



ERDEI
GABRIELLA

Indivídum és csapatmunka

Önálló innováció a Kiss Zenede AMI „Cifra Palota” projekt keretében

Indivídum és csapatmunka

A magyar népi gyermekjátékok szerepe a csoportalakításban és az egyén beilleszkedésében

Önálló innováció a Kiss Zenede AMI „Cifra Palota” projekt keretében

Tartalom

- 1. Bevezetés**
- 2. A 6-9 éves gyermekek testi és lelki fejlődéséről**
- 3. A 6-9 éves gyermekek fizikai fejlődéséről**
- 4. A hagyományos népi gyermekjátékok szerepe régen és ma**
- 5. Közösségteremtő játékok**

Bevezetés – A téma: csapatmunka-beilleszkedés

A korszerű oktatási-nevelési folyamat jellemzője, hogy tudatosan épít a tudományos eredményekre és tapasztalatokra: a fejlődéssel foglalkozó tudományok (lélektan, élettan), a társas kapcsolatokat elemző tudományok (szociálpszichológia), a tanítási módszertan különböző irányvonalainak leírásainak (pl. Zsolnay-módszer) eredményeire. Közül A művészeti és általános iskolák néptánc-népi játék oktatásában ill. annak módszertanában a kisgyermek fizikai fejlettsége és igénye, valamint a gyerekek szocializációja - csoportba való beilleszkedése, szabálytudatának kialakulása szempontjából a fogócskák és egyéb sportos, csoportos játékok szerepét emelném ki.

A 6-10 éves gyermekek szellemi és lelki fejlődéséről

A kisiskolás kor biológiai szempontból a 6-10 éves kor, funkcionális szempontból pedig az iskolaérettség kialakulásától a pubertás kor kezdetéig számítjuk. Elsősorban Dr. Salamon Jenő Fejlődéslélektan c. jegyzetére támaszkodva, szeretném kiemelni azokat a lélektani összetevőket, amelyeket a tánc- és játéktanításnál is fontos szem előtt tartani, hogy tudjuk, mit várhatunk el ettől a korosztálytól, és hogyan segíthetjük előrehaladásukat.

Az agy súlygyarapodása és az idegsejtek differenciációja folytán alkalmas lesz a gyermek a szándékos tevékenységi folyamatok (tanulás) véghezvitelére. "Ebben a korban megváltozik az izgalmi és gátlási folyamatok viszonya" /Dr.Salamon, 1974:129./ - Az óvodáskor impulzív és labilis magatartása a gátlási folyamatok fejlődésével egyre kiegyensúlyozottabb személyiséget eredményez. 6-7 éves korban még az izgalmi folyamatok túlsúlya jellemző, ezért - főként az első osztályban, de még a másodikban is - ingerlékenyek és tanulásban fáradékonyak. Itt is fontos a visszahatás törvényszerűségét szem előtt tartani: a szándékos tanuláshoz és az iskolai magatartáshoz szükséges fegyelem erőteljesen segíti az izgalmi és gátlási folyamatok egyensúlyának kialakulását. Ugyanígy: a tánctanulás során a koordinációs és kondicionális képességek fejlesztése visszahat az agyműködésre - mint minden, gondolkodást és emlékezést fejlesztő gyakorlat. A gátlási folyamatok fejlesztésére igen alkalmasak a gyermekjátékok. A pszichológia szerint ez a szabályjáték kiteljesedésének kora. - A játék definíciója: Mérei Ferenc szerint minden lehet játék, de ami megkülönbözteti a gyermek minden más cselekvésétől, az a játéktevékenység az a szabad akaraton alapuló önmagáért való játék és örömszínezete. A tanórán a játék a tanítási folyamat eszközévé is válik. Ezért vizsgálat tárgya lehet a játék funkcióinak áttekintése:

1. funkciógyakorlás ("én csinálom" öröme),
2. utánczás öröme,
3. együttes/közös élmény,
4. feszültségoldás.

Piaget megfigyelte, hogy a gyerekek összefüggő intellektuális struktúrákat építenek fel – hasonlókat a Bourbaki-féle anyastruktúrákhoz /Seymour, 1988:123./ -, egységben látják a világot. Már a legkisebb kortól tapasztalatokat gyűjtenek a dolgok rendszerezéséhez (a rendezés anyastruktúrája). A különböző struktúrák bár egymással összefüggenek, külön-külön is megtanulhatók, mindegyikük összefüggő tevékenységeknek felel meg a gyermek életében. Mivel ezek a struktúrák egymással párhuzamosan működnek és közös formalizmust használnak, ezért egymást kölcsönösen alátámasztják – bármelyik megtanulása elősegíti a többit. – Ezek a belső struktúrák állandó kölcsönhatásban vannak a külvilággal, a hangsúly azonban a belső eseményeken van. – A gyermekeknek ezt az egységes világlátását bontja meg, teszi tönkre a tantárgyi felosztás.

A mai családok többsége nukleáris családnak tekinthető (általában apa, anya és egy-két gyerek), ezért a kevés modell, kevés interakciós lehetőség két-három emberhez való túl erős kötődéshez, s így beilleszkedési zavarokhoz vezethet.

A tanárhoz való viszonyulás is jellemzője egy korosztálynak. Kezdetben a szülőt látja a pedagógusban a gyerek. A tanító emberi arca kerül előtérbe. A 7-8 éves korosztálynál még a feltétlen tisztelet figyelhető meg a gyerekek részéről. 8-9 éves korcsoportnál megfigyelhető a társak felé fordulás és a versenyszellem megjelenése ("én legyek a legjobb", "a mi csoportunk legyen a legjobb").

A tanulás törvényei /főiskolai jegyzet/:

- motiváció törvénye (ha nincs elég - külső v. belső - készítés, a tanulás nem megy végbe),
- gyakorlás törvénye (tanulás csak gyakorlás révén jön létre) - a gyakorlás optimális szintje esetén tartós memóriába kerül a tanulandó anyag. A további feldolgozás alapja a más egységekkel való együttgyakorlás. Kevés gyakorlással nem lesz tartós a tudás, a túlterhelés zavarokat okozhat (gátlások),
- készség törvénye (ha rá vagyunk készülve a tanulásra, eredményesebb lesz),
- következmény törvénye (ha TUDOM, hogy számon fogják kérni, szintén eredményesebb),
- értelmesség törvénye (a tanulás intenzitása fokozódik, ha a tanulási egység közvetlenül kötődik a tanuló személyéhez - célok, gondok),
- kontextus törvénye (ha pl. nem vizsga miatt tanul valaki idegen nyelvet, nem is kötelező, hanem utazás céljából, ami az információkat más összefüggésben rendszerezi, s e tanulási egységek nem izoláltak többé),
- jelentéstartalom törvénye /egy tanulandó szó minél több képzetársítást vált ki, annál nehezebb elfelejteni.

