

Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II
Кафедра педагогіки та психології

Реєстраційний № _____

Кваліфікаційна робота
ІГРИ З М'ЯЧЕМ ДЛЯ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

ШАПІ ЄВА ЛЮДВИКІВНА

Студентка IV-го курсу

Освітня програма: 012 Дошкільна освіта

Ступінь вищої освіти: бакалавр

Тема затверджена Вченою радою ЗУІ

Протокол № 7 /27 жовтня 2020 року

Науковий керівник:

Кучай Тетяна Петрівна
доктор педагогічних наук, доцент

Консультант:

Чегіль Аніко Миколаївна,
асистент

Завідувач кафедру:

Біда Олена Анатоліївна,
доктор педагогічних наук, професор

Робота захищена на оцінку _____, «__» _____ 202_ року

Протокол № _____ / 2021

Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II

Кафедра педагогіки та психології

Кваліфікаційна робота
ІГРИ З М'ЯЧЕМ ДЛЯ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Ступінь вищої освіти: бакалавр

Виконала: студентка IV-го курсу

Шапі Єва Людвиківна

Освітня програма: 012 Дошкільна освіта

Науковий керівник: **Кучай Тетяна Петрівна**

доктор педагогічних наук, доцент

Консультант: **Чегіль Аніко Миколаївна,**

асистент

Рецензент: **Гаврилюк Ілона Юліївна**

старший викладач

Берегове
2021

II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola

Pedagógia és Pszichológia Tanszék

**LABDAGYAKORLATOK ALKALMAZÁSA A MOZGÁSKÉSZSÉG
FEJLESZTÉSRE ÓVODÁS KORBAN**

Szakedolgozat

Képzési szint: alapképzés

Készítette: Sági Éva

IV. évfolyamos hallgató

Képzési program: 012 Óvodapedagógia

**Témavezető: Kucsáj Tetjana,
a pedagógia tudományok doktora, docens**

**Konzulens: Csehil Anikó,
tanársegéd**

**Recenzens: Gavrilyuk Iona,
adjunktus**

ЗМІСТ

ВСТУП	6
I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ДИТЯЧОМУ САДКУ	7
1.1. Завдання фізичного виховання в дитячому садку, професійні форми	7
1.2. Важливість руху в розвитку дошкільного віку	8
1.3. Моторний розвиток у природних рухах	10
1.4. Розвивання руху на фізкультурних зніяттях	14
II. РОЗВИВАЮЧІ ВПРАВАМИ З М'ЯЧЕМ ТА ГРИ НА СПРИТНІСТЬ	17
2.1. Формування і розвиток ігор з м'ячем	17
2.2. Методи управління з м'ячем	18
2.3. Ігри з м'ячем для застосування в дитячому садку.....	22
III. МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	28
3.1. Мета дослідження, гіпотези	28
3.2. Місце та обставини дослідження.....	28
3.3. Метод дослідження	29
3.4. Представлення людей з дослідження.....	30
3.5. Аналіз результатів досліджень	31
3.6. Висновок	44
ВИСНОВКИ	45
РЕЗЮМЕ	46
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ	47
ДОДАТОК	48

TARTALOMJEGYZÉK

BEVEZETÉS	6
I. TESTNEVELÉS AZ ÓVODÁBAN	7
1.1. Az óvodai testnevelés feladata, foglalkozási formák	7
1.2. A mozgás jelentősége az óvodás gyermek fejlődésében	8
1.3. Motoros fejlődés a természetes mozgásokban.....	10
1.4. Mozdásfejlesztés a testnevelési foglalkozásokon.....	14
II. MOZGÁSKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE LABDAGYAKORLATOK ÉS LABDÁS ÜGYESSÉGI JÁTÉKOK FÜGGVÉNYÉBEN	17
2.1. Labdajátékok kialakulása és fejlődése	17
2.2. Labdakezelési módok a labdakészség fejlesztésére	18
2.3. Óvodában alkalmazható labdás játékok	22
III. A KUTATÁS ANYAGA ÉS MÓDSZEREI	28
3.1. A kutatás célja, hipotézisek	28
3.2. A kutatás helye és körülményei.....	28
3.3. A kutatás módszere	29
3.4. A kutatásban részt vevő személyek bemutatása.....	30
3.5. A kutatás eredményeinek elemzése.....	31
3.6. Következtetés	44
ÖSSZEFOGLALÁS	45
PE3IOME	46
IRODALOMJEGYZÉK	47
MELLÉKLET	48

BEVEZETÉS

A gyerekek akkor érzik jól magukat, ha játszanak és mozognak. A labda kiváló eszköz lehet ehhez. Éppen ezért óvodás korban az egyik legkedveltebb játék a labda, mivel sokféleképpen alkalmazhatják a gyerekek. Fogható, gurítható, pattintható, leüthető, dobható helyben, haladással, egyénileg és párban is. Ebben a korban a jól megválasztott és megfelelő módon végrehajtott labdás gyakorlatokat hamar megjegyzik a gyerekek, hiszen örömmel végzik a labdás gyakorlatokat. Ezek a gyakorlatok alapozzák és könnyítik meg a későbbi korokban a labdás játékelemek elsajátítását.

Évfolyammunkám témája: Labdagyakorlatok alkalmazása a mozgáskészség fejlesztésre óvodás korban. Mint tudjuk, az óvodás gyermek testi fejlődésének alapja a játék és mozgás, így témaválasztásomat indokolta, hogy mélyebben betekintsek az óvodás gyermek mozgásfejlődésbeli sajátosságaiba, valamint óvodai testnevelés módszertanába. Motivált a rendelkezésemre álló terjedelmes szakirodalom is.

Munkám fő célja, hogy bemutassam az óvodás korú gyerekek mozgáskészség fejlesztését labdagyakorlatok és labdás játékok függvényében. Emellett bemutatásra kerül az óvodai testnevelés feladata és a mozgás jelentősége óvodás korban, valamint egy óvodai csoportban végzett kutatás.

A fentebb megfogalmazott céloknak megfelelően évfolyammunkámat három fő részre tagoltam. Az első fejezet az óvodai testnevelés alapvető feladatait, az óvodában alkalmazható foglalkozási formákat, valamint a természetes mozgásokban végbemenő motoros fejlődést tartalmazza. A következő fejezetben a labdajátékok kialakulása, a labdakezelési módok és az óvodában alkalmazható labdás játékok kerülnek bemutatásra. A harmadik fejezet pedig az általam végzett kutatást és annak eredményeit tartalmazza. A dolgozat végén egy melléklet is található, amely általam kidolgozott foglalkozásterveket és a kutatásról készült fotókat tartalmazza.

A labda egyik elengedhetetlen eszköze a testnevelési foglalkozásoknak, hiszen fejlesztő hatása van: ügyességet, gyorsaságot, koncentrációt, szem-kéz koordinációt és számos más testi képességet fejleszt. A testnevelés foglalkozások színesítése segít bennünket abban, hogy a gyerekek minél jobban szeressék a testmozgást. A labda nagyszerű eszköz. Ha ezzel dolgoznak a gyerekek, akkor a fárasztó, nagyobb terhelést igénylő feladatokat is végrehajtják. A labdás játékok az izmok erősítését, a testi képességek sokoldalú fejlesztését szolgálják, emellett a szabályok betartására is nevelnek.

I. TESTNEVELÉS AZ ÓVODÁBAN

„Azokat a nevelési formákat, melyek a testgyakorlatok tanítási formáit és a testi nevelés feladatainak megoldását szorgalmazzák, testnevelésnek nevezzük” (Dobay, 2007:117.).

Kunos Andrásné megfogalmazása szerint a testi (szomatikus) nevelésen belül olyan tervszerű, rendszeres ráhatást értünk a szervezetre, amely a testgyakorlatok tudatos alkalmazásával a személyiség sokoldalú képzését, a motoros képességek és a mozgáskészség kibontakoztatását, a mozgásműveltség fejlesztését szolgálja (Kunos, 1989).

Az óvodáskorú gyermekeknél a fizikai és a pszichikai egészség alapjait rakjuk le. Ebben a korban fejlődik a pszichomotorikus képesség a gyermekeknél. A lelki és a testi fejlődés ebben a korban szoros összefüggést mutat. A testnevelés fő célja az óvodáskorú gyermekeknél az egészséges fejlődés és a megfelelő pszichoszomatikus fejlődés.

A mindennapi mozgásigény biztosítása fontos eleme az óvodai nevelési folyamatnak. Fontos, hogy az óvónők az óvodában megfelelően használják ki a lehetőségeket az oktatási formákban (Dobay, 2007).

1.1. Az óvodai testnevelés feladata, foglalkozási formák

„A testnevelés sajátos feladatait részfeladatokra bontva oldhatjuk meg eredményesen. A sajátos és részfeladatok a következők:

- a) A szervezet általános, sokoldalú képzésével a testi fejlődés biztosítása
- b) A motoros képességek fejlesztése
- c) A mozgásműveltség kialakítása
- d) A játék, verseny igény felkeltése, kielégítése, a mozgás megszerettetése” (Kunos, 1989: 10).

Az óvodai testnevelés egyik döntő feladata, az óvodásgyermek szervezetének, testi képességeinek, sokoldalú arányos fejlesztése. Tartsuk szem előtt, hogy az óvodai testnevelés a gyermek vázizomzatának megerősítésével ellenállást, védelmet nyújt a majd iskolai ülő foglalkozás káros hatásával szemben. Törődjünk óvodásaink helyes testtartásával! Tiszta levegőn végeztessünk sok légző gyakorlatot. Ne csak futás után, de akkor is mikor élénk mozgásokat vagy nagyobb erő kifejtést végeznek. Az óvodásoknál gyakran tapasztalhatjuk, hogy egyes gyakorlatokat légzésvisszatartással végeznek. A fokozott oxigénigényt légzésgyakorlatok segítségével elégíthetjük ki. Természetes mozgásaikat csiszoljuk, finomítsuk, végeztessük különféle körülmények között. Biztosítsunk sok gyakorlási lehetőséget, buzdítva, dicsérve, juttassunk minden gyermeket sikerélményhez. Jelentsen a

testnevelési foglalkozás, a mindennapos testnevelés az óvodásnak sok-sok játékos versengést, játékot, amiben testi képességei fejlődnek, mozgásjártasságai és mozgáskészségei kialakulnak, mozgásigényük kielégítést nyer. Az óvodai testnevelés feladatainak megvalósítása során a gyermekek közösségi magatartása fejlődik. Egyéni érdekeiket alá tudják rendelni a közös érdeknek. Segítenek a gyengébbeknek. Játékaikban leleményesebbek, önálló megoldásokat kezdeményeznek. A játékszabályokat betartják. Munkájuk értékelését figyelemmel kísérik, fejlődő önbizalommal törekszenek a mozgás helyes végrehajtására (Becsy, 1974).

„A testnevelési foglalkozás az óvodai nevelés egyik eszköze. Ennek során kerül sor az óvodai testnevelés tantervi anyagának feldolgozására, az óvodai testnevelés feladatainak megvalósítására. A testnevelés foglalkozás mindhárom csoportban kötelező” (Kunos, 1989: 127).

Az óvodáskorú gyermekeknél kedvező feltétel van a különböző mozgások elsajátítására. Fontos, hogy ebben a korban alapozzuk meg az óvodásoknál a mozgásképeség- és készség, valamint a helyes testtartás kialakulását. Ez a kor biztosítja számukra a legintenzívebb elsajátítást a különböző mozgások területén, mint például: természetes mozgások, guruló átfordulás előre, síelés, kerékpározás, korcsolyázás, úszás és más egyéb mozgás (Dobay, 2007).

A gyermek nem érez félelmet, szorongást, pszichikai gátat az ismeretlen mozgásokkal szemben. Főleg a kiscsoportos oktatásnál fontos, hogy az utánzó jellegű gyakorlatokat használjuk. Az óvónő a gyakorlatok bemutatásával a gyermekeknél nagyban fejleszti a helyes mozgásképző kialakítását, példamutatást, helyes mintakép kialakítását. Egyben együttesen fejleszti a gyermek akarati tulajdonságait, mint az önbizalom, önuralom, önértékelés, önkontroll, helyes viselkedési formák. A testnevelésen kívül fejlesztjük az óvodás pszichikai, szociális, morális és emocionális fejlődését.

1. reggeli torna,
2. testnevelés (foglalkozás),
3. délelőtti kinntartázkodás,
4. alvás utáni percek
5. délutáni kinntartázkodás (Dobay, 2007).

1.2. A mozgás jelentősége az óvodás gyermek fejlődésében

Az óvodás gyermek testi fejlődésében a növekedés- és súlygyarapodás ritmikus változásokat mutat. A kisgyermek csont- és izomrendszere ebben az időszakban erőteljesen fejlődik. De egy-egy izomcsoport csak rövidebb ideig képes azonos aktív működésre, ezért a

gyermek gyakran változtatja cselekvési formáit, s így ösztönösen felváltva működteti izomcsoportjait. A szív működés alkalmazkodik a terheléshez, ez mind a pulzus működés, mind a vérnyomás alakulásában kimutatott. A terhelést követő rövid szünet után 30-40 sec. Az óvodáskor kezdetén az idegrendszer serkentés és gátlás viszonya labilis, túlsúlyban van a serkentettség, ezzel magyarázható, hogy a kiscsoportos gyermek mozgásformájában fölöslegesen nagy mozdulatok, túlzott erő kifejtés és szaggatottság észlelhető (Buzás, 2012).

„A motoros fejlődés lényege: a gyermek olyan környezetben növekedjék, amelyben megfelelő mértékű mozgásösztönzés és bőséges alkalmazkodási lehetőség kínálkozik, és ahol a nevelők a gyermek egészséges mozgás- és cselekvési ösztönét helyes irányba terelik, itt sajátítja el a motorika alapformáit: jár, mászik, fut, ugrik, dob, fog, stb. Ezeket a mozgásokat összehangoltan hajtja végre, mozgások még finomításra szorulnak, de egyes mozgáskészségek egymás mellett és együttesen fejlődnek. Például járás a hordással, járás és húzás, futás és ugrás, dobás és fogás, stb.” (Buzás, 2012:164).

Óvodás korban a mozgásfejlesztés feladata a gyermekek természetes mozgáskedvének megőrzése és a mozgás megszerettetése. Ezen kívül a rendszeres mozgással az egészséges életvitel kialakításhoz fontos alapokat lehet adni, valamint a mozgástapasztalatok bővítése is hangsúlyos szerepet kap ebben a korban. A megfelelő mozgáskészség kialakulásához csak sok gyakorlással lehet hozzájárulni. Óvodás korban a testi képességek, a fizikai erőnlét fejlesztése (kondicionális, koordinációs), valamint mozgáson keresztül az értelmi struktúrák és a szociális képességek fejlesztése is elengedhetetlen szerepet töltenek be a gyermekek életében (Király, 2011).

„A mozgás sokoldalú tevékenység, amelynek feladatrendszere az egész óvodai életet átszövi. A testnevelési foglalkozásokon túl jelen van a szabad játékban, a környezeti és esztétikai nevelés, valamint a gondozási és önkiszolgáló tevékenységekben is” (Porkolábné, 1996:21).

A kisgyermekkorban a legnagyobb a mozgás jelentősége. A személyiség valamennyi szegmensét fejleszti. A mozgás cselekvésen, játékon keresztül tapasztalja meg önmagát, társait és az őt körülvevő világot. A mozgás élménye segíti énképének formálódását. Az egészséges gyermek fejlődésében a mozgásfejlődés bázisán alakulnak ki az író- rajzolómozgások, valamint a beszéd. Ezért, ha a mozgásfejlődés késik, vagy zavart szenved, akkor ez a grafomotorium és a beszéd késői szerveződését vonja maga után (Porkolábné, 1996).

A torna, és a mozgásos játékok fejlesztik a gyermekek természetes mozgását (járás, futás, ugrás, támasz, függés, egyensúlyozás, dobás). Fejlesztik a testi képességeket, mint az erő, ügyesség, gyorsaság, állóképesség. Kedvezően befolyásolják a gyermeki szervezet

növekedését, teherbíró-képességét és az egyes szervek teljesítőképességét. Fontos szerepük van az egészség megőrzésében, megóvásában. Felerősítik és kiegészítik a gondozás és egészséges életmódra nevelés hatását. A mozgáskultúra fejlesztése mellett segítik a térben való tájékozódást, a helyzetfelismerést, valamint a személyiség akarati tényezőinek alakulását (Gaál, 2010).

„A tornának, játékos mozgásoknak teremben és szabad levegőn, eszközökkel és eszközök nélkül, spontán vagy szervezett formában az óvodai nevelés minden napján lehetőséget kell biztosítani” (Dobay, 2007:108.).

Természetes mozgás: Az emberré válás során kialakult mozgásokat természetes (generikus) mozgásoknak nevezzük, melyek genetikailag kódolva vannak. Ebből következik, hogy a gyermekek fejlődésében oktatástól függetlenül is kialakulnak ezek a mozgások. Ebbe a kategóriába tartozik: kúszás, mászás, csúszás, futás, fellépés, lelépés, dobás, fogás, ütés, húzás, tolás, szökdelés, ugrás, gurulás, függés, lengés (Dobay, 2007).

Testi képességek: a gyermek születésétől fogva szervrendszeri fejlődésének megfelelően mozgásokat végez. A szervrendszerek örökletes adottságai a mozgások következtében alakulnak, megváltoznak tulajdonságaik, működési sajátosságaik. Ezzel egyidejűleg és elválaszthatatlan egységben, a mozgások útján szerzett tapasztalatokkal alakulnak lelki tulajdonságaik. Ezek a komplex fizikai, és pszichikai sajátosságok teszik lehetővé, hogy a gyermek képes mozgásokat végrehajtani, képes erőt, gyorsaságot kifejteni, huzamosan futni, ugrálni, labdázni, stb. (Gaál, 2010).

1.3. Motoros fejlődés a természetes mozgásokban

A mozgás a gyermek legtermészetesebb megnyilvánulási formája. A mozgás fejlődését a születéstől a kisgyermekkorig általában figyelemmel kísérik, fontosnak tartják. Köztudott ugyanis az a tény, hogy ebben az életszakaszban a gyermek mozgásának fejlettsége képet ad általános fejlettségi szintjéről, a fejlődés tempójáról. A szülők ekkor még figyelik, hogy mikor fordul meg, mikor nyúl a tárgyak után, mikor ül-áll fel, mikor kezd járni. A járás megtanulása után azonban már általában kevesebb figyelmet fordítanak erre a területre (Porkolábné, 1996).

Elnevezésüket attól a folyamattól nyerték, amely a gyermek fejlődésében az oktatástól függetlenül lejátszódik. Ebbe a kategóriába tartoznak: a kúszás, mászás, csúszás, járás, futás, fellépés, lelépés, dobás, fogás, ütés, húzás, tolás, szökdelés, ugrás, gurulás, függés, lengés (Porkolábné, 1996).

A kiscsoportos gyermek motoros fejlődése a természetes mozgásokban: a 3-4 éveseknél a természetes nagymozgások fejlődését kívánjuk segíteni. Ezért leginkább a csúszáshoz, bújáshoz, mászáshoz szükséges eszközöket kell biztosítanunk a csoportszobában is. Ebben az életkorban a gyermekek gyakran kezdeményeznek csúszó-mászó-bújó játékokat. Gondoljunk csak a kicsik által kedvelt asztal alatt bujkáló állatokat utánzó játékokra (Porkolábné, 1996).

