



## NUPinfo – hírek

■ November elején első alkalommal rendezték meg az edzők országos kongresszusát a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán. A találkozó célja az volt, hogy kidolgozzák az edzői-sportoktatási szakma érdekképviselést, menedzselését és védelmét javító módszereket. A rendezvényen elhangzott: a Magyar Edzők Társasága részt kíván venni a nemzeti sportstratégia kialakításában. A kongresszuson a többi között szóba kerültek a szakmai továbbképzések, a sportoló fogyatékosok trénerének, valamint az edzők jogi és etikai érdekvédelmének aktuális problémái. A találkozó szervezésében szerepet vállalt a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet főigazgatója, *dr. Szabó Tamás* is.

■ A hagyományokhoz híven idén is megtartották az eredményes évet zárt sportoló fiatalok és az őket segítő edzők baráti összejövetelét. A december elején rendezett Bajnokok Vacsoráján a Központi Sportiskola (KSI) versenyzőin és sportvezetőin kívül részt vett a magyar sportélet számos képviselője.

■ Varsóban rendezték meg az Olimpiai Reménységek Versenyének (ORV) koordináló vezetőségi találkozóját. A november végi megbeszélésen Magyarországot a Gyermek-, Ifjúsági- és Sportminisztérium részéről *Tatár András*, a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézetétől pedig *Pucok József Márton* képviselte. A hagyományokhoz híven idén kilencedszer megrendezett konferencián Magyarország mellett a többi visegrádi állam, így Csehország, Szlovákia és Lengyelország sportszakemberei vettek részt. A varsói megbeszélésről, valamint az ORV szervezetéről a NUPinfo januári számában részletesen beszámolunk.

■ Hatodszor rendezték meg a törökországi Antalyában a judók serdülő világkupáját, ahol a Központi Sportiskola versenyzője, a hatvanhat kilós *Zabodál Iván* második helyen végzett. A feltörekvő fiatalok közül *Tóth Lilla*, *Szigetvölgyi Brigitta* és *Zámbori Bence* első, *Szűgyédi Szandra*, *Tiborcz Livia*, *Tóth Attila* és *Sztraka Bálint* pedig harmadik helyezést ért el. A novemberi versenyen a magyarokon kívül török, grúz, orosz, azeri, kazah, macedón, izraeli és bolgár sportolók vettek részt. A kupán a hazaiak nem csupán teljesítményükkel, hanem a tatamin mutatott udvarias viselkedésükkel is kitűntek a többi sportoló közül.

■ A NUPinfo szerkesztősége továbbra is várja az utánpótlás-neveléssel és az ifjú magyar sportolókkal kapcsolatos információkat, amelyek közérdeklődésre tarthatnak számot. Észrevételeiket, véleményüket az 1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.-as címre és a [nupi@nupi.hu](mailto:nupi@nupi.hu) e-mail címre juttathatják el.

## A KSI tornaszakosztálya *Berki Krisztián* ajánlásával várja a fiatalok jelentkezését:

„A sikereimet a KSI-nek, az itt dolgozó edzőknek köszönöm. Itt nőtem fel a jó bangulatú edzők és versenyek közepette. Ha részese akarok lenni az edzőknek, foglalkozóknak, Te is gyere a KSI-be tornázni.”

**Felvilágosítás és jelentkezés:**  
Kovács István szakosztályvezetőnél  
Tel.: 471-4100/4628 mellék



További szakosztályi információk a [www.nupi.hu/ksi](http://www.nupi.hu/ksi) weboldalunkon található.

NUPinfo

NUPinfo

Felelős kiadó: Dr. Szabó Tamás, a NUPI főigazgatója  
Főszerkesztő: Vasvári Ferenc e-mail: [vasvariferenc@nupi.hu](mailto:vasvariferenc@nupi.hu)  
Szerkesztőségi munkatárs: Pucok József Márton e-mail: [pucokjosef@nupi.hu](mailto:pucokjosef@nupi.hu)  
Szerkesztőség: Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet, NUPinfo Szerkesztősége  
1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3. Telefon: (36-1) 471-4100 / 4717, Fax: 468-3024  
Lapkivitel: [www.reklamipar.hu/actuart](http://www.reklamipar.hu/actuart)

ACTUART

A NUPinfo internetes változata: <http://www.nupi.hu/hirlevel>



## NUPinfo

I. évfolyam 2. szám 2002. december

A Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet lapja  
a Héraklész program  
és a KSI SE tájékoztató kiadványa

### A tartalomról:

■ Év végi értékelés: a Héraklész sportágak és a KSI 2002. évi eredményessége; ■ Bepillantás a Pedagógiai Kutatócsoport munkájába: készül a sportiskolai modellkoncepció a testnevelési tantervfejlesztés és a pedagógiai program; ■ Kézilabdázók posztképző tábora; ■ Koreográfus a női tornában: *Molnár Anna*; ■ Fiatal sportolók táplálkozási szokásainak vizsgálata; ■ Torna VB. után: interjú *Berki Krisztiánnal*; ■ Hírek, Előzetes.