I.1 A megismerő tevékenység fejlettségéről

I.1.1 Érzékelés - észlelés

Az első, második, harmadik osztályosok "gondolkodásának legjellemzőbb tulajdonsága a képszerűség és a konkrét szemlélethez kötöttség" /Dr.Salamon,1974:143./. Ezért az érzékelés és észlelés nagy szerepet játszik e korosztály tanulásának eredményességében. A **látás** és **hallás** terén a különbség-érzékenység mutat jelentős fejlődést, míg az abszolút érzékenység lassabban alakul. Igen szembetűnő a gyakorlás, gyakoroltatás hatása a hallás

élességére vonatkozóan: a zene-tagozatos általános iskolákban a gyengébb hallású gyerekek is elérték az elvárt követelményszintet, ami számomra azt is jelenti, hogy egy átlagos általános iskola nem használja ki a hallás szenzitív fázisait.

A kisiskolások **időérzékelése** viszonylag lassabb fejlődést mutat. Az idővel kapcsolatos fogalmaik kialakulása is későbbre tehető. A kutatási eredmények azt mutatják, hogy az időérzékelés fejlődésében fontos szerepe van a hallásnak: az ingerek időbeli jellemzői - *tartóosságuk, tempójuk, ritmusuk* alapján - a hallási analízátor segítségével tükröződnek. Arra vonatkozóan sajnos, nincsenek vizsgálati adatok, hogy a zene-tagozatos osztályok diákjai mutatnak-e az időérzékelésben pozitív eltéréseket egy nem zenei osztályhoz képest. Egy ilyen vizsgálat hasznossága mellett szól, hogy az ének-zene tagozaton tanulóknak a ritmusérzéke nagy mértékben befolyásolható. Azonban tapasztalatom szerint 1-2. osztályban a tempóval való "játék" igen nehézkes, még tanári segítséggel is. E. Meumann kísérleteiben /Dr.Salamon,1974:135/ arra a megállapításra jutott, hogy a gyerekek 8 éves korig kizárólag közepes tempóban tudják visszaidézni a taktusokat. De megállapítja azt is, hogy gyakorlással kifejleszthető a gyors és a lassú tempó reprodukálása is.

A **tér** észlelése is fontos összetevője a tánctanulásnak, csakúgy, mint a látás és a hallás. A gyermek hat évesen már jól tájékozódik közvetlen környezetében, de még nem általánosítja képzeletét. Viszonyításai konkrét helyhez kötöttek. - Tudja, hogy mi a "fent", "lent", "előre", "hátra", "jobb", "bal". Eltávolítva a néhány utcányira lévő iskolába vagy boltba. De csak akkor, ha korábbi, cselekvéssel egybekötött személyes tapasztalás az alapja. - Ezt a tájékozódási mechanizmust figyelembe kell venni a térformák tanítása során. Ugyanakkor "a téri általánosítás kialakításában nagy szerepet játszik a szemléltetés és a gyermekek cselekedtetése" /Dr.Salamon,1974:134./.

A **tárgyak** észlelésében a 6-8 évesek még alacsony szinten állnak: elemzési készségük hiányában megelégszenek a "hasznaló"-val. Vagyis a gyenge

analízis gyenge szintetizáláshoz vezet. A továbbiakban, 9-10 éves kor között fokozatosan megtanulják a tárgyak elemzését. Ennek alapja az érés és az oktatás. Az észlelés analitikusabbá válása nem általános fejlődést mutat (azokon a területeken figyelhető meg, ahol több tapasztalattal rendelkeznek). Ugyanakkor nagy mértékben függ a tapasztalatszerzés mennyiségétől és minőségétől, (tanítás, tanulás, siker, érdeklődés, megtapasztalás-megfigyelés).

A *megfigyelés* mint szervezett észlelés e korosztálynál a tanulás alapja. A kezdetben érdeklődésen, érzelmeken alapuló észlelés a pedagógus segítségével egyre tudatosabbá és lényeglátóbbá válik. - Eleinte a megfigyelésnek szinte minden szempontját meg kell adnunk, hogy a tárgyak és jelenségek lényegét megértsék, és a gondolkodás felülkerekedjen az érzelmeken az észlelés, megfigyelés irányításában.

Úgy gondolom, hogy a tánctanulás jó eszköz a megfigyelés tudatosítására, mivel a "szemléltető eszköz", maga a testünk, s így folyamatos kapcsolat áll fenn az észlelés tárgya és a megfigyelendő jelenség, a tánc között. Ezzel eljutottunk a megfigyelés fejlesztésében nagy szerepet játszó *szemléltető eszközökig*. Kísérletek /Dr.Salamon,1974:136./ alapján megállapították a következő szempontokat:

- legyen egyszerű és valóság-hű - a túl sok szín, érdekes elem gátolja a lényeglátást (Al.Rosca),
- ki kell küszöbölni a másodrendű összetevőelemeket - ez segíti az általánosítást (Al. Rosca),
- az egyidejű bemutatás és a magyarázat a leghatékonyabb (M.Rosca, L.V.Zankov).

Tehát amíg első és második osztályban az érzelmek dominálnak, és ezért valamely jelenség észlelése irányítás nélkül annak megnevezésével befejeződik, addig a harmadik, negyedik osztályosoknál az észlelés már

globális jelentést hordoz. Új tárgy részletes elemzése azonban még ebben a korban is csak segítséggel vezet eredményre.

I.1.2 Emlékezés

Az óvodás gyermeknél szinte kizárólagos az **önkéntelen** emlékezés gyakorlata. Az iskolai tanulmányok megkezdésétől fokozatosan megjelenik a **szándékos** emlékezés és annak jelentősége. A pedagógusnak biztosítani kell a fokozatos átmenetet az "érdekes"-től a "szükséges"-ig.

A szándékos emlékezés előkészítése:

- kisiskolásoknál az *önkéntelen emlékezés* is egy eszköz a bevésés megkönnyítésére (az önkéntelen emlékezés is lehet gondolati),
- *beállítódás* (a tanulók figyelmét felhívni a tanulandó anyag fontosságára),
- *beszédfejlesztés* a mondatszerkesztés gyakorlásával),
- *szókincsfejlesztés* az önkéntelen emlékezés módszerével),
- tanulási technikák: a tananyag *megértése*,
 - ❖ *a lényeg kiemelése*,
 - ❖ *a lényeges pontok kiemelése*
 - ❖ *a részek összehasonlítása*,
 - ❖ *a tanult anyag részenkénti felidézése*

A mechanikus emlékezés ("magolás" - lényege az előzetes megértés nélküli bevésés) és a gondolati emlékezés (alapja, az előzetes megértés) alakulásáról a következő eredményre jutottak: a mechanikus emlékezet het éves korig, a gondolati 8 éves kortól van túlsúlyban. Az előbbi 10 éves korig, az utóbbi tovább fejlődik.

