

A kötet szerkesztői és szerzői arra vállalkoztak, hogy átfogó képet adjanak a testnevelés tanításának tudományos alapjairól, valamint a legújabb kutatási eredményeket felhasználva ismertessék a testnevelés tanításának jelenlegi helyzetét, ezzel is segítve a testnevelés módszertanának továbbfejlesztését. Célunk volt a magyar testnevelés hagyományait, értékeit képviselő hazai szakirodalmi források bővítése mellett a nemzetközi eredmények és tendenciák széles körben történő elemzése is.

A testnevelés hazai szakirodalma az elmúlt időszakban számos értékes művel bővült, melyek nagy része gyakorlatorientált, és segítséget nyújt a testnevelést oktatóknak a tanítás hatékonyságának növelésében. Fontosnak tartottuk azonban, hogy ezek mellett a tudományos alapokon nyugvó szakirodalom szintetizálása és a testnevelés elméleti és módszertani fejlesztéséhez kapcsolódó iránymutatások összegzése is megtörténjen. Az I. kötetben 11 szerző 9 tanulmánya segítségével mutatunk be részleteket a legújabb kutatásokról.

Reméljük, hogy érdeklődő olvasóink a sok újszerű kutatási eredmény megismerése mellett képesek lesznek azok gyakorlati-módszertani következményeit is hasznosítani a testnevelésórákon és a különböző sportfoglalkozásokon.

ISBN 978-615-5518-03-4

Révész László, Csányi Tamás (szerk.): Tudományos alapok a testnevelés tanításához I.



Tudományos alapok a testnevelés tanításához

SZEMELVÉNYEK A TESTNEVELÉS, A TESTMOZGÁS ÉS AZ ISKOLAI SPORT TÁRGYKÖRÉBŐL. TÁRSADALOM-, TERMÉSZET- ÉS ORVOSTUDOMÁNYI NÉZŐPONTOK

Szerkesztők
Révész László és Csányi Tamás

I. kötet

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



A MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG KIADVÁNYA

TUDOMÁNYOS ALAPOK A TESTNEVELÉS TANÍTÁSÁHOZ

I. KÖTET

**Szemelvények a testnevelés, a testmozgás és az iskolai sport tárgyköréből.
Társadalom-, természet- és orvostudományi nézőpontok**

Szerzők:

Révész László

Csányi Tamás

Rétsági Erzsébet

H. Ekler Judit

Bíró Melinda

András Krisztina

Kassay Lili

Keresztes Noémi

Balogh László

Uvacsek Martina

Szmodis Márta

Szerkesztők:

Révész László és Csányi Tamás



Szerkesztők: dr. Révész László PhD, dr. Csányi Tamás PhD

dr. Révész László PhD – dr. Rétsági Erzsébet PhD – dr. H. Ekler Judit PhD – dr. Bíró Melinda PhD – dr. András Krisztina PhD – Kassay Lili Ma, MSc, ESA – dr. Keresztes Noémi PhD – dr. Balogh László PhD – dr. Uvacsek Martina PhD – dr. Szmodis Márta PhD – dr. Csányi Tamás PhD

Tudományos alapok a testnevelés tanításához

I. kötet. Szemelvények a testnevelés, a testmozgás és az iskolai sport tárgyköréből. Társadalom-, természet- és orvostudományi nézőpontok

Javasolt hivatkozás: Révész László és Csányi Tamás (szerk.) (2015): *Tudományos alapok a testnevelés tanításához. I. kötet: Szemelvények a testnevelés, a testmozgás és az iskolai sport tárgyköréből. Társadalom-, természet- és orvostudományi nézőpontok.* Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.

A kiadásért felel: Balogh Gábor elnök

Formai szerkesztők: Muskovits István, Révész László

Szakmai lektorok: Tihanyihé dr. Hős Ágnes PhD, dr. Wilhelm Márta PhD, dr. Ihász Ferenc PhD, dr. Németh Ágnes PhD, dr. Gécz Gábor PhD, dr. Pikó Bettina PhD, dr. Dóczi Tamás PhD, Demeter Antal

Arculat: Benedict & Helfer Kft.