Ebben a korban a gyermek már több természetes mozgásban jártassággal, alap mozgáskészséggel rendelkezik. Mozgástempója lassú, a mozgások végrehajtási formájában hiányosságot észlelhetünk, a végrehajtást még fölösleges mozdulatok, ún. „túlmozgás” is kíséri. A gyermek mozgásának összerendezettsége (koordinációja) bizonytalan. A mozgástevékenységek elsajátítása érdekében csekély erőfeszítést tesz és munkavégzése kevésbé célszerű (Lepes, 2013).

„A kuszást, mászást, csúszást helyesen és szívesen végzik. Az ügyesség és erő fejlesztése a húzás-tolás gyakori ismétlésével történik. A háromévesek saját testsúlyukat húzva, tolvá helyből ki tudják mozdítani.

A legfontosabb új mozgások, újdonságok a végrehajtásban:

- biztos térdelés, a térdelőtámaszban mászás,
- állás, állásból leereszkedés,
- lépcsőn mászás,
- kúszás ellentétes kéz-láb segítségével,
- hason fekvésben hengeredés,
- ritmusra mozogás,
- járás,
- páros lábon ugrálás,
- biztonságosan szaladás,
- labda kezelése kézzel-lábbal,
- lábbal hajtott guruló játék használata” (Király, 2011:29.).

Járásuk magabiztos. Egyensúlyozó járásukban csak a keskeny és emelt, vagy rézsutos felületeken bizonytalanok

A futásban már érzékelhet a repülési szakasz, de a talajfogó láb nem nyúlik ki térdben. Futás közben irányváltásokat „feladatszeren” utasításra végeznek.

A dobás-fogás mozgása még meglehetősen „ügyetlennek” tűnik, csak a nagyobb átmérőjű labdákat tudják elfogni. Ha a dobás célját a fejmagasság alatt jelöljük meg, a labdát két kézzel alulról, a test előtt mintegy maguktól ellökve dobják el.

Szökdelés-ugrás sokat „ugrándoznak” szabadon. A térdemeléssel összekötött szökdelést is ügyesen végzik. A negyedik életévük körül rövid időre képesek uralkodni saját testük felett, már elugranak és talajra érkezés után könnyen felveszik újra a biztos egyensúlyi helyzetet (Lepes, 2013).

A középső csoportos gyermek motoros fejlődése a természetes mozgásokban: gyermek mozgástempója az általuk ismert gyakorlatokban, a jártasság illetve készség színvonalára fejlődött tevékenységekben gyorsabb. A tempófokozódás a gyakorlás következménye. Teljesítményeik növeléséhez szükséges akaraterejük és értelmi színvonaluk érzékelhetően fejlettebb. Mozgásuk céltudatosabb, értelmesebb és jelentsen fejlődött a tanulási, elsajátítási szándék is (Lepes, 2013).

„4-5 éves korban nagyobb hangsúlyt kap a szem-kéz, szem-láb koordináció és az egyensúlyérzék fejlesztése. A szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztését szolgálják a különböző célba dobó játékok, a kugli, az ugróiskola, ugrókötelezés, valamint a manipulációs barkácsoló tevékenységek is” (Porkolábné, 1996:20.).

„Ügyességük, gyorsaságuk, teljesítőképességük a kuszás, mászás, csúszás esetében is szembetűnő. Erejük, a mászórúdon való kísérletezéseik során is megnyilvánul.

A futásban egyre inkább eltűnik a csípő forgó mozgása és szívesen futnak tempófutással 30 m-es távolságot” (Lepes, 2013:27).

„Ez a szakasz összefoglalva a váltott lábú lépcsőzéstől a fejlődő egyensúlyérzékelésen át a fejlett mozgásszabályozásig terjed. Mozgás biztonságának javulása, valamint a világ megismerésében történt előrehaladása következtében önállóságra törekszik” (Király, 2011:31-32.).

Járásnál már nem gyakori a tempóváltozás, arra is képesek, hogy az óvón által adott ütemhez mintegy 32 lépésen keresztül igazodjanak. A lépcsőre fel- és lelépés váltott lábbal folyamatosan, biztosan sikerül. Állásból 30 cm magas akadályt 1 vagy 2 lábról elugorva átugranak. A nekifutással történő ugrásokat is ebben a korban kezdik el gyakorolni. A dobásnál az 5-ik év felé közeledve észlelhetjük, hogy egykezes hajítást már határozott irányba is képesek végrehajtani, de csak olyan tárggyal, amit a kezükben tartani tudnak (Lepes, 2013).

„A legfontosabb új mozgások, újdonságok a végrehajtásban:

- levegőssé váló járás, futás,

- egyre biztonságosabb váltott lábú lépcsőzés,
- szökdelés 1 és 2 lábon helyben és haladással, el- és felugrás, leugrás játékszerekről,
- kézben fogható labdával egykezes hajítás fej fölül,
- kétkezes alsó dobás különböző irányba,
- egyre jobb labdaelkapás,
- lábbal labdakezelés, megállítás, továbbítás,
- fejfel letámaszkodás és egyre jobb bukfenec,
- nyuszi- és békaugrás,
- hinta, mérleghinta, csúszda, mászóka használata” (Király, 2011:32).

A labda elfogásának biztonsága még csekély. Az egymással való labdázásnál kb. 2 m-re állva képesek a labdát elkapni és a labdát testhez húzzák. Év vége felé a feljüket dobott labdába pontosan bele tudnak ütni.

Hanyattfekvésben fel tudják emelni a lábukat függőlegesig, azontúl a fejük fölé, és lendülettel gurulnak felülésbe. A szereken szívesen függnek és lendülnek előre, hátra. A fogás korlátán, nyújtón, mászó alkalmatosságokon biztonságos (Lepes, 2013).

A nagycsoportos gyermekek motoros fejlődése a természetes mozgásokban: ebben a korban a gyermek mozgástempója különösen a folyamatos mozgásvégzésben gyorsabb. Kuszásban, mászórúdon, ha már teremtettünk mászási alkalmakat, minden fáradtság nélkül 4 m magasságig felmásznak. Az ütemtartással végzett járás nem okoz nehézséget. Keskeny felületen biztosan egyensúlyoznak (Lepes, 2013).

„Labdázunk vele sokat. Találjunk ki feladatokat az elkapásra, a dobásra. Adjunk neki jól kézben fogható labdát és a vállát megtámasztva húzzuk hátra a nyújtott karját és így dobjuk el néhányszor a labdát. A hajító mozdulat megtanítása 3–5 éves kor között elkezdhető. A lábbal történő labdakezelés közben az egyensúlyérzéke sokat fejlődik, mert miközben egyik lábbal támaszkodik, a másikkal a labdát kezeli” (Király, 2011:32.).

Ha lehetőségünk van rá, használjuk fel mozgásos tevékenységekre a csoporthoz tartozó kisebb helyiségeket is (pl. öltöző), természetesen csak akkor, ha a gyermekek felügyelete itt is biztosított. Az udvaron is használjunk ki minden lehetőséget és helyet a szabad mozgásra. Engedjük meg, hogy a megfelelő méretű fára felmászhasanak. Vigyük ki az udvarra is a testnevelési foglalkozáson használt eszközöket (pl. labdák, ugrókötelek füles labdák, stb.) (Porkolábné, 1996).

„A labda elfogásánál a társ dobását, a labda röppályáját figyelemmel kísérik. Társas labdázás 3m távolságig lehetséges. A hosszúsági tengely körüli gurulásban fejlődött az ügyességük, gyorsaságuk. A gurulás folyamatossá és iránytartóvá válik. A gurulóátfordulást többféle befejező helyzetbe biztosan végzik” (Lepes, 2013:28.).

Igyekezünk olyan játékokat venni, melyek az ügyességét próbára teszik. Adjunk kezébe súlyban hozzá igazodó ütőt, hogy manipulációs készségei, térérzékelése fejlődjön, taníthatjuk korcsolyázni, sízni, de legyünk nagyon türelmesek vele. Találjunk ki olyan játékokat, ahol billegő, félgömb alakú játékokon egyensúlyoznia kell. Ha megfelelő lehetőség van rá, vigyük el lovagolni (Király, 2001).

A húzó mozgást teljes erővel differenciáltan ellenőrzéssel végzik. Egyéni ritmusukat is alá tudják vetni a csoport ritmusának futás közben is. Versenyfutásnál jó testtartást és kifejezett repülési szakaszt tapasztalhatunk. Képesek már nekifutásból ugrani. Leugrásnál rugalmas a talajfogásuk. Távolság dobásnál maroklabdával, egykezes hajító mozgást észlelhetünk, de a dobásokat főleg helyből végzik (Lepes, 2013).

1.4. Mozgásfejlesztés a testnevelési foglalkozásokon

„Az óvodai testnevelési foglalkozásokon mozgástanítás és tanulás történik a torna és mozgásos játékok keretében. A testgyakorlatok végrehajtása előtt ki kell alakulnia a mozgás képzetének, a többszöri gyakorlás során pedig elemi, majd egyszerű fogalmának, mert a mozgásfeladatot csak így tudja megérteni, azután elvégezni, később helyesen kivitelezni a gyermek” (Gaál, 2010:35.).

A testnevelési foglalkozások anyaga az atlétikai, torna, illetve játékjellegű fő gyakorlatokból tevődik össze. A játékot, a játékosságot alapvető eszközként értelmezzük és alkalmazzuk a testnevelésben. A játék egy foglalkozáson belül sokszor megjelenik, a feladattól függően hol, mint eszköz, hol, mint cél. A testnevelési foglalkozások során teremtünk alkalmat speciális gyakorlatok beiktatásával a testalkati deformitások megelőzésére is (lábboltozat erősítés, gerinctorna). Az atlétikai gyakorlatokat (futások, ugrások, dobások) lehetőség szerint olyan időszakra tervezzük, amikor biztos, hogy a szabadban végezhetjük. Az egyes foglalkozások megtervezésénél mindig figyelembe kell venni a csoport általános fejlettségét, a fejlődés ütemét. Ehhez igazodva kell eldöntenünk az egyes mozgásformák ismétlésének a számát és intenzitását. Fontos, hogy a mozgásos anyaghoz természetesen igazodjanak a prevenciós program fejlesztési feladatai. A különböző nehézségű differenciált feladatok adásával segítjük elő, hogy minden gyermek megtalálja a képességeinek legmegfelelőbb

mozgásos feladatokat. A feladat ne legyen se túl könnyű, se túl nehéz, mert a túl könnyű nem készletti erőfeszítésre, a túl nehéz viszont gátlásokat okoz. A gyermek számára a megfelelő nehézségű gyakorlat kiválasztása nem csak a mozgásos képességeit fejleszti, hanem képet ad önismeretéről is. A feladatok végrehajtásánál ebben a korban még ne az legyen az elsődleges célunk, hogy a gyermekek tökéletesen kivitelezve végezzék el a gyakorlatokat, inkább olyan készségeket és képességeket akarjunk kialakítani, amelyek majd elősegítik az egyre pontosabb mozgás elvégzését is (Porkolábné, 1996).

Az óvodai testnevelés szerves része a mindennapi frissítő torna is. Ezt minden korcsoportban naponta legalább egyszer, 10-20 perces időtartammal szervezzük meg. Ha lehetőség van rá, megfelelő időben, ruházatban ezt is a szabadban, jó levegőn tartjuk. A mindennapos testnevelés anyagát elsősorban a mozgásos játékok adják, kiegészülve egy-egy gimnasztikai gyakorlattal. A játékokat céltudatosan a kötelező foglalkozásokhoz és a korosztály számára legmegfelelőbb fejlesztési feladatokhoz igazodva válasszuk ki. Ha rendszeresen és megfelelően szervezzük ezt a tevékenységet, akkor a gyermekek szívesen és örömmel vesznek részt benne. Váljon igénnyé, majd szokássá a mindennapi mozgás. Lesznek kedvenc mozgásos játékaik, amelyek eljátszását napközben maguk is kezdeményezik. Az örömmel, jó hangulatban végzett játékok jó lehetőséget nyújtanak a fejlesztő program egy-egy feladatának megvalósításához, társas kapcsolatok alakulásához is. Például a futó-fogó játékokkal a nagymozgások és a térészlelés fejlesztése a cél. Labdajátékokkal a szem-kéz, szem-láb koordináció és a finom motorikus mozgás is fejlődik. A játékok, térformák felidézésével lehetőség nyílik vizuális, verbális memóriájuk fejlesztésére, valamint szókincsük gyarapítására. A mozgásfejlesztésben meghatározó, hogy a spontán érzelmi motivációkra építsünk, az egyéni fejlettséget figyelembe véve (Porkolábné, 1996).

Az óvodába kerülő egészséges gyermekek szeretnek ugráncolni, futkározni, csúszni-mászni, mozogni. Az őket körülvevő felnőttek szemléletétől és a megfelelő feltételek megteremtésétől függ, hogy megmarad-e természetes mozgáskedvük. Fontos feladat ezért, hogy megőrizzük, -ha szükséges - felkeltsük ezt a mozgáskedvet és tudatosan építsünk rá. Lényeges a megfelelő motiváció, a mozgásra inspiráló biztonságos környezet kialakítása, a mozgásos tevékenységek pozitív megerősítése, a szükséges és elégséges szabályok megtanítása. A gyermekek napirendjét úgy kell kialakítani, hogy egész nap biztosítsunk számukra megfelelő helyet és eszközöket a mozgásos tevékenységekre a csoportszobában és az udvaron egyaránt. Az eszközök és tevékenységek kiválasztásánál a gyermekek életkorához, fejlettségi szintjéhez és a csoport összetételéhez igazodjunk. A szabad játéktevékenységben

célunk az, hogy minden gyermek megtalálja a fejlettségének, érdeklődésének, temperamentumának legmegfelelőbb tevékenységet (Lepes, 2013).

A gyermekek mozgásigénye különböző. Nagyon fontos, hogy, az aktívabb mozgást és a nyugodt tevékenységet kedvelő gyermekek meg tanuljanak egymáshoz alkalmazkodni, tartsák tisztelőben egymást. Ehhez elengedhetetlen bizonyos alapvető szabályok megtanítása, betartása, a jó hangulatú tevékenység a gyermekek számára pozitív élményt nyújt, ez újabb cselekvésre készíti őket. Így a mozgás természetesen beépül a gyermek spontán tevékenységeibe, szokássá, igénnyé válik. (Lepes, 2013).

A rendszeres mozgás során fejlődik a gyermekek pszichikai, testi, értelmi és szociális képességei, és ezek eredményeként egészségesebb lesz, ami a későbbiekben a felnőtt korra is kihat és megmaradhat (Porkolábné, 1996).

II. MOZGÁSKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE LABDAGYAKORLATOK ÉS LABDÁS ÜGYESSÉGI JÁTÉKOK FÜGGVÉNYÉBEN

A játékok – beleértve az iskolai és népi játékokat is – rendkívül nagy csoportját alkotják azok, melyeknek sajátos és kizárólagos eszköze a labda.

Ehhez kötődnek a szabályok, a játékeladatok és még nagyon sok más játékhelyzet. A labda a legősibb játékeszköz, a magasabb szintű sportjátékok is elősegítette. A labdás játékok döntő többségben csapatjátékok, amikre az állandóan változó környezeti feltételek a jellemzők. A folyamatos együttműködés és az ebből adódó teljesítmény alapvető feltétele és lényeges eleme a játékosok jó döntési képessége és a helyes döntések sorozata.

A labdás játékokat a testnevelési óra bármely részében fel lehet használni (Pásztory, 2001).

2.1. Labdajátékok kialakulása és fejlődése

„A labdajátékok a testnevelési játékok egyik fő csoportját képezik. A labdajátékok önálló csoportját azok a versenyjátékok képezik, amelynek tartalmát különféle labdakezelési feladatok képezik, döntő módon: labdadobás, -kapás, -gurítás, -fejelés, -vezetés, -rúgás, valamint a labdával történő cél-, és távolbadobás határozzák meg” (Bély, 1963:7.).

A kutatók a labdát a fáraók sírjaiban megtalálták, de a labdának az ősi Kína életében éppen úgy, mint az ókori Róma testkultúrájában is igen fejlett funkciója volt. (Bély, 1963).

A labdás játékok szinte egyidősek az emberrel. Az ősember még az életben maradásért küzdött, így mindennapi tevékenységét ez határozta meg. Az őskori barlangrajzokon látható dobómozdulatok arról tanúskodnak, hogy a dobás, a hajítás alapvető élelemszerző és harci tevékenység volt. A dárda hajítása, a kődobás bizonyított, de arról sajnos nincsenek leletek, hogy az ősember gyakorlásként, vagy akár játék céljára labdát is használt volna. Az őskorból csak feltételezések maradtak a dobó mozdulat alapján, viszont annál több képi ábrázolás és tárgyi emlék maradt fent az őskorból.

Az ókor népeinél is fontos szerepet töltött be a labdázás és a különféle labdás játékok. Egyiptomban a síremlékeken labdázó lányokat figyelhetünk meg. Előkerültek az egyiptomi ásatások nyomán gyapottal töltött, papiruszból vagy üvegből készült labdák is, amit az uralkodó osztály nőtagjai esztétikai nevelésre és időtöltésre használtak. Kínában a katonák harci kiképzésében szerepelt a lószőrrel tömött labdarúgójáték, de a lovaspólót, sőt a golfot is ismerték. A perzsák lovas nép révén a katonák kiképzési anyagába emelték a lovas labdajátékokat. A zsidó népeknél úgynevezett babaházak voltak népszerűek, ahol labdaleütéseket gyakoroltak és néztek. A görögöknél is megjelentek a különféle labdajátékok a labdarúgástól a gyeplabdáig. A spártaiak a

katonai nevelésben használták fel a labdajátékokat, míg Athénban a játék esztétikai és erkölcsi nevelő értékének tulajdonítottak nagyobb szerepet (Bíró, 2015).

A XIX. és a XX. század fordulójához közeli időszakot tekintjük a modern idők testkultúrájának kezdetének. A gazdasági, társadalmi fejlődés, a nemzetközi kapcsolatok kiszélesedése, a polgári fejlődés, az ipari és technikai vívmányok hatása rendkívül kedvező körülményeket teremtett a testkultúra és sport további népszerűsödésének. A városlakók civilizációs életviszonyai és életszínvonala, a szórakozáskultúra igényének növekedése miatt a sport a szabadidő eltöltésének egyik legkedveltebb formájává kezdett válni (Nádori, 2011).

2.2. Labdakezelési módok a labdakészség fejlesztésére

„A labdajátékok a mozgásos játéktevékenységek csoportjába tartozó játékforma. A testnevelési foglalkozások színesítése segít bennünket abban, hogy a gyerekek minél jobban szeressék a testmozgást, a testnevelést. A labda nagyszerű eszköz. Ha a gyerekek a labdával dolgoznak, akkor a később majd végre tudják hajtani a nagyobb terhelésű feladatokat is, és ezáltal a koordinációs képességük is észrevétlenül fejlődik” (Bíró, 2015:62.).

A léglabda az egyik legkedveltebb játékszere az óvodás korú gyermekeknek, mivel a többi játékszertől eltérően sokféleképpen lehet a labdát alkalmazni helyben és járás, futás közben is. Fogható, gurítható, leüthető, dobható helyben, haladással, egyénileg, továbbá társnak is. E sokféle tulajdonság és az ebből adódó labdával való többféle bánásmód teszi kedvelté e játékeszközt az óvodások körében. Mivel e korosztálynál az érzelmi vonzódás pozitív irányban meghatározó, ezért az óvodás korú gyermekek az örömmel végzett, de jól megválasztott és megfelelő módon elégszer végrehajtott labdás gyakorlatokat viszonylag hamar tanulják meg (Becsy, 1994).