**A** hazai utánpótlás-neveléssel kapcsolatos szándékok, tervek, óhajok többnyire mindig az Olimpiai Játékok befejezése után kaptak a szokásosnál nagyobb nyilvánosságot, majd az idő előrehaladtával – sajnos az elmúlt évtizedek ezt igazolják – a téma fokozatosan háttérbe szorult, a publicitás csökkent. A 2002-edik évre visszatekintve elmondhatjuk, hogy a hazai utánpótlás-nevelés területén a kormányzati szándékok változatlanul kiemelt helyen kezelték a gyermek és ifjúsági sport problematikáját, a tehetségek gondozását. 2001-re azt mondtuk, hogy az áttérés éve volt, az idejé esztendő a stabilizálódás időszakának tekinthető. Az ISM-GYISM szándékai az utánpótlás-nevelés területén alapjaiban nem változtak, a folytonosság tartható volt. A Versenysport és Utánpótlás-nevelési Főosztály létrehozása az új minisztériumi struktúrában az államigazgatás támogatását jelzi. Külön szerepe, hogy a Sport Helyettes Államtitkárság vezető munkatársai: *Köpf Károly* helyettes-államtitkár, *Füleky András* főosztályvezető, *Tatár András* osztályvezető és *Farkas Tibor* főosztályvezető urak az UP-nevelés és a sportágfejlesztés területén kiváló, tapasztalt szakemberek.



Nemzeti Utánpótlás - nevelési Intézet  
[www.nupi.hu](http://www.nupi.hu)

A NUPI a minisztérium háttérintézményeként idén fokozatosan alakította arculatát és megfogalmazta legfontosabb feladatait. Tevékenységünk már ebben az évben is átlépte a szűkebb értelemben vett tehetséggondozás kereteit, fokozatosan kapcsolódtunk be a határterületek munkájába, a közös problémák megoldásába. A Héraklész program a költségvetési gondok ellenére is jól működött, takarékos gazdálkodással zárjuk az eredményekben gazdag évet. A sikerek fő kovácsai a sportági szövetségek voltak, akik éltek a program nyújtotta lehetőségekkel. Az elmúlt hetekben lezajlott GYISM-Szövetség-NUPI közös értékelések rendkívül jó hangulatban, mondhatni baráti légkörben zajlottak. Ez a tény is azt jelzi számunkra, hogy a szakmai programokban teljes egyetértés alakult ki az

érdektelt partnerek között. A tervek szerint még idén döntés születik az új sportágak felvételéről, nagy várakozással tekintünk az olimpiai család gyarapodása elé.

A sportiskolai rendszer megerősítése és a Héraklész Csillagprogram beindítása a 2003-as év feladata, az ütem az erőforrások alakulásától függ. Törekvéseink teljes összhangban vannak az alakuló Nemzeti Sportstratégia szellemével. Úgy gondolom, szakembereink átértékelték az időszak fontosságát, meg tudják ragadni a lehetőségeket. A *NUPinfo* első számának visszhangja minden előzetes várakozásunknál kedvezőbb, a reakciókból általában a szimpátiát, segítőkészséget érzékeljük, a kritikákat köszönjük, igyekszünk tanulni belőlük. Végül szeretném megköszönni mindazok munkáját, akik hivatalból, vagy egyéb formában sokat tettek a hazai utánpótlás-nevelés jobbításáért.

A magam és a munkatársaim nevében is  
**KELLEMES KARÁCSONYI  
ÜNNEPEKET és SIKEREKBE  
GAZDAG, BOLDOG ÚJ  
ESZTENDŐT KÍVÁNOK!**



*Dr. Szabó Tamás*  
a NUPI főigazgatója





## A Héraklész sportágak 2002. évi eredményessége, a Bajnokprogram értékelése



Az előző számban tájékoztatást olvashattak a Héraklész Bajnokprogram indításának okairól és körülményeiről, illetve a program működésének kereteiről. Most az első teljes év szakmai értékelése alapján a programban résztvevő sportolókról, a számukra szervezett edzőtáborok rendszeréről és a kerettagok által az idei világversenyekeken elért eredményekről adunk vázlatos ismertetést.

### A sportolók kiválasztása és jellemzőik

A program működtetése során fontos alapelv, hogy a program által biztosított kereteket az érintett sportági szakszövetségek töltsék meg tartalommal. Ennek megfelelően a szövetségek döntöttek a résztvevő sportolók és a programban foglalkoztatott főállású és szerződéses munkaviszonyú edzők személyéről, az alábbiak szerint:

Sportág	Sportolók #			Edzők		
	A	B	Összesen	Főállású	Szerződéses	Összesen
Asztalitenis	35	55	125	1	6	7
Birkózás	45	90	155	2	4	6
Judo	32	21	55	1	6	7
Karaté	40	50	95	1	9	10
Kézilabda	30	60	90	1	7	8
Közdalabda	31	72	103	2	6	8
Ökövívás	20	20	40	1	2	3
Óbuda	14	19	34	2	5	7
Torna	19	22	41	3	9	12
Triatlon	20	33	53	1	2	3
Úszás	37	13	50	5	1	6
Vívás	22	36	58	1	6	7
Vízilabda	37	23	60	2	3	5
<b>Működésesek</b>			<b>944</b>	<b>21</b>	<b>66</b>	<b>87</b>