Tördelés és nyomdai munkák: Pátria Nyomda Zrt.

Fejlesztési igazgató: Pikó Zsuzsanna

Szakmai igazgató: dr. Molnár László

Ügyvezető igazgató: Rádics Balázs

ISBN 978-615-5518-03-4

© Magyar Diáksport Szövetség

A kiadvány akár részben, akár egészben történő sokszorosítása, fénymásolása, mindennemű egyéb felhasználása, terjesztése, digitalizált közzététele jogszabályokba ütközik, és csak a Magyar Diáksport Szövetség írásos engedélyével lehetséges.

Ez a kiadvány a TÁMOP-3.1.13-12-2013-0001 kódjelű kiemelt projekt keretében valósult meg.

Printed in Hungary
2015

MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG
1146 Budapest, Istvánmezei út 1–3.
E-mail: mdszok@mdsz.hu
Telefon: +36 1 273 3570
www.mdsz.hu

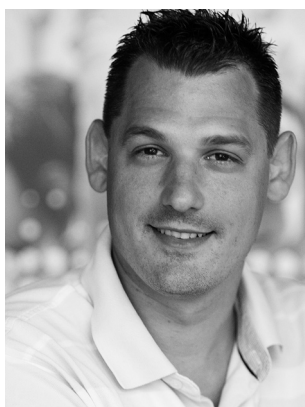


DR. RÉVÉSZ LÁSZLÓ PhD,

az MDSZ kiemelt projektjének és az iskolai testnevelés osztályának szakmai menedzsere, testnevelő tanár, főiskolai docens (EKF)

A Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán (TF) szerzett testnevelő tanári, sportmenedzseri és úszás szakedzői diplomát. Tanulmányai folytatásaként az Eötvös Loránd Tudományegyetemen végzett pedagógia szakos bölcsészként, illetve neveléstudomány szakos bölcsészként. Egyetemi tanulmányai alatt és azt követően úszást oktatott, és ösztöndíjas PhD-hallgatóként óraadó tanár volt az SE Testnevelési és Sporttudományi Karán. 2009-ben szerzett nevelés- és sporttudományi doktori fokozatot. Jelenleg az Eszterházy Károly Főiskola docense. Több akkreditált pedagógus-továbbképzés oktatója. Tantervfejlesztőként részt vett a kerettantervek kidolgozásában, fejlesztésében, valamint több akkreditált digitális tananyag

kidolgozója. Tagja volt a pedagógus életpálya fokozataihoz kapcsolódó képzési és minősítési rendszer testnevelés és sport műveltségterület kialakításában. 2013-tól a Magyar Diáksport Szövetség iskolai testnevelés osztályának szakmai menedzsere, a TÁMOP 3.1.13-12-2013-0001 jelű kiemelt projekt munkatársa.



DR. CSÁNYI TAMÁS PhD,

az MDSZ kiemelt projektjének szakmai vezetője, testnevelő tanár, egyetemi adjunktus, ELTE Tanító- és Óvóképző Kar

A Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán (TF) szerzett testnevelő tanár és labdarúgó szakedző diplomát. Egyetemi tanulmányai után testnevelő tanárként, mozgásfejlesztőként és edzőként dolgozott. 2005 óta az Eötvös Loránd Tudományegyetem Tanító- és Óvóképző Karának oktatója, jelenleg egyetemi adjunktus beosztásban. Neveléstudományi doktori fokozatát az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Karán szerezte 2011-ben. Fő kutatási és érdeklődési területe az iskolai testnevelés elméletéhez és módszertanához, a fiatalok fizikai aktivitási és fittségi állapotának vizsgálatához kapcsolódik. Számos akkreditált pedagógus-továbbképzés kidolgozója, oktatója. Tantervfejlesztőként részt vett az Óvodai Nevelés Országos Alapprogramjának (2012) megújításában, továbbá a NAT 2012, valamint az arra épülő keret-

tantervek fejlesztésében. 2013-tól a Magyar Diáksport Szövetség Iskolai testnevelés osztályának vezetője, a TÁMOP 3.1.13-12-2013-0001 jelű kiemelt projekt szakmai vezetője. Jelentős nemzetközi tapasztalata eredményeképpen a Nemzetközi Testnevelési Szövetség (FIEP) delegált magyar képviselője.



