



Az óvodapedagógus úszásoktatói és óvodai nevelői szerepének kölcsönhatásai



Simon István Ágoston¹ – Simonné Kajtár Gabriella²

¹Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar, Művészeti és Sporttudományi Intézet
PhD, habil., egyetemi docens  0000-0002-0233-6144 | MTMT: 10028426

²Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar, Művészeti és Sporttudományi Intézet
Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Neveléstudományi Doktori Iskola
tanársegéd  0009-0002-0460-0022 | MTMT: 10049197

KEYWORDS

- *early childhood education*
- *swimming instruction*
- *kindergarten teacher*
- *teacher-child relationship*
- *experiential pedagogy*
- *emotional bonding*

ABSTRACT

The Interactions Between the Roles of Kindergarten Teachers as Swimming Instructors and as Early Childhood Educators | In recent years, swimming instruction has increasingly become an integral part of early childhood education in Hungary, supported by national initiatives such as the Hungarian Swimming Association's Swimming Nation Program. A key factor in the effectiveness of swimming education is the instructor, who is often not trained in working with preschool-aged children. This study explores the pedagogical impact and potential benefits of swimming instruction delivered by qualified kindergarten teachers, focusing on the interaction between their dual roles as educators and swimming instructors.

The research aimed to examine how instruction provided by a child's own kindergarten teacher influences the teacher-child relationship, the success of swimming instruction, and the broader educational process within the kindergarten setting. We hypothesized that kindergarten teachers would be more effective in reducing children's negative attitudes toward water, that trust developed during swimming sessions would transfer to other areas of kindergarten life, and that the swimming instruction would strengthen the emotional bond between teachers and children.

To test these hypotheses, we conducted a qualitative study using structured in-depth interviews with six kindergarten teachers who had been implementing swimming instruction for several years in Sopron, Hungary. Two models were examined: weekly swimming sessions led by the children's regular teachers, and an intensive three-week program taught by the same educators.

The results revealed significant positive impacts: children overcame their fears of water more rapidly, trust and rapport built during swimming sessions carried over into daily kindergarten interactions, and teacher-child relationships deepened. These strengthened bonds contributed to improved discipline, greater child engagement, and more effective pedagogical work across educational domains.

Our findings suggest that involving kindergarten teachers directly in swimming instruction offers a valuable opportunity to enhance both physical and emotional development in early childhood, while reinforcing the holistic nature of early education.

¹e-mail: simon.istvan@uni-sopron.hu | Cím: H-9400 Sopron, Ferenczy J. u. 5., Hungary

²e-mail: kajtar.gabriella@uni-sopron.hu | Cím: H-9400 Sopron, Ferenczy J. u. 5., Hungary

KULCSSZAVAK

- *óvodai nevelés*
- *úszásoktatás*
- *óvodapedagógus*
- *pedagógus-gyermek kapcsolat*
- *élménypedagógia*
- *érzelmi kötődés*

ABSZTRAKT

Az óvodai nevelés keretében megvalósuló úszásoktatás az elmúlt években egyre szélesebb körben elterjedt, s ezt a folyamatot tovább generálja a Magyar Úszó Szövetség Úszó Nemzet Programja is. Az oktatás sikerességének kulcsfigurája az oktató, aki nagy többségben nem az óvodás korosztály neveléséhez értő pedagógus. Az eredményes úszásoktatás feltételeihez hozzátartozik az élménypedagógiára alapozott oktatásmódszertan (Bencurikova, 2015), az empátikus, gyermekcentrikus oktatói magatartás, amelynek a pedagógiai végzettséggel rendelkező oktatók nagyobb valószínűséggel tudnak megfelelni (Paic, 2019; Révész, 2021). Az úszásoktatás céljait – a víz és az úszás megszerettetését, a minél magasabb szintű úszástudás elérését – az óvodapedagógus-végzettséggel rendelkező oktatók hatékonyabban tudják megvalósítani, hiszen ők professzionális szinten tudják alkalmazni a különböző nevelési, oktatási módszerek kisgyermekkorra adaptált megvalósítását. A saját óvodapedagógus által vezetett úszásoktatás felerősíti az előzőekben leírt hatásokat, illetve jótékonyan hat az egyéb nevelési területekre és a gyermek-pedagógus interakciókra. Az uszodában megvalósuló speciális élethelyzet, a megélt szituációk elősegítik egy erősebb gyermek-óvodapedagógus kötődés kialakulását. Sopronban, az óvodai úszásoktatás területén 6 éve sikerült megvalósítani a saját óvodapedagógusi rendszer két változatát. Az első változatban az óvoda egy csoportja hetente két alkalommal jár úszásoktatásra, ahol a csoport két óvodapedagógusa végzi az oktatói tevékenységet, a második változatban a 3 hetes óvodai úszásoktatás során az óvoda óvodapedagógusai végzik az úszásoktatást.

Kutatásunk célja volt bemutatni, hogy a saját óvodapedagógus úszásoktató milyen hatással van az óvodapedagógus-gyermek kapcsolatrendszerre, az úszásoktatás során kialakult szorosabb kapcsolat milyen mértékben hat az úszásoktatás sikerességére, illetve hatással van-e az óvodai nevelési tevékenységekre.

A kutatási célok megvalósítását az alábbi hipotézisek bizonyításán keresztül valósítottuk meg.

Feltételeztük, hogy az úszásoktatás során az óvodapedagógus hatékonyabban tudta feloldani a gyermekek vízzel kapcsolatos negatív attitűdjét.

Feltételeztük, hogy az úszásoktatás során kialakult bizalmi viszony az óvodai élet más területeire is hatással van.

Feltételeztük, hogy az óvodapedagógus szorosabb kapcsolatot, erősebb kötődést tud kialakítani a gyermekekkel az úszásoktatás révén.

