

dezőnk a szülők és patronálók tiszteletére. Minden évben anyák napján köszöntjük az édesanyákat, a nagymamákat. Meghívjuk őket az iskolánkban már hagyománynak számító művészeti kiállításokra.

Az említett tevékenységek által mozgalmi életünk nyitottságát is elősegítettük, ezáltal a szülők egy része érdeklődőbbé, nyitottabbá vált az iskola iránt.

A felvillantott képek csupán lehetőségei az általam említett útkeresésnek, melyeket kipróbáltunk, s úgy látjuk, továbbfejlesztve őket, még nagyobb odafigyeléssel közelebb kerülhetünk a célhoz. Természetesen nálunk sem általános jelenség az, amiről írtam. Vannak még közömbös, s olykor nemet mondó szülők is. Azonban a kíváncsiság közülük is egyre többet hoz el egy-egy közös rendezvényünkre. Úgy vélem, hogy a gyermekekre odafigyelő, értük tenni akaró szülők és nevelők jó együttműködésének egyik célja e kíváncsiság felkeltése, ébrentartása. Ezen az úton tovább haladva megtaláljuk azokat a közös pontokat, melyeken keresztül erősödhet a család felelőssége a gyermekek nevelésében, és kialakulhat mozgalmi életünkben egy még tartalmasabb tevékenységi forma, melynek biztos pillére lesz a család és az iskola együttműködése.

---

ÖRDÖGH GYÖZÖNÉ—ZSOLNAI JÓZSEFNÉ  
Szeged

## A 6—10 éves tanulók megterhelésének vizsgálata az 5 napos tanítási héten

Az 1982—83-as tanévben tértünk át az ötnapos tanítási hét általános bevezetésére. Ezzel az új renddel nem változtak meg és nem lettek kisebbek az oktatási intézmények elé tűzött célok. Semmivel sem csökkent a megvalósítás részfeladatainak száma, tartalma. Cseppet sem enyhültek, nem váltak alacsonyabbakká a tantervi követelmények sem a nevelésben, sem a tudásszintekben. Igaz, valami más mégis csökkent: a heti munkanapok száma. Ez viszont növeli az egy napra eső nevelői és tanulóivalókat. A tudnivalók napi mennyiségét még jobban hangsúlyozza az öt nap minden munkaórájának maradéktalan kihasználása.

Iskolánkban 391 1—4. osztályos tanulót és azok szüleit kérdeztük meg arról, hogy gyermekük megterhelése hogyan oszlik meg az öt napon. Kíváncsiak voltunk arra is, tudnak-e élni a megnövekedett hétfévi szabadidővel. A szülők által kitöltött kérdőívet az alábbi szempontok szerint értékeltük:

### 1. Felkelés ideje

5—6 óra között kel fel 9 tanuló, ez 2,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a az alsósoknak. Ez attól függ, ki milyen messzire lakik iskolánktól, és a szülők munkakezdésének időpontjától. 6—7 óra között kel fel tanulóink zöme: 352, ez a megkérdezettek 90,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a. 7—8 óra között ébred 30 tanuló, ez 7,6<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-ot jelent. Ők a közelben lakók vagy személygépkocsival érkezők.

## 2. Délelőtti órarendi elfoglaltság

8—12 óráig tanul 68 gyerek, tanulóink 17,4<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a.

8—13 óráig tanul 261 tanuló, ez 66,9<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

8—14 óráig tanul 62 gyerek, tanulóink 15,8<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a.

Csak a két első osztályba járó nem tagozatos tanulók fejezik be 12 óráig a délelőtti elfoglaltságukat. Már az 1. osztályok közül az ének-zene tagozatos gyerekek a hét több napján 8—13 óráig tanulnak. Azok a 9—10 éves gyerekek, akik angolt vagy ének-zenét tanulnak iskolánkban, napi 6 órán vesznek részt. Ez heti 30 munkaóra. Ismeretes, hogy a felnőttek heti munkaideje alig 10—12 órával több ennél, és általában munkahelyi problémák, feladatok megoldásával otthon már nem foglalkoznak.