DR. RÉTSÁGI ERZSÉBET,

főiskolai tanár (PTE ETK Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet)

1970-ben (Pécsi Pedagógiai Főiskola) orosz-testnevelés szakos általános iskolai, 1987-ben (TF) középiskolai testnevelő tanári diplomát szerzett. 1970 és 1986 között általános iskolai testnevelő, illetve szakvezető tanár. Ezt követően 25 évig a PTE (jogelődje: JPTE) Testnevelés és Sporttudományi Intézet oktatója, 1996-tól tanszékvezetője, 2007 és 2010 között az Intézet igazgatója. 2011. október és 2013. október között a SZTE Juhász Gyula Pedagógusképző Kar TSI egyetemi docense, illetve 2013 januárja óta főiskolai tanára volt. 2013 októberétől a PTE ETK oktatója, főiskolai tanár beosztásban. 2013. február és 2014. augusztus között a Magyar Diáksport Szövetségben a TÁMOP 3.1.13-12-2013-0001 jelű kiemelt projekt szakmai menedzsere. A testnevelés doktora (1993 – MTE (TF)), a neveléstudomány kandidátusa (1996 – MTA), habilitáció (2008 – PTE BTK Oktatás és Társadalom Doktori Iskola). A Dialóg Campus Kiadó Nordex Kft. sport szakszerkesztője (1999–2008), az „Iskolai testnevelés és sport” szakmai-módszertani lap főszerkesztője (2000–2008), a Magyar Sporttudományi Szemle (2010–2012) és a Rekreáció szaklap szerkesztő-

tőbizottsági tagja (2006–). Az MSTT elnökségi tagja, a Rekreációs Szakbizottság elnöke. Publikációi: 102 közlemény, 2 könyv, 6 könyvfejezet, 3 fordítás, 20 szakmai nyelvi lektorálás, 2 szerkesztés, 3 tantervírás. Kutatási területe a sportpedagógia, azon belül az iskolai testnevelés oktatásának elméleti és módszertani kérdései.

DR. H. EKLER JUDIT PhD,*tanszékvezető egyetemi docens, testnevelő tanár*

A Pécsi Janus Pannonius Tudományegyetemen szerzett földrajz–testnevelés szakos általános iskolai tanári diplomát 1983-ban, és a Testnevelési Főiskolán középiskolai testnevelő tanárit 1987-ben. 1985 óta a Nyugat-magyarországi Egyetem, Savaria Egyetemi Központ Sporttudományi Intézetének (korábban Berzsényi Dániel Főiskola) oktatója, tanszékvezető egyetemi docensi beosztásban. 2007-ben a Pannon Egyetemen egyik kutatási területe, az iskolai testnevelés témakörével foglalkozó disszertációjával szerezte meg nevelés- és sporttudományi doktori fokozatát. Módszertani megközelítésű másik kutatási területe a testnevelő tanárképzés megújítása a jelen, és a jövő hatékony testnevelése érdekében. Ezért részt vett és vesz a sportszakos és a testnevelő tanárképzési tantervek kidolgozásában, valamint az MSTT Sportpedagógiai Szakbizottságának titkáráként tevékenykedik.