A hipotézisek bizonyítására kvalitatív kutatási módszert alkalmaztunk, strukturált mélyinterjút. A mintát az oktatást végző 6 óvodapedagógus adta.

Az interjú eredményeit feldolgozva számos területen pozitív hatást tapasztaltunk. A gyermekek gyorsabban oldották fel gátlásaikat a vizes közeggel szemben, illetve az uszodai bizalmi kapcsolatot sikerült az óvodapedagógusoknak átmenteni az óvodai élet mindennapjaiba. A pedagógus-gyermek interakciók a kölcsönös támogatáson alapultak, a fegyelem javult, a nevelési színtereken végzett fejlesztések során a gyermekek aktivitása, kezdeményezőkéssége nagyobb mértékben valósult meg. Az óvodapedagógus-gyermek kötődés egy magasabb szintre emelkedett, ami eredményesebb nevelői munkát eredményezett az óvodában.

Bevezetés

Az úszás, mint alapvető mozgásforma, az élet számos területére hatással van. A vízbiztonság az élet védelmét szolgálja, a rendszeres úszás elősegíti az egészséges életvitel kialakítását, de meghatározó tényező a prevencióban, a rehabilitációban, illetve a versenysportban is (Demeter & Peja, 2011; Arany et al., 2023; Beggs et al., 2013; Wiazewicz & Zawadzki, 2014). Másodlagos tényezőként komplex hatással bír az egészséges személyiség és a kognitív képességek fejlődésére, kiemelten gyermekkorban.

A szülők, a neveléssel és a sporttal foglalkozó szakemberek különböző okokból, de fontosnak tartják, hogy a gyermekek minél korábbi életkorban sajátítsák el az úszás alapjait. A társadalmi elvárások felértékeltek az óvodai úszás-oktatást, s annak minél szélesebb körben történő megvalósítását. A folyamatot megerősíti, támogatja az Úszó Nemzet Program (UNP), amely már óvodáskortól szervezi meg a gyermekek egész éven át tartó úszásoktatását, háttérbe szorítva a tanfolyam (3–4 hetes) jellegű óvodai úszásoktatást.

Számos óvoda nevelési programjában kiemelt szerepet játszik az egészséges életvitel kialakítása, aminek a megvalósítását a mozgástevékenységek gyakoriságának növelésében, illetve a sportóvodai rendszer bevezetésében látják. Ezen folyamat egyik következménye, hogy több óvoda maga szervezi meg a heti egy vagy két alkalmas úszásoktatását. A sikeres megvalósítás kulcsszereplője az óvodapedagógus, aki a személyiségevel, az egészséges életmóddal és a fizikai aktivitással kapcsolatos pozitív attitűdjével nagymértékben hozzájárul a gyermekek rendszeres sportolással kapcsolatos belső motivációjának a kialakításához. Az óvodás korosztály rendszeres testedzését, köztük az úszásoktatást, több formában valósíthatja meg a pedagógus. Egyrészt külső partnerek segítségével, lehetőséget teremtve az óvodások számára a sporttevékenység végzésére, másrészt a szervezés mellett a pedagógus maga vezeti le a sportfoglalkozásokat. Az óvodai testneveléssel foglalkozó szakemberek körében több esetben is felvetődik a kérdés, hogy mely tekintélyi személy, a sportági edző, a testnevelő-, a gyógytestnevelő tanár vagy az óvodapedagógus képes hatékonyabban megvalósítani az óvodás korú gyermekek rendszeres testedzését. A sportági szakemberek a testgyakorlatok, a mozgástanulás, a sportági alapok sikeres lerakását tekintik elsődlegesnek, a pedagógusok (a korosztály sajátosságait jól ismerő testnevelő, gyógytestnevelő tanárok, óvodapedagógusok) viszont elsősorban a gyermekek életkori sajátosságaihoz igazodó komplex fejlesztést hangsúlyozzák, s csak másodlagos célként határozzák meg a sportági alapok lerakását.

Úgy gondoljuk, hogy az óvodai testnevelés szemléletének megújításában támaszkodni kell az iskolai és óvodai testnevelés korszerű hazai és nemzetközi szakirodalmaira (Gergely, 2025; Wolf, 2022; Csányi & Révész, 2021; Simon, 2021; Correia, 2019), amelyek hangsúlyozzák az élményközpontú pedagógiára, a belső motiváció kialakítására épülő, a gyermeket középpontba helyező mozgástanulást, mozgásfejlesztést.

Az óvodai testnevelés részeként vagy azt kiegészítve megszervezett óvodai úszásoktatás meghatározó szerepet tölt be az óvodás korú gyermekek rendszeres testedzésének megvalósításában. A szoros kapcsolatból adódóan az óvodai úszásoktatással kapcsolatos elvárások megegyeznek az óvodai testneveléssel szemben támasztott követelményekkel.

Az úszásoktatás hazai szakirodalmában kevésbé (Tóth, 2019; Tóvári, 2014), de a nemzetközi szakirodalomban nagyobb mértékben jelenik meg az élménypedagógiára, az autonómia biztosításával támogatott, a belső motiváció kialakítására törekvő úszásoktatás (Bencurikova, 2015; Minkels et al., 2023).

Tóth (2008) szerint az úszásoktatást befolyásoló tényezők közül, a feltételrendszer mellett, meghatározó az oktató szakmai, pedagógiai felkészültsége. Simon (2021) ezt kiegészíti az úszni tanuló növendék személyével, illetve az ő környezeti hátterével. Mind a két szerző a szakmai tudás és tapasztalat mellett azonos mértékben fontosnak tartja az oktató befogadó, támogató, motiváló személyiségét és magas szintű pedagógiai felkészültségét. Simon (2021) a kommunikáció alapjaira támaszkodva hangsúlyozza, hogy az oktátónak nemcsak adónak, hanem vevőnek is kell lennie. A gyermekek felől érkező *feedback* szerves része az úszást oktató pedagógus tevékenységének, azokat nem hagyhatja figyelmen kívül. Ezeket a visszacsatolásokat olyan csatornazajokként kezelhetjük, amelyek pozitívan és negatívan is befolyásolhatják az oktatás sikerét. Az oktató feladata ezeknek a csatornazajoknak a kiszűrése, majd a megfelelő (támogató, megerősítő, problémafeltáró, korrigáló stb.) reflexiók visszacsatolása.