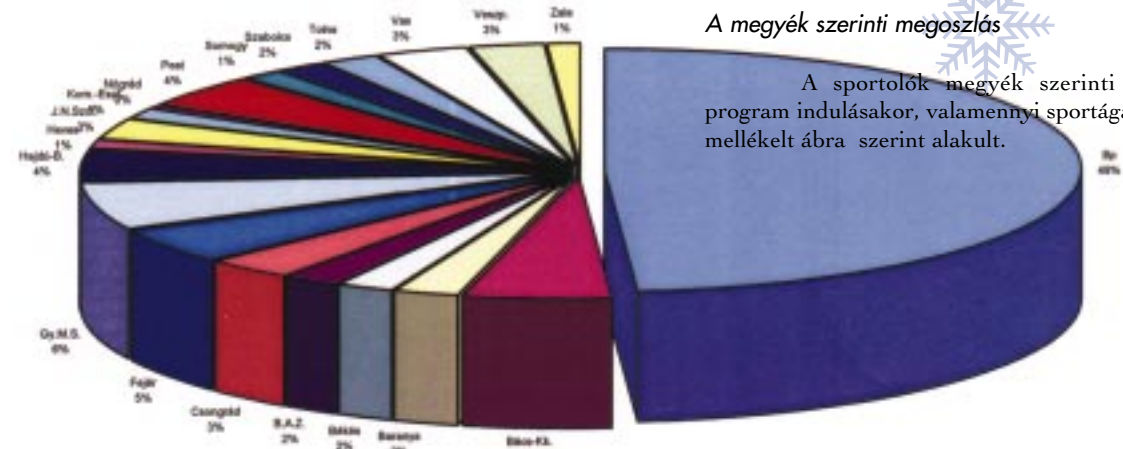
A táblázatban szereplő létszámok a sportágakkal folytatott párbeszéd során, a sportágak szakmai programjai, igényei és a lehetőségek összehangolása alapján alakultak ki.

A kezdeti időszak zavarai után a szakszövetségek elnökségei vagy utánpótlás-neveléssel foglalkozó szakbizottságai döntöttek a résztvevő sportolókról.

A szövetségek 2002. évről szóló, írásos szakmai értékelése alapján sikeres volt a sportolók kiválasztása, a tehetséges fiatalok éltek a lehetőséggel és a folyamatos képzés eredményeként jelentős fejlődésről tettek tanúbizonyságot. Éppen ezért az évközi cserélési lehetőségével csak elvétve kellett élni a szövetségeknek.

### A megyék szerinti megoszlás

A sportolók megyék szerinti megoszlása a program indulásakor, valamennyi sportágat együttvéve a mellékelt ábra szerint alakult.



Intézetünk a Héraklész Bajnokprogram megalapozottsága, sikere érdekében átfogó kutatás elvégzésével bízta meg az „INEX Stúdiót”. A kutatás fő feladata: az utánpótlás-nevelési program társadalmi környezetének, társadalmi háttérének, e háttér meghatározó dimenzióinak a feltárása és bemutatása, illetve a háttér változásainak folyamatos nyomon követése a program későbbi időszakában is. Az eddigi eredményekről a NUPi következő számában számolunk be.

### Edzőtáborok

A program legfontosabb szakmai törekvése a kiválasztott sportolók foglalkoztatásában a hosszútávú, folyamatos képzés feltételeinek megteremtése, melynek érdekében jelentős mennyiségű – átlagosan kb. évi negyven nap/fő – edzőtábort tudunk finanszírozni. Ezt a lehetőséget a sportágak egységes rendszer alapján vehették igénybe:

- sportági éves szakmai program, mely tartalmazza az edzőtáborokat;
- a sportági referens az erre a célra kialakított formanyomtatványon - időpont, helyszín, sportolók névsora stb. - leadja a következő edzőtábor megrendelőjét a NUPI-nak;
- a NUPI megrendeli az edzőtábort;
- a teljesítést a sportági referens igazolja;
- a NUPI kiegyenlíti a tábor számláit.



