

KÉPZÉS ÉS GYAKORLAT

BUCSY GELLÉRTNÉ

A bölcsődés gyermekek mozgásfejlődését befolyásoló pedagógiai hatások vizsgálata

A tanulmányban bemutatott vizsgálat időszerűségét a magyar felsőoktatásban újként megjelenő Csecsemő- és kisgyermeknevelő alapszak létesítése és indítása indokolja. A pedagógusképzési ágba sorolt szakhoz kapcsolódó módszertani tárgyak színvonalas oktatása igényli olyan pedagógiai kutatások lefolytatását, amelyek a bölcsődés gyermekeket érő nevelési hatásokat vizsgálják az intézményrendszerrel, illetve a családi háttérrel összefüggésben. Kutatásunk célja a gyakorlati képzést folytató soproni bölcsődék személyi feltételeinek vizsgálata, továbbá az intézményes testnevelés tartalmának elemzése volt. Mindezek vizsgálatát fontosnak ítéltük abból a szempontból, hogy a felkinált lehetőségek mennyiben szolgálják a kisgyermek optimális mozgásfejlődését. Vizsgálatunk tárgyát képezte az is, hogy a szülők milyen elvárásokat fogalmaznak meg a bölcsődei testneveléssel kapcsolatban.

Bevezetés

A bölcsődei ellátásnak Magyarországon 1852 óta vannak hagyományai. Az intézmények szakemberképzése hosszú időn keresztül középfokon valósult meg. Ez a képzési szint viszont napjainkra már nem biztosította a korai tanulás kapcsolatos pedagógiai és pszichológiai kutatások érvényesülését, miszerint a csecsemő- és a kisgyermekkorban nemcsak a gondozásnak, hanem a nevelésnek is fontos szerepe van az idegrendszer, a kognitív és a szociális fejlődés szempontjából. Szakmai igényként merült fel tehát a felsőfokú szakképzés, majd a Csecsemő- és kisgyermeknevelő alapképzési szak létesítése. A magasabb szakirányú végzettség a csecsemőkkel, kisgyermekkel foglalkozó szakemberek nagyobb pedagógiai felkészültségét hivatott biztosítani. A szakma presztízse szempontjából is fontosnak tekinthető ez a lépés, hiszen eddig a továbbtanulni szándékozó bölcsődei szakemberek más intézményekben voltak kénytelenek diplomát szerezni. Óvodapedagógus-képzésben, tanítóképzésben, szociálpedagógus-képzésben stb. A bölcsődések számának ugrásszerű emelkedése is igényli a szakemberképzés megújítását, a nagyobb pedagógiai felkészültség biztosítását, hiszen a magas gyermeklétszám az eddiginél nagyobb felelősséget hárít a bölcsődékben dolgozó gondozókra, nevelőkre. A szülőkkel megosztva a feladatot, egyre több kicsi nevelése, mozgásfejlesztése hárul rájuk.

A Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kara – a MAB határozata értelmében – 2009-ben elnyerte a Csecsemő- és kisgyermeknevelő BA szak indítási jogát. Ezt követően 2010 februárjában levelező tagozaton, majd 2010 szeptemberében nappali tagozaton elindult az oktatás. A magyar felsőoktatás új alapképzési szakához kapcsolódó módszertani tárgyak színvonalas oktatása igényli olyan pedagógiai kutatások lefolytatását, amelyek a bölcsődés gyermekeket érő nevelési hatásokat vizsgálják az intézményrendszerrel, illetve a családi háttérrel összefüggésben.

Jelen tanulmányban egy kiterjedtebb sportpedagógiai kutatás első lépéseit mutatjuk be, amelynek célja a bölcsődés gyermekek mozgásfejlődését befolyásoló pedagógiai hatások vizsgálata a gyakorlati képzést folytató soproni bölcsődékben. A bölcsődébe kerülő gyermekek először kapcsolódnak be a rendszeres testnevelésbe, amelynek színvonala nagymértékben meghatározza motorikus fejlődésüket. Ezért vizsgálatunk tárgyát elsősorban a bölcsődei testnevelés személyi feltételrendszerének, továbbá tartalmának az áttekintése képezte. Kutatómunkánk során arra kerestünk választ, hogy a gondozónők szaktudása és az intézmények által felkínált mozgáslehetőségek mennyiben segítik a kisgyermekek optimális mozgásfejlődését. Vizsgáltuk továbbá azt is, hogy a szülők milyen elvárásokat fogalmaznak meg a bölcsődék felé a játékos testneveléssel kapcsolatban, mennyiben azonosulnak azzal a szemlélettel, amely szerint a rendszeres, tervszerű testgyakorlás már a korai életévekben is fontos.