Az előzőekben leírt alapelvek megvalósításához megfelelő magatartási jellemzőknek és oktatási környezetnek szükséges megjelenni az oktatási-nevelési folyamatban.

A legfontosabb magatartási jellemző a *bizalom*. A vizes közegben mozgó gyermek nagymértékben igényli a bizalmi kapcsolatot, s tudnia kell, hogy az oktatójára mindig számíthat. A felépített bizalmi kapcsolat törekeny, amelynek az alapjait minden körülmény között szükséges stabilan tartani, és azt egyszer sem lehet kockáztatni a pedagógusnak. A bizalom kialakítása könnyebb abban az esetben, amikor az úszásoktatást a gyermek óvodapedagógusa, illetve az adott óvoda pedagógusa végzi, így a bizalom kialakítása az úszásoktatás előtt már a mindennapi óvodai életben megkezdhető, és az oktatás után is folytatható.

A 4–7 éves gyermek erősen kötődik a tekintélyi személyekhez (szülők, óvodapedagógusok stb.), elfogadja irányító szerepüket, sok esetben az oktató érzelmi alapon éri el nála a feladatvégrehajtást, a gátlások feloldását. Az érzelmi telítettségéből fakadó szeretet az egyik leghatékonyabb kommunikációs eszköz, a pozitív érzelmekre a gyermek is pozitívan válaszol. Legtöbb esetben a tevékenységek szeretete az azokat szervező, vezető emberek révén realizálódik, így nagyon fontos az oktató érzelmi telítettsége. A megfelelő érzelmet átadó oktató az oktatási folyamatban megjelenő számos akadály leküzdésében tud segítséget nyújtani a gyermekek számára.

A *belső beszéd* egy önmagunkkal folytatott belső dialógus (Kello, 2024), amely egy önkéntelen reakció a külső világ ingereinek a befogadásakor. Megkülönböztethetünk negatív, instruáló és pozitív belső beszédet (Zsidó & Lábadi,

2022). Az oktatási-nevelési folyamat szempontjából lényeges, hogy a pedagógus serkentőket monologizáljon, ezzel erősítve a pozitív belső beszédet. A serkentőket monologizáló személyiség serkentőket, a negatív belső beszéddel bíró, blokkolókat monologizáló személyiség blokkolókat nevel. A pozitív belső beszéd hozzájárul a sikeres feladat-végrehajtáshoz, a jobb teljesítményhez. A pedagógusnak fel kell ismerni azokat a gyermekeket, akik blokkolókat monologizálnak, és személyiségével, valamint a negatív belső beszéd okainak feltárásával ezeket a gyermekeket serkentőket monologizálókká szükséges átformálni. Az ilyenkor adott pozitív élmények, sikerek segíthetik a pozitív belső beszéd kialakulását (Simon, 2021).

A gyerekek életkori sajátosságából fakad *a játék* szeretete. Az óvodáskorú gyermekek sikeres oktatásának, nevelésének meghatározó eleme a játék, a játékoság. A gyermekek pozitívabb attitűddel hajtják végre a különböző nehézségű feladatokat, ha azt játékba ágyazva kell végrehajtaniuk. A játéksituációk közelebb hozhatják a pedagógust és gyermeket, az oktatót és tanítványát. A vidám, játszani kész (játékos) oktató közelebb kerül a gyermekekhez, és így azok e kapcsolat révén szívesebben hajtják végre a nehezebb feladatokat is, örömmel készsülődnek az úszásoktatásra otthon vagy az óvodában is.

Az előbb említett vidámság mellett meghatározó elem a gyerekszeretet, az egészséges viccelődés (ami nem gátolja a minőségi munkát), az ismert mesék szituációinak a beépítése az oktatásba. Az előzőekben leírtak segítik megteremteni a *pozitív oktatási légkört*. A gyerekeket szerető pedagógus meg tudja érteni növendékei problémáit, és megtalálja velük a közös hangot.

A nemzetközi szakirodalomból ismert művek az úszással kapcsolatos belső motiváció kialakítását, mint a sikeres oktatás leghatékonyabb eszközét határozzák meg fő célként. Bencurikova (2015) az élménypedagógia elemeinek az úszásra adaptált változatát javasolja. Véleménye szerint a mesére, mondókára épülő, a különböző úszómozgások egymásutáni végrehajtását megvalósító vízi akadálypályák hozzájárulnak a gyermekek úszással kapcsolatos belső motivációjának a kialakulásához. A magyar szakirodalom hasonlóan ír: az élménypedagógia alapú úszásoktatás is magas szintű pedagógiai felkészültséget igényel az úszóoktató pedagógustól.

