az írásban, hanem az élőszóban, vagyis a hangzó nyelvben megy végbe. Az írás csak tudomásul veszi és jelöli, hogy a hangoztatott szóalakban mi történt: a *koronáz* szó *z* hangjához „teljesen hasonult” a következő *j* hang. Mit jelent ez a teljes hasonulás? Azt, hogy a *z* és a *j* külön hangoztatása helyett csak egyetlen hangot, a *z-t* ejtjük, de hosszán. Ennek a hangnak hosszú voltát írásunkban betűjének megkettőzésével tüntetjük fel.

Az általános iskola 5. osztályában használatos „Magyar nyelvtan” könyv is elsődlegesen hangokat említ, csak másodlagosan betűket. Ez a helyes szemléletmód tükröződik például a 43. lapon bekeretezett szabályban: „Ha *s-re*, *sz-re*, *z-re* vagy *dz-re* végződő igéhez *j*-vel kezdődő toldalék járul, akkor a *j* teljesen hasonul a megelőző mássalhangzóhoz. Ezt írásunkban az *s*, *sz*, *z*, *dz* megkettőzésével jelöljük: *keeres-*