## 3. Ebédelési időpont

12—13 óra között 68 tanuló (17,4<sup>0</sup>/<sub>0</sub>), 13—14 óra között 260 tanuló (66,6<sup>0</sup>/<sub>0</sub>), 14—15 óra között pedig 63 tanuló ebédel, és ez 16,1<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a gyerekeinknek. Eiszomorító, hogy tanítványaink zöme 13—15 óra között ebédel. Az egészséges életmód követelménye a háromóránkénti étkezés. Ennek elmaradása figyelmüket, aktivitásukat nagyban befolyásolja, hisz éhesen nem lehet dolgozni.

## 4. Játékra felhasznált idő

Napi fél órát: 9 tanuló, 2,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

1 órát: 192 tanuló, 49,3<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

2 órát: 163 tanuló, 41,7<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

3 órát: 9 tanuló, 2,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub> játszik.

Nem játszik 17 tanuló, ez 4,4<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

Ismeretes, hogy a 6—10 éves gyermek életeleme a játék, mely során felfrissülhet, a délutáni munkához erőt gyűjthet. A játéknak feszültségevezető és kiegyensúlyozó szerepe van. Általa gazdagodik a gyermek érzelmvilága, és fejlődik személyisége. Megkérdezett tanulóink közül él is ezzel a lehetőséggel 355 tanulóink. Eiszomorító viszont az a tény, hogy közel 20 tanulóknak még rövid idő sem jut játékra.

## 5. A délutáni tanulásra fordított idő

A másnapi felkészülésre

1 órát fordít: 19 tanuló, 48,6<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

2 órát fordít: 192 tanuló, 49,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

3 órát fordít: 9 tanuló, 2,3<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

Azoknak a tanulóknak, akik napi 3 órát tanulnak délután, délelőtti elfoglaltságuk is 14 óráig tart. Az ő munkaidejük még a felnőttekét is meghaladja, ugyanis napi 9 órát „dolgoznak”. Azok a gyerekek, akik csak a heti kötelező iskolai elfoglaltságnak tesznek eleget, és otthon sem szerveznek számukra különórákat, átlagosan napi 6 és fél órát dolgoznak, ezeknek közel 40 óra a heti munkaidejük.

## 6. Délutáni olvasásra felhasznált idő

Fél órát olvas: 32 fő, 8,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

1 órát olvas: 94 fő, 24,1<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,

2 órát olvas: 13 fő, 3,3<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

Nem olvas: 252 tanuló, ez tanulóink 64,6<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a.

Az utolsó adat megdöbönt bennünket, mivel az iskola mindent elkövet annak érdekében, hogy tanulóink szeressék a könyvet, szeressenek olvasni. De a napi megterhelésük miatt, mely olykor 8—9 órát is igénybe vesz, nem jut idő a rendszeres olvasásra.

### 7. A lefekvés ideje

19—20 óra között: 110 tanuló, 28,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,  
20—21 óra között: 257 tanuló, 65,8<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,  
21—22 óra között: 24 tanuló, 6,1<sup>0</sup>/<sub>0</sub> fekszik le.

A 6—10 éves gyermeknek napi 10 órai alvásra van szüksége ahhoz, hogy egészségesen fejlődjön, és másnap az iskolában aktívan dolgozzon. Az adatok megnyugtatóak, mert tanulóink 65,8<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a időben fekszik le, és csak közel 10<sup>0</sup>/<sub>0</sub> alszik kevesebbet a szükségesnél. A nyugtalan, szétszórt figyelmű, olykor problémát okozó tanulóink ezek közé tartoznak. Egy osztályban kb. 3—4 ilyen gyerek van.

### 8. Szülők véleménye az 5 napos tanítási hétről

Helyesnek tartja: 352 szülő, 90,2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>,  
nem tartja helyesnek: 39 szülő, 9,9<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