Minkels és munkatársai (2023) az önmeghatározás-elmélet (*Self-Determination Theory, SDT*) alapú oktatási program alkalmazásának a jelentőségét hangsúlyozták. Az SDT megfelelő keretet biztosít a belső motiváció kialakításához. Az elmélet szerint megfelelő motiváltság eléréséhez szükséges az alapvető pszichológiai szükségletek (kompetencia, autonómia, kötődés) erősítése. (Deci & Ryan, 1985) Az elmélet azt összegzi, hogy a belső motiváció kialakulásához az egyénnek a gyakorlat végrehajtása során kompetensnek kell éreznie magát, és

minél nagyobb lehetőséget kell kapnia az önálló és közös döntések meghozatalához, vagyis az autonómia megvalósításához. Az oktatás alkalmával olyan légkört kell teremteni, hogy a társak, a pedagógusok felé irányuló gyermeki kötődés erősödjön. Minkels és munkatársai (2023) hollandiai úszásoktatók körében végzett kutatásuk révén arra a következtetésre jutottak, hogy az óvodai úszásoktatás során az autonómiaorientált oktatást kevésbé, de a kompetencia-fejlesztésen nyugvó és a kötődést támogató oktatást nagyobb mértékben lehet megvalósítani, ezzel elősegítve az úszással kapcsolatos belső motiváció kialakítását, megerősítését. Ács és munkatársai (2021) sportolók körében végzett kutatásukban megerősítették, hogy a pszichológiai szükségletek kielégítése elengedhetetlen a sportolók belső motivációjának fenntartásában és erősítésében.

Az előzőekben leírtak alapján megállapítható, hogy az óvodai úszásoktatás sikere nagymértékben a korszerű szakmai és pedagógiai ismeretekkel bíró, a korosztály sajátosságait jól ismerő oktató felkészültségétől függ. Az elvárásoknak azok a pedagógiai, elsősorban óvodapedagógus-végzettséggel rendelkező pedagógus oktatók felelnek meg, akik személyiségükkel, pedagógiai felkészültségükkel, a korosztály iránti elköteleződésükkel képesek megteremteni a pozitív, a belső motivációt támogató oktatási légkört, ezáltal biztosítva a sikeres oktatást.

Az óvodák által szervezett úszásoktatás alkalmával legtöbb esetben nem valósul meg az óvodapedagógus-úszásoktató bevonása az oktatásba. Sopronban 6 éve sikerült megvalósítani, hogy egy óvodai csoport óvodapedagógusai vezessék az úszásoktatást, illetve egy óvodában nyílt lehetőség arra, hogy a 3 hetes úszásoktatást az óvoda óvodapedagógusai valósítsák meg. Az óvodapedagógusok elkötelezettek voltak a korszerű, gyermekközpontú, az élménypedagógiára épülő úszásoktatás megvalósítása iránt. Az oktatások megvalósítása során felmerült a kérdés, hogy az óvodapedagógusok irányában megvalósuló, különböző mértékű gyermeki kötődések milyen mértékben befolyásolják az úszásoktatás sikerességét, illetve kölcsönhatásként a kötődések erősödése hat-e az óvodai élet valamely területére?

Anyag és módszer

Kutatásunk célja volt bemutatni azt, hogy a saját óvodapedagógus úszásoktatóként milyen hatással van az óvodapedagógus-gyermek kapcsolatrendszerre, az úszásoktatás során kialakult szorosabb kapcsolat milyen mértékben hat az úszásoktatás sikerességére, illetve megvizsgálni, hogy hatással van-e mindez az óvodai nevelési tevékenységekre.

A kutatási célok megvalósításához több kérdésre kerestük a választ.

Milyen mértékben és irányban befolyásolta az oktatás sikerességét a szorosabb óvodapedagógus-gyermek kötődés?

Az úszásoktatás révén erősödött-e az óvodapedagógus-gyermek kötődés?

Az oktatás során kialakult vagy erősödött kötődés, bizalmi viszony hatással volt-e az óvodai élet különböző területeire?

A felvetett kérdésekre az alábbi hipotéziseket állítottuk fel:

Feltételeztük, hogy az úszásoktatás során az saját vagy ismerős óvodapedagógus hatékonyabban tudta feloldani a gyermekek vízzel, feladatokkal kapcsolatos negatív attitűdjét.

Feltételeztük, hogy az úszásoktatás során kialakult bizalmi viszony az óvodai élet más területeire pozitív hatással bír.

Feltételeztük, hogy az óvodapedagógus szorosabb kapcsolatot, erősebb kötődést tud kialakítani a gyermekekkel az úszásoktatás révén.

A mintát a két óvodában az oktatást végző hat női óvodapedagógus adta. A pályán 2 fő 1-5 év között, 2 fő 6-15 év között és 2 fő 16-25 év között végzett nevelői tevékenységet. A mintából 3 fő egyesületi keretek között is oktat úszást (nem saját óvodásainak).

A hipotézisek bizonyítására kvalitatív kutatási módszert alkalmaztunk, strukturált mélyinterjút használtunk, amely során az interjúalanyok a feltett kérdésekre szabadon válaszolhattak, azt megjegyzésekkel is kiegészíthették. Az interjú kérdéseit az alábbi témák köré csoportosítottuk:

Milyen hatással van a saját óvodapedagógus a gyermekek vízzel kapcsolatos félelmeinek, szorongásainak a feloldására?

Milyen hatással van az úszásoktatás során kialakult bizalmi viszony az óvodai élet más területeire?

Az úszásoktatás révén létrejövő óvodapedagógus-gyermek szorosabb kapcsolat hozzájárul-e a gyermekekkel való erősebb kötődés kialakulásához?