A labdaérezék az egész test és a labda viszonyában kialakuló képesség együttes. Ebben a mozgáscsoportban a gyermekek különböző felfújtt labdákkal dolgoznak egyénileg. Ennek során egyre biztosabban kell birtokolniuk a labdát, alkalmazkodva a különböző labdák tulajdonságaihoz. A különböző labdákról megfogalmazható jellemzőket kell használnia a gyermekeknek (sima, érdes, nehéz, kicsi, nagy, puha, kemény, stb.). A foglalkozásokon egyidejűleg többfajta labda használandó és időnként cserélni kell azokat egymás között (Bíró, 2015).

a) Egyéni labdaérezéket fejlesztő feladatok

A labdaérezék az egész test és a labda viszonyában kialakuló képesség együttes. E mozgáscsoportban a gyermekek különböző felfújtt labdákkal dolgoznak egyénileg. Ennek során

egyre biztosabban kell birtokolniuk a labdát, alkalmazkodva a különböző labdák tulajdonságaihoz. A különböző labdákról megfogalmazható jellemzőket kell használnia a gyermekeknek (sima, érdes, nehéz, kicsi, nagy, puha, kemény, stb.). A foglalkozásokon egyidejűleg többfajta labda használandó és időnként cserélni kell azokat egymás között. (Király-Szakály, 2011).

„Tapasztalatszerzés a következő képen valósul meg:

- a labda súlyáról, tapintásáról (anyag, érdeség, keménység stb.),
- mozgási tulajdonságairól (repülés, forgás, gurulás, visszapattanási magasság, irány stb.),
- kezelhetőségéről (leejtés, feldobás, elkapás, pörgetés, gurítás stb.) kötetlenül és ritmusban.
- a labda puha, utánaengedéssel történő elkapásáról (kézzel, lábbal, fejjel, háttal),
- a labda ütéséről (kézzel, lábbal, fejjel),
- a saját maguk által indított labda mozgásához való alkalmazkodásról.
- kétkezes alsó és felső dobás léglabdával 3-4 m távolságra kb. 1 m széles folyosón”

(Király-Szakály, 2011:54.).

b) A labda vezetése, pattintása, ütögetése, később átadások

A repülő labda ívéhez, sebességéhez való alkalmazkodás egyre inkább az érzékelés és észlelés közötti idő tudatos csökkentésével történik. A kar időben nyúljon a labda felé. A legfontosabb gyakorlási szempont a helyezkedés az elkapáshoz. Fontos a szituációtól és a labda nagyságától függő dobásforma megválasztása a minél pontosabb és gyorsabban végrehajtott dobás érdekében. Jellemezze a végrehajtást a labda érkezési helyének egyre pontosabb becslése és az időben történő reagálás.

A labda pontos célba dobása és rúgása érdekében gyakorolni kell a hosszanti, a keresztirányú, a pontszerű és a mozgó célra történő szertovábbítást. A dobásnál alkalmazni kell a hajító-, a lökő- és a vetőmozdulatot. Az egykezes hajítómozdulattal történő labdatovábbításnál (egykezes felső átadás) csak olyan labda alkalmazása célszerű, melyet a gyermekek egy kézben biztonságosan meg tudnak tartani. (Király-Szakály, 2011).

- „Labda ütése, pattintása, „vezetgetése” kézzel, alkarral, fejjel kötetlenül, játékosan. Tetszőleges formában labdaátadások párokban
- Dobás kidobóterpeszből (a dobókézzel ellentétes láb van elől).
- Kétkezes felső átadás – hajítás.
- Kétkezes mellső átadás – lökés.
- Kétkezes alsó átadás – vetőmozdulat.

- Tudatos helyezkedés a labda elkapásához.
- A megtanult dobásformák alkalmazása párokban, helyben és mozgás közben, ütés kosárérintéssel, elkapás egy kézzel” (Király-Szakály, 2011:55.).

c) Labdaérezék fejlesztése lábbal, passzok és fejelések

Általános metodikai megjegyzések: Az egyéni labdaérezék fejlesztés folytatásaként a lábbal történő labdakezelés részét képezi az egész test és a labda viszonyában kialakuló labdaérezéknek. Ennek kapcsán tapasztalatot kell szerezni a gyermeknek a labda lábbal történő érintéséről: így belsővel, külsővel, talppal, lábfejjel, térdel, combbal, sarokkal. Ezek közül a belsővel és a talppal való labdaérintés különösen alkalmas arra, hogy a labdát ellenőrzése alatt tartsa. Könnyű gumilabdával lehet tanítani a homlokkal történő fejelést egyénileg, majd párosával is. (Király-Szakály, 2011).

A labdához való helyezkedést először az egyéni labdakezelési gyakorlatokban kell megtanulni. Ekkor a helyezkedés arra irányul, hogy a labda érintés közelben maradjon, lehetőséget teremtve arra, hogy belsővel vagy talppal bármikor megállítható, terelhető legyen. Ennek gyakorlására a kisebb csoportban vagy akadályok közötti labdavezetésben nyílik jó lehetőség. Később kerül előtérbe a párokban történő labdatovábbítás, a passzolás gyakorlása. A minél pontosabb átadások gyakorlását érjük el a célbarúgás végeztetésével (Király-Szakály, 2011).

d) Dobásformák: hajítás, lökés, vetés

Általános metodikai megjegyzések: A hajítás, lökés, vetés mozdulatának megtanítása a teljesítményre törekvő kislabda hajításához és a labdás dobások helyes végrehajtásához nélkülözhetetlen. Különösen a hajítómozdulat fontos ebben a korban, mert a legtöbb labdás játékban való eredményes szereplésnek alapfeltétele. Ennek tanításakor el kell érni, hogy a dobás végrehajtását a váll feszülése indítsa, melyhez kapcsolódik a könyök és legvégül az eldobandó szer. Nem szabad megengedni, hogy a hajításnál gyermekek a labdát a tarkójuk mögé leengedjék. (Király-Szakály, 2011).

A három alapvető dobómozdulat tanításához szorosan hozzátartozik a célbadobás gyakorlása. Ennek során először a hosszanti, majd a keresztirányú kiterjedésű cél és végül a pontszerű és mozgó célra dobás a követendő sorrend.

A dobások tanításához hozzátartozik a kidobóterpesz-felvétel, melyben a dobókézzel ellentétes láb van elől. Könnyen fogható szerrel:

- hajítás két kézzel, egy kézzel – a váll, könyök vezeti a mozgást,

- lökés két kézzel, egy kézzel – a könyök követi, tolja a szert,
- vetés két kézzel, egy kézzel (gurítás is) – végrehajtás nyújtott karral.
- A sportági mozgásformák
- Helyből hajítás a kar hátranyújtásával, majd kis törzsfordítással és hátra hajlással a legnagyobb erővel (hosszanti és keresztirányú célba is).
- Lökés a dobókéz felőli oldalra elfordulással és a törzs kismértékű hátrahajlításával célba (hosszanti és keresztirányú célba is). A másik kéz támasztja a szert.
- Vetőmozdulattal kétkezes alsó dobás és gurítás nyújtott karral.
- Kislabdahajítás kis lendülettel, beszökkenéssel: célba és távolságnövelésre törekedve.
- Egy- és kétkezes lökés 1–2–3 kg-os medicinlabdával célba (hosszanti, keresztirányú és pontszerű) és távolságnövelésre törekedve.
- Vetés (gurítás felfújó labdával) egy és két karral (1–2–3 kg-os medicinlabdával), minél pontosabban célba (hosszanti, keresztirányú és pontszerű) és egyre nagyobb távolságra törekedve.
- Kislabdahajítás optimális lendületvétellel, beszökkenéssel (tá-ti-ti), meghatározott kidobóvonalról, dobósávba teljesítményre törekedve. A beszökkenés elkezdésének helye és a kidobóvonal közti távolság összefüggésének tudatosítása (Király-Szakály, 2011).

A testnevelési játékok egyik fő csoportját a labda-versenyjátékok képezik. A labda, mint az emberiség egyik ősi játékeszköze, a gyermek-, és a felnőttkor játékaiban, minden időben jelentős szerepet töltött be.

A testnevelésben szerephez jutó labdajátékokat három csoportban tárgyaljuk. Külön szólnunk a labda-versenyjátékról, a labdamérkőzésekről és a könnyített sportjátékokról. A labda-versenyjátékok csoportjába azok a labdajátékok tartoznak, amelyeknek jellemzője a labdával végzett játéktevékenységek, ami egyéni, illetve csapatverseny formájában aktivizálódik. A labda-versenyjátékokat aszerint csoportosítjuk, hogy a tanulóknak milyen fajta versenytevékenységet kell teljesíteniük. Ennek alapján megkülönböztetjük a következő csoportokat: labda-futó versenyjátékok; labda-fogó versenyjátékok; labda-váltó versenyjátékok; labda-dobó és –kapó versenyjátékok; labda-rúgó versenyjátékok; célba-, és távolbadobó versenyjátékok (Bély, 1963).

A gyermekek fejlettségét is figyelembe vevő egymást követő anyagcsoportosítás és ennek a játékok keretében is tervezhető gyakorlási egymásutánisága a következő:

Labdafogásmódok. Ennek elsajátítását már a gimnasztika keretében alkalmazott megfelelő gyakorlatok végeztetésével is elősegíthetjük. De a labdafogásmódok eredményes, tehát alkalmazni

is tudó tanulását a jól megválasztott játékok biztosítják, amelyeknek keretében egyéni versengéssel végezteshetjük a megfelelő fogásmódot különböző kar- és testhelyzetben helyben, majd járással és futással is.

Labdagurítás, de alkalmazhatunk babzsák-csúsztatást is: Végezhető helyben különböző testhelyzetben; és helyből valami, vagy társ felé; továbbá tovahaladással páros, majd egy-egy, illetve váltott kézzel. Lábbal is gyakoroltathatunk labdagurításokat helyből valami, vagy társ felé egyik, majd másik lábbal, s ez utóbbi módon haladással is guríthatjuk a labdát, de váltott lábbal is.

Feldobás-elkapás helyben különböző testhelyzetben, majd haladással; feldobás és elkapás két kézzel; illetve feldobás egy kézzel, elkapás két kézzel.

Átadás-dobásformák (két- és egykezes alsó-felső dobások) alkalmazásával társnak helyben, járás, majd futás közben.

Labdavezetés: helyben leütés két-, majd egy kézzel, elkapás két kézzel; labdavezetés helyben, majd járással, futással és különböző, játékban végezhető feladatokkal.

A labdával végezhető megfelelő anyagú és idejű óvodáskori gyakorlás alapozza és könnyíti meg a későbbi korokban a labdás játékelemek elsajátítását. Ha ez az alapozás az óvodás korban elmarad, vagy hiányos, akkor ennek negatív következményeit az iskolás korban csak többletmunkával pótolhatjuk. Ezért gondosan kell tervezni és vezetni minden (Gaál, 2010).

2.3. Óvodában alkalmazható labdás játékok

„A gyermekkort szinte születéstől kezdve átszövi a játék, hisz a legfőbb tevékenységi formája a gyerekeknek. A gyakorló játékokon és szerepjátékokon keresztül jut el a gyermek a szervezett szabályjátékokhoz. Az óvodai testnevelés legértékesebb részének is a játékot tartjuk” (Josip, 2013:101.).

A labdagyakorlatok és a labdával való játékok fontos szerepet töltenek be a mozgásfejlődésben és -fejlesztésben. Az alapvető mozgásformákkal kapcsolatos készség és képességfejlesztés kiemelt eszközrendszere. Az óvodás és kisiskolás korban sok lehetőséget kell biztosítani a labdázásra, hogy kialakuljanak a labda mozgását irányító készségei és motoros képességei a sok gyakorlás eredményeként. A labdagyakorlatok kedvező hatással vannak a természetes és a tanult mozgások készség szintű elsajátítására, valamint begyakorlására. Ahhoz, hogy az előzőekben említett gyakorlatok valóban hozzájárulhassanak a készség- és képességfejlesztéshez, rendszeres labdázásra, állandó gyakorlásra van szükség. Addig, amíg egy egyszerű labdatechnikai elem (labdafogás, feldobás – elkapás, leütés – elkapás, átadás, labdagurítás, labdavezetés) készségszintű elsajátítása megtörténik, fejleszti azokat a motoros

képességeket is, amelyek szükségesek az adott gyakorlatok elvégzéséhez (gyorsasági erő, alap állóképesség, mozdulat-, mozgás- és cselekvésgyorsaság, téri tájékozódás, egyensúlyozás, ritmusképesség, kinesztetikus mozgásérzékelés). A mozgástanulás–tanítás folyamatában és eredményességében ez a kölcsönhatás meghatározó a későbbi életkorok mozgás minőségében is. A mozgáskészségek és a motoros képességek fejlődése életkor specifikus, ezért fontos, hogy azokban a szenzitív időintervallumokban, amikor az anatómiai és élettani feltételek optimálisak a fejlesztéshez, biztosítani kell a támogató, segítő mozgáskörnyezetet. Amennyiben ez nem történik meg, a későbbiek során sokkal több munkával lehet csak hasonló eredményt elérni. Az óvodás és kisiskolás korban számolni kell azzal, hogy a labda tulajdonságainál fogva „nem engedelmeskedik” minden gyermek kezében, de emiatt nem lehet elmarasztalni vagy büntetni akkor sem, ha emiatt hangosabb és bonyolultabb a mozgástevékenység szervezése és irányítása. Labda nélkül nem lehet a labdázást elsajátítani és megszerettetni, a „zavarónak ható” kísérő jelenségek velejárói ezeknek a mozgás fajtáknak, amit ajánlott természetesen kezelni. Érdemes figyelembe venni azt a megállapítást, mely szerint a labdázás minőségét biztosító szabályozási rendszerek kialakulása az 5-10 éves életkorra tehető. A gyermek a korábbi életévekben is észleli a mozgó labda útját, irányát, érzékeli sebességét, de tapasztalat hiány miatt, mert ilyen irányú motorikus élménye nincs, nem tud a labda mozgásritmusához alkalmazkodni (Gaál – Rudnerné, 2015).

A játékok kiválasztása tudatos legyen. Adjon alkalmat a tanult főgyakorlatok alkalmazására, gyakorlására. Figyelembe kell venni a csoport képességeit. Egy foglalkozáson belül többször is sor kerülhet játéokra! Minden foglalkozáson figyelembe kell venni a gyermekek játékigényének a kielégítését és a változatosságot (Bíró, 2015).

Kidobós játékok: a játéknak nagyon sok variációja ismeretes. Mindig a gyerekek élet-korának és képességeinek megfelelően válasszuk ki a legmegfelelőbb formát. Minden kidobós játék fejleszti a térbeli tájékozódást, a szem-kéz koordinációt, a gyorsaságot, és az állóképességet.

a) Leülő kidobós: mindenki játszik mindenki ellen. Csak 2-3 lépést lehet tenni a labdával. Akit a labda eltalál, az leül a földre. Ha hozzákerül a labda, ő is kidobhatja társait, de nem állhat fel. Győztes az, aki utoljára marad.

b) Szalagos kidobós: két csapatra osztjuk a gyerekeket. Az egyik csapatot szalaggal jelöljük meg. A labdával nem lehet lépni és mindenki csak a saját csapatába tartozó gyereket dobhatja ki. Szalagost a szalagos, szalag nélkülit a szalag nélküli. Akit kidobnak, külön feladat után visszaállhat.

c) Fogyasztó a körben: két csapatra osztjuk a gyerekeket. Az egyik csapat a gyerekek képességeinek megfelelő nagyságú kört alkot. A másik szétszórtan a körben helyezkedik el. Jelre a körben állók igyekeznek minél előbb „elfogyasztani” a bent lévőket. Egymás között adogatott

labdával próbálják eltalálni a menekülőket. A körben lévő játékos nem érintheti a labdát. Akit bármilyen módon érint a labda, az elhagyja a kört. A bent rekedt, vagy az elgurult labdáért a dobóknak kell elmenniük. Az a csapat győz, amelyik rövidebb idő alatt „fogyasztja el” a bent lévőket. *Változat:* Akit kidobnak, az is beáll a körbe a „fogyasztók” közé. Az a győztes, aki utolsónak marad benn (Pappné, 2011).

Fogójátékok labdával: nagyon sok fogójáték labdával, labdavezetéssel is játszható.

a) Labdaérintéses fogó: kijelölünk egy fogót, akinél a labda van. Akit megérint a menekülő gyerekek közül, annak odaadja a labdát és az lesz az új fogó. *Állóképességet fejlesztő játék.*

b) Labdavezetéses fogó: a kijelölt fogó labdavezetéssel próbálja megfogni menekülő társait. Akit megfog, az lesz az új fogó (csak a fogónál van labda). *Állóképességet, szem-kéz koordinációt fejlesztő játék.*

c) Félperces fogó labdavezetéssel: ki tud legtöbb gyereket megfogni fél perc alatt labdát vezetve (mindenkinél van labda). *Állóképességet, szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Gaál, 2010).

Célba dobás lábbal: megfelelő távolságra karikákat helyezünk el a talajon. Megjelölt vonal mögül hajlított ülésben két talp közé fogott labdával kell beletalálni a karikába. Győztes, aki a legtöbbször talál célba. *Talpboltozatot erősítő, és szem-láb koordinációt fejlesztő játék.*

Labdagyűjtés: a gyerekeket két csapatra osztjuk. A csoportszoba két végét padokkal elrekesztjük. A szoba közepén szétszórta labdákat kell mindkét csapatnak a saját területére gyűjteni. Csak pók- és rákjárásban szabad közlekedni, hason hordozva a labdát. Győz az a csapat, akinek több labda lesz a térfelén. *Tartásjavító, mozgás-koordinációt, térérzékelést fejlesztő játék*

Változat: A játékhoz legalább kétszer annyi labda kell, mint ahány gyerek játszik. Annyi csapatot alakítunk, ahányféle labda van (méretben, színben, mintázatban). A labdákat szétszórjuk a játéktéren, majd jelre minden csapat a megbeszélte fajtájú labdát gyűjti az előre kijelölt helyre. Győz az a csapat, amelyik először összegyűjti a saját labdáit. Fontos, hogy pontosan meghatározzuk a begyűjtés szabályait (pl. egyszerre hány labdát lehet vinni, lehet-e dobni, rúgni a labdát, stb.) *Térbeli tájékozódást, gyorsaságot, szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Pappné, 2011).

Körbe jár a labda: a gyerekek két csapatot alakítva, körben ülnek. Mindegyik csapatnak egy-egy labdát adunk, melyet körbe kell adogatni. Győztes az a csapat, akinek a labdája előbb ér körbe, vagy akinek a labdája később esik le. *Szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Bíró, 2015).

Labdakergető: a játékosok körben állnak. A kör két átlós pontján lévő gyerek kezébe egy-egy labdát adunk. Jelre a gyerekek kézből kézbe adják a labdákat. A cél, hogy egyik labda utolérje a másikat. A labdát minden gyereknek érintenie kell. Ha valaki elejtette, neki kell újra játékba hozni a labdát. Jobbra és balra haladva is végeztessük a játékot. *Térérzékelést, oldaliságot, szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Pappné, 2011).