A kutatás bemutatása előtt fontos megfogalmazzunk, hogy mit értünk optimális mozgásfejlesztésen ebben az életkorban. Tapasztalatunk szerint urbanizált világunkban a felnőttek mozgásszegény életmódja már a kicsi gyermekekre is hatással van. A szülők jelentős része nem figyel oda gyermeke természetes mozgásszükségletének a kielégítésére. Ennek lehet oka az időhiány vagy a nem megfelelő sportszocializáció (*Bognár és mtsai*, 2006). Sportolási szokásait tekintve a szülői ambíció döntő a felnövekvő gyermek életében (*Gombocz*, 2008). Az intézményes testnevelés feladata a gyermekek természetes mozgásigényére építve az inaktív életvitel káros hatásainak a kompenzálása, a rendszeres, időkorlátokhoz kötött testnevelés szokásrendszerének a kialakítása (*Bucsy*, 2009). A bölcsődések jelentős része korai gyermekkorát éli. Az 1–3 éves korban az alapvető mozgásformák széles körű gyakorlása képezi a testnevelés tartalmát, hiszen a gyermek már sokféle mozgást ismer és használ, de ezeknek téri-dinamikai jellemzői még elmaradnak az érett mozgásmintákétól (*Farmosi*, 1999). Az említettek megvalósulását alapvetőnek tartjuk a zavartalan mozgásfejlődés szempontjából. Ebben a korai életszakaszban a gyermekek elsősorban utánzás révén és játékosan sajátítják el az alapvető mozgásformákat, illetve azok egyszerű kombinációit (*Istváni*, 2006). Egyes mozgásformák fejlődése, azok változatos formáinak megjelenése különösen igényli a felnőttek segítségét, mozgásmintáját, ezért a motorikus fejlődés nélkülözhetetlen eleme a bölcsődei gondozónők pedagógiai képzettsége, módszertani tudása, szakértelme.

Anyag és módszer

A vizsgálat hipotézisei

A kutatás céljához igazodva fogalmaztuk meg hipotéziseinket.

H₁: Feltételeztük, hogy a bölcsődei gondozónők egészségügyi képzettsége magasabb pedagógiai képzettségüknél.

H₂: Feltételeztük, hogy a bölcsődei testnevelés felépítését, tartalmát egyéni sajátosságok jellemzik; az intézményes testnevelés keretein belül a kisgyermek mozgásfejlesztésének még vannak további kiaknázatlan lehetőségei.

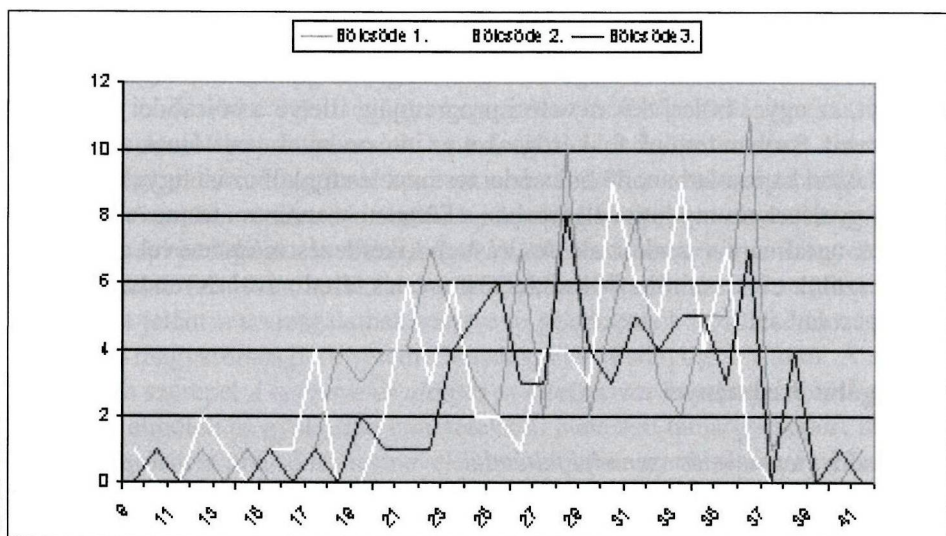
H₃: Feltételeztük, hogy a szülők fontosnak tartják a rendszeres, játékos bölcsődei testnevelést.