A szülők többsége azért tartja helyesnek a szabad hétvégeket, mert többet lehet együtt a család, az együtt töltött idő, közös munka, pihenés, szórakozás, kirándulás erősíti a család egységét, összetartozását, a szülő-gyermek kapcsolatot. A családtól elvárható, hogy járuljon hozzá az általános iskola céljának eléréséhez: az egyre sokoldalúbb közösségi ember formálásához, a harmonikus fejlett embertípus neveléséhez. Elvárható, hogy szabad időben, pihenés mellett legyenek tervezett programjaik is. A közös tevékenység — részvétel a háztartási munkában, kirándulások, séta, mozi, színház- és múzeumlátogatások stb. — során szerzett élmények, ezek megbeszélése hozzájárulhat a szabad idő értékes eltöltéséhez, a gyermekek közösségi emberré válásához. Mindezek segíthetik a gyermekben levő adottságok kibontakozását, a társadalmilag meghatározott teljesítési és magatartási szint kialakulását. Segíthetik önnevelésük kibontakozását, önmegvalósulási törekvéseiket. A megkérdezett szülők közül 91-en szerveznek hétvégi programot családjuknak, ez csak 23,3<sup>0</sup>/<sub>0</sub>. Szerintünk ez nagyon kevés, hiszen a családok egynegyed részét sem jelenti, pedig tanulóink zöme, kb. 80<sup>0</sup>/<sub>0</sub> értelmiségi szülők gyermeke. Tudunk olyan családokról is (kevesen vannak), akik részt vesznek a művelődési házak hétvégi klubfoglalkozásain, ahol felnőtteknek és gyerekeknek egyidőben szervezik a foglalkozásokat. Míg a gyermekeknek manuális tevékenységet fejlesztő foglalkozásokat tartanak, addig a szülők meghívott szakemberek előadását hallgathatják aktuális nevelési kérdésekről. Vannak olyan szülők is, kik őszintén leírták, mivel az öt nap zsúfoltsága miatt nem, vagy csak kevés időt tudtak a hiányok pótlására fordítani, ez a hét végére maradt. Páran írtak arról is, hogy a hétvégi programban kap helyet a családi beszélgetés, a gyerekek érdeklődésének kielégítése, legyen az akár tudományos, akár manuális. Szó esik ilyenkor még a családi munkamegosztásról is. Többen jelezték, hogy az öt napra zsúfolt munkaidő miatt, házi munkára is csak hétvégén kerül sor. Bevallásuk szerint tanulóink közül 228 fő segít rendszeresen otthon. Ez a megkérdezettek 58,4<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a.

### *Miért nem tartják helyesnek a szülők az 5 napos munkahétet?*

Igaz, hogy a szülőknek csak 10<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a jelezte hátrányát az 5 napos munkahétnek, mégis érdemes foglalkozni néhány szülő aggodalmával, véleményével.

- „Túlságosan zsúfolt a heti program, a cél nem vált be, a gyerek legfeljebb többet nézi a tévét szombaton és vasárnap, ugyanis a szülőnek nem „szabad” a hétvége. (Vagy házi munkát végez, vagy rohan a pénz után . . .)”
- „Nagyfokú a hétközi megterhelés. Helytelenítjük a sok 6. órát. Így kevesebb idő jut az egyéni elfoglaltságra, és a nap szerinti pihenőre, ami pedig egy fejlődő szervezet számára elengedhetetlen lenne.”
- „Sajnos, az a gond, hogy az 5 nap alatt a nagy mennyiségű anyag feldolgozásából adódó nehézségek megoldására, elmélyítésére nincs idő. Ez a hétvégére marad, amikor viszont a gyermek már annyira fáradt, hogy meglehetősen nehéz rávenni gyakorlásra. Nagyon sokszor előfordul, hogy a tanulás belenyúl a zavaros alvásidőbe is. A hétközbeni terhelésen kellene kissé enyhíteni!”
- „Hátrányát főleg a gyerek terhelésének egyenetlenségében látom, ami feszültségeket okoz, s ez a tanulás hatékonyságát is csökkentheti. Az 5 napos rendszerben a szünidő összezsugorodik, s ki tudja, mi értelme van a júniusi és augusztus végi nyárban való tanításnak?”
- „A tananyagot, illetve az órákat nem csökkentették eléggé az ötnapos tanítási hétre. Soknak és egészségtelennek tartom, hogy egy 7—8 éves gyerek 14 óra után tudjon csak ebédelni. Játékra szinte nincs ideje.”
- „Úgy tapasztaltam, hogy a meghosszabbított tanév az elért érdemjegyek rontását hozza magával, hisz a forró nyári hetekben, napokban a gyerekek már türelmetlenek, fáradtak az egész évi munkától.”
- „Zenetagozatos tanuló lévén, mindennap későn jön haza. Félő, hogy a gyermek idegrendszere ezt megsínyli.”
- „Hosszabb a tanév, és korábban kezdődik. Nekünk nincs módunk főidényben nyaralni, most sem elő-, sem utószezonban nem mehetünk az iskola miatt!”