Kenguru: a gyerekek az indulóvonal mögött helyezkednek el, térdük közé labdát szorítva. Rajtra páros lábbal ugrálva kell a kenguruknak eljutni a célig úgy, hogy közben nem veszíthetik el a labdát. Ha a labda kiesik, visszatéve lehet folytatni a szökdelést. Győz az, aki először halad át a célvonalon. *Láberőt és többször ismételtetve, állóképességet fejlesztő játék* (Lepes, 2013).

Pókfogó labdával: minden gyerek pókjárásban közlekedik. Csak a fogó ölében van egy kisméretű labda. Igyekszik olyan közel férközni egy társához, hogy át tudja tenni a labdát az ölébe. Akihez a labda került, az lesz az új fogó. Nem szabad messziről dobni a labdát. Egyszerre több fogót is kijelölhetünk. *Térbeli tájékozódási képességet, mozgáskoordinációt, állóképességet fejlesztő és tartásjavító játék* (Bíró, 2015).

Körlabda: 10-12 gyerek kört alakít terpeszben állva, lábfejszélek összeérnek. Cél, hogy senki ne engedje kigurulni a társak által gurított labdát a lába között. Ha két gyerek között gurul ki az csak „kapufá”. Akinek sikerül láb közt kigurítani, az „lőtt egy gólt”. Győztes, akinek a legtöbb találata van. Másik változat, akinek a lába között kigurul a labda, az kiesik. *Szem-kéz koordinációt, reagálás gyorsaságot fejlesztő játék* (Lepes, 2013).

Labdacica: 10-12 gyerek kört alakít. A „cica” a kör közepére áll. A gyerekek úgy próbálják meg egymásnak gurítani a labdát, hogy a „cica” ne tudja megérinteni azt. Ha mégis sikerül, az áll be a körbe, akinek a labdáját elfogták. *Szem-kéz koordinációt, reagálás-gyorsaságot fejlesztő játék*.

Változat: Nagyobb gyerekek labdadobással is játszhatják, tetszőleges labdaátadással. Hárman is játszhatják úgy, hogy a „cica” az adogató gyerekek közé áll (Bíró, 2015).

Célabdobás: Lehet egyéni és csapatversenyt is rendezni. A kiinduló helyzet lehet állás, térdelés, hajlított ülés, hason fekvés. A célt és a távolságot mindig a gyerekek életkorának és ügyességének megfelelően válasszuk meg. *Szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Pappné, 2011).

Labdák a szélben: a gyerekek (labdák) a terem egyik felében lefekszenek a földre, hogy egymást ne zavarják. Az óvónő (szél) mögéjük áll a fal mellé, és olyan hangokat ad ki, mintha fújna a szél – SSSS. Erre a labdák elkezdenek gurulni, mintha a szél fújná őket. Addig gurulnak, míg hallják a szelet. Ha van elég hely, a szél többször is fújhat azonos irányból. Ha elérték a terem végét, az óvónő mögéjük sétál, és a szél elkezd fújni a másik irányból. Javaslat: Ha a gyerekek már jól begyakorolták az átfordulásokat, hangosabb jelre lehet gyorsabban, halkabb jelre pedig lassabban fordulni (Lepes, 2013).

Pontszerző: 4 fős csapatokat alakítunk ki, csoportonként 1 labdával. A tanulók párokat alkotnak. Valamennyi pár egyik tagja a pálya szélén megáll terpeszállásban, az ellenfél páros egyik tanulója pedig a pálya másik oldalán képez kaput. A párok szabadon maradó tagjai játszanak egymás ellen, lábbal vagy kézzel gurítva a labdát. Akinek sikerül gólt szerezni – azaz terpesztett láb alatt

átgurítani a labdát-, szerepet cserél a párjával. Győztes az a páros, amely adott időn belül több gólt ér el (Pappné, 2011).

Légkalapács: A gyermek a tanító jelére a légkalapács lassú, illetve gyors mozgását utánozzák. Lehet először helyben, majd haladással is vezetni a labdát. Nem a futás iramán, hanem a labdavezetés gyorsaságán kell változtatni. Javaslat: A szóban történő közlést fokozatosan kézzel való irányításra lehet változtatni. Mindkét kézzel gyakoroltassuk (Bíró, 2015).

Vadász labda: A tanulók a tornateremben szétszórta helyezkednek el. Kijelölünk egy vadászt, aki vállszalagot és egy kézilabdát (röplabdát) kap. A vadász adott jelre labdavezetéssel elindul, és alkalmas pillanatban valamelyik társát megcélozza. Akit eltalál, az is vadász lesz. Ha a játéktéren már két vadász van, akkor tilos a labdát vezetni. A vadászoknak labdaadogatással (passzolással) kell megközelíteniük a menekülőket. Győztes az a tanuló, akit a vadászok legutoljára találnak el (Lepes, 2013).

Körbe jár a labda: A gyerekek két csapatot alakítva, körben ülnek. Mindegyik csapatnak egy-egy labdát adunk, melyet körbe kell adogatni. Győztes az a csapat, akinek a labdája előbb ér körbe, vagy akinek a labdája később esik le. *Szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Pappné, 2011).

Háztalan mókus – labdával: A gyerekek a háztalan mókus játék szerint helyezkednek el, azzal a különbséggel, hogy itt mindenkinél labda van, a háztalan mókusnál is. A „mókusok, ki a házból!” mondat elhangzása után labdával együtt keresnek új házat a mókusok.

Javaslat: a labdával többféleképpen közlekedhetnek, például kézben tartva futnak; kézzel terelik földön a labdát, labdavezetéssel (jobb vagy bal kézzel); lábbal vezetik a labdát. (Lepes, 2013).

Kihez megy a labda: A gyerekek kört alakítanak. Az óvónévi, vagy egy gyerek a kör közepére áll, kezében egy labdával. Megnevez egy gyereket, majd odadobja neki a labdát, akinek nem sikerül elkapnia, az leül törökülésbe, de tovább folytathatja a játékot. Ha legközelebb sikerül elkapnia, felállhat. A játékkal gyakoroltathatjuk a labda elkapást, fejleszthetjük a szem-kéz koordinációt.

Változat: Játshatjuk úgy is, hogy mindenki a körben áll, és bárkinek dobhatja a labdát, miután nevének szólította. Kisebb gyerekek labdagurítással is játszhatják a játékot (Bíró, 2015).

Labdavezető-gépkocsi: Minden gyereknek labda van. A gyerekek az óvónő hang- vagy kézzelére közlekednek a csoportszobában labdavezetéssel. A labdavezetést nem hagyják abba, mert a motort az úton nem szabad kikapcsolni. Akinek lefullad az autója (elveszti a labdát), kiáll a játékból (leparkol). Győztes az, aki a leghosszabb ideig volt képes vezetni a kocsiját (Lepes, 2013).

Labda begyűjtés: A gyerekeket két csapatra osztjuk. A terem két végét padokkal elrekesztjük. A terem közepén szétszórta labdákat kell mindkét csapatnak a saját területére gyűjteni. Csak pók- és rákjárásban szabad közlekedni hordozva a labdát. Győz az a csapat, akinek több labda lesz a térélen. Tartásjavító, mozgás-koordinációt, térérzékelést fejlesztőjáték. *Változat:* A játékhoz legalább kétszer

annyi labda kell, mint ahány gyerek játszik. Annyi csapatot alakítunk, ahányféle labda van (méretben, színben, mintázatban). A labdákat szétszórjuk a játéktéren, majd jelre minden csapat a megbeszélte fajtájú labdát gyűjti az előre kijelölt helyre. Győz az a csapat, amelyik először összegyűjti a saját labdáit. Fontos, hogy pontosan meghatározzuk a begyűjtés szabályait (pl. egyszerre hány labda: lehet vinni, lehet-e dobni, rúgni a labdát stb.). *Térbeli tájékozódást, gyorsaságot, szem-kéz koordinációt fejlesztő játék* (Pappné, 2011).

III. A KUTATÁS ANYAGA ÉS MÓDSZEREI

A labdagyakorlatok és a labdával való játékok fontos szerepet töltenek be az óvodás gyerekek mozgásfejlődésben és mozgásfejlesztésben. A labdás gyakorlatok az alapvető mozgásformákkal kapcsolatos készség és képességfejlesztés kiemelt eszköze. A kondicionális és koordinációs képességek különböző fajtái a labdagyakorlatok és játékok rendszeres alkalmazása mellett szembetűnően fejlődnek. A labdagyakorlatok kedvező hatással vannak a természetes és a tanult mozgások készség szintű elsajátítására, valamint begyakorlására. Ahhoz, hogy a labdagyakorlatok valóban hozzájárulhassanak a készség- és képességfejlesztéshez, rendszeres labdázásra, állandó gyakorlásra van szükség. Addig, amíg egy egyszerű labdatechnikai elem (labdafogás, feldobás – elkapás, leütés – elkapás, átadás, labdagurítás, labdavezetés) készségszintű elsajátítása megtörténik, fejleszti azokat a motoros képességeket is, amelyek szükségesek az adott gyakorlatok elvégzéséhez (gyorsasági erő, alap állóképesség, mozdulat-, mozgás- és cselekvésgyorsaság, téri tájékozódás, egyensúlyozás, ritmusképesség, kinesztetikus mozgásérzékelés).

3.1. A kutatás célja, hipotézisek

A labdajátékok mellett nemcsak a labdakészséget fejlesztjük a gyermeknél, hanem a mozgáskoordinációt, ritmusérzékét, egyensúly képességeket is. A kutatás céljaként azt tűztük ki, hogy bemutassuk és felmérjük két alkalommal egy óvodai csoport labdakészségének és labdás ügyességi képességeinek szintjét a mozgáskoordináció, szem-kézkoordináció és ritmusérzék függvényében. Az első felmérést követően kísérleti beavatkozás (labdás foglalkozástervek) által javítani a gyerekek teljesítményét, majd újra elvégezni a felmérést. Az eredményeket elemezve megállapítani, javult-e a teljesítményük, igaznak bizonyultak-e a feltételezések.

A kutatás hipotézisei a következők:

H1: Feltételezzük, hogy a második felmérés eredményei jobbak lesznek, mint az előzőek.

H2: Feltételezzük, hogy a fiúk és a lányok teljesítménye között nem lesz lényeges eltérés.

H3: Feltételezzük, hogy az életkor befolyásolja a teljesítményt: a hat éves gyerekek jobban teljesítenek majd a fiatalabb korosztálytól.

3.2. A kutatás helye és körülményei

Felmérésemet mindkét alkalommal a Gyulai Harmatcsepp Óvoda nagycsoportjában (Szivárvány csoport) végeztem. Az óvoda a falu központjában helyezkedik el, szomszédságában található az iskola, az egészségügyi intézmény és a községháza. Az óvoda

épülete új, 2016. november 5-én adtak át. Az épület modern, kétszintes. Mindkét szinten találhatóak játékszobák, hálósobák és mosdók a gyerekek részére. Az alsó szinten található az étkező, a konyha, a raktár és az intézményvezető irodája. Az intézmény jól felszerelt. A játszószobák és hálósobák bútorzata megfelel az előírt követelményeknek, sok játék, meséskönyv, szemléltető áll rendelkezésre.

Az óvodába jelenleg 56 gyermek jár. Három csoport működik. A felmérést a nagycsoportban végeztem, amelynek létszáma 22, viszont ebből mindkét felméréskor 20 gyerek volt jelen. A felméréseket 2021 februárjában és áprilisában végeztem. A felmérésben résztvevő gyerekek közül 9 fiú és 11 lány. Az óvoda nem rendelkezik külön tornateremmel, viszont a csoportsobákban adott minden lehetőség a testnevelés foglalkozások levezetéséhez. Az eszközök is biztosítottak.

3.3. A kutatás módszere

Kutatásomban a felmérés módszerét alkalmaztam. A gyerekek mozgáskoordinációjának és labdás ügyességének vizsgálatára olyan felmérési módszereket választottam, amelyek megfelelnek az életkori sajátosságoknak. A módszer alkalmazása során 3 próbát alkalmaztam a mozgáskoordináció és a labdaérzék készségi szintjének bemutatására. A második felmérésen ugyanezt a módszert alkalmaztam. A felmérés eredményeinek bemutatását diagramok segítségével ábrázoltam, amelyeket a Microsoft Office Excel programjával szerkesztettem.

A felmérés során a következő próbákat alkalmaztam:

1. Próba: Labdaelkapás

A vizsgálandó paraméterek:

- 1) Szemből érkező labda elkapása, feljegyzendő a sikeres elkapások száma
- 2) Személyenként 10 kísérletet végezni
- 3) Az elkapások minősítése

A labda elkapásánál a távolságok az alábbiak:

- 5 évesek: 3,5 m
- 5,5 évesek: 4 m
- 6 évesek: 4,5 m

Eszközök: gumilabda (Gaál – Rudnerné, 2015)

2. Próba: Labdapattogatás

Lakatos Katalin végzett labdapattogatás tesztet az iskolaérettségi vizsgálatok terén, melynek címe Állapot és mozgásvizsgálás. A teszt során a gyerekek ritmusérzékét, szem-kézkoordinációját, dominancia-megfigyelését, reakcióidő-készségét vizsgálta. Mi is elvégeztük a labdapattogatást egyénekenként 10-szer. Módosítottuk annyival, hogy a gyerekeknek egy 1 m átmérőjű rajzolt körön belül kellett pattogatni a labdát, valamint tetszés szerint, jobb és bal kézzel is pattogtathatták.

Eszközök: gumilabda (Lakatos, 2002)

3. Próba: Labdavezetés

A gyerekek labdapattogatás teljesítménye jó eredményt mutatott, így kíváncsiak voltunk, hogy járás közben hogyan sikerülne, így elvégeztünk egy labdavezetés tesztet is. Dr. Arday László kisiskolás korúakra alkalmazta a tesztet. A rajtvonalra merőlegesen 5, 10 majd 15 m-re helyezt el egy-egy medicinlabdát, így a tanulóknak szlalomban futva kellett labdát vezetni oda-vissza. Mi egyszerűsítettük a tesztet, és egy 5 m-es szakaszon kellett járás közben vezetni a labdát szlalomban. A rajtvonaltól 1 m, 2 m, 3 m távolságra helyeztük el a bójákat. A gyerekek teljesítményét időre mértem.

Eszközök: gumilabda, 3 bója, stopperóra (Arday, 2001)

3.4. A kutatásban részt vevő személyek bemutatása

Mindkét alkalommal a felmérésben 20-20 gyerek vett részt, 9 fiú és 11 lány. A gyerekek életkora megoszlik, a csoportban vannak 5, 5,5 és 6 éves gyerekek is. A gyerekek közötti korkülönbség fél év, ennek alapján 3 korcsoportot különítettem el a vizsgálatához. A csoportban két 5 éves, öt 5,5 éves és két 6 éves fiú található. A lányok közül hárman 5 évesek, öten 5,5 évesek, hárman pedig 6 évesek. A felmérésben részt vevő gyerekek kor és nem szerinti megoszlását egy körcikkdiagram segítségével ábrázoltam.

1. ábra. A gyerekek kor és nem szerinti megoszlása



(Forrás: Saját kutatás)

3.5. A kutatás eredményeinek elemzése

A felmérés próbáinak eredményeit táblázatban rögzítettem. A táblázat magába foglalja a gyerekek monogramját, életkorát, nemét és a próbák során elért teljesítmény adatait. A táblázat alján kiszámítottam a csoportátlagot, az életkor szerinti teljesítmény átlagát és a nem szerinti teljesítmény átlagát. A két felmérés átlagai és a teljesítmények értékei alapján diagramokat készítettem, melyek jól tükrözik az eredményeket, így könnyebben átláthatóak az adatok és a hipotézisek bizonyítását is segíti. Az 1. és 2. táblázat tartalmazza a felmérések összesített eredményeit. A táblázatokat követően kerülnek bemutatásra a próbák eredményei diagramok segítségével. A próbák eredményeit párhuzamosan mutatom be és elemzem. Elsőként a labdapattogtatás próbák kerülnek bemutatásra életkor szerinti megoszlással. Ezt követően nem szerinti megoszlással, majd a csoportátlaggal. A következő próba a labdavezetés, szintén életkor, nem, majd csoportátlag szerinti ábrázolással. Végül a labdapattogtatás eredményeit szemléltetem életkor, nem és csoportátlag szerint.

1. táblázat. Az első felmérés összesített eredményei

S.sz.	Monogram	Életkor	Nem	Labdaelkapás (10/?)	Labdavezetés (másodperc)	Labda- pattogtatás		L. p. átlag
						Domináns kéz	Nem dom. kéz	
1.	G. B.	5 éves	fiú	6	21,84	5	3	4
2.	O. I.	5 éves	fiú	5	20,12	4	3	3,5
3.	K. F.	5 éves	lány	7	30,54	6	4	5
4.	N. E.	5 éves	lány	7	27,65	4	3	3,5
5.	S. D.	5 éves	lány	6	22,49	5	4	4,5
6.	D. B.	5,5 éves	fiú	7	22,02	6	3	4,5
7.	G. D.	5,5 éves	fiú	8	28,47	4	2	3
8.	G. M.	5,5 éves	fiú	9	20,56	7	3	5
9.	O. N.	5,5 éves	fiú	8	19,87	4	5	4,5
10.	P. E.	5,5 éves	fiú	7	23,85	5	4	4,5
11.	D. F.	5,5 éves	lány	7	22,64	7	5	6
12.	F. P.	5,5 éves	lány	8	27,92	5	6	5,5
13.	G. R.	5,5 éves	lány	6	25,92	6	4	5
14.	N. D.	5,5 éves	lány	8	23,52	4	3	3,5
15.	S. Á.	5,5 éves	lány	9	21,14	5	4	4,5
16.	F. N.	6 éves	fiú	7	22,18	6	3	4,5
17.	P. D.	6 éves	fiú	8	24,02	7	4	5,5
18.	A. H.	6 éves	lány	8	19,76	6	3	4,5
19.	L. M.	6 éves	lány	7	20,09	7	4	5,5
20.	N. D.	6 éves	lány	9	22,14	5	3	4
Csoportátlag				7,4	23,34	5,4	3,65	4,5
5 évesek átlaga				6,2	24,53	4,8	3,4	4,1
5,5 évesek átlaga				7,7	23,59	5,3	3,9	4,6
6 évesek átlaga				7,8	21,64	6,2	3,4	4,8
Lányok átlaga				7,5	23,98	5,5	3,9	4,7
Fiúk átlaga				7,2	22,55	5,3	3,3	4,3

(Forrás: Saját kutatás)