A vizsgálat mintája

A mintát három olyan soproni bölcsőde képezte, ahol több éve gyakorlati képzés folyik. A Csecsemő- és kisgyermeknevelő, -gondozó felsőfokú szakképzésben, illetve ez év januárjától a Csecsemő- és kisgyermeknevelő BA képzésben résztvevő hallgatók járnak ezekbe az intézményekbe gyakorlatra. A vizsgálatban 43 fő gondozónő és 264 fő bölcsődés adatait vettük fel. A szülői mintát Az 1. sz. Gyakorló Bölcsőde bölcsődéseinek szülei alkották, 29 nő és 26 férfi.

Az 1. ábra adatai jól tükrözik, hogy 1. számú bölcsődébe felvételt nyert gyermekek átlagéletkora 27, 8 hónap, a 2. bölcsődében 27,1 hónap, míg a 3. számú bölcsődében 29 hónap volt. 2009. szeptember elsején a legfiatalabb bölcsődés betöltötte a kilencedik, a legidősebb pedig a negyvenegyedik hónapját.

1. ábra: A bölcsődések életkor szerinti megoszlása



A bölcsődei gondozó adatait részletesebben *A vizsgálat eredményei* c. fejezetben tárgyaljuk az iskolai végzettséggel összefüggésben. A bölcsődések szüleinek jellemzőit az *1. táblázatban* foglaltuk össze.

1. táblázat: A szülői minta adatai

	<i>Anya</i>	<i>Apa</i>
Átlagéletkor (év)	34,8	36,3
Iskolai végzettség (%)		
Egyetem, főiskola	51	35
Középiskolát végzett	21	42
Szakmunkásképzőt végzett	28	23
Általános iskolát végzett	0	0
Életkörülmények (%)		
Jómódúak vagyunk	7	12
Átlagosan	90	76
Nem jómódúak	3	12
Rendszeresen sportolók (%)	35	23

A szülők iskolai végzettségének, jövedelmének és sportolási szokásainak adataiból arra következtettünk, hogy az anyák és az apák esetében is pozitív mintáról van szó. A jellemzők között a sportolási szokások rögzítését is fontosnak tartottuk, mivel a bölcsődei testnevelés megítélése nagyban függ a szülők testedzéshez való viszonyától.

A vizsgálat módszerei

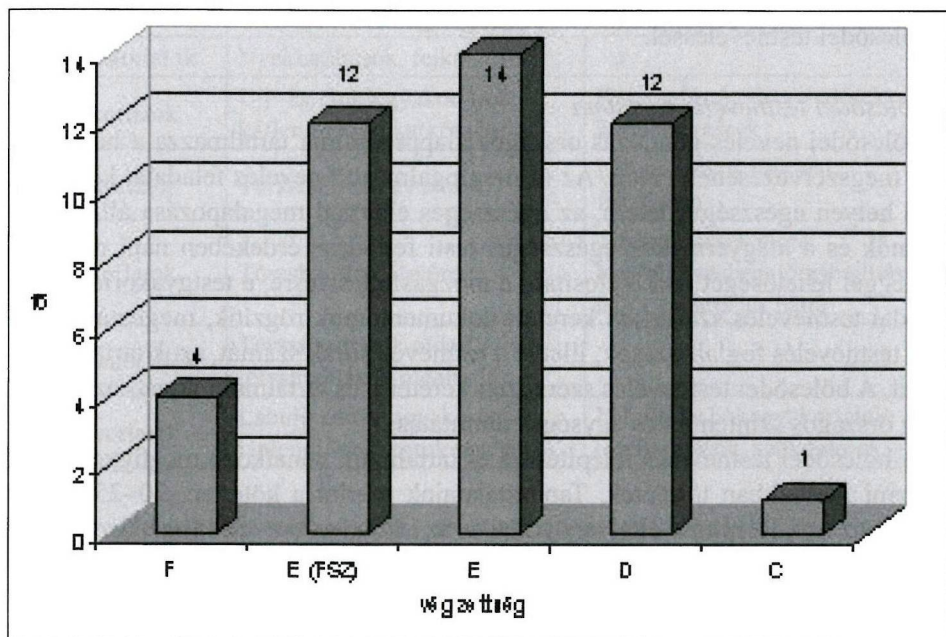
Többféle vizsgálati módszert alkalmaztunk feltételezéseink igazolására. Dokumentumelemzéssel jutottunk hozzá a bölcsődések életkori jellemzőihez. Áttekintettük *A bölcsődei nevelés-gondozás országos alapprogramja* (2008) c. kiadványt, az egyes bölcsődék nevelési programjait, illetve a bölcsődei csoportok heti terveit. Szóban tettünk fel kérdéseket az intézmények vezetőinek a személyi feltételekkel kapcsolatban. 28 bölcsődei testnevelés foglalkozást figyeltünk meg, a megfigyelések szempontjai elsősorban a kötetlen szervezésű testnevelés foglalkozások tartalmára vonatkoztak. Az írásbeli kikérdezés módszerével tájékozódunk a szülők elvárásairól a bölcsődei testnevelés tartalmával és rendszerességével kapcsolatban.