Eredmények

A saját óvodapedagógus hatása az úszásoktatás eredményességére

Az úszásoktatás első, és talán legmeghatározóbb lépése a gyermekek vízhez szoktatása, azon belül a víztől való félelmük feloldása, amelynek sikere függ a gyermek egyéniségétől, személyiségétől, illetve családi és oktatási környezetétől. A vízzel szembeni gátlások feloldásában az oktató kiemelt szerepet tölt be, empatikus, bizalmat és nyugalmat árasztó magatartásával sikeresen tudja átsegíteni a gyermekeket a nehézségeken. Az interjúk alapján elmondható, hogy az

oktatói magatartás mellett az úszás módszertana és az oktatási környezet is meghatározó. A gyermek életkori sajátosságaihoz és egyéni szükségleteihez igazodó, játékos, élményalapú oktatás hozzájárul a félelmek és gátlások gyorsabb leküzdéséhez. Valamennyi vélemény hangsúlyozta, hogy a bizalom megléte kulcsfontosságú a félelem oldásában: a gyermekek könnyebben fogadják el a segítséget olyan felnőttől, akit ismernek és akihez kötődnek. Ez különösen igaz a saját óvodapedagógus által tartott úszásoktatások esetében. A vizsgálatban résztvevők egyértelműen alátámasztották, hogy a pedagógus személye, jelenléte és kapcsolata a gyermekkel meghatározza a tanulás és megküzdés minőségét. Az óvodai környezetben, ahol a gyermekek saját óvodapedagógussal vesznek részt a foglalkozásokon, a bizalom már meglévő alapokra épül, ennek következtében a gyermekek könnyebben kérnek és fogadnak el segítséget, gyorsabban kapcsolódnak be az oktatásba, aktívabbak és motiváltabbak az úszástanulásban. Ezzel szemben az óvodán kívüli foglalkozásokon, ahol a pedagógus és gyermek között nincs előzetes kapcsolat, lassabb és nehezebb a félelem feloldása, különösen a félénkebb, szorongásra hajlamos gyermekek esetében.

A vizsgálatban résztvevők tapasztalatai azt mutatták, hogy a gyermekek vízzel kapcsolatos attitűdjeinek, félelmeinek oldásában meghatározó tényező a pedagógus és a gyermek közötti bizalmi kapcsolat. Az óvodai csoport saját pedagógusának jelenléte az uszodai foglalkozásokon kiemelt jelentőséggel bír, ugyanis az ismerős felnőtt személye érzelmi biztonságot teremtett, ami elősegítette a gyermekek félelmeinek gyorsabb leküzdését és aktív részvételét a tevékenységekben. Az oktató pedagógusok úgy vélték, hogy az úszásoktatás sikerességét nagymértékben befolyásolta a pedagógus-gyermek kapcsolat minősége, a szülőkkel való együttműködés, a gyermek személyiségének, motivációs tényezőinek előzetes ismerete, valamint a gyermekközpontú, támogató, humorral és bátorítással átszőtt pedagógusi attitűd.

A gyermekek vízhez szoktatása akkor valósult meg a leghatékonyabban, ha a pedagógus előzetesen ismerte a gyermekek egyéni sajátosságait és családi hátterét, így differenciáltan, személyre szabottan tudta alkalmazni a motiváció és a bátorítás módszereit. Az óvodán kívüli csoportok esetében, ahol nem állt rendelkezésre a korábbi kötődés és bizalmi alap, a félelmek oldása hosszabb időt vett igénybe, és több előzetes kommunikációt, kapcsolatépítést igényelt.

Az interjúk alapján megállapítható, hogy a gyermekek vízzel kapcsolatos félelmeinek leküzdésében és az úszásoktatás hatékonyságában döntő szerepet játszik az óvodapedagógus személye, aki a gyermekek alapos ismeretéből, a velük kialakított bizalmi kapcsolatból, valamint a szülőkkel folytatott együttműködésből merítve képes biztosítani az érzelmi biztonságot, a motivációt és a fejlődés feltételeit. (1. táblázat)

Kulcstényező	Eredmény
Bizalmi kapcsolat (gyermek-pedagógus)	Gyorsabb félelemoldás, aktív részvétel
Szülőkkel való együttműködés	Nő a támogatás, biztonságérzet
Gyermek személyiségének ismerete	Hatékony motiváció, differenciált bánásmód
Pedagógusi attitűd (dicséret, humor, bátorítás)	Pozitív légkör, bátrabb gyermekek
Ismerős pedagógus jelenléte	Rövidebb oldódási folyamat
Idegen pedagógus	Lassabb oldódás, több idő a bizalom kiépítésére

1. táblázat – Az óvodapedagógus szerepe az úszásoktatásban

A mély bizalmi kapcsolatnak köszönhetően a gyermekek sok esetben először az óvodapedagógus „kedvéért” hajtották végre sikeresen a feladatot, majd csak ezt követően az edzőnek is, ami alátámasztja az ismerős, biztonságot nyújtó felnőtt szerepének jelentőségét. Az is megfigyelhető volt, hogy a gyermekek gyakran folyamatos szemkontaktust tartottak az óvodapedagógussal, még akkor is, ha más edző irányította a feladatot. Ez a jelenség jól szemlélteti a bizalom és az érzelmi kötődés stabilizáló funkcióját egy idegen, kezdetben félelmet keltő közegben.

Az uszodai napok és a közösen átélt sikerek tovább mélyítették az óvodapedagógus-gyermek kapcsolatot, ami a mindennapi óvodai életben is érzékelhető volt. A pedagógus szerepe az oktatási folyamatban kettős, egyrészt az anyai gondoskodás és érzelmi biztonság megteremtése, másrészt a motiváló, bátorító, játékos és humorral átszőtt oktatói jelenlét biztosítása. Ez a kettősség lehetővé tette, hogy a gyermekek szorongásmentes légkörben fedezzék fel a vízi környezetet, bátrabban próbálják ki az új feladatokat, és nagyobb fokú kitartást tanúsítsanak.

Az óvodapedagógusok beszámolóí arra is rámutattak, hogy a bizalmi kapcsolat közvetlen hatással van a feladatvégzés sikerességére: bizonyos gyakorlatokat a gyermek kizárólag a saját pedagógusának hajtott végre, míg más személy kérésére nem. Ez egyértelműen jelzi, hogy az érzelmi kötődés és a bizalom nem csupán támogató tényező, hanem sok esetben a tanulási folyamat előfeltétele.