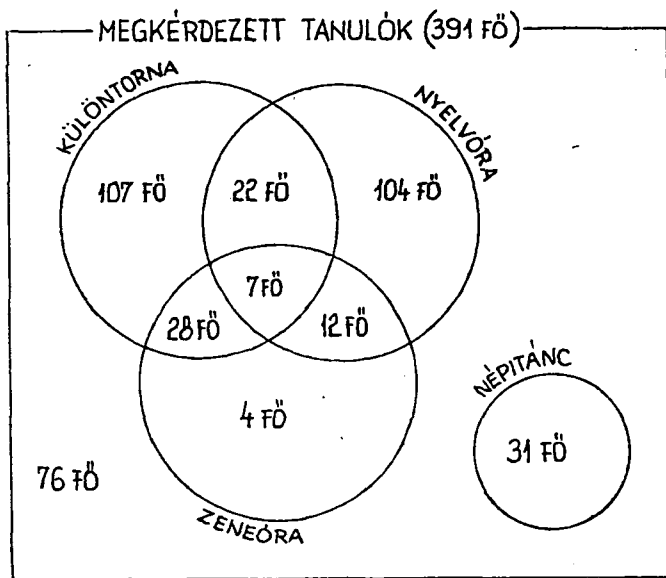
#### *Az iskolai órarenden kívül tanulásra fordított idő*

Kíváncsiak voltunk arra is, hogy mennyire terhelik meg a szülők különórákkal gyermekeiket. A következő délutáni órákra kérdeztünk rá:

- külön torna vagy sport,
- zeneóra,
- nyelvóra,
- népi tánc.

Első helyen a külön tornát és sportot említhetjük, amelyre iskolai és otthoni szervezésben 164 fő, a tanulók 42<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-a jár. Egyértelműen érezhetjük, hogy a szülők próbálták gyermekeik mozgásigényének kielégítésén segíteni. Fontossági sorrendben a nyelvóra következik: 145 fő, (37,1<sup>0</sup>/<sub>0</sub>) tanul idegen nyelvet. A harmadik helyre került a zenei képzés: 51 fő, 13,07<sup>0</sup>/<sub>0</sub>. Népi táncra csak 31 tanuló (7,9<sup>0</sup>/<sub>0</sub>) jár.

Az alábbi Wenn-diagram szemléletesen mutatja tanulóink iskolán kívüli elfoglaltságának szóródását.



Tudjuk, hogy tanítványaink szabadideje nagyon kevés, ezért érdekelt bennünket, mit csinálnának szívesen, ha több szabad idővel rendelkeznének. A következő válaszokat kaptuk:

- játszana 84 fő, tévét nézne 46 fő, moziba menne 3 fő, kirándulna 35 fő, focizna 48 fő, olvasna 57 fő, sportolna 74 fő, babázna 7 fő, aludna 4 fő, bélyeget gyűjtene 1 fő, házi munkát végezne 1 fő, csillagászattal foglalkozna 1 fő.

(Ez összesen 362 válasz, mert betegség miatt 29-en hiányoztak a felmérés időpontjában.)

Nem lepett meg bennünket az, hogy tanulóink közül legtöbben a szabadidőben játszani szeretnének. Jogos igény ez részükről, mikor idejük nagy részét, napi 6—8 órát munkával, tanulással töltenek. Ismeretes a játék pihentető, kikapcsolódást biztosító szerepe, mely nagyban befolyásolja kedélyállapotukat. Igazán akkor gyerek, ha játszik. Teljesen érthető az is, hogy közel 160 gyerek a nagyobb mozgásigényt kielégítő sportolást, focizást, kirándulást választotta kedvenc időtöltésének. Elgondolkoztató mindenképp ez az adat, mivel a tanulók a nap 24 órájából közel 21 órát zárt helyiségben, kis mozgástérrel kénytelenek eltölteni.