A vizsgálat eredményei

A bölcsődei testnevelés személyi feltételei

A személyi feltételek teljesülésénél a gondozónők végzettségét vettük alapul. A 2. ábra oszlopdiagramjai jól szemléltetik, hogy a szakemberképzés ezen a terü-

2. ábra: A bölcsődei gondozónők végzettsége



leten nem egységes. Nehezen követhető nyomon az a pedagógiai, módszertani tudás és felkészültség, amely az egyes végzettségekhez kapcsolódik.

A vizsgálatban résztvevő 43 gondozónő közül 1 fő besorolása C kategóriás, ami azt jelenti, hogy a nyugdíj előtt álló hölgy érettségihez nem kötődő csecsemő- és gyermekgondozónő-tanfolyamot végzett. A D kategóriába soroltak az érettségihez kötött csecsemő- és gyermekgondozónői, az E kategóriába tartozók pedig szakgondozónői képesítéssel rendelkeznek. Az említett két iskolatípusban végzettek elsősorban egészségügyi képzésben részesültek, és kevés szakmódszertani ismeret elsajátítására volt lehetőségük. Rendszeresen részt vesznek viszont a regionális módszertani központ szervezésében szakmai továbbképzéseken. Több nevelési területre kiterjedő tájékoztató füzetek, módszertani levelek is segítik a napi pedagógiai tevékenységet. A kétéves Csecsemő- és kisgyermeknevelő-gondozó felsőfokú szakképzést (FSZ) – amely szintén E kategóriába való besorolást jelent – a vizsgálatban résztvevő gondozónők közül 12 fő végezte el a Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Karán. A soproni tantervben szerepel *A testnevelés alapjai és módszertana* tantárgyblokk 3 féléven keresztül elméleti és gyakorlati ismeretekkel. Nevezett tantárgycsoport felkészíti a hallgatókat a bölcsődei testnevelés tervezésére, szervezésére és vezetésére. A gondozónők közül F kategóriába sorolható 4 fő. Ők óvodapedagógus, illetve szociálpedagógus szakon végeztek. Az óvodapedagógus végzettség testnevelés-

módszertani képzettséget takar, a soproni szociálpedagógus-képzésben szerepelnek olyan sportszakmai tantárgyak, amelyek érintőlegesen kapcsolatba hozhatók a bölcsődei testneveléssel.

A bölcsődei testnevelés tartalma

A bölcsődei nevelés-gondozás országos alapprogramja tartalmazza a bölcsődei élet megszervezésének elveit. Az itt megfogalmazott nevelés feladatai között az első helyen egészségvédelem, az egészséges életmód megalapozása áll. A csecsemők és a kisgyermekesek egészséges testi fejlődése érdekében napi rendszerességgel lehetőséget kell biztosítani a mozgásfejlesztésre, a testgyakorlásra. Az óvodai testnevelés szervezeti kereteit dokumentumok rögzítik, meghatározva a heti testnevelés foglalkozások, illetve a testnevelésórák számát, azok tartalmi kereteit. A bölcsődei testnevelés szervezeti kereteire és tartalmára vonatkozóan ma még országos szinten nincs egységes útmutatás.