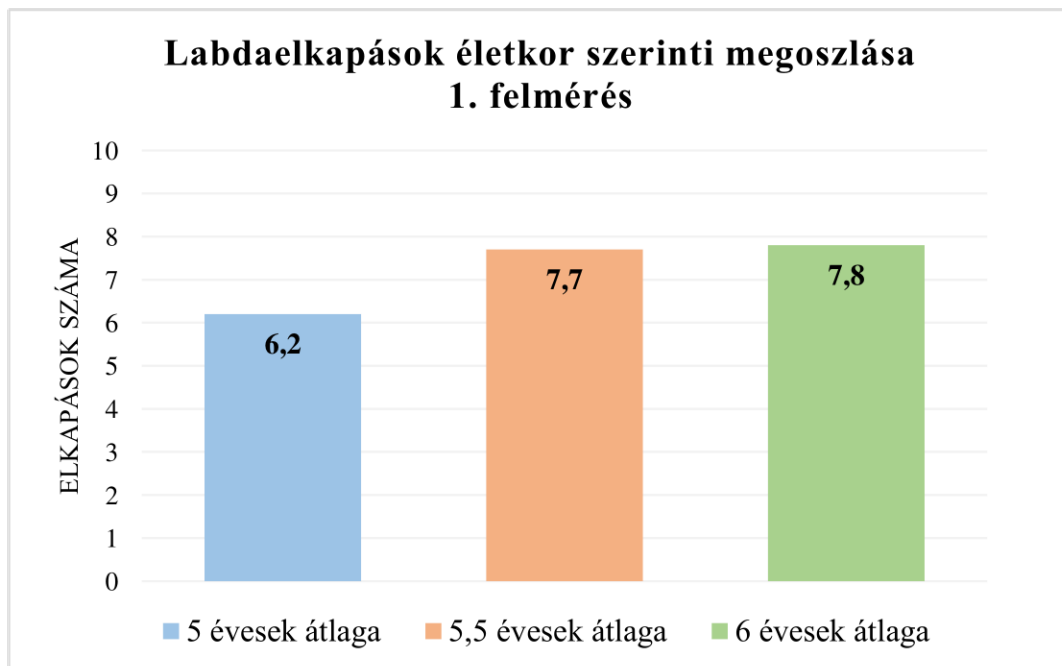
2. táblázat. A második felmérés összesített eredményei

S.sz.	Monogram	Életkor	Nem	Labdaelkapás (10/?)	Labdavezetés (másodperc)	Labda- pattogtatás		L. p. átlag
						Domináns kéz	Nem dom. kéz	
1.	G. B.	5 éves	fiú	6	22,14	4	3	3,5
2.	O. I.	5 éves	fiú	5	19,63	5	3	4
3.	K. F.	5 éves	lány	6	26,65	6	3	4,5
4.	N. E.	5 éves	lány	8	24,97	5	5	5
5.	S. D.	5 éves	lány	7	30,01	5	4	4,5
6.	D. B.	5,5 éves	fiú	8	19,78	6	4	5
7.	G. D.	5,5 éves	fiú	8	27,47	5	3	4
8.	G. M.	5,5 éves	fiú	10	19,48	7	5	6
9.	O. N.	5,5 éves	fiú	7	18,34	6	4	5
10.	P. E.	5,5 éves	fiú	8	21,45	6	5	5,5
11.	D. F.	5,5 éves	lány	8	22,14	7	4	5,5
12.	F. P.	5,5 éves	lány	7	19,04	6	4	5
13.	G. R.	5,5 éves	lány	6	22,84	6	3	4,5
14.	N. D.	5,5 éves	lány	10	21,14	5	4	4,5
15.	S. Á.	5,5 éves	lány	8	20,63	6	4	5
16.	F. N.	6 éves	fiú	8	20,58	5	3	4
17.	P. D.	6 éves	fiú	10	19,49	7	5	6
18.	A. H.	6 éves	lány	7	20,34	7	4	5,5
19.	L. M.	6 éves	lány	9	21,32	6	5	5,5
20.	N. D.	6 éves	lány	8	17,65	6	3	4,5
Csoportátlag				7,7	21,75	5,8	3,9	4,9
5 évesek átlaga				6,4	24,68	5	3,6	4,3
5,5 évesek átlaga				8,0	21,23	6	4	5
6 évesek átlaga				8,4	19,88	6,2	4	5,1
Lányok átlaga				7,6	22,43	5,9	3,9	4,9
Fiúk átlaga				7,8	20,93	5,7	3,9	4,8

(Forrás: Saját kutatás)

Az első felmérést 2021. február 16-án végeztem el. A gyerekek nagy örömmel és érdeklődően fogadtak. Az óvónő segítségével előkészítettem a csoportszobát és a próbákhoz szükséges eszközöket. A feladatokat elmagyaráztam és közben mutattam is a gyerekeknek. Összesen 20 gyerek vett részt a felmérésben: 9 fiú és 11 lány. Az óvónő segítségével három korcsoportra osztottam a gyerekeket, mégpedig 5, 5,5 és 6 évesekre. Az első próba a labdaelkapás volt. Az 1. ábra tartalmazza az életkor szerinti megoszlás teljesítményét.

1. ábra: A labdaelkapások életkor szerinti megoszlása (1. felmérés)

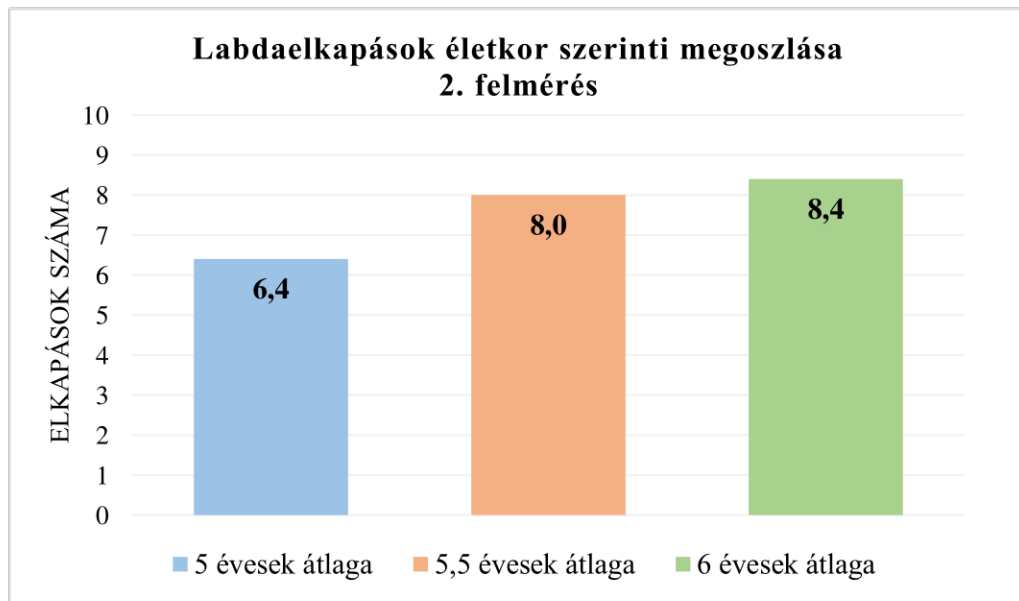


(Forrás: Saját kutatás)

Az 5 éves gyerekek labdaelkapás átlaga 6,2 elkapás, az 5,5 éveseké pedig jóval magasabb: 7,7 elkapás. A 6 éves gyerekeké pedig 7,8. Tehát a H3 bebizonyosodott: az életkor előrehaladtával magasabb a teljesítmény. A legjobb eredmény 9 elkapás volt, amely három gyereknek is sikerült: két 5,5 évesnek és egy 6 évesnek. A legalacsonyabb eredménye egy 5 éves gyereknek lett 5 elkapással. Legtöbbször 7-szer kapták el a labdát a gyerekek.

A 2. ábra mutatja a második felmérés életkor szerinti megoszlását a labdaelkapásban. A második felmérésre 2021. április 12-én került sor. Az ábra jól mutatja, hogy a gyerekek teljesítménye javult az előző felméréshez képest. A felmérés során bebizonyosodott a H1, miszerint a második felmérés eredménye javul az elsőhöz képest, valamint a H3, amely az életkoron belüli teljesítményre utal. Az 5 évesek elkapásának átlaga 6,4 lett, 0,2-vel magasabb az előző méréshez képest. Az 5,5 évesek átlaga 0,3-vel javult, míg a 6 évesek átlaga 0,6-vel, tehát 8,4 elkapásra javult.

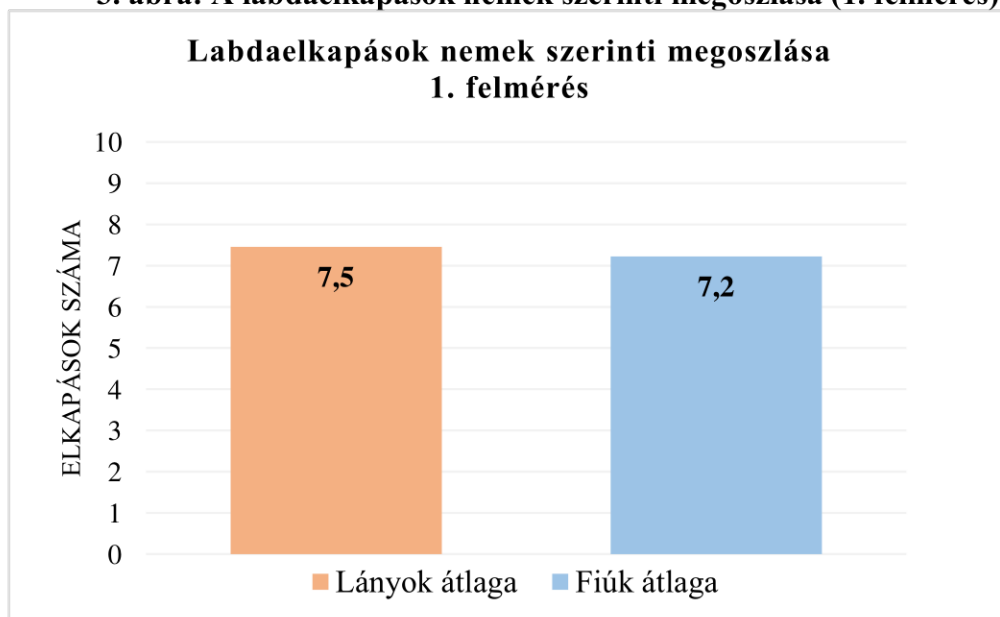
2. ábra: A labdaelkapások életkor szerinti megoszlása (2. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

Három gyereknek is sikerült elérnie a maximális eredményt, azaz 10 elkapást. Két 5,5 éves gyerek és egy 6 éves gyerek. A legalacsonyabb eredmény újra 5 elkapás lett, ugyanannál a gyereknél, aki az előző felmérésnél is így teljesített. A legtöbbben 8-szor kapták el a labdát. Összességében elmondható, hogy az életkor szerinti megoszlás ábrái jól tükrözik a második felmérés teljesítményének javulását. Nemcsak az átlagok, hanem az egyéni teljesítménynél is jól látszik, hogy fejlődtek a gyerekek, ugyanis sikerült elérni a maximális elkapások számát több gyerekeknek is. A következő szempont, mely szerint elemeztem a labdaelkapásokat, a nemek szerinti megoszlás.

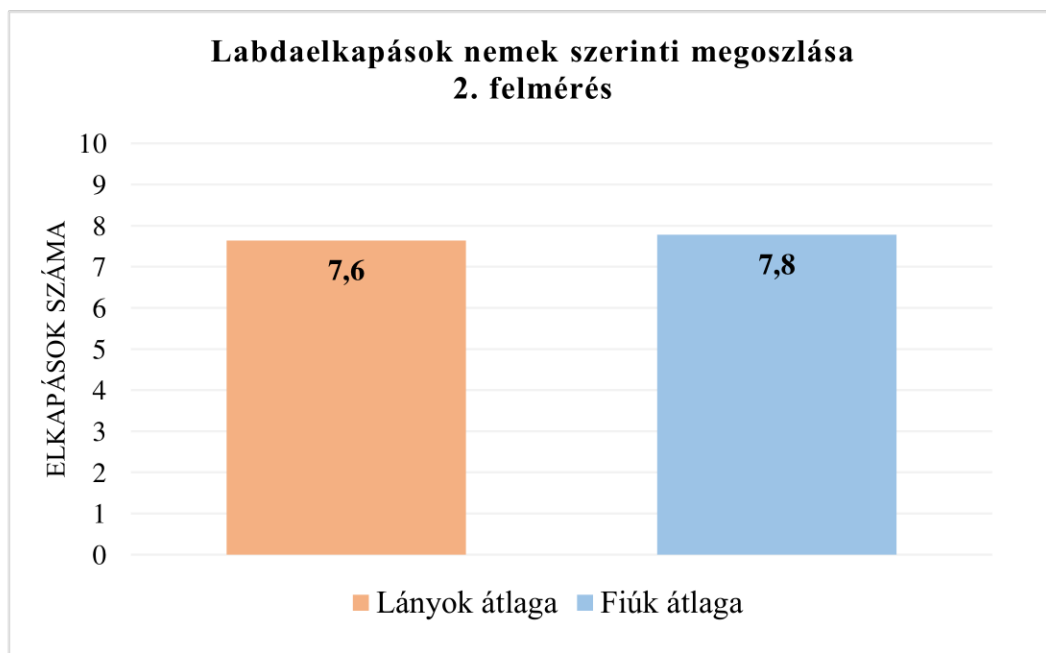
3. ábra: A labdaelkapások nemek szerinti megoszlása (1. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

Az első felmérésnél a lányok labdaelkapás átlaga 7,5 elkapás lett, míg a fiúké 7,2. Bár azt hisszük, hogy a labda és labdázás inkább a fiúk kedvence és fiúk által végzett játék, a lányok mégis jobban teljesítettek ez esetben náluk. Ettől függetlenül a H2 bebizonyosodott, miszerint nincs jelentős eltérés a fiúk és lányok teljesítménye között, hiszen a különbség csupán 0,3.

4. ábra: A labdaelkapások nemek szerinti megoszlása (2. felmérés)

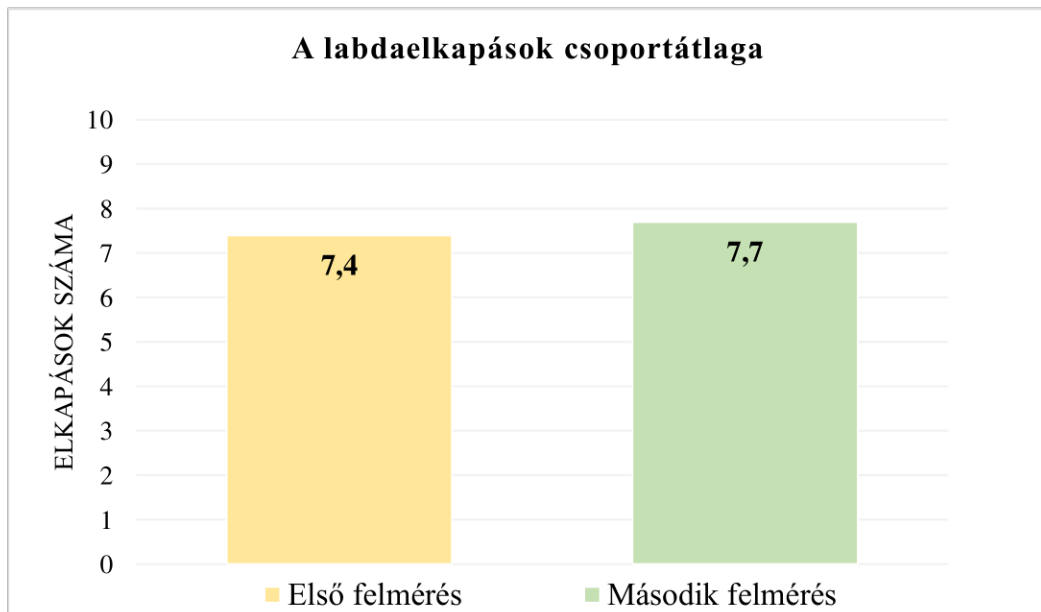


(Forrás: Saját kutatás)

A második felmérésnél a lányok átlaga 7,6 elkapás lett, a fiúké pedig 7,8. A H1 ezzel bebizonyosodott, hisz az első felméréshez képest a lányok 0,1-vel, a fiúk pedig 0,6-vel javítottak teljesítményükön. Emellett a H2 szintén igaznak bizonyult, nem lett jelentős eltérés a két nem teljesítménye között, viszont a fiúk a második felmérésnél már jobban teljesítettek a lányoknál.

A két felmérés labdaelkapás próbáinak eredményeiből kiszámoltam a csoportátlagokat (5. ábra). Az első felmérésnél 7,4 elkapás lett, a másodiknál pedig 7,7. Láthatjuk, hogy bár nem nagy értékkel, de mégis javult a gyerekek teljesítménye a két felmérés között. Ezek az adatok szintén a H1-et erősítik. A labdaelkapás próba tetszett a gyerekeknek a legjobban, és megfigyeléseim szerint ez bebizonyosodott a legsikeresebbnek. A gyerekek ügyesen, két kézzel kapták el a szemből érkező labdát. A sikertelen elkapások is csak kevesen múltak, hirtelen kézmozdulatok miatt pattant el a labda.

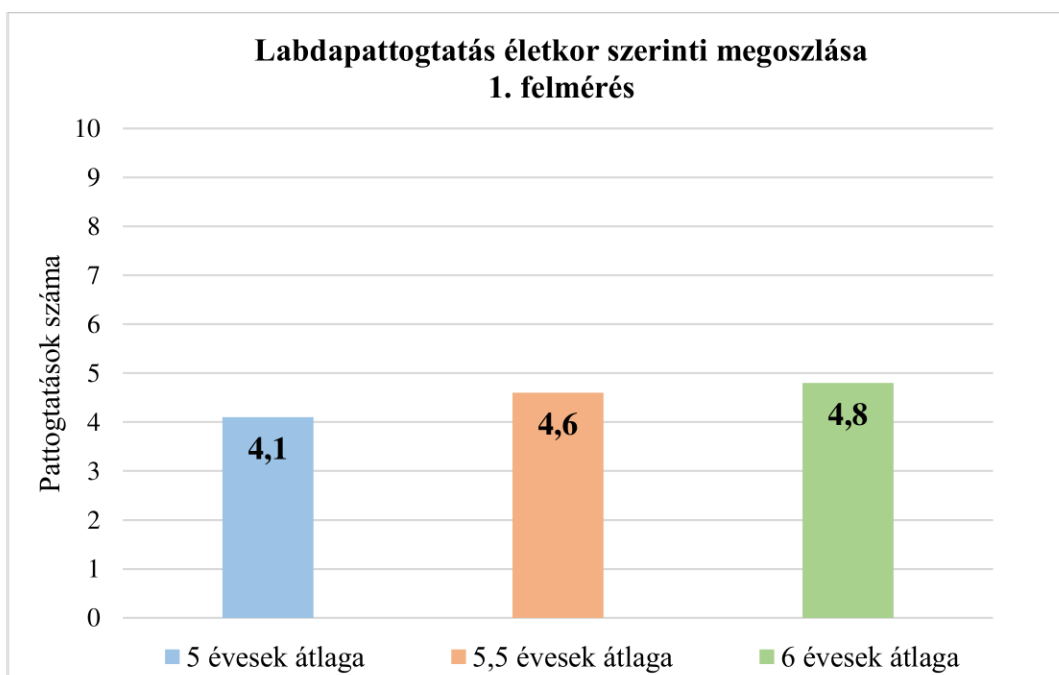
5. ábra: A labdaelkapások csoportátlaga (1. és 2. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

A következő próba a labdapattogatás volt, amely az elkapáshoz képest kissé nehezebbnek bizonyult. A feladat az volt, hogy egy 1 m átmérőjű körön belül pattogtassák a labdát, először domináns, majd a nem domináns kezükkel. 10-10 pattogatás volt a maximum, a sikeres pattogatásokat jegyeztem fel. A 6. ábra szemlélteti az első felmérés eredményeit.