## Kézilabda posztképző tábor Békéscsabán

A serdülő és ifjúsági korú kézilabdakapusok, beállók és átlövők speciális képzése volt a célja annak a tábornak, amelyet július végén rendeztek meg Békéscsabán. A sportolókat a szakemberek testi adottságaik, elsősorban magasságuk alapján választották ki. A szélső játékosokat azért nem hívták meg a táborba, mert a nemzetközi találkozókra nyújtott teljesítményük – más poszton küzdő társaiktól eltérően – nem maradt el más nemzetek játékosaiétól. A Héraklész program kézilabda szakágvezetője szerint a fiúk zöme elérte a százkilencven-kétszáz centiméter magasságot, az viszont gondot okoz, hogy a kiválasztott lányok között – akik ráadásul várhatóan már nem is nőnek tovább – alig akadt száznyolcvan centiméternél magasabb játékos. Kovács László a többi között arról is tájékoztatta a NUPi-t, hogy a



A finnországi Női Junior EB-n II. helyezést elért magyar válogatott

sportolók kiválasztásánál elsődleges szempontot jelentett a fizikai képességek fejlesztése és a technikai továbbképzés biztosítása. A szervezők azt remélték, hogy a kézilabdások egyesületükhöz visszatérve a klubedzővel közösen folytatják a táborban megkezdett fizikai felkészülést. A kézilabda szakágvezető úgy véli: néhány fiatal meg soha nem erősített súlyzóval, így erősítje megdöbbentően alacsony, ráadásul a technikai képzettség sem éri el a kívánt mértéket. A tapasztalatok azt mutatják, hogy az egyesületi edzők nem veszik figyelembe a leendő kapusok alkati adottságait, a játékosok nem ismerik a legmodernebb nemzetközi technikai irányzatokat. A képzést Csenki Györgyné,

Imre Vilmos, Jubász István, Kovács László, Papp György, Róth Kálmán, Skalicszki László és Szabó Lászlóné irányította.

B.A.

## KSI-s karácsonyi kívánság

Eljön majd a nap és a dobogón állva,  
Emlékezz az útra, mely nem telt hiába.

Nézz bátran körül, meglátod, ki szeret,  
Segít, bátorít, megfogja a kezed.

Az élet sodrásában nem tudok megállni.  
Eme szép napokra mit lehet kívánni?



Álmodat kövesse a beteljesülés,  
Egészség, boldogság, minden, ami szép.

Az ünnep varázsa mindennap kövessen,  
Derűs éjszakákon száz csillag vezessen.

Gyertyafény és fenyőillat, s a friss meleg kalács,  
Csillagszóró szórja szereteted tovább...

Újzsigeti Katalin, a KSI női torna szakágának edzője

## A NUPI honlapja

Örömmel számolunk be arról, hogy [www.nupi.hu](http://www.nupi.hu) címen elérhetővé vált a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet honlapja. A honlap tartalmát a látogatók igényeinek megfelelően folyamatosan szeretnénk fejleszteni, ezért minden észrevételt, javaslatot szívesen fogadunk a [nupi@nupi.hu](mailto:nupi@nupi.hu) e-mail címen. Oldalainkon megtalálhatók a NUPi eddigi megjelenései és a KSI SE szakosztályaihoz történő jelentkezéssel kapcsolatos információk. Terveink szerint rövid időn belül egy informatív, ugyanakkor szórakoztató honlap készülhet el a jelenleg hozzáférhető bemutatkozó anyagunkból.

## A NUPi következő számának tartalmából:

- 2005. évi terveink, célkitűzéseink;
- A varsói ORV - tanácskozáson jártunk;
- Szociológiai felmérés a Héraklész programban;
- Polár-monitor program a triatlonistáknál;
- „Gyerekszemmel” a judó;
- Bemutatjuk a sportiskolai térképet.

## A KSI 2002. évi eredményessége

### Visszapillantás

Véget ért egy esztendő. A KSI életében egy meghatározó év, amelyet az átalakulás időszakának is nevezhetünk. (No, ne tesszenek ama bizonyos mítológiai büllöfjára gondolni, amelyek leveti régi rubáját és alatta új terem!) Az egyesületi formában való továbbműködés és a NUPI alprogramjába történő integrálódás valós megpróbáltatások elé állította egyesületünk kiváló szakembereit is. Ellenben egy régi mondás szerint, aki a célt akarja, annak az eszközöket is akarnia kell. Mindezen változásokkal, történésekkel egyidőben, a szakosztályainkban sikerült az egyensúlyt megtartani és versenyzőink zavartalanul készülhettek a hazai és nemzetközi versenyekre egyaránt anélkül, hogy eredményességükön, szereplésükön meglátszottak volna a „háttérben” történt változások.

### Versenyzőink nemzetközi eredményessége

A 12 szakosztályunkból nyolcnak (kajak-kenu, öttusa, női torna, férfi torna, ökölvívás, vízilabda, judo és sportlövés szakosztályunk) a versenyzői szerepeltek az idei év jelentősebb nemzetközi megmérettetéssein (Európa-és Világbajnokságok) és büszkén vehették magukra a nemzeti színeket. Ez összességében nyolc szakosztály 32 versenyzőjét jelenti.

A 2002. év jelentősebb nemzetközi eredményeit és versenyait az alábbi táblázatban olvashatják.