I.1.3 Képzelt

"Az alsó tagozatosok képzelete már nem olyan szabadon szárnyaló, mint az óvodásoké, sokkal jobban ragaszkodik a világ tárgyaihoz, jelenségeihez. Még a kisiskolások is szeretik a mesét, de már valóban mesének fogják fel, nem azonosítják a valósággal."/Dr.Salamon,1974:141./ E korosztálynál főként a **reprezentatív** képzeleti tevékenység jellemző, de a reprodukált képek még tökéletlenek és állandóan változnak. Az első osztályos gyerekek képzeleti tevékenységéből hiányzik az állhatatosság.

Második és részben harmadik osztályban e tevékenység mechanizmusa nem fejlettebb, de a tapasztalatok felhasználása és a figyelem fejlődése miatt fejlettebb a képzelet. 9-10 éves korra a felhalmozódott tapasztalat, a figyelem fejlődése, a tagolt észlelés (analízis), a lényeglátás és az állhatatosság növekedése alapvető változásokat eredményez képzeleti síkon: a képzeleti kép felépítése lassabban megy végbe és valóságosabbá válik. -- A gyerekek rajztechnikájában jól tükröződik ez a fajta változás: a kisgyermek egy vonallal rajzol, ha elrontja újat kezd. Ugyanazt a jelenséget is mindig másként látja. A 9-10 évesek lassabban, valóságosabban, keresővonalakkal ábrázolnak, vissza-vissza térve ugyanahhoz a rajzhoz, javítgatva azt.

I.1.4 Gondolkodás

Az iskolába lépő gyermek ismeretszerzésére a konkrét műveleti gondolkodás jellemző. Az iskola első négy évében a gondolkodás fejlődésében a tapasztalat mennyiségi felhalmozása minőségi változást eredményez.

fejlődési szint:

pl.:összeadás

konkrét szemlélet	csak szemléltetve tud összeadni: az eredményt kirakva és megszámlálva, +tapasztalat
képzetek kial.	szemléltetés nélkül is összeadja a már ismert számokat, számfogalom kialakulása +tapasztalat
fogalmi szint	az összeadás művelete fogalommá válik:

Tehát a gondolkodás átalakulása először a konkrét tevékenységen belül történik meg, amelyet elsajátított a tanuló. A táblázatból nyilvánvalóvá válik, hogy a konkrét szemléletes gondolkodás megelőzi az absztrakt fogalmak kialakulását -- a konkrét gondolkodás előfeltétele, alapja az absztrakt gondolkodás kifejlődésének. A fejlődés a tárgyi relációktól a verbális relációk irányába mutat.

Gondolkodási **műveletek**

Az első, második osztályban az analógiás gondolkodás jellemző: a konkrét tény vagy a múltbeli tapasztalat analógiája dönt. Az értelmi műveletek logikusak, de csak tárgyi relációban érvényesek. Analízis és szintézis (mint alapvető értelmi műveletek,) fejletlen, kölcsönhatásuk kevés. A kisiskolásokra jellemző, hogy elvesznek a részletekben (pointinizmus), vagy túlságosan egészében szemlélik a tárgyakat (globalizmus).

Második, harmadik osztályosok az analízis és szintézis műveleteit alkalmazzák, de csak az oktatás anyagával kapcsolatban.

Kilenc-tíz évesek gondolkodására egyre inkább jellemző a logikus érvelés, értelmi, sőt, absztrakt analízis és szintézis. - Az általánosítást mindig megelőzi egy bonyolult gondolkodási analízis és szintézis.

Fogalomalkotás

A gondolkodási műveletekkel együtt alakul. - A fogalomalkotás kezdetben a konkrét szemlélet síkján történik, a lényeg kiemelése nélkül. - Absztrakt gondolkodás: A gondolkodás fejlődésével a fogalomalkotás általánosított és elvont lesz. A lényeg kiemelése itt is konkrét szinten valósul meg. Vagyis a negyedikes gyerek konkrét fogalmat definíció alapján is képes elsajátítani, azonban bonyolultabb, megfoghatatlanabb fogalmakat nem. - Az elméleti

absztrakt gondolkodás: Az absztrakt fogalmakkal való műveletek általában csak magasabb iskolai szinten figyelhetők meg.

Megértés

A gondolkodás egyik megnyilvánulási formája. A megértés fajtái:

- közvetlen, azonnali megértés (a sztereotíppá vált tapasztalatok alapján)
- közvetett, diszkurzív megértés (a tapasztalatokból következtető, előzetes okoskodást igényel)

Domján Károly kísérletei /Dr.Salamon,1974:149./ bizonyították, hogy a kisiskolások a tanult ismereteik alapján (ha elemi szinten is) reális képet alkotnak az objektív valóságról. Az oksági összefüggések megértésének fejlődési irányai:

- A konkrét-szemléleti kauzális összefüggésektől az elvont ok-okozati összefüggések felé.
- Az egyes jelenségek közötti oksági összefüggésektől, az általánosított, törvényen alapuló összefüggések irányába. (Az alsó tagozatban ebben addig jutnak el, hogy konkrét oksági összefüggéseket általánosított törvénnyel magyaráznak.)
- A megértés a tanult törvény szűkkörű, egyirányú megértésétől halad a teljesebb, variáló okság megértése felé.
- Az oksági összefüggések megértése a téri és idői egymásutániség felismerésétől halad a valódi ok-okozati összefüggések megértése felé.

I.1.5 Beszéd

A gyermek gondolkodása az iskola első éveiben jelentős fejlődésen megy keresztül. A beszéd ezzel szoros összefüggésben fejlődik. Ezt nagy mértékben segíti az utánzásra való hajlam, ami jellemzi ezt a korosztályt, főként az első két iskolaévben. Ezért a pedagógus példája sokat segíthet

kiejtésben, intonációban, szavak és kifejezések használatában, a mondatszerkesztés helyességében és a szókincs bővítésében.