6. ábra: A labdapattogatás életkor szerinti megoszlása (1. felmérés)

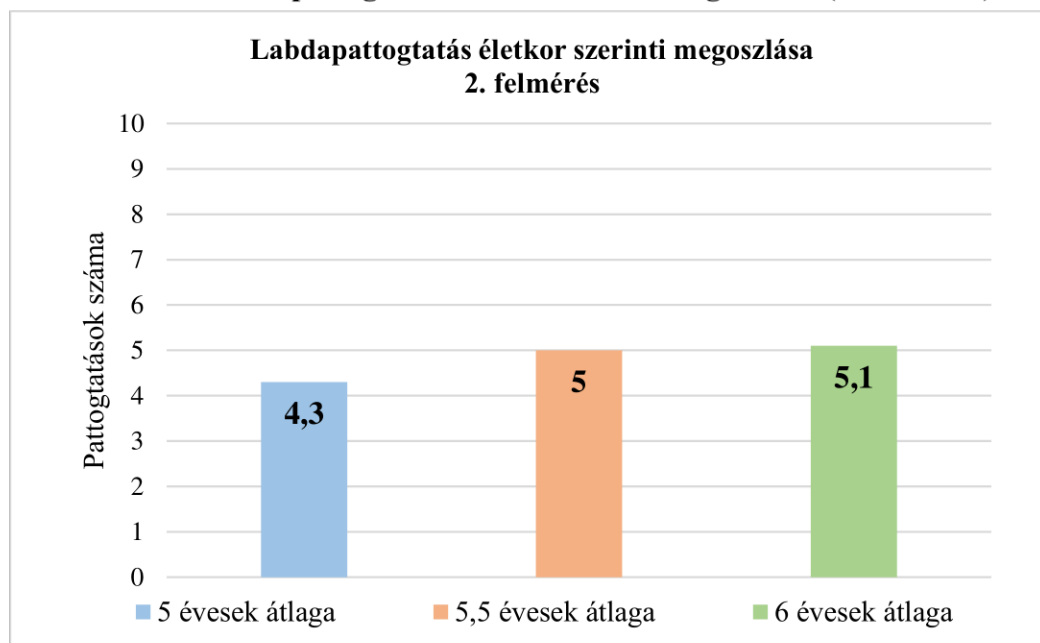


(Forrás: Saját kutatás)

A próbánál az 5 évesek sikeres pattogtatásainak átlaga 4,1 lett. Őket magasabb eredménnyel követik az 5,5 évesek, akiknek 4,6 pattogtatás lett az átlaga, majd a 6 évesek, akiknek teljesítménye 4,8 elkapás. A H3 bebizonyosodott ennél a próbánál is, akárcsak az előzőnél. Az 5,5 évesek 0,5-vel értek el jobb eredményt 5 éves társaiknál, a 6 évesek pedig 0,3 pattogtatással jobbak, mint az 5,5 évesek. A legügyesebb gyerekek ennél a próbánál G.M. és P.D. 7-7 sikeres pattogtatást értek el domináns kézzel. A legalacsonyabb teljesítmény 2 pattintás volt, domináns kézzel. Nem domináns kézzel a legmagasabb eredmény 6 pattogtatás volt, a legalacsonyabb szintén 2. A domináns kézzel legjobb eredményt elérő gyerekek jobb kezesek. F.P., aki nem domináns kézzel érte el a legmagasabb eredményt (6 pattintás) szintén jobbkezes, tehát ballal sikerült 6-ot sikeresen pattintania.

Bár kissé nehéz feladatnak bizonyult a labdapattogtatás, a gyakorlás meghozta eredményét, így a második felmérés labdapattogtatás eredménye javult (7. ábra).

7. ábra: A labdapattogtatás életkor szerinti megoszlása (2. felmérés)

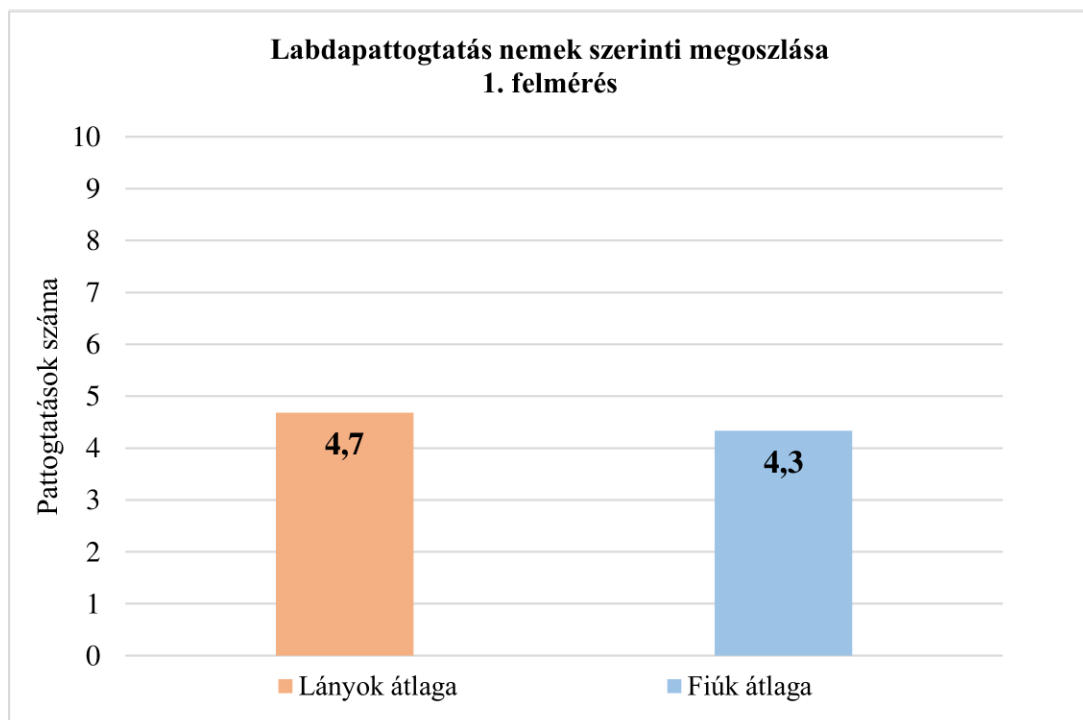


(Forrás: Saját kutatás)

A csoporton belül mindegyik korcsoport átlaga növekedett. Az 5 évesek 0,2 pattogtatással javítottak, az 5 évesek 0,4-vel, míg a 6 évesek 0,3 pattogtatással növelték átlagteljesítményüket. Ezzel a próbával bebizonyosodott a H1 és a H3 is. Második alkalommal is 7 volt a legmagasabb eredmény a pattogtatásoknál, viszont domináns kézzel már 4 gyerek is elérte ezt az eredményt. Nem domináns kézzel a legmagasabb elért eredmény 5 gyereknél is. A legalacsonyabb eredmény domináns kézzel a 4, amely egy 5 éves kisfiú eredménye. Nem domináns kézzel pedig a 3 pattintás, amelyet 6 gyerek teljesített. Ebből három 5 éves, kettő 5,5, egy pedig 6.

A labdapattogatás próbánál a nemek szerinti megoszlás (8. ábra) tekintetében az első felmérésnél a lányok értek el magasabb eredményt: a lányok átlaga 4,7, míg a fiúké 4,3 pattogatás lett. Ettől függetlenül nincs jelentős eltérés, így a H2 igaznak mondható. A legügyesebb lányok D.F. (5,5 éves) és L.M. (6 éves), akik 7-7 sikeres pattogatást végeztek el domináns kézzel. A legalacsonyabb teljesítmény a lányoknál domináns kézzel 4-4 elkapással volt egy 5 és egy 5,5 éves kislánynak. Nem domináns kézzel F.P. érte el 6 pattogatással a legmagasabb eredményt a lányok közül, a legalacsonyabb pedig 3 pattogatás lett (egy 5 éves lány, egy 5,5 éves lány és két 6 éves lány). A fiúknál domináns kézzel a legmagasabb eredmény szintén 7 pattintás volt, amely két kisfiúnak (5,5 és 6 éves) is sikerült. Nem domináns kézzel O.N. (5,5 éves) érte el a legmagasabb eredményt 5 sikeres pattintással. A legalacsonyabb eredmény domináns kézzel a 4 pattintás, két kisfiúnál. Nem domináns kéznél pedig a 2 pattintás, amely egy 5,5 éves kisfiú teljesítménye.

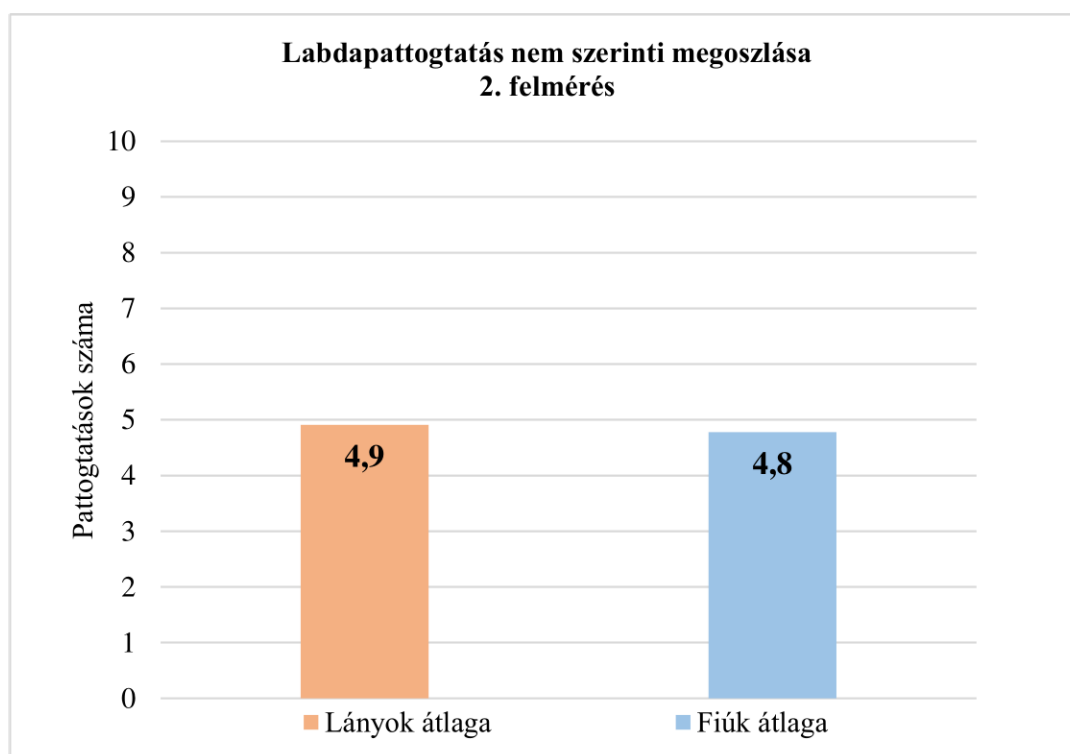
8. ábra: A labdapattogatás nemek szerinti megoszlása (1. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

A második felmérésnél javulni látszottak az eredmények, főként a fiúknál. A próba eredményei alapján (9. ábra) megállapítható, hogy a H1 bebizonyosodott, hisz magasabb eredményeket értek el a második felmérés során, valamint a H2 is igaznak bizonyult, miszerint nincs jelentős eltérés a fiúk és a lányok teljesítménye között.

9. ábra: A labdapattogatás nemek szerinti megoszlása (2. felmérés)

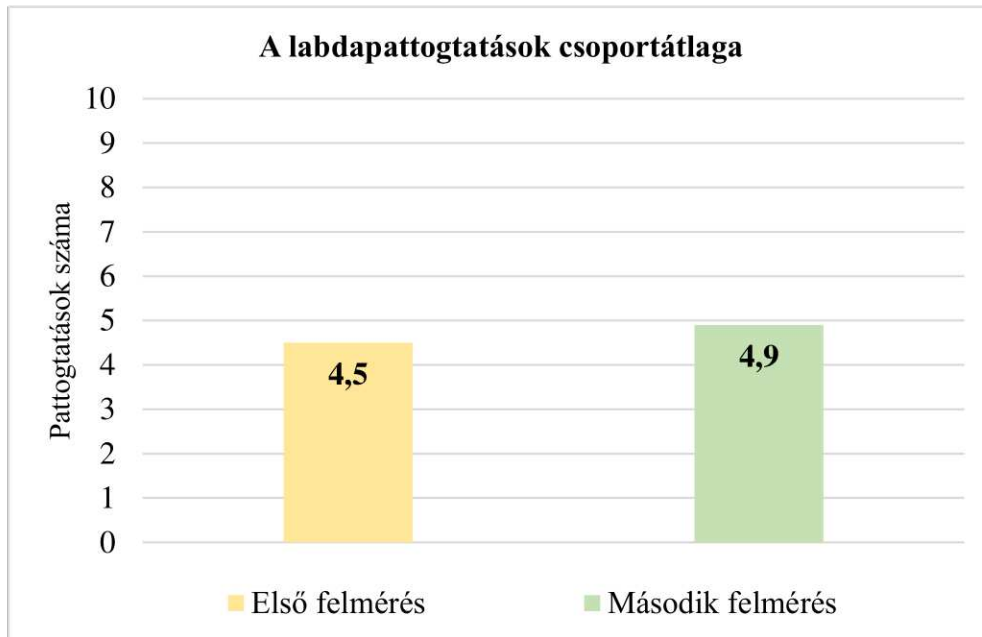


(Forrás: Saját kutatás)

A lányok átlaga 0,2 pattintással nőtt, a fiúké pedig 0,5-vel, majdnem egy szintbe kerülve a lányokkal. Az új eredmények alapján tehát a lányok teljesítménye 4,9 pattintás lett, a fiúké 4,8. A különbség csupán 0,1, de mégis a lányok bizonyultak csoportszinten jobbnak. Két kislány (5,5 és 6 éves) teljesítménye lett a legjobb 7-7 pattintással domináns kézzel, akárcsak az előző felmérésnél, viszont az egyik kislány nem ugyanaz, mint az előzőnél. Nem domináns kézzel 5 pattintás lett a legjobb eredmény, amelyet N.E. (5 éves) és L.M. (6 éves) érte el. A legalacsonyabb eredmények domináns kézzel a lányoknál 5 pattintás lett (két 5 éves és egy 5,5 éves lány). A fiúknál domináns kézzel szintén 7 pattintás lett a legmagasabb eredmény, melyet G.M. (5,5 éves) és P.D. (6 éves) értek el. Nem domináns kézzel 5 pattintás a legmagasabb, két 5,5 éves és egy 6 éves kislánynál. A legalacsonyabb eredményt domináns kézzel egy 5 éves kislány érte el 5 pattintással. Nem dominánssal 3 pattintás lett a legalacsonyabb, melyet 4 kislány teljesített (két 5 éves, egy 5,5 éves és egy 6 éves).

A labdapattogatás első és második felmérés csoportátlagát tekintve (10. ábra) elmondható, hogy javult a gyerekek teljesítménye. Az első felmérésnél a csoportátlag 4,5 pattogatás volt, a másodiknál pedig 4,9. Összességében elmondható, hogy bár újnak tűnt a gyerekek számára a labdapattogatás és nehézkesen indult, végül sikerült javítani teljesítményüket.

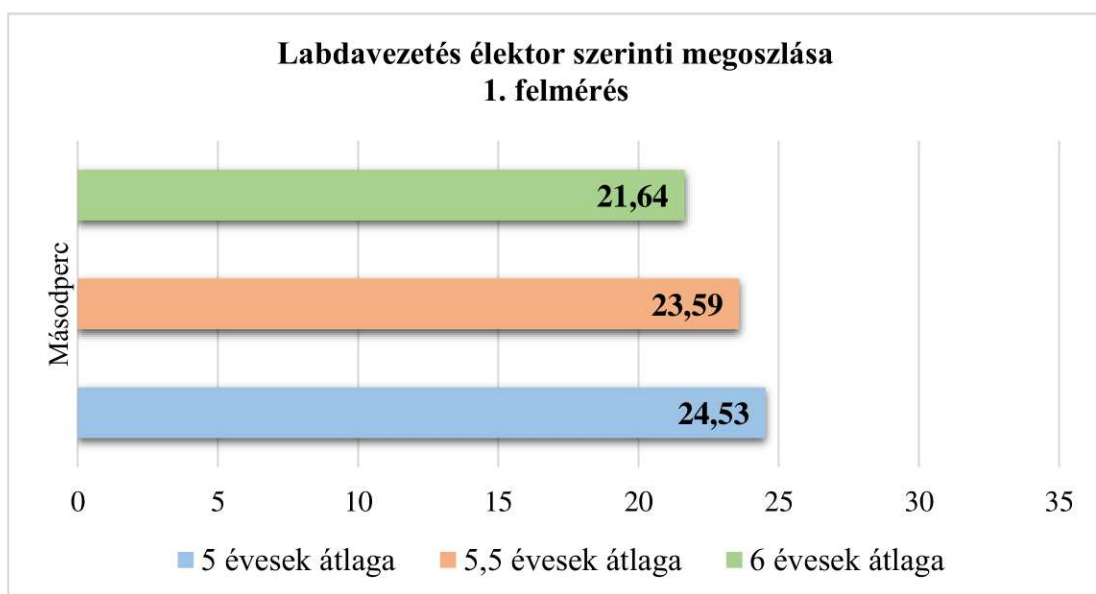
10. ábra: A labdapattogatások csoportátlaga (1. és 2. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

A harmadik próba a labdavezetés volt. Ennél a próbánál az volt a feladat, hogy a gyerekek megkerüljék a kihelyezett bójákat úgy, hogy közben tetszőleges kézzel vezetik a labdát. A teljesítményt időre mértem. A feladatot akkor teljesítették, ha visszaértek a labdával együtt a rajtvonalhoz. Amennyiben a labda vezetés közben elpattant, elgurult, a gyerekek felvették és onnan folytatták tovább a labdavezetést, míg célba nem értek. A 11. ábra mutatja az első felmérésen elvégzett labdavezetés átlageredményeit életkor szerint.