**DR. BÍRÓ MELINDA PhD,***az Eszterházy Károly Főiskola Sporttudományi Intézetének vezetője, testnevelő tanár*

Egerben az Eszterházy Károly Tanárképző Főiskolán szerzett földrajz–testnevelés szakos tanári diplomát 1996-ban, majd rá két évre pedig középiskolai testnevelő tanári oklevelet a Testnevelési Egyetemen (TF). Nevelés- és sporttudományi doktori fokozatát a Semmelweis Egyetem Testnevelés és Sporttudományi Karán szerezte 2007-ben. 1998-tól dolgozik az Eszterházy Károly Főiskolán, 2009-től Sporttudományi és Módszertani Tanszék tanszékvezetője, 2014-től a Sporttudományi Intézet igazgatója. Az EKF Szenátora (2013–), az Esélyegyenlőségi Bizottság elnöke (2014–), az Egri Úszó Klub alelnöke (2012–), Tehetséges Gyermekéért Alapítvány kuratóriumi elnöke (2014–). Fő kutatási témái: a sportági kiválasztás, beválás, tehetséggondozás pedagógiai aspektusainak elemzése az úszás sportágban, az interakció sajátosságainak vizsgálata mozgástanításnál, az iskolai testnevelés és sport aktuális kérdései, az olimpizmus, olimpiai eszme nevelő értékeinek tanulmányozása, az IKT alkalmazása a testnevelés tanításában.

**DR. ANDRÁS KRISZTINA PhD,***a Budapesti Corvinus Egyetem adjunktusa, okleveles közgazdász*

A Budapesti Corvinus Egyetem (BCE) okleveles közgazdásza, az egyetem adjunktusa, a BCE Vállalatgazdaságtan Intézet Üzleti Gazdaságtan Tanszéke mellett működő Sportgazdaságtani Kutatóközpont egyik újjáalapító tagja, annak vezetője, a Magyar Sporttudományi Társaság (MSTT) Sportmenedzsment szakbizottságának alelnöke. A BCE gazdálkodástudományi doktori programja keretében Chikán Attila professzor témavezetése mellett megírt sportgazdaságtani disszertációját, Üzleti elemek a sportban, a labdarúgás példáján 2004-ben summa cum laude védte. Közgazdászként az oktatásban és a kutatásokban is a gazdálkodástani megközelítést követi, ezt teszi a hivatásos, a szabadidősport és a mindennapos iskolai testnevelés területén is.

**DR. SZMODIS MÁRTA PhD,***egyetemi docens*

Az Eötvös Loránd Tudományegyetem Természettudományi Karán okleveles biológia–földrajz szakon diplomát, majd az ELTE Biológia Doktori Iskola, Idegtudományi és humánbiológiai doktori programban a Biológiai tudományok doktori fokozatát szerezte meg. Az egyetem befejezése óta a Testnevelési Egyetem Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszékén dolgozik, jelenleg egyetemi docensi beosztásban. Fő kutatási és érdeklődési területe a gyermekek növekedése és fejlődése; a szabadidő sportoló, versenysportoló gyermekek és az élsportolók humánbiológiai, élettani, táplálkozás–élettani és genomikai vizsgálata. A Magyar Sporttudományi Szemle főszerkesztője.





KASSAY LILI,

a Testnevelési Egyetem Sportmenedzsment tanszékének oktatója, közgazdász, magyar-történelem szakos tanár

Az ELTE ÁITFK-n szerzett magyar-történelem, majd a Budapesti Közgazdaságtudományi Egyetemen, valamint a Nyugat-magyarországi Egyetemen közgazdász diplomát. A Testnevelési Egyetem Társadalomtudományi Doktori Iskolájának hallgatója, témája a csapatsportágak, ezen belül is a hivatásos labdarúgás sportüzleti versenyképességének vizsgálata. Az oktatást megelőzően az üzleti szférában dolgozott a sajtó és az üzleti tanácsadás területén. Az Európai Szponzorációs Szövetség tagjaként számos szakmai együttműködésben, kutatási projektben vett részt. Alapító tagja a Corvinus Egyetem Sportgazdaságtani Kutatóközpontjának, tagja a Testnevelési Egyetem Sportmenedzsment tanszékén működő kutatócsoportnak. Részt vett ágazati tanácsadási projekteken, valamint TÁMOP kutatásokban.