Figyelmünket megragadó, a gyermekek által kedvenc időtöltésükről írt véleményeket szeretnénk idézni.

- „Engem nagyon érdekel a csillagászat. Szeretek kérdezősködni, keresgélni a könyvekben, hogy a Holdon és a különféle bolygókon mik és kik élnek, milyen ott az élet.
- „Kedvenc időtöltésem a játék. Van egy nagy lapos dobozom, házakat szoktam belőle építeni és embereket. Ha több időm lenne, többet szórakoznék vele. Sajnos, nincs időm, s így nem tudok vele sokat játszani.”
- „Én nagyon szeretek olvasni és játszani. Olvasni több időm van. Játzani inkább csak hétvégeken szoktam, de olyankor sokat. Ha nincs hideg, akkor lent a játszótéren játszom, ha hidegebb van, akkor bent babázok vagy olvasok.

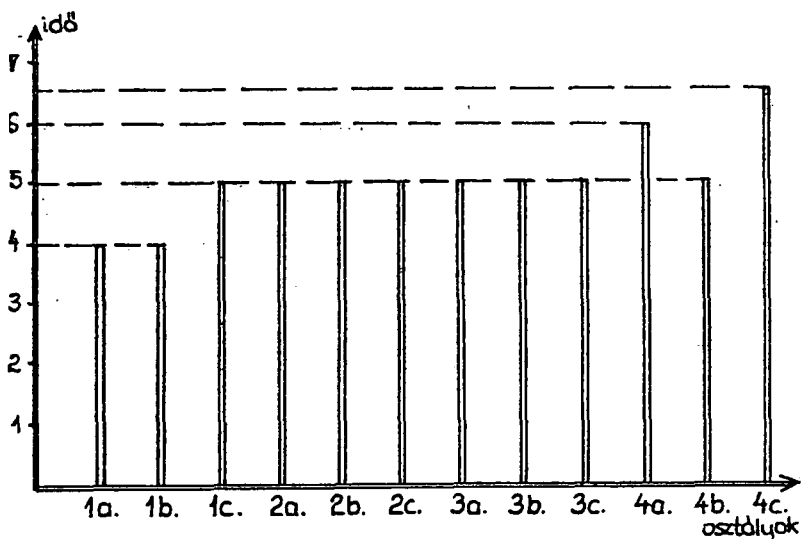
Most az Írnok és a fáraó című könyvet olvasom, mely az ókori Egyiptomban játszódik. Játsszani inkább úgy szoktam, hogy az egyik babának én vagyok az anyukája. Ilyenkor a baba inkább egészséges, de néha beteg is. A kisbát ilyen esetben orvoshoz viszem. Ez nagyon érdekes.”

- „Kedvenc időtöltésem az olvasás. Szeretném, ha lenne szabad időm, mert többet szeretnék olvasni. Ha van időm, legtöbbször olvasok. Este, ha hazamegyek a napköziből, lepakolom a táskát, és olvasok. Sokszor az esti mesét sem nézem meg. A tévézés is kedvenc szórakozásom. Az a kár, hogy napközis vagyok, mert így kevesebbet olvashatok. Már sok könyvet elolvastam. Anyukám szerint ezért ötös az olvasásom.”
- „A szabad időmben legszívesebben édesanyámnak segítenék. Pl.: lemennék az ABC-be, felmosnám a követ, felsporszívóznék. Segíteni szeretek a legjobban.”
- „Szeretnék a nyáron hosszabb vakációt. Minden hétvégén kirándulni járni. Szeretném, ha több alkalommal járhatnék népi táncra. Olvasni is nagyon szeretek, főleg kalandos regényeket. Nagyon szeretek múzeumba, moziba, színházba járni.”

A gyerekek által leírt vágyok elgondolkoztatók, jó lenne, ha teljesíteni tudnánk őket.

Megkérdeztük tanulóinkat, hogy a meghosszabbodott hétvégét hányan töltik tévézésel, és hányan olvasnak rendszeresen. Bevallásuk szerint a szombat és vasárnap délelőtti gyermekműsort 269-en (68,9%) szokták nézni. Rendszeresen olvas a hétvégén 225 tanuló (57,6%). Korábban szoltunk arról, hogy gyermekeink a munkanapokon igen keveset olvasnak, ezt a hiányt tanulóink több mint fele a hétvégén pótolja.