A KSI szakosztályainak a nemzetközi versenyeken elért eredményei 2002. (Európa-és Világbajnokságok, I - VI. helyezettek)

Szakosztály	Verseny megnevezés, hely, időpont	I. hely	II. hely	III. hely	IV. hely	V. hely	VI. hely
Kajak-kenu	Felnőtt Világbajnokság Sevilla, 2002.08.29-09.01.				Iván Gábor Zoltán Vasali László	Iván Gábor Vasali László	
	Felnőtt Európa-bajnokság Raasdorf, 2002.07.18-21.	Iván Gábor Zoltán	Iván Gábor Vasali László				
	Bizonyítvány Európa-bajnokság Szeged, 2002.09.03-04.	Járk Gergely (2x) Szabó Gergely (2x)	Kovács Ernő	Fegyver Réka Kozák Dániel Horváth Balázs	Boldog Boldog		Gábor Váncsó
Öttusa	Világ U20-as Európa-bajnokság Zalaegerszeg, 2002.06.17-18.		Andrejkovics Andrea Sasvári Éva				
	Junior Világbajnokság Budapest, 2002.06.19-20.		Andrejkovics Andrea Sasvári Éva				
	Bizonyítvány Európa-bajnokság Szeged, 2002.09.26-31.	Andrejkovics Andrea					
	Világ Európa-bajnokság Athen, 2002.04.17-23.		Kling Réka				
Torna	Bizonyítvány Európa-bajnokság Budapest, 2002.07.1-8.	Sasvári Éva (2x) Kling Réka	Sasvári Éva				
	Bizonyítvány Európa-bajnokság Párizs, 2002.04.23-26.		Béke Kriszta				
Ökölvívás	Junior Világbajnokság Santiago de Cuba, 2002.05.18-26.		Tóth Márton				
Judo	Felnőtt Európa-bajnokság Munkacs, 2002.05.10-15.					Székely László	
Vízilabda	Junior Európa-bajnokság Csongrád, 2002.08.3-11.		Tóth Márton				

### Bajnokaink

Az idei év jelentős nemzetközi megmérettetéssein (EB, VB) versenyzőink összesen 25 érmet szereztek. Ebből 10 aranyérmet, 12 ezüstérmet és 5 bronzérmet.

Az év legeredményesebb sportolóit az alábbiakban mutatjuk be, az idei évben elért legjobb eredményükkel feltüntetve:

- a) Iván Gábor kenus - 2-szeres felnőtt Európa-bajnok,
- b) Vasali László kenus - Felnőtt Európa-bajnokság II. hely,
- c) Szabó Gergely, d) Járk Gergely kajakozók - 2-szeres ifjúsági Európa-bajnok,
- e) Andrejkovics Andrea öttusázó - ifjúsági világbajnok,
- f) Sasvári Éva öttusázó - 2-szeres junior Európa-bajnok,
- g) Kling Réka öttusázó - junior Európa-bajnok,
- Berki Krisztián tornász - Ifjúsági Európa-bajnokság II. hely.

### A számok tükrében

Minden egyesület életében fontos szerepet játszanak az év végi summázások. Mi, megkímélve az olvasót a számok halmazától, csak a leginkább idekívánczó eredményeket közöljük, amelyet a következő diagramon láthatnak. A kör-diagramon a nemzetközi versenyeken érmet szerző szakosztályok eredményeit tüntettük fel. (1.számú ábra)



1.sz. ábra

Fontosnak tartjuk leírni, hogy a tanulóiban is jó eredményeket sikerült elérni sportolóinknak. A két dolgot - a sportolást és a tanulást - nem szabad külön választani egymástól, hiszen ez párhuzamosan kell, hogy működjön. Ennek az összehangolásában, megteremtésében nagy szerepet vállal a **Coanádi Árpád Általános Iskola és Gimnázium**, amelyben sportolóink ötven százaléka tanul. Ide várunk mindenkit, aki a sportolás mellett gimnáziumi tanulmányokat kíván folytatni. (Az iskola órarendje igazodik az edzések időpontjához, ami azt jelenti, hogy kedden, szerdán és csütörtökön 10 órakor kezdődik a tanítás.) További felvilágosítás és jelentkezés Búzás László igazgató úrnál, tel.: 252-0568.

Ezúton kívánunk minden kedves olvasónknak, sportbarátainknak Békés Karácsonyi Ünnepeket és sikerekben, eredményekben gazdag Boldog Új Évet!



Kovács Ákos



### A világbajnokságon elért eredmények

A program nem támasztott a sportágakkal szemben pontszámokban megszabott eredményességi követelményeket. Sikerkritériumként a sportágak hosszútávú eredményességének megalapozását, a versenyzői pályafutások maximalizálását segítő képzési folyamat biztosítását, illetve azt az igényt fogalmaztuk meg, hogy kezdetben a korosztályos, évek múltán pedig a felnőtt világbajnokságok helyezetteinek zöme a program tagjai közül kerüljön ki. Nagy örömeinkre azonban a sportági értékelések szerint - a megnövekedett edzőtábori foglalkoztatás és az edzők lelkiismeretes munkájának eredményeként - már az idei évben is javult a korosztályos eredményesség, melyet az alábbi táblázat tükröz.