A bölcsődei testnevelés felépítésére és tartalmára vonatkozó megfigyeléseink a termi időszakban történtek. Tapasztalataink szerint a kötetlen, 20–25 perces foglalkozások felépítése eltér az óvodai és az iskolai testnevelés foglalkozásokon, órákon megszokottaktól. Az óvodában és az iskolában a szervezet bemelegítése után a fő gyakorlatok elsajátítása, majd a fő gyakorlatok begyakorlását segítő testnevelési játékok következnek, amit a szervezet lecsillapítása követ. Megfigyeléseink szerint a bölcsődei testnevelés előkészítő részét a 2–4 ütemű gimnasztikai gyakorlatok képezik, alkalmanként kiegészülve járás-, futásgyakorlatokkal. A fő részben az alapvető mozgásformák gyakorlása folyik. Testnevelési játékokra nem láttunk példát. Az arányokat tekintve az előkészítő rész időben a kötetlen foglalkozások felét tölti ki.

A bölcsődei testnevelés tartalmának elemzésénél csoportosítottuk a mozgásanyagot aszerint, hogy melyek tartoznak a gimnasztikai gyakorlatokhoz, és melyek az alapvető mozgásformák körébe.

A gimnasztikai alapformákat összesítő *2. táblázat* jól szemlélteti, hogy a bölcsődei testnevelés gazdag a gimnasztikai alapformákban. A 28 kötetlen foglalkozáson összességében szinte minden izomcsoport nyújtására, illetve erősítése megfigyelhettünk gyakorlatokat. A gyakorlásvezetés módszerére az utánzó forma volt a jellemző, a gyerekek által jól ismert mondókák felhasználásával. A gyakorlatsor összeállításában viszont kevésbé szerepeltek azok a módszertani szempontok, amelyeket figyelembe kell venni a gyermeki szervezet általános és sokoldalú fejlesztése érdekében. A szabadgyakorlatokon kívül más gimnasztikai kézi szer, vagy eszköz alkalmazására nem láttunk példát.

A bölcsődében az alapvető mozgásformák széles körű gyakorlása biztosítja azt a mozgásbázist, amelyre az első gyermekkor – és ezzel együtt az óvodai testnevelés – építhet. 4–7 éves korban ez az alapja a mozgásformák tökéletesedésének és az első mozgáskombinációk megjelenésének (Meinel, 1977). Az alapképességek

2. táblázat: A bölcsődei testneveléseken megfigyelt gimnasztikai alapformák

<i>Izomcsoportok</i>	<i>Nyújtó hatású gyakorlatok</i>	<i>Erősítő hatású gyakorlatok</i>
Nyakgyakorlatok	Nyakhajlítások, fejkörzések	
Kargyakorlatok	Ujj- és csuklógyakorlatok, karlendítések, karkörzések	Karemelések, -leengedések, karlebegtetések
Hasgyakorlatok	Törzshajlítások hátra	Lábmozgások ülésben, fekvésben
Hátgyakorlatok	Törzshajlítások előre	Törzsdöntések előre, hasonfekvésben, törzshajlítások hátra, lábemelés hátra
Oldalgyakorlatok	Törzsfordítások oldalt, törzshajlítások oldalt	
Lábgyakorlatok	Lábujj- és bokagyakorlatok, lánlendítések, sarokemelések	Lábujj- és bokagyakorlatok, térdhajlítások, szökdelések

változtatás gyakorlása azért is fontos, mert a mozgásfejlődés a korai gyermekkorban előbb koordinatív, majd pedig differenciálódási folyamatként megy végbe (Hirtz-Ludwig, 1976; Israel, 1976).

A 3. táblázat adatait figyelembe véve a sokrétű mozgásgyakorlás alapelve nem valósult meg maradéktalanul a látott foglalkozásokon.