11. ábra: A labdavezetés életkor szerinti megoszlása (1. felmérés)

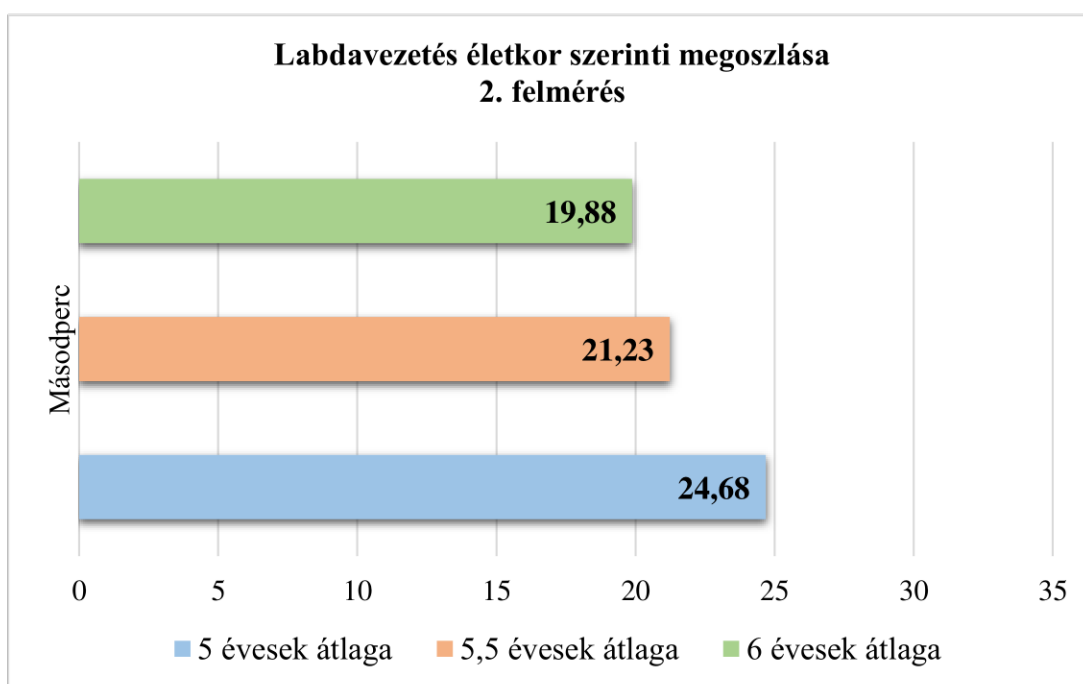


(Forrás: Saját kutatás)

A diagram jól szemlélteti, hogy a 6 éves gyerekek átlagteljesítménye lett a legjobb. Ők teljesítették átlagosan a legrövidebb idő alatt a labdavezetést. Idejük 21,64 másodperc. Őket követik az 5,5 évesek 23,59-vel, majd nem sokkal lemaradva az 5 évesek 24,53-val. A legjobb teljesítménye egy 6 éves gyereknek lett: 19,76 másodperc. Őt követi egy 5,5 éves társa, akinek ideje 19,87 másodperc. A leggyengébb teljesítménye egy 5 éves gyereknek lett 30,54 másodperccel. Az adatok alapján a H3 bebizonyosodott teljes mértékben. A gyerekek koruknak előrehaladtával a teljesítmény is növekszik.

A második felmérés eredményei (12. ábra) összességében javultak az előzőhöz képest, viszont a H1 csak részben bizonyosodott be. Míg a 6 és 5,5 éveseknek javult a teljesítménye, az 5 éveseknek csekély mennyiséggel ugyan, de romlott. A 6 évesek 21,64 másodpercről 19,88-ra javítottak, az 5,5 évesek pedig 23,59-ről 21,23-ra. Az 5 évesek 24,53-ról rontottak 24,68-ra. Ettől függetlenül a H3 teljes mértékben bebizonyosodott a második felmérésnél is.

12. ábra: A labdavezetés életkor szerinti megoszlása (2. felmérés)



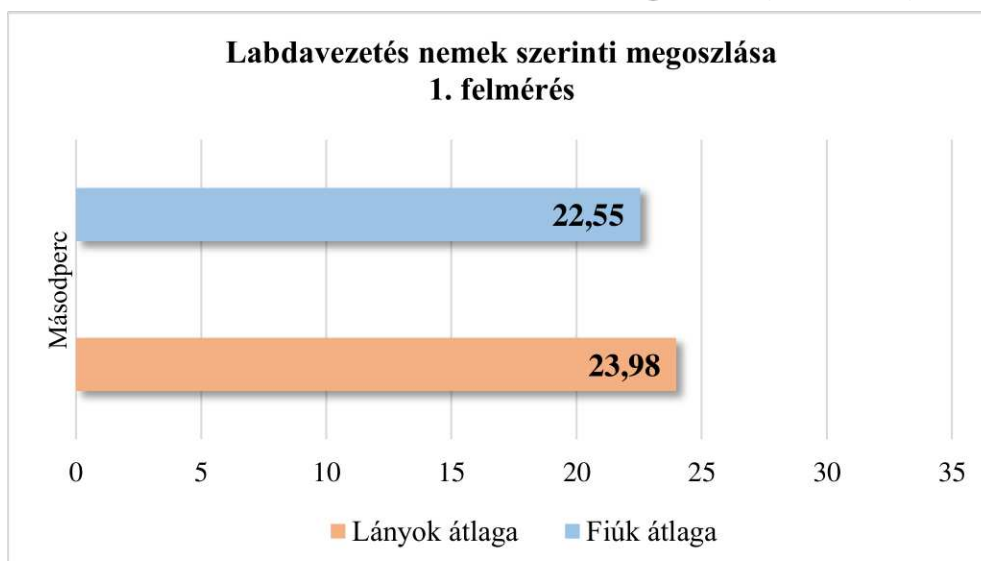
(Forrás: Saját kutatás)

A legjobb teljesítménye egy 5,5 éves gyereknek lett 19,04 másodperccel. Őt egy 6 éves gyerek követi 19,48 másodperccel. A leggyengébb teljesítmény ideje 30,01 egy 5 éves gyereknél.

A labdavezetésnél a nemek szerinti megoszlás alapján (13. ábra) az első felmérésnél a fiúk teljesítettek jobban. Átlaguk 22,55 másodperc lett, a lányoké 23,98. Viszont nincs jelentős eltérés a két nem között, így a H2 bebizonyosodott. A próba során a legjobb eredménye egy kislánynak lett:

19,76 másodperc (6 éves). Fiúk közül pedig 19,87 másodperccel egy 5,5 éves fiú. A lányoknál a leggyengébb eredmény 30,54 másodperc volt (5 éves). A fiúknál 28,47 másodperc.

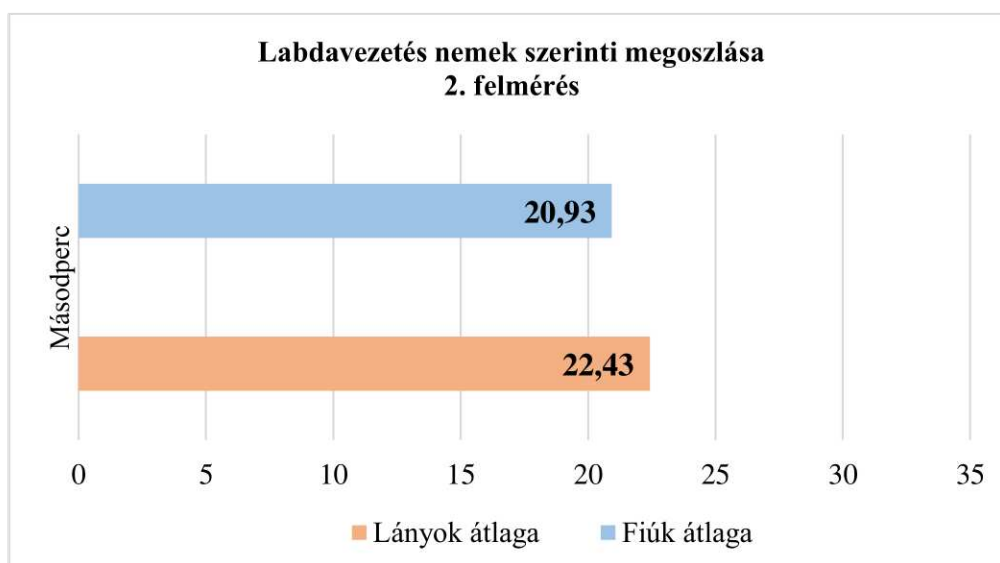
13. ábra: A labdavezetés nemek szerinti megoszlása (1. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

A második felmérés eredményei jobbnak bizonyultak az elsőnél (14. ábra). Ezzel a H1 bebizonyosodott az utolsó próbánál is. A fiúk átlagteljesítménye 22,55-ről 20,93 másodpercre javult. A lányoké 23,98-ról 22,43-ra módosult. A H1 mellett a H2 is igaznak bizonyult. A két nem teljesítménye között nincs jelentős eltérés. Legjobb teljesítménye a második felmérésen egy kislánynak lett (6éves) 17,65 másodperccel. A fiúknál a legmagasabb eredmény 18,34 másodperc (5 éves). Legalacsonyabb a lányoknál 30,01 másodperc, a fiúknál 27,47.

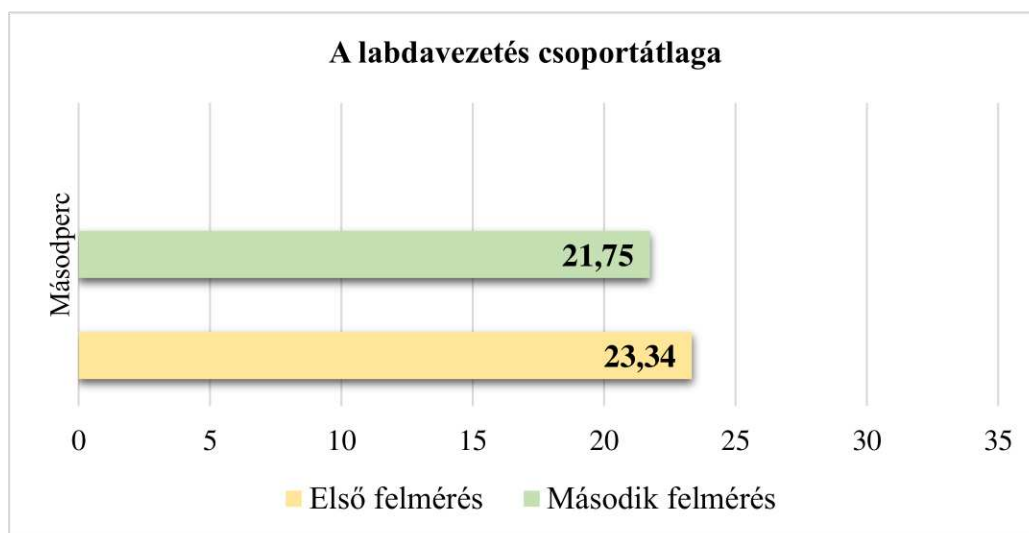
14. ábra: A labdavezetés nemek szerinti megoszlása (2. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

A 15. ábra jól szemlélteti a H1 bebizonyosodását. A második felmérés eredménye a csoport átlagteljesítménynél 21,75 másodperc lett, az előző 23,34-hez képest.

15. ábra: A labdavezetés csoportátlaga (1. és 2. felmérés)



(Forrás: Saját kutatás)

Összességében elmondható, hogy bár ez a próba bizonyult a legnehezebbnek, a gyerekek igyekeztek elvégezni a tőlük telhető legügyesebben. a foglalkozások és gyakorlás által ezúton is javult teljesítményük, így a második felmérést már sikeresebben végezték el.

3.6. Következtetés

A felmérést elvégezve és az eredményeket elemezve arra a következtetésre jutottam, hogy a labda nemcsak egy játékeszköz, hanem egy olyan eszköz, amely sokoldalúan fejleszti a gyerekek testi képességeit. A második felmérés eredményein jól tükrözik, hogy a gyakorlás nagy mértékben hozzájárul nemcsak a labdakészség fejlesztéséhez, hanem a gyorsaság fejlesztéséhez, a szem-kéz koordináció fejlesztéséhez, állóképesség javításához, stb. A gyerekek képesek a szemből érkező labdákat elkapni, a labdát körön belül pattogatni, a labdát lassú tempóban vezetni bóják körül. A teljesítményük csupán a gyakorlástól és az életkori sajátosságoktól függ. A rendszeres gyakoroltatás pedig az óvodapedagógus feladata. A kutatás hipotézisei bebizonyosodtak, kivéve egyetlen próbánál, a labdavezetésnél, amennyiben életkor szerint tekintjük a teljesítményt. Ugyanis itt az 5 éves lányok átlagteljesítménye romlott második alkalommal. Viszont a többi szempont szerint, kor és nem szerinti megoszlás alapján is elmondható, hogy a második felmérés eredményei jobbak lettek, mint az előzőek, a fiúk és lányok teljesítménye között nincs jelentős eltérés, valamint az életkor befolyásolja a teljesítményt: egy 6 éves gyerek jobban teljesít 5 éves társánál.

ÖSSZEFOGLALÁS

Munkám során az volt cél, hogy bemutassam az óvodás korú gyerekek mozgáskészség fejlesztését labdagyakorlatok és labdás játékok függvényében. Célként tűztem ki egy óvodai csoport mozgáskoordinációjának és labdás ügyességének felmérését két alkalommal. A felmérések között labdás foglalkozástervek által kívántam javítani a gyerekek teljesítményét. Emellett a dolgozatban bemutatásra került az óvodai testnevelés feladata, az óvodában alkalmazható foglalkozási formák és a természetes mozgásokban végbemenő motoros fejlődés jellemzői is.

A céloknak megfelelően dolgozatomat három fő részre osztottam. Az első részben az óvodai testnevelés alapvető feladatait és az óvodás korúak motoros fejlődését mutattam be. A következő fejezetben a labdajátékok kialakulása, a labdakezelési módok és az óvodában alkalmazható labdás játékok kerülnek bemutatásra. A harmadik fejezet pedig a kutatás anyagát, módszerét és eredményeit tartalmazza.

A kutatásomat a Gyulai Harmatcsepp Óvoda nagycsoportjában végeztem. A kutatás célja a gyerekek labdás ügyességének felmérése volt. A felmérést két alkalommal is elvégeztem. A vizsgálatok során 3-3 próbát alkalmaztam: labdaelkapás, labdapattogtatás és labdavezetés. Az eredményeket táblázatok és diagramok segítségével ábrázoltam. A kutatás eredményeként bebizonyosodtak a hipotézisek. Tehát a kutatást elvégezve elmondható, hogy a második felmérés eredményei jobbak lettek, mint az előzőek. A fiúk és a lányok teljesítménye között nincs jelentős eltérés, valamint az, hogy az életkor befolyásolja a teljesítményt.

Fő szakirodalmi forrásként Dobay Beáta – *Az óvodai testnevelés alapjai*, Josip Lepes – *Az óvodai testnevelés módszertana*, Porkolábné Dr. Balogh Katalin – *Komplex Prevenció Óvodai Program*, Király Tibor – Szakály Zsolt - *Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban* című könyveket használtam fel.

A szakirodalom tanulmányozása, a munka megírása és a kutatás elvégzése során arra a következtetésre jutottam, hogy az óvodai nevelésben a testi nevelés, mozgásfejlesztés nagy jelentőséggel bír. Ahhoz, hogy a gyerekek jól érezzék magukat a testnevelési foglalkozások során, elengedhetetlen a játék szerepe. A testnevelés foglalkozások színesítése segít bennünket abban, hogy a gyerekek minél jobban szeressék a testmozgást. A labda, mint a testnevelési eszköz, játék fontosságát is megismertem. Segítségével a játékok érdekesebbek lehetnek, a labdajátékok kialakítják a gyerekekben a szabályok betartására való törekvést, testi képességeik sokoldalúan fejlődnek a labdagyakorlatok során. Ha labdával dolgoznak a gyerekek, akkor a fárasztó, nagyobb terhelést igénylő feladatokat is végrehajtják, a játék a koordinációs képességek észrevétlen fejlődését is biztosítja.

РЕЗЮМЕ

Мета кваліфікаційної роботи є ознайомлення з розвитком руху дітей дошкільного віку вправами з м'ячем і гри в м'яч. Ціллю було двічі оцінити координацію рухів та спритність групи дитячого садка в грі з м'ячем. Під час проведення дослідження зроблено спробу покращити результати діяльності дітей, розробивши плани занять з м'ячем. Крім того, у роботі було представлено завдання фізичного виховання в дитячому садку, форми занять, які можна використовувати в дитячому садку, та особливості рухового розвитку, що відбувається в природних рухах.

Робота складається з трьох розділів. У першій частині представлено основні завдання фізичного виховання дитячого садка та рухового розвитку дітей дошкільного віку. У наступній частині представлено розвиток ігор з м'ячем, методи керування м'ячем та представлено ігри з м'ячем, які можна використовувати в дитячому садку. Третя частина містить дослідницький матеріал, метод та результати.

Дослідження проведено у старшій групі дитячого садка села Дюла. Метою дослідження було оцінити спритність дітей з м'ячем. Дослідження проведено два рази. Під час дослідження використано 3 випробування: ловити м'яч, підстрибувати м'яч та вести м'яч. Результати показано у формі таблиць та діаграм. В результаті досліджень гіпотези були доведені. Отже, можна сказати, що результати другого опитування були кращими, ніж попередні. Крім того, немає суттєвої різниці між показниками хлопчиків та дівчаток та тим, що вік впливає на результативність.

Основною літературою використано Добай Б. «Основи фізичного виховання у дошкільному закладі», Лепеш Й. «Методика фізичного виховання у дитячому садку», та Кіраль Т. «Розвиток руху і рухових навичок у дитинстві».

Під час вивчення літератури, написання роботи та дослідження дійдено до висновку, що фізичне виховання та розвиток рухів мають велике значення у вихованні в дитячих садках.

IRODALOMJEGYZÉK

- Arday L., (2001): *A testnevelés tanítása*, Korona Kiadó, Budapest
- Becsy B., Kunos A. (1994): *Az óvodai testnevelés mozgásrendszere és feldolgozása*, Tankönyvkiadó, Budapest
- Bély M., Janisch Gy. (1963): *Testnevelési játékok*. Tankönyvkiadó, Budapest
- Dobay B., (2007): *Az óvodai testnevelés alapjai*, Selye János Egyetem
- Gaál S., Farmasi I., és társai., (2010): *Mozgásfejlődés és fejlesztés az óvodában*, Szarvas
- Gaál S., Kunos A. (2010): *Testnevelési játékok anyaga és tervezése az óvodában*
- Gaál S., Runderné Sipos H. (2015): *Gyerek labdajáték. Sportjátékok megalapozása*
- Király T. - Szakály Zs., (2011): *Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban*, Dialóg Campus Kiadó,
- Kunos A., (1989): *Az óvodai testnevelési játékok módszertana*, Tankönyvkiadó, Budapest
- Lakatos K., (2002): *Állapot és mozgásvizsgálás*. In: Magyar Sporttudományi Szemle, 2002/3-4
- Lepes J., Branko K., Halasi Sz., (2013): *Az óvodai testnevelés módszertana*. Szabadka
- Lepes J., Halasi Sz. (2013): *A mozgásos játékok elméleti és gyakorlati alapjai*, Szabadka
- Nádori L., Gáspár M., Ekler J., Dancs H., (2011): *Sportelméleti ismeretek*, Pécsi Tudományegyetem
- Pappné Zs. (2001): *A labda*, Flaccus Kiadó
- Bíró M., Juhász I., és társai, (2015): *Mozgásos játékok*, Eszterházy Károly Főiskola Sporttudományi Intézet, Eger
- https://uni-eszterhazy.hu/public/uploads/mozgasos-jatekok_5551e3be52c44.pdf
(Letöltés ideje: 2020.01.22.)
- Patakfalvi Attiláné., (2009): *A játék szerepe a gyermek fejlődésében*
- http://www.18pedagogia.hu/sites/default/files/node/attachments/2009_taneroter_jatek_szerepe.pdf (Letöltés ideje: 2020.02.05.)
- Porkolábné K., Szaitzné A. (1996): *Komplex Prevenció Óvodai Program*, Budapest

MELLÉKLETEK

1. számú foglalkozásterv

Téma: Mókás labda

Cél: Izmok erősítése, a figyelem-, koncentrációkéesség-, téri tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék- mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sági Éva

Ideje: 2021. 03. 12.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: labda

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

- Jó napot kívánok gyerekek!

