

Az emberkövető védekezés oktatása reform módszerrel 5. évfolyamon

Nagy Boglárka, GYSZC Sport és Kreatív Technikum

nagy.bogi20069@gmail.com

Bevezetés

Az ultimate frizbi egy csapatsportág, amit 7v7 ellen játszanak egy 100x37 méter nagyságú füves pályán, melynek mindkét végén 18 méter mély célzóna található. A támadó csapat úgy tud pontot szerezni, ha az ellenfél mögötti célzónában az egyik játékosa elkapja a korongot. A mérkőzés 15 pontig vagy 100 percig tart.

Három fontos szabály megkülönbözteti a többi inváziós csapatjátéktól. Nonkontakt. Tilos eszközzel lépni. Játékmegállításkor nem szabad rendeződni a pályán, ezáltal nincsen taktikai fault.

Ennek a három szabálynak köszönhetően könnyen tanítható, tanulható.

Én az ultimate frizbi sportággal 10. osztályos koromban ismerkedtem meg a testnevelő tanárom által, mivel sokat játszottuk a testnevelés órákon. Sport ágazati technikumi diákként sportedző szakmát tanulok ultimate frizbi sportágban. Azért választottam ezt a sportágat mert a testnevelés órán megtetszett, ezért úgy döntöttem, hogy kipróbálom. Végül bekerültem egy egyesületbe, ahol részt vettem edzéseken és mérkőzéseken is. Gyakorlati képzésem során pedig volt már alkalmam edzésrészletek megtartására 10-14 éves diákok számára, ahol már sokat játszottunk labdával az ultimate frisbee szabályai szerint mérkőzéseket.

Témaválasztás

Azt tapasztaltam, hogy ha a gyerekek már a tanulás kezdetén játszanak, akkor hamarabb megértik az emberkövető védekezést. Szemben azokkal, akik először az elkapásokat és dobásokat tanulják meg. Vizsgálatomban arra voltam kíváncsi, hogy mérhető-e a fenti tapasztalatom. Valóban igaz lehet-e, hogy a játék alapú oktatás hatékonyabb az emberkövető védekezés gyakorlására mint a technika alapú.

Szakirodalom

Tapasztalatom részben megerősíti a repülő korong szövetség által kiadott tankönyvben írt elméletet (Erdősi, 2021). Miszerint a játék alapú oktatás módszertan számos előnnyel bír a hagyományos technika alapú módszertannal szemben.

Amikor a gyerekeknek edzésrészleteket tartottam, akkor is azt az utasítást kaptam, hogy már a tanulás elején sokat játszunk labdával. Ennek a tanulásnak az elméleti háttere a kispályás játék módszer.

A hazai szakirodalmak szerint hazánkban testnevelés órán meglehetősen ritkán alkalmazzák a módszert, annak ellenére, hogy az elméletét ismerik a testnevelők (Erdősi, Kovács, 2023).

A nemzetközi szakirodalomban a Teaching Games for Understanding (TGfU) elméletére alapozva egy szlovák szerzőpáros cikkét találtam (Žuffová, Zapletalová, 2015). Eszerint az ultimate frizbi testnevelés órai oktatása során a játékalapú módszer előnyei a diákok motivációjának fenntartása és a nagyobb intenzitás mellett a támadójátékosok jobb döntéshozatala és a technika gyorsabb fejlődése. Utóbbi azt jelenti, hogy azoknak a diákoknak, akiknek az izolált dobásgyakorlás helyett a játékok teszik ki az óra fő részét, hatékonyabban fejlődik a (játékközbeni) dobástechnikájuk.

Mindegyik szakirodalom a GPAI (Game Performance Assessment Instrument) módszert alkalmazza (Oslin, Mitchell, Griffin, 1997). A GPAI módszer egy többdimenziós rendszer, amelyet arra terveztek, hogy mérje a játék teljesítményét, a játékosok viselkedését, amely demonstrálja a taktikai megértést, valamint a játékos képességét a taktikai problémák megoldására a megfelelő készségek kiválasztásával és alkalmazásával.