3. táblázat: A bölcsődei testneveléseken megfigyelt alapvető mozgásformák

<i>Alapvető mozgásformák</i>	<i>Alapvető mozgásformák változatai</i>
Kúszás	Kúszás hason (babzsákkal, padon), négykézlábjárás, pókjárás, térdelőtámaszban kúszás, nyusziugrás, kúszás nyújtott ülésben
Járás	Járás ütemtartással, járás lábujhegyen, sarkon, térdemeléssel, járás külső, belső talpélen, járás tempóváltoztatással, járás feladatokkal (guggolás jelre), átlépések zsinór felett, egyensúlyozó járás
Futás	Futás körbe
Ugrás	Szökdelés helyben, célbaugrás, átugrás
Dobás	Ütés (léggömbre), célbadobás (vízszintes célba), babzsákátadás, labdaátadás, labdagurítás párokban
Emelés-hordás	
Húzás-tolás	Húzások ülésben tartással
Gurulás	Hossztengely körüli gurulás
Függés, mászás	

Az alapvető mozgásformák közül a leggazdagabb variációkat a járások területén figyelhettük meg. Hiányoltuk azonban a különböző téri irányokban történő járásgyakorlatokat (oldalirányban, hátrafelé) és a változatos szerekekkel történő feladat-végrehajtásokat. A kúszások a kisgyermek első helyváltoztató mozgásai. Ebben az életkorban a biomechanikailag helyes testtartás kialakításának és a motoros képességek fejlesztésének legfontosabb eszközei. Bár a járások után a leggyakoribb mozgásformaként szerepeltek a vizsgált testnevelés foglalkozásokon, alkalmazásuk mennyiségi és minőségi szempontból mégis elmaradt a korosztály igényeitől. A **futás** a kisgyermek nagyon kedvelt mozgásformája, örömeiket lelik végrehajtásában. Ennek ellenére nagyon szerényen képviseltette magát a kötetlen foglalkozásokon, pedig a jó technikájú futás kialakítása fontos feladata a testnevelésnek. A bölcsődében a futás változatos körülmények között történő gyakorlása – futások különböző alakzatokban, párokban, tárgyak kerülésével stb. – segíti az egyre biztosabb, jobb kivitelű végrehajtást. Nem célja a tanulmánynak az összes mozgásforma részletes elemzése, hiszen a táblázat alapján egyértelműen követhető az egyes testgyakorlatok előfordulása. Fontos azonban megjegyeznünk, hogy a függésekre és a mászásokra nem láttunk példát. A törzsizomzat fejlesztését szolgáló nélkülözhetetlen mozgásanyag talán azért szorult ki a testnevelés foglalkozásokról, mert a bölcsődei csoportszobákban – egy kivétellel – nincsenek bordásfalak. Remélhetőleg a szabadtéri tornaeszközök és mászó-kák majd az őszi és a tavaszi időszakban megszüntetik ezt a hiányt.

Tapasztaltuk azt is, hogy a kötetlen foglalkozások nem tartalmaztak testnevelési játékokat, a gondozónők nem éltek a mozgásformák begyakorlásának e lehetőségével. A bölcsődések a futójátékokat élvezik a legjobban, a korai gyermekkor vége felé pedig az egyéni versengések is sikerrel gyakoroltathatók körükben. Az utóbbi testnevelési játékfajta előnye, hogy többféle mozgásforma begyakorlására alkalmas, továbbá minimális szabályhoz kell alkalmazkodniuk a kicsiknek.

A szülők véleménye a bölcsődei testnevelésről

A kérdőíves adatgyűjtés eredményeinek bemutatása előtt ismét fontos megemlíteni, hogy a sportolás szempontjából pozitív minta adatait dolgoztuk fel, ugyanis az édesanyák 35 százaléka, az édesapák 23 százaléka jelölte a kérdőíven, hogy hetente legalább 2–3-szor sportol. Ez az arány jóval meghaladja az országos átlagot. A sportoláshoz való pozitív hozzáállás eredményeként az anyák 96 százaléka, az apák 97 százaléka fontosnak tartja a rendszeres játékos testnevelést a bölcsődében. A bölcsődei testnevelés tartalmával kapcsolatban is feltettünk kérdéseket. Felsoroltuk az alapvető mozgásformákat, továbbá megkérdeztük, melyiknek a gyakorlását tartják fontosnak a korai életévekben. A 4. táblázat adatai szerint az anyák az egyensúlyozást, az ugrást, a mászást és a járást részesítik előnyben. Az apák közül a legtöbben a futás, az ugrás és az egyensúlyozás gyakorlását tartják fontosnak bölcsődés gyermekeiknél.