A következő grafikonon tanulóink délelőtti megterhelésének mértékét érzékeltetjük.



*Iskolánk tanulóinak 5 napos megterhelése*

A tanulásból adódóan: 6,5 óra/tanuló.

Különórák, szervezett sport: 2,9 óra/tanuló.

Az összes terhelés (tanulás + különórák): 7,9 óra/tanuló.

*Végezetül összegezzük a szülők és a magunk véleményét.*

Miben látjuk — szülők és nevelők — a jelenlegi ötnapos tanítási hét *előnyét*:

— A heti 2 pihenőnap lehetőséget ad arra, hogy a család közös programokat szervezhessen — színház, múzeum, mozi, utazás stb. — a családtagok több időt tölthessenek együtt. Mindez a családi nevelés szempontjából igen jelentős, bár kevés szülő használja fel tartalmasan a hétvégeket.

*Hátrányát a következőkben érezzük:*

— A feszített munkatempó a 6—10 éves korú gyermekek idegrendszerét erősen igénybe veszi. Megmutatkozik ez figyelmük szétszórtságában, agresszív viselkedésükben, nyugtalanságukban, társaikkal szembeni türelmetlenségükben. Tapasztalataink szerint az orvosok, pszichológusok feladata lenne, hogy megvizsgálják az idegrendszeri károsodás mértékét. Észrevételeink szerint olyan adatok birtokába juthatnának, amelyek az oktatásügy irányítóinak figyelmét is felkeltenék.

A család életrendjéhez és a gyermekek egészséges fejlődéséhez igazodó gyakorlati tapasztalatainkból fakadó *javaslataink*:

1. A tanulók napi megterhelése iskolánkban 7,9 óra, s ez a felnőttek napi munkaidejével majdnem egyenlő, tehát meghaladja a 6—10 éves gyermek munkabírását. A tagozatos osztályokban — a három párhuzamos osztály közül kettőben (itt az angol nyelv és ének-zene tantárgyak miatt magasabb az óraszám) — mindenképpen csökkenteni kellene a 6. órák számát.

2. Nagyobb nyomatékkal kellene a szülők figyelmét felhívni arra, hogy az indokolatlanul sok különóra számát csökkentsék. Lényegesnek csupán azokat az iskolán kívüli elfoglaltságokat tartanánk, amelyek a tanulók testi fejlődését, adottságaik és képességeik fejlesztését szolgálják.

3. Tapasztalataink szerint egyes tantárgyak anyagából alsó tagozatban bizonyos részek elhagyásával növelni lehetne a készségfejlesztő gyakorlóórák számát. Ugyanakkor lehetőség nyílnék a tanítási órák időtartamának csökkentésére. Erre azért is szükség lenne, mert az alsó tagozatos tanulók 20—25 percnél tovább nem tudnak figyelni. Pedagógiai szempontból is helytelen, hogy a 6—10 éves korú gyermekek tanóráinak időtartama megegyezik a főiskolai és egyetemi hallgatókéval. Mindenképpen javosolnánk a 40 perces tanórák bevezetését.

4. A szülői házból érkezett jelzések kifogásolják a nyár végi iskolakezdést. A különböző munkahelyek szabadságolási tervei, a nyár végi időjárás (amely meleg, s így a gyermekek szervezetét erősen megviseli) és az iskolakezdés nincs szinkronban. Helyesebbnek tartanánk a hagyományos szeptember eleji tanévkezdést és az esetlegesen hosszabb júniusi befejezést. A megrövidült évközi szünetek nem alkalmasak a gyermekek idegrendszerének regenerálására. Ez is indokolja az évszakhoz jobban igazodó szünidőt.

Felméréseink alapján egyértelmű a hétvégi 2 pihenőnap jelentősége. Igen nagy pozitívuma a családi nevelés előtérbehelyezése, ugyanakkor a gyermekek fokozott iskolai igénybevétele aggodalomra is okot ad. Az elkövetkező évek feladata az iskolai munka és az iskolán kívüli tevékenységek helyes arányának megtervezése a jövő hasznos, kiengyengült nemzedékének felnevelése érdekében.