Elemzi az egyes játékteljesítmény-összetevőket (pl. meghozott döntések, képességek végrehajtása és támogatás) és/vagy az általános teljesítményt (pl. a játékban való részvétel és a játék teljesítménye).

A GPAI protokollt három játékkategóriában tesztelték: inváziós (pl. ultimate frizbi és kosárlabda), háló/fal (pl. röplabda) és mezőny/futás/gól (pl. softball). Az érvényességet és a megbízhatóságot három külön tanulmányban vizsgálták középiskolai testnevelési szakemberek és hatodik osztályaik bevonásával. Az eredmények azt sugallják, hogy a GPAI érvényes és megbízható módszert kínál a játék teljesítményének értékelésére.

Mind a szövetség tankönyve, mind a szlovák tanulmány a támadójáték alakulására koncentrált. Tudományos kutatást nem találtunk arra vonatkozólag, hogy az ultimate frizbi kispályás játék oktatás módszerében a védekezés milyen hatékonysággal fejlődik. A szövetség tankönyvében erre utalás van, de tudományos alátámasztás nélkül.

Hipotézisek

Az összes fenti szakirodalom csak a támadó játék fejlődésére tér ki, viszont én úgy tapasztaltam az edzéseken, hogy a gyerekeknek a felgyorsult játék során az emberkövető védekezése is javult. Ezért én ezt szerettem volna megvizsgálni. Azt feltételezem, hogy a kispályás játék módszerrel az emberkövető védekezést hamarabb megértik illetve hatékonyabban hajtják végre a diákok. A hipotézisem, hogy a kispályás játék módszerrel tanuló diákok a 4-4 elleni játék során jelentősen jobb arányban követik az emberüket, mint a technikai módszerrel tanuló diákok.

Kutatási minta

Videóelemzésben 5. évfolyamos osztályokban (n=6) labdával játszott 5 perces ultimate frizbi mérkőzéseket hasonlítottam össze. A mérkőzéseket megelőzően az osztályok 20 tanórás ultimate frizbi oktatásban vettek részt, ahol a szövetség által megadott tematika szerint tanulták a sportágat.

Iskola neve	Csoport kódja	20 órás oktatásmódszertan
Szigetszentmiklósi József Attila Általános Iskola	SzigjaG	kisjátékos
Városligeti Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola	Városliget	kisjátékos
Szigetszentmiklósi József Attila Általános Iskola	SzigjaT	technikai
Arany János Általános Iskola	Arany1	technikai
Arany János Általános Iskola	Arany2	technikai
Móra Ferenc Általános Iskola	Móra	technikai

Kettő osztály, Városligeti Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola és a Szigetszentmiklósi József Attila Általános Iskola játék alapú (vizsgálati csoport) , négy osztály, Szigetszentmiklósi József Attila Általános Iskola, Arany János Általános Iskola (Győr), Móra Ferenc Általános Iskola (Győr) technika alapú (kontroll csoport) módszer szerint.

A kispályás játék csoportokban a 20 tanóra során a főrészt mindig 2-2, vagy 3-3, vagy 4-4 elleni ultimate frizbi játék volt. Kezdetben diákok csak labdával játszották a sportágat. A 20. órához közeledve a testnevelő mérlegelése alapján egyre gyakrabban koronggal is játszhattak. A teljes ciklus során az oktatási idő több mint felében játék volt.

A technikai csoportokban a 20 tanóra során a főrészt mindig egy korongos technikai elem (elkapások, dobások, sarkazás) izolált gyakorlása volt. A diákok az órák végén kötetlen módon játszottak csak. A teljes ciklus során az oktatási idő kevesebb mint negyedében volt játék.

A 20. tanórán minden osztályban öt perces mérkőzéseket játszottak egymás ellen a négy fős csapatok labdával. Majd ugyan így öt percet koronggal is.

Módszer

Mivel én a támadójáték hatékonyságát nem szerettem volna vizsgálni, ezért csak a labdával játszott mérkőzések videóit kértem el az eredeti kutatás vezetőjétől.