	ATLÉTIKA	BÍKJÓZÁS	JUDO	KAJAK-KENU	KEDŐ-LABDA	KÖZÖS-LABDA	ÖKÖLVÍVÁS	ÖTTUSA	TORNA	TRIATLON	ÚSZÁS	VÍZILABDA	VÍVÁS	ÖSSZE
<b>Világbajnokság</b>														
I.			1	4				2						9
II.			1	4			2	6		1				18
III.			1	2			1	3		2			4	15
IV.				1				2					12	15
V.			1				1	2						4
VI.								4						4
VII.				2			1	1					1	5
VIII.				2			2	1					1	6
Össze			4	15			9	27		4			18	76
<b>Európa-bajnokság</b>														
I.		2	3	3			1	10		2	4			25
II.			1	10	18			9	1		6	30		85
III.		1	2	12			1	3		2	6			27
IV.		3	5	5				3		3	3		7	23
V.		1	1	1				1		2	3		6	15
VI.				3				4		1			2	17
VII.		6	1	2			1	1		1	3		1	15
VIII.		2	4	4			3	1	1	1	1		1	14
Össze		16	7	59	18		3	29	2	13	18	36	33	368

Tóth József a Héradlész program igazgatója és Molnár Viktória

## Tornász siker a debreceni világbajnokságon

### Beszélgetés Berki Krisztiánnal

Négy és fél éves volt, amikor egyik szomszédjuk, aki akkoriban történetesen a Központi Sportiskola tornaedzőjeként dolgozott, felfigyelt a nyúlánk gyerekekre. Ő javasolta a szülőknek, hogy irassák be a KSI torna szakosztályába fiukat, akit szinte azonnal megragadott a sportág. Az ugyanis - mint mondja - igencsak változatos, még ha valaki nap mint nap gyakorolja, akkor sem unja meg, főleg, ha komoly céljai vannak. A héradlész **Berki Krisztiánnak** pedig bizony feltett szándéka, hogy néhány év múlva olimpiai aranyérmet szerezzen. A tizenhét éves junior tornász a november végén Debrecenben rendezett szerenkénti tornász világbajnokságon lovon a magyarok között első, nemzetközi szinten pedig kilencedik lett.

- *Úgy tudom, nem ez volt az első sikered, tavasszal ugyanis Görögországban végeztél dobogós helyen.*
- Valóban, a pathrasi Európa-bajnokságon löngésben ifiként ezüstérmet szereztem.
- *A tavaszi és a mostani versenyre is az az edző készítette fel, aki csaknem nyolc éve irányítja a munkád. Milyen a kapcsolatot Kovács Istvánnal?*
- Főleg az utóbbi időben egyre jobb, mivel én és a csapattársaim is elkezdtünk felnőni, a korábbiánál kicsit komolyabban foglalkozunk a tornával, így ő is szívesebben dolgozik velünk.
- *Gondolom, sokan kérdezik tőled, hogy készül-e a kvalifikációs VB-re.*
- A bokám megsérült, ezért nem tudok talajozni, ugrani és a szerről is csak nehezen érkezek le. Ezért a VB-t kihagyom, de megpróbálom mielőbb felépülni, hiszen most már minden erőmmel az olimpiára koncentrálok.
- *Mit gondolsz, a többi sportágban viszonyítva milyen helyzetben van a torna pillanatnyilag?*
- Sajnos az emberek viszonylag keveset tudnak a mai magyar tornáról, a legtöbbben csak **Coollány Szilveszter** nevét ismerik. Talán ezért is volt szerencsés, hogy Debrecenben rendezték meg a világbajnokságot, mert a legtöbbben ugyan Szilveszter miatt nézték meg a versenyt, a VB után azonban sokan rádöbentek, hogy más tornászoknak is lehet és kell is szurkolni Magyarországon.

Békefi Anett

## A NUPI Pedagógiai Kutatócsoportja néhány folyamatban lévő munkájának rövid bemutatása

**Sportiskolai modellkoncepciók:** A magyarországi elemi és középiskolák közül csak kevésben folyik emeltszintű testnevelés oktatás /számuk 250 alatt van/, holott a fiatalság egészségének megőrzése, a sport szeretetének korai kialakulása ennél sokkal többet kívánna meg. Egy olyan sportiskolai modellkoncepció kidolgozásán munkálkodunk, amely több alternatíva felkínálásával minden sport iránt fogékony intézmény számára nyújtana egy megbízható, gyakorlatorientált, akkreditált programot. Jelenleg négy szintű modellkoncepcióban gondolkodunk, amely az emeltszintű testnevelés óraszámoktól elindulva egészen a mindennapos, rendszeres versenysport tevékenységig átfogná az oktatás rendszerét. Részletes kidolgozások folyamatban van.

**Tantervfejlesztés:** A munka szakmai krémje. Koncepcióként és évfolyamonként dolgozzuk ki szakemberek, külsős munkatársak bevonásával. Az iskolafokokénti tanterv mellett lesz emeltszintű, sportági és sportnevelési tanterv is. A munka elkezdődött. Az eddig elkészült vázlattevény nálunk megtekinthető.