Az iskolába kerülő gyerekeknél előforduló (nem logopédiára tartozó) fogyatékoságok:

- túl gyors beszéd
- túl lassú beszéd
- helytelen intonáció
- különböző hangok helytelen kiejtése
- különböző szavak helytelen kiejtése
- a beszéd megfontoltságának hiánya
- parazita kifejezések használata

Az iskolába kerülő gyerek feladata:

- a helyes beszéd kialakítása szabályok tudatosításával és a pedagógus példája segítségével
- az írásbeli beszéd aktív formájának elsajátítása (a szavak analízise: az írás)
- az írásbeli beszéd passzív formájának elsajátítása (a szóelemek szintetizálása: az olvasás)

A tudatosítás kezdetén, amikor a tanuló észreveszi, hogy beszédének nemcsak a tartalmát, értelmét, hanem annak formáját, helyességét is figyeli a tanító, látszólagos visszafejlődés figyelhető meg. Ez a "megfigyelő állás" a fejlődési folyamat része, ami után tudatosabb, fejlettebb beszéd alakul ki.

A beszéd fejlettségének meghatározója még a szókincs. Megkülönböztetünk aktív és passzív szókinccset. Alsó tagozatban a gyerekek passzív szókinccse jóval nagyobb az aktívan használt szókészlettől. A szókincs fejlesztésének lehetőségei: szavak értelmének elemzése, rokonértelmű szavak keresése, memoriterek.

A szavak jelentésének megbeszélése abban is jó példát mutat, hogy elkerüljük azon szavak használatát, amelyek jelentését nem értjük. A népi játékok szövegének komplex, érzelmileg érintett, a közösség és a dallam által „megtámogatott” bevésése talán a legalkalmasabb első memoritereknek, s a szavak értelmezésére is bőven ad lehetőséget a rég elfeledett, érdekes és értékes szavak által (pl: gulyás, pántlika...stb.).

1.2 A cselekvés fejlődése

A gyakorlati cselekvés az átalakítás és megváltoztatás gondolatának megjelenése, realizációja. Tehát anélkül befejezetlen. A megismerő tevékenység a cselekvés előfeltétele és csak akkor realizálódhat ha megértés az alapja. Azt gondolom, hogy e szoros kapcsolat tükröződik a kisiskolások konkrét gondolkodásában, és nagy problémát jelent alsóbb osztályokban a megismerés és a gyakorlati cselekvés különválasztása: a megértést kizárja.

A 6-10 éves gyerek **mozgáskoordinációja** gyenge, amely a látási és mozgási folyamatok nem kellő szintű koordinációjával együtt hat. (Biológiai alapja az izmok fejletlensége, ujjpercek csontosodásának befejezetlensége, az idegrendszer fejletlensége.) Ez mutatkozik meg abban, hogy első, második osztályban új műveletek tanulálánál sok felesleges mozgást visz a műveletbe (még a nyelvét is kidugja írásnál, papírvágásnál), ami nagy energifelhasználást és gyors kifáradást eredményez. Ennek az ellenkezője is okozhat problémát, amikor erős gátlás jelentkezik új művelet gyakorlásánál.

Ahogy a gyurmázás elősegíti a kéz izmainak erősödését és az ujjpercek csontosodását, s ez fejleszti a kéz finommozgását, úgy hasonló hatást fejthet ki a tánc is az egész test mozgását tekintve.

Az alsótagozatosok **mozgásának ritmusa** is egyenetlen, aritmikus. Nagyon sietnek a megvalósításban, ezért gyakori a pontatlanság. Ennek kapcsán még a felsőbb osztályokban is a mennyiségi és minőségi elmaradás jelentős.

Véleményem szerint a ritmus fejlesztésének legtermészetesebb módja a zene, a tánc, a játék és a sport.

A cselekvés elsajátításának fejlődési fokozatai N.SZ. Lukin szerint:

- A cselekvés elsajátítása utánzáson alapul. Izolált, egyszerű cselekvések elsajátítására képes a gyerek, ezeket egymással ő maga nem kapcsolja össze. Egyszerre csak egy mozzanatra képes koncentrálni (nem tudja megosztani figyelmét). Ha a tanító állít össze ezekből egy mozgássort, utánzással elsajátítja, és ezzel felkészül a bonyolult cselekvések megvalósítására. A bemutatásra kell helyezni a hangsúlyt, mivel a szó szerepe kicsi (nem vált ki belső aktivitást): a tárgy tüzetes vizsgálatára, vagy - a tánc esetében is - a tanár mozgásának megfigyelésére. A cselekvés megelőzi a gondolatokat, így az előzetes analízist a jóval kisebb hatásfokú cselekvés közbeni analízis helyettesíti, és nem képesek ellenőrizni a mozdulatok pontosságát. (Az első osztályban legjellemzőbb. - Konkrét észlelés, formális analógia időszaka.)
- A cselekvés elsajátítása még utánzáson alapul, de nem feltétel nélküli, az alkotás útjára lépve a tanuló eltér a megadott mintától. Képes a megtanult egyszerű cselekvéseket csoportosítani, másikkal összekapcsolni. A cselekvés és az eredmény egyaránt érdekli, az utóbbit ellenőrizni is képes, látja saját maga és mások hibáit. Éppen ezért is veszíti el hamar céltudatosságát, s a tanár feladata, hogy táplálja a tanuló kintartását. Ezen a fejlődési szinten növekszik a szó jelentősége: az instrukciókat, mint a cselekvés tervét fogják fel. - Egyszerű cselekvések létrehozására képesek a tanulók ezen a fejlődési szinten. Képesek kiemelni egy-egy elemet önállóan, s a tanár irányításával azt más cselekvéshez kapcsolni. A feladat előzetes megvitatására is képes a tanuló, vagyis előre látja egyszerűbb cselekvéseinek eredményét, esetleges sikertelenségének okát. Céltudatosságát csak akkor veszíti el, ha a cél eléréséhez hiányoznak a szükséges ismeretek, készségek. Hosszabb cselekvéssor

megtervezéséhez irányításra van szüksége. A szavak jelentősége ismét növekszik: az egyszerűbb instrukciókat bemutatás nélkül is képes megvalósítani - megtervezni, végrehajtani, ellenőrzést megvitatni. - A tanulók bonyolultabb cselekvés-mozzanatokat is képesek célirányosan összekapcsolni a cselekvésben. Az eredmény elsődleges számukra, a cselekvést annak alárendelik. A gyakorlati megvalósítást gondolatban megpróbálják önállóan megtervezni, majd ellenőrizni. A szó szerepe megint nő: Terveiket, ellenőrzésüket el tudják mondani, s képesek instrukciókat követve dolgozni, bemutatás nélkül.

A tanultak gyakorlati használhatósága: Több kutatási eredmény is arra mutatott rá, hogy a cselekvés és a megismerő tevékenység elválasztása miatt, a megtanult anyag is elszigetelődött a külvilágtól és önállóan nem tudták kamatoztatni a tanulók. Ugyanis a kísérletekben a tanulók az órákon megoldott feladatok közül számtalant nem tudtak megoldani osztályon kívül, a tanár felügyelete nélkül.