Az uszodai kapcsolat hatása az óvodai életre

A kutatásban résztvevők egyöntetű véleménye szerint a rendszeres úszásoktatás pozitívan befolyásolta a gyermekek fiziológiai és mentális állapotát. Az uszodai foglalkozások elsődleges hatásaként javult a gyermekek egészségi állapota, erősödött az immunrendszerük, ezáltal pedig csökkent a hiányzások száma. A mozgásfejlődés terén is jelentős előrelépést tapasztaltak a testfelépítés és az izomtónus változásában, az állóképesség és mozgáskoordináció fejlődésében.

Az oktatás másodlagos hatásaként erősödött a gyermekek önbizalma és bátorsága, aminek következtében megnövekedett az önállóságuk is. Az úszásprogram végére a gyermekek többsége képessé vált az öltözködési és higiénés feladatok önálló elvégzésére, beleértve a ruházat rendben tartását és a mosdó önálló használatát. Az uszodai tapasztalatok hozzájárultak a fegyelmezettebb és türelmesebb viselkedés kialakulásához, amely az óvodai mindennapok során is megmutatkozott. A gyermekek kitartása fokozódott a hosszabb és összetettebb feladatok végrehajtásában, problémamegoldó készségük fejlődött, míg a csoportkohézió erősödött. A közös tevékenységek során a gyermekek támogatták egymást, bátorították társaikat a nehezebb feladatok teljesítésekor, és közösen osztottak a sikerekben, ami támogató, kooperatív csoportdinamikát eredményezett.

Az oktatás során szorosabbá vált a pedagógus-gyermek kapcsolat, a közösen átélt élmények és sikerek mélyítették a bizalmi viszonyt, ami a mindennapi óvodai életben is érzékelhetővé vált. Az úszás közös élménye egy új, az óvodai kereteken túlmutató kapcsolódási pontot teremtett a gyermekek és a pedagógusok között. Ez a közös tapasztalat mélyítette a bizalmi viszonyt, elősegítette a kölcsönös megértést és támogatást, ami az óvodai közösségi életre is pozitívan hatott. A szülők bevonása, és a velük való együttműködés szintén erősödött, hiszen a közös programok és nyílt órák lehetőséget adtak arra, hogy a családok jobban megismerjék az óvodapedagógusok munkáját, ami növelte a szülői elégedettséget és bizalmat. A gyermekek számára az úszás nemcsak a fizikai fejlődést segítette elő, hanem az iskolai átmenetet is megkönnyítette, mivel bátrabban és nyitottabban kapcsolódtak új közösségekhez.

Az interjúk tanúsága szerint a rendszeres úszásoktatás jelentős mértékben hozzájárult a gyermekek fegyelmezettségének fejlődéséhez. A pedagógusok egyöntetűen kiemelték, hogy a gyermekek önmagukhoz, valamint más óvodai csoportokhoz viszonyítva is határozottan fegyelmezettebbé váltak az úszásoktatás következményeként. Az uszodai környezet sajátos szabályai és biztonsági előírásai megkövetelték a pontos utasítások követését, az önfegyelmet és a koncentrált figyelmet. Ezek a minták az óvodai mindennapokba is átültethetők voltak, különösen a közös tevékenységek, sorakozások és várakozási helyzetek során.

A fegyelmezés jellege az uszodában eltért az óvodai gyakorlattól: a pedagógusok rövid, lényegre törő és gyakran nonverbális jelzéseket használtak, amelyeket humorral egészítettek ki, elősegítve ezzel a gyermekek szabálykövetését és együttműködését.

A pedagógusok egymás válaszait megerősítve kijelentették, hogy az úszásoktatás során szerzett tapasztalatok pozitív transzferhatással bírtak az óvodai mindennapokra, különösen az önellátó tevékenységek és az önállóság területén. A gyermekek fejlődése érzékelhető volt a már említett területeken: az öltözködés, a vetkőzés, a ruházat rendben tartása, valamint a mosdó önálló használata

tekintetében. A pedagógusok kiemelték, hogy a vízben elért sikerélményekre gyakran tudtak hivatkozni más helyzetekben is: az uszodában megélt bátor helyzetállás és önálló cselekvés megerősítette a gyermekeket új feladatok során az óvodában, például torna, vagy más mozgásos tevékenységek során.

A bátorítás és visszautalás („az uszodában is meg tudtad csinálni”) motivációs eszközként hatékonynak bizonyult, segítette a gyermekek kitartását, önbizalmát és problémamegoldó képességét. Az úszás során kialakult élmények a vízi környezethez való alkalmazkodás mellett hatást gyakoroltak a mindennapi óvodai tevékenységekre is, hozzájárulva a gyermekek önállóságának, önfegyelmének és sikerorientáltságának fejlődéséhez.

Az úszásoktatás hatása a gyermek-óvodapedagógus kapcsolatra

A saját óvodapedagógus által vezetett úszásoktatás során a gyermekek egy olyan közegben szereztek tapasztalatokat, amely lehetővé tette számukra a bizalom és az érzelmi biztonság új szintjének a megélését. A vízben való közvetlen testi kontaktus, a játékos interakciók és a szabadságot nyújtó tevékenységek erősítették az érzelmi kötődést, miközben a gyermekek bátrabban vállaltak feladatokat és nyitottabban reagáltak az új helyzetekre. A pedagógusok beszámolóí szerint a gyermekek egyre inkább képesek voltak kezdeményezni, önálló döntéseket hozni, valamint saját teljesítményüket és társaik eredményeit is értékelni.