Megkaptam a hat mérkőzés videót és a GPAI szempontokból azt választottam ki, hogy a mérkőzések minden egyes passzánál megállítottam a felvételt és egy excel táblázatba jegyzeteltem le, hogy a négy védőből hányan követik a saját emberüket. Tehát a korongot birtokló támadó játékos és a három üresbe mozgó támadó játékos védőit egyaránt figyeltem. Értelemszerűen minden egyes passz esetében 0,1,2,3 vagy 4-es számjegyet jegyeztem le. Emellett minden mérkőzésen lejegyeztem az összes passzok számát, így a mérkőzéseken egy 0-tól 4-ig terjedő skálán számoltam ki a védekezés átlagát.

Lejegyzeteltem továbbá az elkapott passzok számát is. Így minden mérkőzés végén százalékos arányban kiszámoltam a csapatok passz hatékonyságát.

Miután az első videót végignézttem és lejegyzeteltem, azután megkértem egy edzőt, hogy nézze át ugyanezekkel a szempontokkal a videót. A kontroll során ő is ugyanazokra az eredményekre jutott mint én.

Eredmények

JÁTÉK		TECHNIKA	
<i>Iskola neve, kódja</i>	<i>Védőátlag</i>	<i>Iskola neve, kódja</i>	<i>Védőátlag</i>
Városliget	2,68	SzigjaT	2,62
SzigjaG	3,21	Arany2	2,8
		Arany1	2,85
		Móra	1,92
Átlag	2,95	Átlag	2,55

Vizsgálati csoportban a négy védekező játékosból átlagosan 2,95 követte az emberét. Kontroll csoportban 2,55.

JÁTÉK	TECHNIKA
-------	----------

<i>Iskola neve, kódja</i>	<i>Passzok száma</i>	<i>Ebből elkapott</i>	<i>Iskola neve, kódja</i>	<i>Passzok száma</i>	<i>Ebből elkapott</i>
Városliget	48	30	SzigjaT	27	12
SzigjaG	32	21	Arany2	40	12
			Arany1	27	9
			Móra	40	11
Átlag	40	25,5	Átlag	33,5	11
		62,50%			32,85%

Vizsgálati csoportban az összes passz 62,5%-át kapták el. Kontroll csoportban az összes passz mindössze 32,85%-át kapták el.

Megbeszélés

A védekezésre vonatkozó eredményeink alapján elmondhatjuk, hogy a kispályás játék módszerrel tanuló csoportok emberkövető védekezése hatékonyabb volt a 20. órán. Esetükben átlagosan 2,95 védő követte az emberét a négyből, míg a technikai módszerrel tanulóknál ez a szám csak 2,55 volt. Külön kiemelném, hogy volt két olyan osztály akik ugyanabban az iskolában tanulnak, de egyikük kispályás játék, másikuk technikai módszert követett (Szigetszentmiklósi József Attila Általános Iskola, Szigja). Ha külön megfigyeljük, esetükben a különbség még nagyobb. A kispályás játék osztályban (SzigjaG) átlagosan 3,21 védő követte az emberét, míg a technikai osztályban (SzigjaT) mindössze 2,62. A vizsgálatom fő hipotézisét a mérési adatok alátámasztják.

A támadójáték sikerességére vonatkozó eredményeink alapján elmondhatjuk, hogy kispályás játék módszerrel tanuló csoportokban mind a passzok száma, mind az elkapások aránya magasabb volt mint a technikai csoportokban. Kispályás játék csoportokban 40, technikai csoportokban átlagosan 33,5 passz kísérlet volt az öt perces mérkőzéseken. A kispályás játék csoportokban a passzok 62,5%-át kapták el a társak, míg a technikai csoportban mindössze 32,85%-ot. Ha ebben a mutatóban is összehasonlítjuk a Szigja két osztályát, hasonló különbségeket láthatunk (kispályás SzigjaG 32 passz, 65,63% elkapás; technikai SzigjaT 27 passz, 44,44% elkapás).