1.3 A figyelem fejlődése

A megismerés és cselekvés folyamatainak sajátosan jellemző tartalma van. A figyelem sajátos tartalom nélküli alapeleme minden pszichikus tevékenységnek, így szoros összefüggésben áll a megismerő tevékenység és a cselekvés folyamataival és az egyén személyiségvonásainak/jegyeinek (pl.: vérnyomás, ...) alakulásával.

A figyelem **fejlődése** az izgalom és a gátlás folyamatainak egyensúlyba kerülésével fokozatosan fejlődik, és nemcsak az idegműködés érési szintjétől, hanem az oktatás-nevelés hatékonyságától is nagy mértékben függ. A figyelem fejlődése során az *önkéntelen* összpontosítás mellett egyre nagyobb szerepet játszik a *szándékos* összpontosítás, amelynek megfelelő szintre emelése, a gondolkodás elmélyítése mellett az iskola egyik fő feladata - véleményem szerint. A koncentráció fejletlensége ugyanis alapjaiban gátolja a

gyermek fejlődését: Aki nem tud koncentrálni, az nem képes elmélyült tevékenységre (pl. tanulás), cselekvésre, nem képes tapasztalatait hasznosítani.

A figyelem fontos **tulajdonságai**: a tartósság, átvitel, megosztás. A figyelem *tartóssága* kisiskolás korban ingadozó. Egy hat éves gyermek figyelmének nagyfokú fejletlensége, szétszórtsága miatt még szigorú ellenőrzést igényel az életveszélyes helyzetek elkerülése (közlekedés) és a megfelelő fejlődés (pontatlan olvasás) érdekében. A hét-tíz éves gyerekek kb. 20 percig képesek folyamatosan koncentrálni. Ezért az oktatás kezdeti stádiumában szükséges, hogy a tananyag érdeklődést keltő legyen és tartalmilag összefüggő, s az óra dinamikusságával és beiktatott aktív szünetekkel is segíti a figyelem ébrentartását. Kisgyermekeknél egyértelmű visszajelzéseket kap a pedagógus a figyelmet illetően, az ekkor még önkéntelen a mimika, a pantomimika, a pózok segítségével. A figyelem *átvitelében* szintén a fejletlenség mutatkozik meg az első-második osztályban: Ilyenkor annyira elmerülnek egy-egy tevékenységben, hogy figyelmüket nehezen viszik át más tárgyra. (Pl. elfelejtene köszönni a megjelenő felnőttnek.) E jelenség megszűnése 9-10 éves korra tehető. A figyelem *megosztása* is kondicionálást/gyakorlást igényel. Eleinte nehézséget jelent az iskolás számára pl., hogy mindkét kezével egyszerre dolgozzon, vagy, hogy olvasás közben a tartalomra is figyeljen, vagy játék/tánc közben énekeljen.

Bizonyított tény, hogy a munkatempó nagyban befolyásolja a figyelem tulajdonságait. Az ideális a közepes tempó, a túl gyors és a túl lassú munkatempó megnehezíti a figyelemösszpontosítást.

A figyelem fejlődését lényegesen elősegítő játékok:

- néhány eszközös ügyességi játék (kapózás)
- labdajátékok (nemzetes)
- szellemi ügyességi játékok ("Húzd meg, ereszd meg")
- tiltó játékok ("Fekete, fehér, igen, nem...")

1.4 Az érdeklődés fejlődése

Az óvodás gyermek tevékenységének célja az utánzás, maga a cselekvés. Ez a szubjektív érdeklődés az iskolaérettség időszakától kezdve lassan átalakul. A hét évesek már nem elégszenek meg a szimbólikus cselekvéssel. Objektív célokat tűznek ki maguk elé, melyek egyéni és közösségi tevékenységét szolgálják. Tudásvágya nagy: Minden érdekli, de kilenc éves korig erősen empirikus beállítottságú. Ezért azonnal elveszti érdeklődését, amint elméleti síkra terelődik a tanulás. A belső összefüggéseket még nem keresi. Kilenc éves kortól jellemző a rendszeres olvasás és a tárgyak gyűjtése. Ez utóbbi a gondolkodás, a rendszerezési képesség és a kezűgyesség fejlődésével válik érdekessé. Az érdeklődés *felkeltése* és *fenntartása* érdekében fontos a régi és az új anyag megfelelő aránya (a túl sok régi unalmassá válik, a túl sok új nehézséget okoz) és a tanító állandó visszajelzése, értékelése a gyerek felé.

1.5 Az érzelmek fejlődése

Az iskolába lépés feltétele, hogy a gyermek hirtelen feltörő érzelmeit, indulatait fékezni tudja, s a gátlási és ingerületi folyamatok az első négy iskolaévben egyre inkább egyensúlyba kerülnek.

Az első és második osztályosok érzelmei még fejletlenek: A *barátságok* felszínes jegyek alapján kötődnek (egy padban ülnek vagy egy házban laknak). Könnyen összevesznek, könnyen kibékülnek. *Erkölcsei* érzelmeikre a képszerűség és kategórikus ítéletalkotás jellemző. Jó és rossz között nincs átmenet. Eleinte a tanulás ténye vált ki *intellektuális* érzelmeket. Ennél fogva órákon igen aktívak.

Harmadik, negyedik osztályban alakulnak mélyebb barátságok, lényegesebb jegyek alapján (erő, bátorság, tisztaság). Ekkor már megjelennek az átmenetek erkölcsi viszonyulásaikban. Intellektuális szempontból a tanulás eredményessége kerül előtérbe.

1.6 Az akarat fejlődése

Az akarat a gondolkodással együtt az érzelmek fölé kerekedik. De a figyelemhez hasonlóan még fejlődése elején áll: A mások által kitűzött célt elfogadja a kisiskolás, de maga nem képes saját *célkitűzésre*. Minél kisebb gyerekről van szó, annál gyakoribb *motivációt* igényel. Hamar csügged, ezért fontos motiválni, rövid időn belül jutalmazni. Képes komoly akarati tevékenységre, de csak rövid ideig. Kilenc éves kortól, amikor az erkölcsi érzelmek a valósághoz jobban kötődnek, az erkölcsi tudat (sikerélmény, szégyenérzet, felelősségtudat) szerepet kap a motivációban. A nevelési szokások következtében a nemek között különbség figyelhető meg. "A fiúk azonnali nagyobb erőfeszítésre, a leányok pedig hosszabb időtartamú kitartásra képesek az akarati tevékenységben." (Dr.Salamon,1974:166.) A tapasztalatok szerint jó hatással van az akarat fejlődésére a fizikai kihívást jelentő tevékenységek: játék, tánc, sport, kirándulás.