- Ma egy olyan eszközzel fogunk játszani, ami sok játékhoz szükséges, és olyan sportjátékok is vannak, amelyeket e nélkül nem lehet játszani. Ez az eszköz segít nekünk abban, hogy gyorsabbak lehessünk, és ügyesebbek.

Hoztam nektek egy találós kérdést, és ha kitaláljátok a megfejtést, tudni fogjátok, hogy melyik ez az eszköz.

Tökéletes gömb forma,
Dobni, rúgni jó móka,
Ha pöttyös is nem túró,
Játszik vele sok lurkó.

- Na mi lehet ez gyerekek?

- Igen, a válasz a labda.

Ma különböző labdákkal fogunk játszani. De először be kell melegítenünk.

Sorakozzunk fel egy sorba, ellenőrizzük a testtartást, rendeződjünk oszlopba egyesével.

Séta, futás, korrekciós gyakorlatok.

II. Fő rész:

Általános fejlesztő gyakorlatok labdával:

1) kiinduló helyzet – terpeszállás, a labda mindkét kézben alul.

1 - 2 - emelje fel a labdát, lábujjhegyre állva; 3 - 4 - kiinduló helyzet.

2) kiinduló helyzet - a fő állvány, a labda az előtte hajlított karokban.

- 1 - forduljon jobbra, labda előre
- 2 - kiinduló helyzet
- 3 - forduljon balra, a labda előre
- 4 - kiinduló helyzet

3) a kiinduló helyzet. Guggolás, a labdát előre tesszük.

4) kiinduló helyzet – előre hajolunk.

5) kiinduló helyzet - ülve, a lábak szét. Előre hajolunk.

6) kiinduló helyzet - a fő állás, a labda a padlón. Ugrálás két lábon a labda körül (1-8 pont), szünet, ismételje meg kétszer.

Most pedig két csoportra osztódunk, az egyik a lányok csapata a másik pedig a fiúké. Mindkét csapat találjon ki magának nevet, és megkezdjük a versenyeket.

I. feladat

A kis labdával el kell szaladni a karikáig, és ott kicserélni a kis labdát a nagy labdára. Az a csapat nyer, amelyik hamarabb végez a feladattal.

II. feladat

A második feladat a labdaátadás lesz. Itt az a feladat, hogy a csapatok beálljanak két sorba, és a labdát a fejünk felett fogjuk átadni a hátunknál lévőnek. Az utolsó mindig előre szalad a labdával, és így tovább. Ezt a feladatot szintén az a csapat nyeri, amelyik hamarabb végez.

III. Befejező rész:

- Mindkét csapat nagyon ügyesen játszott, sorakozzunk fel és lassú léptekkel meneteljünk egy kört.

2. számú foglalkozásterv

Téma: Labdavezetés. Távolugrás. Mozgásos játékok

Cél: Megismételni a fejlesztő tornagyakorlatokat. Fejlesztani a két kézzel való labdavezetés képességét a földön és a helyből való távolugrást. Izmok erősítése, a figyelem-, koncentrálóképesség-, téri tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék-mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sági Éva

Ideje: 2021. 03. 16.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: labda, karika, kötél

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

1) Sorakozás

Menetelés lábujjhegyen, sarkon

Menetelés félig guggolva

Lassú futás

2) Komplex fejlesztő tornagyakorlatok elvégzése

1. Játszanak az ujjaink.

1) Kis terpesz, kezeket előre nyújtjuk, megdolgoztatjuk ujjainkat.

2-3) Ugyanez, csak kezünket két oldalra nyújtva.

2. Előre hajolunk és kiegyenesedünk

1-2) k.h. ülünk a szőnyegen, lábunkat kicsit szétnyitjuk, kezünket hátratesszük, előre hajolunk.

3-4) visszafordulunk a k.h.

3. Verebek

k.h. kis terpesz, kezeket leengedjük

8-10 ugrás, 8-10 lépés (3x)

3) Sorakozás, menetelés

II. Fő rész:

Labdavezetés a földön. Távolugrás.

Mutatom is magyarázom a feladatok elvégzését. A gyerekek önállóan végzik a feladatokat.

Játék: "Gyerünk a körbe". Kugliból csinálunk egy kört, amit a gyerekek egyszer menetelve, aztán enyhén futva, majd cikcakkosan jobbról, balról megkerülik a kuglikat. Az óvónő felügyeli, hogy minden gyerek egy oldalról kerülje meg a kuglit. Ügyelni kell arra, hogy szaladás közben ne dőljenek el a bábuk.

Játék: célba dobás lábbal: megfelelő távolságra karikákat helyezünk el a talajon. Megjelölt vonal mögül hajlított ülésben két talp közé fogott labdával kell beletalálni a karikába. Győztes, aki a legtöbbszor talál célba.

III. Befejező rész:

Menetelés, sorakozás. Dicséret

3. számú foglalkozásterv

Téma: Labdakészség fejlesztése

Cél: Izmok erősítése, a figyelem-, koncentrációképesség-, téri tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék- mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sápi Éva

Ideje: 2021. 03. 19.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: labdák, síp, illusztráció egy napocskáról

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

Kijelölöm az udvaron a játék területet. Előkészítem a korábban készített sárga napkorongot, a rugós-doboz hangszert, és három fehér kendőt.

- Gyerekek, gyertek ide hozzám. Most már sokat játszottatok, tornázzunk és mozogjunk kicsit. Emlékeztek a lepkés dalra? Énekeljük el közösen.

Előkészítő gyakorlatok:

A gyerekek futkároznak karlengetéssel, mint a lepkék össze vissza. Sípjelre a homokozóba futnak. A „Napocska” vizuális jelre a tovább futnak.

- Most azt fogjuk játszani, hogy lepkék vagytok, és kedvetekre szálldostok, szaladgáltok a réten. De! FigyeljeteK nagyon! Egyszer csak jajj, közeledik a vihar! Ha ezt a hangot halljátok, akkor dörög az ég! (*sípjel*) Menydörgés! Szaladjatok be az óriási lapulevél alá, ami a homokozó lesz most, a tető alá bújjatok, guggoljatok le, hogy kevésbé érjen a vihar szele. Közben figyeljeteK rám! Ha felemelem ezt a sárga napkorongot (*mutatom*), akkor kisütött a napocska, a vihar elvonult, újra repkedhettek, szaladgálhattok a réten. FigyeljeteK egymásra, ne ütközzeteK össze. Itt a napkorong! Futás! Utolsó „Mennydörgésnél” leállítom a játékot.

ElismételjeteK többször.

- Most pedig álljateK fel, emelkedjeteK lábujjra és nyújtózkodjateK a szárnyaitokkal magasra, egyikkel, másikkal. Még és még. 1-2, 3-4! (*mutatom*) (**Hát és karizom nyújtó gyakorlat.**

Tartásjavítás. Egyensúlyérzék fejlesztése)

II. Fő rész:

- Most pedig játsszunk egy kicsit a labdával úgy, mintha kenguruk lennénk.

A gyerekek az indulóvonal mögött helyezkednek el, térdük közé labdát szorítva. Rajtra páros lábbal ugrálva kell a kenguruknak eljutni a célig úgy, hogy közben nem veszíthetik el a labdát. Ha a labda kiesik, visszatéve lehet folytatni a szökdelést. Győz az, aki először halad át a célvonalon (**Láberő és állóképesség fejlesztése**).

- Ma már voltunk pillangók, kenguruk, de nem voltunk még pókok. Még egy labdás játékot játszunk. A feladat az, hogy pókjárásban vigyük önkben a labdát. Mintha a kis póktojást vinné a pók a hasán. Az lesz a legügyesebb, aki a legtovább tartja a tojást, vagyis a labdát és nem ejti le. **(Térbeli tájékozódási képesség, mozgáskoordináció, állóképesség, tartásjavítás fejlesztése)**

III. Befejező rész:

- Már biztosan elfáradtatok a sok játék és mozgás során, úgyhogy sorakozzunk fel ide egy sorba. (A gyerekek felsorakoznak). Nagyon ügyes volt mindenki a játékokban. Mindenki fogjon meg egy labdát, menjünk be, rakjuk a helyére és aztán megyünk mosakodni.

4. számú foglalkozásterv

Téma: Magasugrás. A labda dobása a kosarakba.

Cél: Magasugrás gyakorlása és a labda dobása két kézzel. Izmok erősítése, a figyelem-, koncentrálóképesség-, téri tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék- mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sági Éva

Ideje: 2021. 03. 23.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: labdák, kosár

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

- Sorakozás egy sorban
- Menetelés egyszerű léptekkel
- Menetelés lábujjhegyen
- Menetelés sarkon
- Menetelés magasra emelt térddel
- Lassú futás

II. Komplex, általános fejlesztő tornagyakorlatok

II. Fő rész:

Magasugrás. A labda dobása a kosarakba két kézzel.

Mutatom és magyarázom a magasugrást, a labda dobását a kosarakba.

A gyerekek önállóan végzik a feladatot, szükség esetén segíték nekik.

Játék: "Találd meg a házikódat"

A gyerekeket két csoportra osztom és leültem a székekre a szoba két különböző oldalára - a "házikókba". Az óvónő szavára a gyerekek játszanak, sétálnak a szobában, szétszélednek. Az óvónő szavára: "Gyerekek figyeljétek, ha a dudát meghalljátok - szaladjatok! Ekkor a gyerekek sietnek a saját házikójukba és leülnek a székekre. (Megismételni 3-4x)

Labdás játék - Labdakergető: a játékosok körben állnak. A kör két átlós pontján lévő gyerek kezébe egy-egy labdát adunk. Jelre a gyerekek kézből kézbe adják a labdákat. A cél, hogy egyik labda utolérje a másikat. A labdát minden gyereknek érintenie kell. Ha valaki elejtette, neki kell újra játékba hozni a labdát. Jobbra és balra haladva is végeztessük a játékot.

III. Befejező rész:

Menetelés nyugodt tempóban, dicséret.

5. számú foglalkozásterv

Téma: Helyből távolugrás. Labda dobása és elfogása két kézzel

Cél: Gyakorolni a labda dobását és elfogását. Távolugrás helyből. Izmok erősítése, a figyelem, koncentrációképesség-, téri tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék- mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sági Éva

Ideje: 2021. 03. 26.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: labda, csörgők

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

- Sorakozás egy sorban
- Menetelés
- Menetelés lábujjhegyen, magasra emelt térdel
- Lassú futás

II. Fő rész:

Komplex általános fejlesztő tornagyakorlatok csörgők alkalmazásával

1. Csörgők

K.h - kis terpesz

Kezeket felemelni, megrázni a csörgőket

Kezeket leengedni (ismételni 5-6x)

2. Mutasd meg és győzz

K.h. - sarkunkon ülünk, csörgők vállmagasságban

Jobbra fordulunk - csörgetünk

Balra fordulunk - csörgetünk

3. Mutasd meg a szomszédodnak

K.h. - Ülünk a sarkunkon a csörgő a kezünkben

Jobbra fordulunk, a kezünket a csörgővel széttárjuk

Balra fordulunk a kezünket a csörgővel széttárjuk

Helyből távolugrás, labda dobása és elfogása két kézzel.

Mutatom és magyarázom a gyerekeknek.

Önállóan végzik a feladatot.

Játék: "Siess hozzám"

A gyerekek székeken ülnek a szoba egyik végében. Az óvónő a szoba másik végébe megy és hívja őket: "Siessetek hozzám". A gyerekek szaladnak az óvónőhöz, aki tárt karokkal várja őket. Amikor megérkeznek, megpihennek és szaladnak vissza.

Labdás játék:

Labdacica: 10-12 gyerek kört alakít. A „cica” a kör közepére áll. A gyerekek úgy próbálják meg egymásnak gurítani a labdát, hogy a „cica” ne tudja megérinteni azt. Ha mégis sikerül, az áll be a körbe, akinek a labdáját elfogták.

III. Befejező rész:

Menetelés magasra emelt, majd leengedett kézzel.

6. számú foglalkozásterv

Téma: Labdavezetés

Cél: A labdavezetés gyakorlása. Izmok erősítése, a figyelem-, koncentrációképeség-, tér- tájékozódás-, gyorsaság-, állóképesség-, egyensúlyérzék- mozgáskoordináció- ügyesség- és labdakészség fejlesztése

Foglalkozás vezetője: Sági Éva

Ideje: 2021. 03. 30.

Helye: Gyulai „Harmatcsepp” Óvoda

Korcsoport: nagycsoport (5-6 év)

Létszám: 22 gyerek

Eszközök: 2 állvány, kötél, 2 csengő, tornapad, labda

A foglalkozás menete:

I. Bevezető rész:

- Sorakozás egy sorban egymás után
- Menetelés egyszerű léptekkel
- Menetelés lábujjhegyen
- Menetelés magasra emelt térdel
- Lassú futás

II. Komplex általános fejlesztő tornagyakorlatok

II. Fő rész:

Gyakorolni a magasugrást helyből és fejleszteni egyensúlyérzéküket a tornapadon sétálás közben.

Mutatom és magyarázom a magasugrást helyből. A gyerekek önálló gyakorlatvégzése. A tornapadon járás során felhívom a figyelmüket az egyenes testtartásra.

Játék: "Egyenes úton"

A gyerekek a székeken ülnek a szoba végén. Az óvónő felajánlja a gyerekeknek, hogy menjenek sétálni. A gyerekek felsorakoznak és elindulnak sétálni.

Az óvónő szavára:

"Egyenes a mi utunk,
Egyenes a mi utunk,
Egy-kettő, egy-kettő, egy-kettő. (6-8x)
Dombocskák, dombocskák (ugrándoznak)
A gödörbe - hopp! (leguggolnak)
Kimászunk a gödörből (felállnak és menetelnek)
Egyenes a mi utunk,
Egyenes a mi utunk,
Elfárad a kis lábunk,
Ott a mi házunk,
Meggihenni szaladjunk.

A gyerekek a székekhez futnak meggihenni.

Labdavezetés:

- Most pedig próbáljunk meg labdát vezetni úgy, hogy bójákat kerülünk meg. Mutatom és magyarázom a feladatot.

Labdás játék - Pontszerző: 4 fős csapatokat alakítunk ki, csoportonként 1 labdával. A tanulók párokat alkotnak. Valamennyi pár egyik tagja a pálya szélén megáll terpeszállásban, az ellenfél páros egyik tanulója pedig a pálya másik oldalán képez kaput. A párok szabadon maradó tagjai játszanak egymás ellen, lábbal vagy kézzel gurítva a labdát. Akinek sikerül gólt szerezni – azaz terpesztett láb alatt átgurítani a labdát-, szerepet cserél a párjával. Győztes az a páros, amely adott időn belül több gólt ér el.

III. Befejező rész:

Megpihenünk és megdicsérem őket, hogy ügyesen végezték a gyakorlatokat.

A foglalkozástervek összeállításához használt források:

<https://nyitottkor.hu/mozgasosversenyjatekok/> (Letöltés ideje: 2021.02.08.)

https://uni-eszterhazy.hu/public/uploads/mozgasos-jatekok_5551e3be52c44.pdf

(Letöltés ideje: 2021.02.08.)

Képek jegyzéke

1. számú kép: Labdaelkapás



(Forrás: Saját fotó)

2. számú kép: Labdaelkapás



(Forrás: Saját fotó)

3. számú kép: Labdapattogtatás



(Forrás: Saját fotó)

4. számú kép: Labdapattogtatás



(Forrás: Saját fotó)

5. számú kép: Labdavezetés



(Forrás: Saját fotó)

6. számú kép: Labdavezetés



(Forrás: Saját fotó)

Beleegyző nyilatkozat

Alulírott*Ki Monika*....., a Gyulai Harmatcsepp Óvoda igazgatónöje és*Gaspar Etel*....., a Szivárvány csoport óvónője hozzájárulok, hogy a Szivárvány csoportban lévő gyerekek részt vegyenek Sági Éva, a II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola IV. évfolyamos óvodapedagógia szakos hallgató által végzett testnevelési felmérés elvégzésében. Az elvégzett felmérés a szakdolgozat megírásához szükséges, a kapott eredmények anonim módon lesznek feldolgozva.

Szőlősgyula, 2021. február 16.

Igazgatónö:



Óvodapedagógus:

Завідувачу кафедри
Біда Олені Анатоліївни,

здобувача вищої освіти
Шапі Єва Людвиківна
дошкільна освіта
IV курс, денна форма

ЗАЯВА

З правилами чинного Положення «Про академічну доброчесність в Закарпатському угорському інституті імені Ф. Ракоці II» від «30» серпня 2019 року, згідно з яким виявлення плагіату є підставою для відмови в допуску роботи до захисту і застосування заходів дисциплінарної та академічної відповідальності, ознайомлений(а).

Про використання Системи виявлення текстових збігів/ідентичності/ схожості в роботах здобувачів вищої освіти повідомлений(а) та надаю свою згоду на обробку та збереження моєї роботи в Базі даних Інституту. Також надаю ЗУІ право на передачу моєї роботи для обробки та збереження в Системі виявлення текстових збігів/ідентичності/схожості та використання роботи для виявлення плагіату в інших роботах, які завантажувалися/завантажуються для перевірки Системою виявлення текстових збігів/ідентичності/схожості та користувачами, які мають доступ до цієї Системи, виключно в обмежених цілях для виявлення плагіату в текстах робіт.

Робота для перевірки Інституту надається в друкованому та електронному варіанті. Електронна версія моєї роботи збігається (ідентична) з друкованою.

28.05.2021.

Дата


Підпис

Bida Olena
tanszékvezetőnek
Sápi Éva,
IV. évfolyamos nappali tagozatos
óvodapedagógia szakos hallgatótól

NYILATKOZAT

A II. Rákoczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola 2019. augusztus 30-án kelt tudományetikai szabályzatának pontjaival, amelyek szerint plágium felfedezése esetén a diplomamunka nincs védéshez engedve, megismerkedtem.

Tájékoztatást kaptam a plágiumszűrő rendszer használatáról, hozzájárulok a munkám ellenőrzéséhez és tárolásához az intézményi adatbázisban. Felhatalmazom az intézményt, hogy a munkámat ellenőrzés után felhasználhassák a plágiumszűrő program működésénél a további munkák ellenőrzésének folyamatában.

A munkát ellenőrzés céljából elektronikusan és nyomtatott formában is benyújtottam az intézménynek. Munkám elektronikus változata azonos a nyomtatott példánnyal.

2021. 05. 28.
Dátum


Aláírás



Ім'я користувача:
Моца Андрій Андрійович

Дата перевірки:
18.05.2021 23:25:38 EE ST

Дата звіту:
19.05.2021 17:46:43 EE ST

ID перевірки:
1007919223

Тип перевірки:
Doc vs Internet

ID користувача:
100006701

Назва документа: SapI_Eva

Кількість сторінок: 42 Кількість слів: 11827 Кількість символів: 85037 Розмір файлу: 989.13 KB ID файлу: 1008010777

20.8% Схожість

Найбільша схожість: 5.57% з Інтернет-джерелом (<http://tabaflan.hu/content/oktat%C3%A1s/programov118.docx>)

20.8% Джерела з Інтернету

215

Сторінка 44

Пошук збігів з Бібліотекою не проводився

17.4% Цитат

Цитати

82

Сторінка 45

Не знайдено жодних посилань

0% Вилучень

Деякі джерела вилучено автоматично (фільтри вилучення: кількість знайдених слів є меншою за 8 слів та 0%)

0% Вилучення з Інтернету

Сторінка 46

Немає вилучених бібліотечних джерел