A védekezés és a támadás eredményeit egymás mellé állítva a szakirodalomban olvasottakat nem csak megerősíteni tudjuk, de tovább is vihetjük. Vizsgálatunk igazolja, hogy a kispályás játék módszerrel hatékonyabbá válik a támadójáték, a játék egész képe felgyorsul. Kevesebb hiba mellett több passz történik a játék során. Mindeközben azonban a védekezés is hatékonyabb, hiszen

nagyobb arányban követik a védekező játékosok az emberüket. Elmondhatjuk, hogy a kispályás játékkal tanuló diákok nagyobb arányban válnak értő, gondolkodó játékosná (Doolittle, 1995). Vizsgálatunk alapján kijelenthetjük, hogy az inváziós játékokra vonatkozó fenti állítás esetünkben nem csak a támadásra, hanem az emberkövető védekezésre is igaz. Ezt a megállapítást a videóelemzés során tett megfigyeléseimmel meg tudom erősíteni.

Első megfigyelésem, hogy a kispályás játék csoportokban a játék egész képe sokkal gyorsabb volt mint a technikai csoportokban. Az eszköz nélküli támadók több irányváltást tettek, nagyobb távokat futottak be, intenzívebb volt a mozgásuk. Értelemszerűen az őket jobb arányban követő védők szintén nagyobb intenzitást produkáltak mint a technikai csoportokban játszó diákok. Ez egyben magyarázat arra, hogy a hatékonyabb emberkövetés ellenére az elkapott passzok aránya magasabb a kispályás játék csoportban.

Második megfigyelésem, hogy a kispályás játék csoportokban gyakrabban fordult elő az ún. „halászás”. A sportágban így nevezzük azt a védekező elemet, amikor egy játékos nem a saját emberét követi, hanem egy másik támadónak szánt passzt próbál meg levédekezni (leválás). Ez a taktikai elem magas fokú játékértést/játékintelligenciát feltételez. Ezért maga a tény, hogy a kispályás játék csoportokban fordult elő gyakrabban, erősíti a számokkal alátámasztottakat az „értő védekezőjátékos” fogalomkörében.

Limitációk

Az első limitáció ami felmerült az volt, hogy eredetileg négy-négy osztályban zajlott a 20 tanórás oktatás, és az első tanórákon is készültek videók. Viszont csak hat darab kimeneti mérkőzés videót kaptam meg. Ezáltal nem lehetünk biztosak abban, hogy a vizsgált osztályok azonos szinten játszottak-e a 20 óra előtt. Ezen limitáció ellensúlyozására emeltem ki az eredményeknél a Szigetszentmiklósi iskola két párhuzamos osztályát.

Második limitáció: megfigyelésem szerint az elkapások úgy is meghiúsulhattak, hogy olyan védő szerezte meg a labdát aki nem a saját emberét követte. Ezt az ultimate frizbiben halászásnak hívjuk. Egy esetleges megismételt vizsgálatkor érdemes lenne 3-3 elleni mérkőzést elemezni.

Kulcsszavak

Emberkövető védekezés, ultimate frizbi, játék alapú oktatás

Irodalom

Doolittle, S. (1995): Teaching Children to Understand Games. In: Rhonda L. Clements (eds): *Games & Great Ideas. A Guide for Elementary School Physical Educators and Classroom Teachers*. Greenwood Press, London, 20-24.

Erdösi, Z. (2021): *Ultimate frizbi. A repülő korong csapatsport oktatása testnevelés-órai keretek között*. MediaBook, Budapest

Kovács, K., Erdősi, Z (2023): Hazai testnevelő tanárok véleménye és gyakorlata a sportjátékok játékcentrikus oktatásáról. In: Magyar, M., Gösi, Zs. (szerk.) *Képzési, nevelési és gazdasági kérdések a sportban, rekreációban*. MeRSZ

Žuffová, Z., Zapletalová, L. (2015): *Efficiency Of Different Teaching Models In Teaching Of Frisbee Ultimate*. Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae. 55