Fizikai kihívást jelentő népi játékokra néhány példa: ugrókötelezés, sőtörés, láncszakító.

A fentiekből arra a következtetésre jutottam, hogy a népi gyermekjátékok lényege a szellemi fejlődés szempontjából az, hogy a játékokban szorosan összekapcsolódnak a megismerő tevékenységek, a cselekvéssel, ami a kiegyensúlyozott fejlődést nagy mértékben elősegítheti kisiskolás korban, feltéve, ha nem szabunk hasonlóan szigorú határokat, mint egyéb tantárgyaknál. Ebben a korban kell megtanulni a szabályokhoz való igazodást. Ezt segíti a népi játék. De a társas lénygé válás, a szabályok megtanulásának időszakában dől el, hogy meg tudja-e őrizni képzelőerejét a gyermek, ezért nemcsak teret kell engedni ötleteiknek, hanem segíteni is kell azok megszületését olyan kérdésekkel, javaslatokkal amelyek vezetnek valahová. Nem kell a játékleíráshoz 100%-ig ragaszkodni, ha a játék lényege és esztétikai értéke nem sérül.

A fejlődés általánosságban véve gyorsul generációról generációra, s a későbbre tolódott iskolába-menetel is közrejátszik abban, hogy a szellemi és lelki fejlődésben ma már gyakran előbbre járnak a gyerekek.

II A 6-10 ÉVES GYERMEKEK FIZIKAI FEJLŐDÉSÉRŐL

"Aki koordináltan tud mozogni, az jobb feltételek mellett gondolkodik, minthogy bonyolult mozgáskapcsolatok kialakítása - mintegy visszahatásként, az agyműködés megerősítéseként - fejleszti a központi idegrendszer nem szorosan a mozgáskoordinációval kapcsolatos működését is. Mivel az egyén a környezetével a legdinamikusabb kapcsolatban 4-16 éves korban van, a testgyakorlatok és sportok sokrétű kedvező hatással vannak a gyermek, az ifjú összfejlődésére."

/Dr. Nádori László: A motoros képességek/

II.1 A mozgások funkcionális felosztása (Metzing-féle rendszerezés)

II.1.1 A mozgások funkcionális felosztása. (A gimnasztika gyakorlat- és mozgásrendszerének Metzing-féle funkció szerinti felosztása alapján.)

Bemelegítő gyakorlatok	A meglévő képességszintek aktualizálása	
Motoros képességeket fejlesztő gyak.	Kondicionális képességeket fejlesztő gyak.	erő
		állóképesség
		gyorsaság
	Koordinációs képességeket fejlesztő gyak.	egyensúlyérzék (stat./dinam.)
		ritmuskép.
Izületi mozgékonytágot fejlesztő gyak.	statikus/dinamikus	
	aktív/passzív	
Levezető, regenerálódást segítő gyak.		

II.1.2 Bemelegítő gyakorlatok ált. célkitűzései és kritériumai

Definíció: A szervezet (szív, vérkeringés, tüdő, izmok, ízületek és idegrendszer) előkészítése fokozatosan növekvő intenzitású mozgásokkal.

Felosztása:

- a) általános bemelegítés - Itt a fő szempont a sokoldalúság, a sérülékenység kiküszöbölésére. Ebből következik, hogy elsősorban a kondicionális képességeket, ill. az izületi mozgékonyt fejlesztő gyakorlatok nélkülözhetetlenek. Kiemelném a lassú mozgások fontosságát mind a bemelegítés, mind a testtudat-tudatos mozgás szempontjából.
- b) speciális bemelegítés - Az adott mozgásrendszer (jelen esetben a néptánc) általános, ill. az adott tanóra spec. mozgásainak előkészítésére.
- c) Levezetés

II.1.3 Motoros képességeket fejlesztő gyakorlatok célkitűzései és kritériumai

- a) célok
 - i) hosszútávú: általános fejlesztés, konkrét tánc mozgásanyagának előkészítése, gyenge képességek fejlesztése,
 - ii) rövidtávú: a napi anyag (játék, tánc) előkészítése, megalapozása,
 - iii) speciálisan egy képességre koncentráció (állóképességet, ritmusképességet vagy egyensúlyérzékletet fejlesztő) gyakorlat,
 - iv) összetett gyakorlat
- b) kritériumok
 - i) megfelelő ismétlésszám
 - ii) visszatérés
 - iii) fejlettségi szintnek megfelelő

II.1.4 A magyar népi játékanyagból néhány példa:

- Kondicionális képességeket fejlesztő játékok
 - ❖ ERŐ
 - bothúzás

- hintázás
- sőtörés

❖ ÁLLÓKÉPESSÉG

- fogócskák
- kakasviadal
- ugrókötelezés
- gumizás

❖ GYORSASÁG

- fogócskák
- nemzetes
- „füle-farka”

➤ KOORDINÁCIÓS képességeket fejlesztő játékok

❖ EGYENSÚLYÉRZÉK

- sánta pipás
- kakasviadal
- hintázás
- sőtörés
- pockozás
- fogócskák

❖ RITMUSÉRZÉK

- körjátékok
- falhozverő
- ugrókötelezés
- gumizás
- fogócskák

- IZÜLETI MOZGÉKONYSÁGOT fejl. játékok
 - bakugrás

II.2 A mozgástanulás szenzitív fázisai, a fizikai felkészültség.

"Az alsó tagozatos gyermekek szomatikus nevelése fokozatosan előtérbe kerül. Ennek okai abban keresendők, hogy a szakemberek felismerték azt, hogy az alsó tagozatban megalapozott eredmények és elszalasztott lehetőségek a későbbiekben pozitív és negatív értelemben egyaránt hatványozottan jelentkeznek."

/Pandurics,1982:81./

II.2.1 A motoros képességek / A mozgásfejlődés szenzitív fázisai

A korszerű oktatási-nevelési folyamat jellemzője, hogy tudatosan épít a tudományos eredményekre és tapasztalatokra: a fejlődéssel foglalkozó tudományok (lélektan, élettan), a társas kapcsolatokat elemző tudományok (szociálpszichológia), a tanítási módszertan különböző irányvonalainak leírásainak (pl. Zsolnay-módszer) eredményeire. Tapasztalatom szerint ezek közül a néptáncoktatásban ill. annak módszertanában az egyén fizikai fejlődése, a tananyag összehangolása a fizikai fejlődéssel nem kapott elég hangsúlyt. Dr. Nádori László A motoros képességek fejlesztésének elméleti, metodikai alapjai c. tanulmánya jól rámutat erre a hiányosságra (bár a néptánc, népi játék előnye, hogy eleve, eredendően magában hordozza az emberi mozgás harmóniáját, megfelelő arányban tartalmazva a motoros képességek fejlesztésére szolgáló elemeket minden korosztály számára), egy olyan táblázatot mellékelve, ami tökéletes irányadó lehet a néptánc oktatásban is.