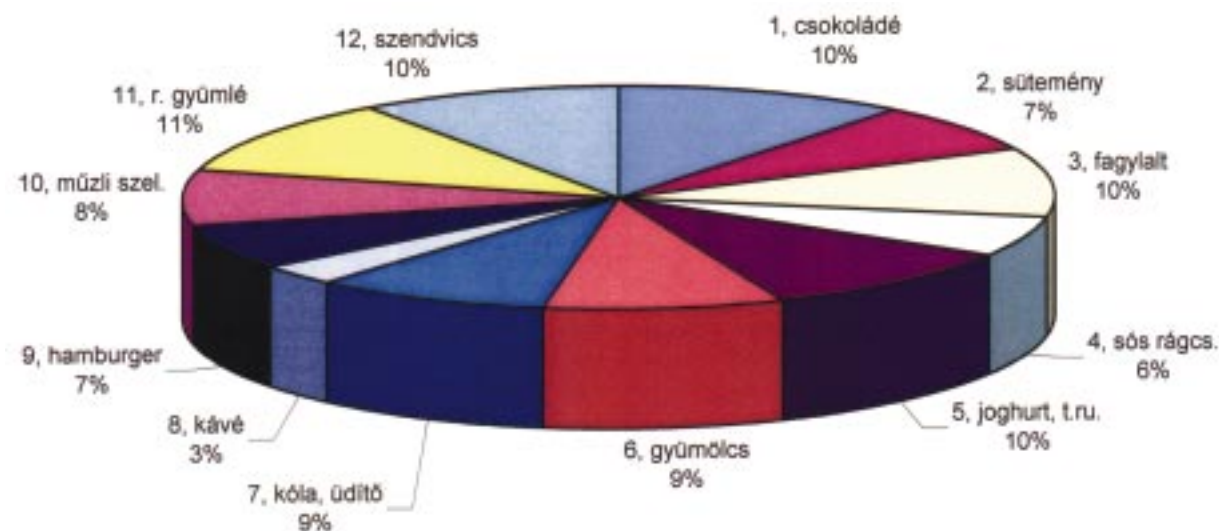
**A Héraklész program pedagógiája:** A már működő Héraklész programot nem kell bemutatni. Pedagógiájának kidolgozása folyamatban van. A magas szintű gyakorlati munka elméleti alátámasztásaként a sporttudományok és a neveléstudományok egy adott körének integrációját kívánjuk megvalósítani. Ezzel az elméleti munkával párhuzamosan történik a gyakorlati munka tapasztalatainak összegzése és továbbfejlesztési lehetőségeinek kimunkálása, kipróbálása.

## A Fiatalkorú sportolók táplálkozási szokásaival kapcsolatos vizsgálat rövid ismertetése

Szénsavas üdítőitalok, édességek és rengeteg hús szerepel a sportoló fiatalok többségének mindennapi étrendjében – derül ki abból a vizsgálatból, amelyet a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet diagnosztikai csoportjának tudományos munkatársa, **Sziva Ágnes** készített. A felmérés eredményei a többi között arra hívják fel a figyelmet, hogy az ifjú sportolók ugyan tudják, hogyan kellene helyesen táplálkozniuk, a családi hagyományok miatt azonban egyáltalán nem kívánják átértni az egészséges kosztra.

A kérdőíveket hús-hús, véletlenszerűen kiválasztott judós, kézilabdázó, öttusázó, kosárlabdázó, vívó és triatlonista töltötte ki. A felmérés során kiderült, hogy a sportolók – csakúgy, mint a magyar lakosság

túlnyomó többsége – elsősorban arra törekednek, hogy jó ízű fogásokat egyenek, így a bevásárlások alkalmával korántsem az egészséges ételek és italok kerülnek a kosarakba. A legtöbb család a lakóhely típusától, a szülők iskolai végzettségétől és az anyagi helyzetétől függetlenül választja az egészséges helyett a jó ízű kosztot, így – a családi példát követve – a sportolók sem törekszenek arra, hogy kevesebb húst, zsírt és édességet fogyasszanak. A tapasztalatok azt mutatják, hogy a fiatalok a többi között azért sem térnek át az egészséges táplálkozásra, mert fizikai állapotukkal és közérzetükkel is elégedettek. A NUPI diagnosztikai csoportja a tervek szerint hamarosan elkészíti a Héraklész program részletes táplálkozási vizsgálatát.



Szoktál-e magadnak vásárolni a következő termékekből?

## „Olyan gyakorlatokat állítok össze, amelyek mindenkinek a lelkéhez közel állnak” Beszélgetés Molnár Anna koreográfussal

A miskolci sportiskolában tornászott, majd a VVTK szakosztályába került, később – már vidéki országos bajnokként – elvégezte a Testnevelési Főiskolát. Közben torna-és ritmikus edzői képzést szerzett, tanult ritmikus sportgimnasztikát, mozdulatművészetet, nép-és jazztáncot, a Balett Intézetben pedig pedagógus képzőt végzett. Tanította többek között *Szentpál Mária*, *Kovács Éva*, *Berczik Sára* és *Jezenzky Endre* is. *Romák Éva* mellett tizenegy éven keresztül dolgozott egyetemi tanársegédként a TF-en. Pillanatnyilag hastáncolni tanul, hogy – mint mondja – még hitelesebben át tudja adni tanítványainak a keleti táncművészet rejtjelmeit. **Molnár Anna** a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet koreográfusként néhány hónapja a héraklész tornász lányok mozgását koordinálja.