4. táblázat: A testnevelés tartalma a szülők véleménye szerint

<i>Alapvető mozgásformák</i>	<i>Anya (%)</i>	<i>Apa (%)</i>
Mászás	45	35
Járás	55	50
Futás	52	62
Egyensúlyozás	83	58
Gurulás	28	27
Dobás	52	46
Ugrás	66	58
Függeszkedési kísérletek	35	42
„Motorozás”	41	38

Ebben az életkorban az alapvető mozgásformák széles körű gyakorlása biztosítja a kisgyermek optimális mozgásfejlődését. A szülők válaszai arra utalnak, hogy ezzel csak kevesen vannak tisztában. Mindössze két szülő jelölte be az összes mozgásformák teljes körét a kérdőív erre utaló feleletválasztós kérdésére.

Összefoglalás

A bölcsődés gyermekek mozgásfejlődését befolyásoló pedagógiai hatások vizsgálatát célzó kutatás megerősítette feltételezéseinket.

Hipotézisünk, amely szerint a bölcsődei gondozónők egészségügyi képzettsége magasabb pedagógiai képzettségüknél, beigazolódott. A 43 gondozónő közül 12 főt készítettek fel a felsőfokú szakképzésben a bölcsődei testnevelés tervezésére, szervezésére és vezetésére; további 4 fő tanulmányai hozhatók érintőlegesen kapcsolatba a csecsemőkre és a kisgyermekekre vonatkozó testnevelés-módszertani alapismeretekkel.

A 28 kötetlen testnevelés foglalkozás megfigyelése során arra a következtetésre jutottunk, hogy a bölcsődei testnevelés felépítését, tartalmát egyéni sajátosságok jellemzik. Szembetűnő volt például, hogy a gimnasztikai gyakorlatok hangsúlyosabbak az alapkészségek begyakorlásához képest, a testnevelési játékok pedig nem szerepeltek az általunk vizsgált kötetlen foglalkozásokon. Tapasztalataink megerősítették azt a hipotézisünket, hogy az intézményes testnevelés keretein belül a kisgyermek mozgásfejlesztésének még vannak további kiaknázatlan lehetőségei. Véleményünk szerint a korai gyermekkorban több lehetőséget kell biztosítani a bölcsődei testnevelés keretei között az alapvető mozgásformák változatos gyakorlására, gyors, pontos cselekvéseket kiváltó játékeszközök és játékok alkalmazásával.

Az írásbeli kikérdezés adatai alapján a szülők fontosnak tartják a rendszeres játékos testnevelést a bölcsődében. Ismereteik azonban hiányosak a kisgyermek

optimális mozgásfejlődését biztosító mozgásformák tekintetében, és bizonytalannak a bölcsődei testnevelés tartalmával kapcsolatban.

Eddigi kutatási tapasztalataink ismeretében célszerűnek tartjuk további – a bölcsődei testnevelést érintő – sportpedagógiai kutatások lefolytatását, és az eredmények felhasználását a Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kara Csecsemő- és kisgyermeknevelő alapképzésében.

IRODALOM

- A bölcsődei nevelés-gondozás országos alapprogramja (2008): Szociálpolitika és Munkaügyi Intézet. Gyermekvédelmi Főosztály. 1–13.
- Bognár József–Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella–Révész László–Géczi Gábor (2006): A szülők szerepe a sporttehetség-gondozásban. *Kalokagathia* 2006/XLIV. 1–2. 86–96.
- Bucsy Gellértné (2009): The role of physical education in kindergarten in the establishment of life-time sport. In: Hughes Mike-Dancs Henriett-Nagyvaradi Katalin (szerk.): *Research in Sport Science*. Cardiff. ISBN 1 901288 00 13. 41–50.
- Farmosi István (1999): *Mozgásfejlődés*. Dialóg Campus, Budapest–Pécs. 42–48.
- Hirtz, Peter–Ludwig, Gudrun (1976): Ziele, Mittel und Methoden der koordinativen motorischen Vervollkommnung. *Körpererziehung* 1976./11. 506–510.
- Israel Siegfried (1976): Die Bewegungskoordination frühzeitig ausbilden. *Körpererziehung* 1976/11. 501–506.
- Gombocz János (2008): *A sportolók nevelése*. Platin-Print, Budapest. 10–16.
- Istvánfi Csaba (2006): *Mozgástanulás, mozgáskészség, mozgásügyesség*. Platin-Print, Budapest. 86–90.
- Meinel Karl (1977): *Bewegungslehre*. Volk und Wissener Volkseigener Verlag, Berlin. 293–410.