"A fejlődéssel foglalkozó tudományok - mindenekelőtt fejlődésélettan, fejlődéslélektan - a mozgásfejlődés szenzitív fázisáról, vagy kritikus fázisáról tesznek említést. Eszerint a funkcióérettség bizonyos periódusában a funkciók

különösen érzékenyen válaszolnak a külső ingerekre. Ezek a periódusok az illető funkció szempontjából a 'fejlesztési optimum' periódusát jelentik. Ebben a periódusban tehát nemcsak könnyen tanul, változik, fejlődik valamely szervrendszer, hanem az optimális fejlődéshez szükséges külső inger döntő hatást is gyakorol a szerv(szervrendszer) további lehetséges fejlődésére."

/Dr. Nádori,1982:40./

Funkcióérettség: a természetes fejlődésből adódó érettség.

Szenzitív fázis: a fejlesztési optimum periódusa, amikor egy szervrendszer könnyen változik /tanul/ fejlődik és fejlesztése döntő hatással van a szerv(rendszer) további lehetséges fejlődésére.

Mindebből következik: a néptáncoktatásnak fontos szerepe lehet az egészséges fizikai fejlődésben, a fejlesztés szempontjából ideális, eleve adott mozgásrendszerének köszönhetően is, ha tudatosan, a kutatások eredményeire támaszkodva tervezünk. Felelősségünket hangsúlyozza továbbá, hogy ha egy-egy képességet a szenzitív fázisban (a funkcióérés optimális periódusában) nem megfelelő mértékben fejlesztünk, az érzékeny fejlődési szakasz lezajlása után intenzív tanulással, edzéssel is mérsékeltek az esélyek az egyén optimális lehetőségeinek elérésére az adott funkciót illetően.

A következő táblázat a gyerekek korának függvényében mutatja a kritikus fázisokat, motoros képességek szerint:

	5 év	6 év	7 év	8 év	9 év	10 év	11 év	12 év	13 év	14 év	15 év
Koordinációs képességek											
Mozgástanulási képességek			▒	▒	▒	■	■				▒
Mozgásszabályozási képességek			▒	▒	▒	▒	■	■		▒	▒
Hallási és látási ingerekre reagálási képesség			▒	■	■	▒					
Ritmusképesség			▒	▒	■	■	▒	▒			
Téri tájékozódási képesség			▒	▒	▒	▒	▒	■	■	■	
Egyensúlyozás						▒	▒				
Kondicionális képességek											
Állóképesség	▒	▒	▒	▒	▒	▒	▒	■	■	■	■
Erő					▒	▒	▒	▒	■	■	■
Gyorsaság		▒	■	■	■	■	■	■	■	▒	▒

▒ - jó

■ - kiváló

A táblázatból egyértelműen kirajzolódnak bizonyos tendenciák arra nézve, hogy melyik korcsoportnál milyen típusú fejlesztést kell kihangsúlyozni a rövid- és hosszú távú tervezésben. Így például leolvasható az ábráról, hogy a 10-11

évesek mozgástanulási képessége kiemelkedő, vagyis utánnzással bonyolult mozgáskapcsolatok megtanulására képesek előzetes gyakorlás nélkül. (Természetesen, kondicionális képességeiket figyelembe véve: nem nagy ellenállású, rövid ideig tartó mozgáskapcsolatokra vonatkozóan.)

A választott korosztályt tekintve, a következő figyelhető meg:

Kiemelt jelentősége van az állóképesség, a gyorsaság, a téri tájékozódási, a mozgástanulási, a mozgásszabályozási képességfejlesztésnek, ill., a különféle figyelem-gyakorlatoknak (hallási és látási...). Míg az 1. osztályban az alap-állóképesség megszerzése lehet a cél, addig a 2.-3. osztályban a gyorsaság, a figyelem, a ritmusfejlesztés a leghangsúlyosabb - a mozgástanulás, a mozgásszabályozás és a téri tájékozódás mellett.

II.3 Motoros képességek fejlesztése - az optimális terhelés.

"A motoros képességek közvetlen, direkt fejlesztése nem lehet ennek az életkornak feladata, ezért a játékok tudatos alkalmazásával, azok sokszínű mozgásanyagának elsajátítása közben alapozhatjuk meg a gyerekek motoros képességeit."

A teljesítmény objektív törvényszerűségekhez igazodik. A fizikai fejlődés/fejlesztés az ember testi alkalmazkodó képességén alapszik. Az optimális fejlődés feltétele az optimális terhelés.

Az optimális terhelés törvényszerűségei:

a) rövid távú terv

i) ált. és sajátos képzés helyes aránya

ii) az edzésidő és az intenzitás aránya

iii) terhelés és pihenés megfelelő aránya - az aktív és passzív időszak váltakozásával

b) hosszú távú terv

i) lépcsőzetesen egymásra épülő edzések

A hagyományos népi gyermekjátékok szerepe régen és ma.

Lázár Katalin a hagyományos népi gyermekjátékoknak két féle szerepéről ír: az egyénre gyakorolt hatásáról és a társadalmi kapcsolatokat befolyásoló, alakító szerepéről.

A hagyományos falusi társadalmakban az egyént csecsemő korától kezdve körülveszi a játék, amely először megismerteti saját határaival(öbéli játékok), majd az egyre táguló külvilággal(növénymondókák, állatmondókák, jelenségekről szóló mondókák, tárgykészítő játékok, stb.). A megoldott feladatok kapcsán kialakult az egyén önértékelése.

Az embereknek szükségük van társakra, közösségre. Az együttélés viszont feltételez bizonyos szabálytudatot, amit tanulni kell és amelynek kialakulásában fontos szerepe van a játéknak. Míg 5-6 éves korig egymás mellett játszanak a gyerekek, szabályok nélkül, 6 év körül kialakul a szabálytudat. A kisiskolások játécai már csapatjátékok, egyszerűbb vagy bonyolultabb szabályokkal, melyben szükség van a másik gyerekre(ellenfélként vagy szövetségesként). A játékok társadalmi vonatkozásai jelentik a játék lényegét! A játék alkalmas, hogy a gyerekek megtanuljanak kapcsolatot teremteni a többiekkel, vagyis a társadalomba való beilleszkedésre.