Az úszásoktatás különleges helyzetet teremtett, amelyben a gyermekek meg tapasztalták, hogy a félelmeik leküzdhetők, sikereik pedig közösségi elismerést váltanak ki. Ez nemcsak az önbizalom növekedésében, hanem a társas kapcsolatok gazdagodásában is megmutatkozott. A közös élmények és a kölcsönös bátorítás fokozta az egymás iránti elfogadást és támogatást, ami jelentős hatást gyakorolt a közösségi kapcsolatok erősödésére. A heti rendszerességgel megvalósuló közös uszodalátogatások – az együtt megtett út, a várakozás és a közös tevékenységek – elősegítették a gyermekek és a szülők közötti kapcsolatok elmélyülését. Az uszodai programok pozitív hatást gyakoroltak a gyermek-gyermek, szülő-szülő, valamint szülő-pedagógus kapcsolatokra egyaránt. A közösen átélt élmények és a csoporton belüli összetartozás élménye erősítette a közösségi kohéziót.

A gyermekek kezdeményezőkézsége és önállósága is fejlődött, ami abban nyilvánult meg, hogy bátrabban vállaltak új feladatokat, aktívabban vettek részt a közös játékokban, és nagyobb nyitottságot mutattak ismeretlen helyzetekben. Az uszodai események – például a Mikulás- vagy Tapsi-kupa – lehetőséget teremtettek a gyermekek számára, hogy sikereiket közösségi keretben éljék meg, ami hozzájárult önbizalmuk növekedéséhez és szociális kompetenciáik fejlődéséhez.

A szülők közötti kapcsolatok szintén intenzívebbé váltak: a közös várakozás, a foglalkozások utáni beszélgetések és a közös programok (pl. uszodai „uzsi-partik”) erősítették a közösségi szálakat, valamint hozzájárultak a szülői együttműködés javulásához. A pedagógusok tapasztalatai szerint a gyermekek az uszodai élményekre gyakran hivatkoztak más kontextusban is, ami elősegítette a közös élmények beépülését az óvodai mindennapokba.

Az interjúk alapján megállapítást nyert, hogy az úszásoktatás során kialakult élmények jelentős mértékben erősítették a pedagógus–gyermek bizalmi és érzelmi kapcsolatot. A kölcsönös elfogadás és kötődés olyan sajátos pedagógiai helyzetet teremtett, amelyben a gyermekek nyitottabbá váltak az iránymutatás elfogadására, bátrabban kértek segítséget, és szívesebben osztották meg élményeiket, érzéseiket a pedagógusaikkal. A gyermekek számára fontos motivációs tényező volt, hogy beszámolhattak sikereikről, bemutathatták elért eredményeiket, amelyeket a pedagógusok megerősítéssel és elismeréssel fogadtak.

A fokozott érzelmi biztonság és kötődés lehetővé tette, hogy a pedagógusok hatékonyabban irányítsák a gyermekek figyelmét, kitartását és érdeklődését. A közelség keresése, a beszélgetések kezdeményezése, valamint a közös játékokban való aktív részvétel mind azt jelezte, hogy a gyermekek tudatosan építettek a pedagógusok támogatására. Ez a kölcsönös bizalom nem csupán az uszodai környezetben, hanem az óvodai mindennapok során is érezhetően erősítette a nevelési folyamat hatékonyságát.

Következtetések

A vizsgálat eredményei egyértelműen rámutattak arra, hogy a saját óvodapedagógus jelenléte és aktív részvétele az úszásoktatás folyamatában kiemelt jelentőséggel bír. A pedagógus és a gyermek közötti bizalmi kapcsolat, amely az óvodai mindennapokban már kialakult, hatékonyan segíti a vízzel kapcsolatos félelmek, gátlások oldását és a tanulási folyamat előmozdítását. Ez a bizalmi háttér nemcsak a gyermekek érzelmi biztonságát erősíti, hanem közvetlenül hozzájárul ahhoz is, hogy gyorsabban, motiváltabban és sikeresebben sajátítsák el az úszáshoz szükséges készségeket.

Az úszásoktatás transzferhatásaként fejlődött a gyermekek fegyelmezettsége, önállósága és önbizalma, ami az óvodai élet más területein is éreztette hatását. A mozgásfejlődés mellett pszichés és szociális dimenziókban is kimutathatók voltak a pozitív változások, mint például a türelem, a problémamegoldó készség, a közösségi összetartás és a társas kompetenciák fejlődése. Mindez megerősítette azt a tapasztalati véleményt, hogy a komplex fejlesztésben az úszásoktatás nem pusztán fizikai nevelési feladat, hanem sokrétű pedagógiai lehetőség is.

A kutatás arra is rávilágított, hogy a rendszeres uszodai programok pozitív hatással vannak a szülők és pedagógusok közötti együttműködésre is. Az uszodai élet olyan sajátos közösségi teret hozott létre, amely elősegítette a szülő-szülő, szülő-gyermek és szülő-pedagógus kapcsolatok megerősödését. Ez az összetett kapcsolatrendszer hosszú távon is növeli a közösségi kohéziót és az óvodai élet irányában megvalósuló szülői elégedettséget, ami az óvoda társadalmi megítélésére is pozitív hatással van.

Összességében megállapítható, hogy a saját óvodapedagógus által vezetett úszásoktatás pedagógiai hatékonysága többértékű: hozzájárul a gyermekek testi, lelki és szociális fejlődéséhez, miközben erősíti a pedagógus-gyermek-szülő hármas kapcsolatát. A vizsgálat eredményei egyértelműen visszaigazolták azt a feltetelezést, hogy a gyermekek tanulási folyamataiban a bizalom és az érzelmi kötődés nem pusztán támogató tényező, hanem a sikeres fejlődés előfeltétele. Az is beigazolódott, hogy az úszásoktatás során az ismerős pedagógus jelenléte eredményesebben oldja a gyermekek vízzel és feladatokkal kapcsolatos negatív attitűdjeit, valamint hogy az uszodában kialakult bizalmi viszony az óvodai élet más területeire is pozitív hatással bír. A tapasztalatok megerősítették továbbá, hogy a közös úzásélmények hozzájárultak a pedagógus-gyermek kapcsolat elmélyüléséhez és a kötődés erősödéséhez.