– *Magyarországon jelenleg három helyen: Békéscsabán, Szombathelyen és a NUPI-boz tartozó Központi Sportiskolában működik tornacentrum, koreográfust azonban csak a NUPI-nál alkalmaznak. Mi lehet ennek az oka?*

– Berczik Sára óta, csaknem harminc éve nem dolgozik hivatásos koreográfus a magyar tornászok mellett, ezért pillanatnyilag fel sem vehetjük a versenyt az ukránokkal, a beloruszokkal, vagy más szovjet utódállamok sportolóival. Én tizenhét évem óta ugyan besegítek státusz nélküli koreográfusként főleg a békéscsabaiaknak, ez azonban korántsem elegendő: a tornászokat már egészen fiatal korukban el kellene kezdeni a művészi mozgásra tanítani.

– *Milyen módszerrel koreografál?*

– Egyszerre próbálok képezni balettel, karakterrel, ritmikával a fiatalokat és kialakítani a kifejezés, illetve az ütemre mozgás kapcsolatát.

– *Milyen alapvető feltételek hiányoznak abboz, hogy az országban több helyen elindulhasson a tornakoreográfia-képzés?*  
– A talajgyakorlatok kivételével szinte teljesen hiányzik a zene, a kluboknak nincs elég pénzüik, így amikor a gyerekek öt éves korban elkezdnek tornászni, alig hallanak zongorát és nem találkoznak balettmesterrel sem. A legtöbb balettoktató – ha néhol mégis bevonják őket a képzésbe – nem ért a tornához, csak a baletthez. Pedig némi karakterizálás elengedhetetlen lenne, hiszen egy tornásznak alapvetően más jellegű az izomzata, mint a balettosoknak. Egy koreográfusnak alkalmazott balettet kellene tanítania, amely a jazztechnikáktól a karaktertáncokig rengeteg módszert magában foglalna. Én mindig arra törekszem, hogy olyan gyakorlatokat

állítsak össze, amelyek mindenkinek a lelkéhez közel állnak.

– *Mennyi időre van szükség abboz, hogy olyan koreográfiát válasszon, amely legalább egy kicsit passzol mindenkinek az egyéniségéhez?*

– Ha egy versenyen vagy edzésen megnézem a gyerekeket, szinte azonnal látom, kiben mi „lakik”. Mindig abból kell kiindulni, hogy milyen technikai szintet ér el a tornász és persze abból, hogy mi van a lelkében. A mozdulataim szinte azonnal látszik, hogy a szívét-lelkét beleadja-e, vagy már túl fegyvelmezett a tornász. A napi hat-hét órás tréningek szinte kinevelik az egyéniséget és a mentalitást a tornászokból, a rengeteg szaltó ugyanis jelentősen csökkenti a táncos mozgás iránti igényt.

Gyakran találkozom a válogatottnál olyan tizenéves tanítványokkal, akik nem ismerik a forgások és ugrások alaptechnikáját, hiszen egyáltalán nem, vagy alig tanultak balettozni. A tapasztalatok azt mutatják, hogy egy rosszul megtanult mozdulatot kijavítani ötször nehezebb, mint újat tanítani.

– *A koreográfusnak a mozgáson kívül a hangzásra is figyelnie kell. Úgy tudom, Ön a többi között zenét is tanult.*

– Most éppen amiatt vagyok bajban, mert szeretnék egy teljesen új stílust kialakítani, ehhez viszont hiányzik az infrastruktúra. Szükségem lenne egy olyan profi hangstúdióra, ahol havonta két órát eltölthetnék, hiszen rendszeresen kellene zenét szerkeszteni és vágni, a megfelelő effektek kiválasztásáról nem is beszélve. Olyan zenét szeretnék összerakni, amely nemzetközi szinten, akár egy olimpián is megállja a helyét.

– *Koreografált már olimpiára?*

– *Ónodi Henrietta* európa és világbajnoki, valamint olimpiai ezüstérmes talajgyakorlatát én terveztem. A West Side Story zenéjére tizenöt variációt készítettem, míg végül sikerült a huszonkét perces szvitből a legjobb összeállítást kialakítanom.

– *Keves edző mondhatja el magáról, hogy ennyire sokoldalú lenne.*

– A mozgástanfolyamok nagyon drágák, az edzői fizetésből igencsak nehéz utolérni ezeket a kurzusokat. Nekem szerencsém volt, hiszen számomra ez nem csupán munka, hanem hobbi is. Minden pénzemet arra költöttem, hogy itthon és külföldön egyaránt elvégezhessem azokat a tanfolyamokat, amelyek segítségével még pontosabban koreografálhatom a tornászok mozgását.

Békefi Anett