„Ami a felnőtteknek a munka, a művészet és a szórakozás, azt egyesíti magában a gyermekjáték” (Katona Imre)

„Amilyen nagyok az ellentétek az egyes kutatók között a játék eredetének, értelmének magyarázatával kapcsolatban, annyira megegyezik a véleményük a gyermekjáték nevelő erejéről: valamennyien elismerik, hogy a játék a gyermek legnemesebb szórakozása, mindenoldalú képességeinek fejlesztője, életkori sajátosságainak legmegfelelőbb tevékenysége. Ez a megállapítás különösen a népi játékokra vonatkozik, mert régibb értékesebb és élerevalóbb az iskolai eredetű játékoknál.” (Katona Imre)

Véleményem szerint, a mai oktatási rendszerben nagyon fontos szerepe lehet a játékoknak a szocializációban, mint bármely társadalmi csoporthoz való tartozásban, a gyerekek önismeretének fejlesztésében és a hagyományos

magyar kultúra elfogadásában. – A játékaink indirekt módon közvetítik értékeinket, fejlesztik az empátiát, toleranciát, együttműködési készséget a gyerekekben, erősítik az önszabályozás, felelősségvállalás képességét. Maga a játék a motiváló erő. Emellett ez a módszer magában hordozza indirekt módon a differenciálás lehetőségét is.

A játékok csoportot összekovácsoló szerepe.

Amikor új csoport alakul, amikor nem ismerik egymást eléggé a gyerekek, de legalábbis nem elég személyes köztük a viszony olyan játékokat válasszunk a csoportnak ami korosztálynak (itt a 6-9 éves korosztályról van szó) megfelelő és segíti a gyerekeket a beilleszkedésben.

- 1. Fizikai jellemzők:** Mivel ebben a korban nagyon aktívak, nem tudnak sokáig helyben ülni, csendben maradni, de nem bírják csak rövid ideig a terhelést, rendszeresen pihenőre van szükségük, a „nagymozgások” időszaka ez, a finommotoros koordináció még fejletlen, ezért azt gondolom, hogy a fogócskák különböző formái és egyéb sportos játékok a legmegfelelőbbek.
- 2. Társas jellemzők:** Mindenképpen olyan játék kell, amelyben a lányok és fiúk is szívesen részt vesznek. Ebben a korban gyakoriak a viták (szabályok kialakulásának ideje), ezért egyszerű szabályrendszerű játékokkal kezdjük az „ismerkedést”.
- 3. Érzelmi jellemzők:** E korosztály rosszul tűri a kudarcot, könnyen megsértődnek, ezért fontos, hogy a választott játékban minél többen, viszonylag rövid idő alatt sikerélményhez jusson, de legalábbis ne érje hangsúlyos kudarcélmény és a játék sokszor adjon lehetőséget a „javításra”.
- 4. Kognitív jellemzők:** Szeretnek tanulni, szeretnek beszélni és mereven ragaszkodnak a szabályokhoz. Ezért megint a fogócskák kerülnek előtérbe, ahol lehet akár kiabálni is, és szabályok nem merevek.

A fenti szempontoknak a fogócskák felelnek meg leginkább. Intenzív, rövid ideig tartó mozgások, pihenő időszakokkal váltva. Mindenki egyszerre játszik, kipróbálja magát a játékban. Bizonyos fokig együttműködésre készítet, de nagy mozgásteret enged a szabályok betartása mellett is. Ezért azok a gyerekek akik túlzottan is ragaszkodnak a szabályokhoz, megtanulhatják, hogy lazábban kezeljék a szabályokat, akik pedig nehezen alkalmazkodnak, lehetőségük van a fokozatos beilleszkedésre a szabályok elfogadásával.

Lehet hangoskodni, érzelmeket kinyilvánítani, nem áll meg e miatt a játék. A gyerekek között rövid időre, de gyakran kialakul a közvetlen fizikai kapcsolat.

Irodalomjegyzék

Tóth László, Dr.: Pszichológia a tanításban. Püspökladány, 2005, Pedellus Tankönyvkiadó Kft.

Pszichológia pedagógusoknak, szerk.: N.Kollár Katalin - Szabó Éva, Budapest, 2004, Osiris Kiadó

Salamon Jenő, Dr.: Fejlődéslélektan. Budapest, 1974, Tankönyvkiadó

Mérei Ferenc – V. Binét Ágnes: Gyermeklélektan. Budapest, 1993, Gondolat

Papert, Seymour: Észrengés (A gyermeki gondolkodás titkos útjai). Budapest, 1988, SZÁMALK

Sutton-Smith, Brian és Shirley: Hogyan játszunk gyermekeinkkel (és mikor ne)? Budapest, 1986, Gondolat Kiadó

Benesch, Hellmuth: Pszichológia Atlasz. Budapest, 1999, Athenaeum Kiadó

Bősze László: Az optimális terhelés problémája az iskolai testnevelésben. In Az óvodai és általános iskolai testnevelés és sport időszzerű kérdései (II. Testnevelési tudományos konferencia), Budapest, 1982.

Nádori László, Dr.: A motoros képességek fejlesztésének elméleti, metodikai alapjai. In Az óvodai és általános iskolai testnevelés és sport időszzerű kérdései (II. Testnevelési tudományos konferencia), Budapest, 1982.

Pandurics István: Az alsó tagozatos gyermekek erőfejlesztésének alapvető problémái. In Az óvodai és általános iskolai testnevelés és sport időszzerű kérdései (II. Testnevelési tudományos konferencia), Budapest, 1982.

Sákovicsné Dömöky Lidia: A nő harmóniája (Torna Bercik Sára módra)

Magyar Népzene Tára I. kötet Gyermekjátékok. Budapest, 1951.

Hajdu Gyula: Magyar népi játékok gyűjteménye. Budapest, 1971, Sport Kiadó

Szabó Helga: Legyen a zene mindenkié. In Művészetre nevelés a családban. Budapest, 1976, Kossuth Kiadó

Dancs Lajos: Kör, kör, ki játszik? Nyíregyháza, 1982, Megyei és Városi Művelődési Központ

Borsai Ilona – Hajdu Gyula – Igaz Mária: Magyar népi gyermekjátékok. Budapest, 1977, Tankönyvkiadó

Lázár Katalin: Népi játékok. Budapest, 1997, Planétás Kiadó

Katona Imre: Néprajz és gyermekvilág. Budapest, 2001, Pont Kiadó

Kiss Áron: Magyar gyermekjáték-gyűjtemény. Budapest, 1891.

Szilágyiné Szentpál Mária: Gyermektáncok. Budapest, 1949, Egyetemi Nyomda