Ajánlasként megfogalmazhatjuk, hogy a kutatás eredményei alapján javasolt az úszásoktatás rendszeres beépítése az óvodai nevelési programokba, lehetőleg olyan módon, hogy a foglalkozásokat lehetőség szerint a gyermekek saját óvodapedagógusa vezesse. A pedagógus személyes jelenléte, aktív részvétele az oktatásban, a gyermekekkel meglévő bizalmi kapcsolatra építő pedagógus oktató magatartás jelentősen segíti a vízzel szembeni félelmek leküzdését, az úszásoktatással kapcsolatos belső motiváció erősítését, így támogatva a sikeres tanulási folyamatot. Támogatandónak tartjuk a szülők aktív bevonásának az elősegítését, ugyanis ez az együttműködés fokozza a gyermekek biztonságérzetét, és támogatja a közösségi kohéziót.

Felhasznált irodalom

- Ács, P., Veress, R., Rocha, P., Dóczi, T., László Raposa, B., Baumann, P., Ostojic, S., Prémusz, V. & Makai, A. (2021): Criterion validity and reliability of the International Physical Activity Questionnaire – Hungarian short form against the RM42 accelerometer, *BMC Public Health* 2021, 21(Suppl 1), 381, <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10372-0>
- Arany, D., Szigethy, M., Bíróné Ilics, K. & Nagyvárad, K. (2023): Rekreációs jelleggel úszóedzésre járó 11-17 éves gyermekek gerincének állapota. *Recreation*, 13(3), 28–31. ISSN 2064-4981 <https://doi.org/10.21486/recreation.2023.13.3.6>

• A tanulmányban előforduló webes hivatkozások legutolsó ellenőrzési időpontja: 2025. november 1.

- Beggs S., Foong Y., Le, H. C. T., Noor D., Wood-Baker R. & Walters J. A. E. (2013): Swimming training for asthma in children and adolescents aged 18 years and under. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 4, Art. No.: CD009607.
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD009607.pub2>
- Benčurikova, L. (2015): Óvodáskorú gyermekek vízi fejlesztése az élménypedagógia módszerével, *Recreation* 5(4), 15–17. <https://doi.org/10.21486/recreation.2015.5.4.1>
- Correia, V., Carvalho, J., Araújo, D., Pereira, E. & Davids, K. (2019): Principles of nonlinear pedagogy in sport practice. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(2), 117–132.
<https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1552673>
- Csányi, T. & Révész, L. (2015): *A testnevelés tanításának didaktikai alapjai, középpontban a tanulás*. MDSZ, Budapest
- Csányi, T. & Révész, L. (2021): *A testnevelés és sport oktatásának elmélete és módszertana, Középpontban a tanulás*. MDSZ, Budapest
- Demeter, J. & Peja, M. (2011): *Úszásterápia gyermekkorban*. Miskolci Egyetem Közleménye, A sorozat, Bányászat, 81. kötet
- Deci, E. & Ryan, R. (1985): *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press, New York. <http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Gergely, I. (2025): *Mit? Miért? Hogyan? Módszertani kézikönyv óvodapedagógusoknak*. Magánkiadás, Budapest. ISBN 978-963-89284-6-7
- Kello, É. (szerk., 2024): *Coaching irányzatok a gyakorlatban*, Akadémiai, Budapest. ISBN 978-963-454-935-2. <https://doi.org/10.1556/9789634549352>
- Minkels C., Kamp J. van der, & Beek P. J. (2023): How intrinsically motivating are swimming instructors/lessons in the Netherlands? An observational study through the lens of self-determination theory. *Front. Sports Act. Living* 5:1236256.
<https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1236256>
- Paic, R. (2019): *A sportoló-edző kapcsolat, a motiváció és az észlelt motivációs környezet összefüggéseinek vizsgálata a férfi kézilabdázásban*. Doktori disszertáció, PTE BTK „Oktatás és Társadalom Neveléstudományi Doktori Iskola”. <http://pea.lib.pte.hu/handle/pea/19318>
- Révész, L. (2021): A tanár-diák kapcsolat jellemzői a testnevelésben, *Magyar Pedagógia* 121(1), 3–21. <https://doi.org/10.17670/MPed.2021.1.3>
- Simon, I. Á. (2021): *Az 1–7 éves gyermekek testnevelésének módszertana*. Soproni Egyetem Kiadó, Sopron, ISBN 978-963-334-382-1 <http://tananyag.uni-sopron.hu/1/>
- Tóth, Á. (2008): *Az úszás tankönyve*. SOTE Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest, ISBN 978-963-716-694-5.
- Tóth, Á. (szerk., 2019): *Úszónemzet program: Minden Gyermekek Tanuljon meg Úszni! (Úszás oktatásmódszertan)*, Kiving Kft., Budapest
- Tóvári, F., Prisztóka, Gy. & Tóvári, A. (2014): *Vízhez szoktatás – úszásoktatás : Szakmódszertani ajánlások, tudnivalók kisgyermekek úszásoktatásához*. Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs <https://tinyurl.com/2eeah482>
- Zsidó, N. A. & Lábadi, B. (szerk., 2022): *Figyelem a gyakorlatban*, Akadémiai, Budapest, ISBN 978-963-454-847-8, <https://doi.org/10.1556/9789634548478>
- Wiazewicz, A. & Zawadzki, M. (2014): Chosen organizationak questions about corrective swimming and in-water corrective exercises in case of scoliosis. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine* | 7(3), 91–98. <https://tinyurl.com/3bcev6bb>
- Wolf, K. (2022): Mozgás és mozgásfejlesztés az óvodában. *Módszertani Közlemények*, 62(2), 96–102. <https://tinyurl.com/4k9ap957>