DR. TARI-KERESZTES NOÉMI MA, PhD,

szociológus, a pszichológia tudományok doktora, SZTE JGYPK Testnevelési és Sporttudományi Intézetének adjunktusa, Williams életkészségek facilitátor

Szociológia szakon végzett 2004-ben a Szegedi Tudományegyetemen. Doktori fokozatát dr. Pikó Bettina témavezetése alatt 2009-ben szerezte a Semmelweis Egyetemen a Mentális Egészségtudományok Doktori Iskolájában. Kutatási témája a fiatalok egészségmagartatási szokásának, szociológiai és pszichológiai összefüggéseinek vizsgálata, melyen belül a szabadidős fizikai aktivitás kiemelt hangsúlyt kap. A Pécsi Tudományegyetem doktori iskolájában PhD témakiíró és témavezető. Nevéhez számos hazai és nemzetközi publikáció kapcsolódik.



DR. BALOGH LÁSZLÓ PhD,

egyetemi docens, a Szegedi Tudományegyetem JGYPK Testnevelési és Sporttudományi Intézetének igazgatója

Tudományos fokozatát pszichológiai tudományokból szerezte, oktat a Pécsi Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskolájában, PhD témakiíró és témavezető a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskolájának Sporttudományi Programjában. A Magyar Sporttudományi Szemle korábbi főszerkesztője, a Pick Szeged Kézilabda Club tanácsadója. Kutatási területe a sport és testedzés, valamint a sportszervezetek pszichológiai kérdései, különös tekintettel a teljesítmény és a stressz, valamint a teljesítményt befolyásoló, rejtett, szervezeti attitűdök vizsgálatára. Az Universitat de Barcelona vendégelőadója és PhD opponense.



DR. UVACSEK MARTINA PhD,

a Testnevelési Egyetem Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszékének docense, humánkineziológus

A Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán szerzett humánkineziológus diplomát 2000-ben. Ösztöndíjasként végezte doktori tanulmányait, 2003 óta a Testnevelési és Sporttudományi Kar alkalmazottja, 2014-től egyetemi docens. 2007-ben Malájziában, 2013-ban az USA-ban járt vendégoktatóként. Az egyetemi oktatáson kívül az OKJ-s képzésekben is részt vesz. Tudományos vizsgálatait és publikációit a testösszetétel, elhízás, életmód, rizikófaktorok, fizikai aktivitás témaköröket ölelik fel. Magyarországon elsőként alkalmazta az aktivitásmérés módszerét, és publikált a gyermekek habituális fizikai aktivitásáról. A Magyar Sporttudományi Társaságnál elnyert sikeres kutatási pályázatainak címe a „Az iskolai fizikai aktivitás actigraph-fal történő tudományos vizsgálata 9–12 éves gyermekeknél” és „A habituális fizikai aktivitás objektív módszerrel mért vizsgálata budapesti gyermekeknél”. Sikeres témavezető, számos diákkörös hallgatója nyert díjakat.

actigraph-fal történő tudományos vizsgálata 9–12 éves gyermekeknél” és „A habituális fizikai aktivitás objektív módszerrel mért vizsgálata budapesti gyermekeknél”. Sikeres témavezető, számos diákkörös hallgatója nyert díjakat.

ELŐSZÓ	7
1 Az iskolai testnevelés és sport tudományos alapjai – összefoglaló tanulmány az I. kötethez (Révész László, Csányi Tamás)	8
2 MT – Minőségi Testnevelés, avagy Mindenki Testnevelése. Mindenki Testnevelése, avagy Minőségi Testnevelés (Elméleti alapok) (Rétsági Erzsébet)	36
3 A hatékony testnevelés módszertani lehetőségei (H. Ekler Judit)	84
4 A testnevelés aktuális kérdései (Bíró Melinda)	105
5 Iskoláskorú fiatalok életmódja és egészségfejlesztésének lehetőségei (Keresztes Noémi)	137
6 A gyermekkori fizikai aktivitásra vonatkozó intervenció programok és azok élettani hatása (Uvacsek Martina)	177
7 A fiatalok fizikai aktivitását és az ülő életmódjából eredő mozgás-szegény életvitelét meghatározó főbb társadalmi és környezeti tényezők (Szemelvények a sport és a testedzés nemzetközi irodalmából) (Balogh László)	199
8 A korszerű testnevelés természettudományos alapjai (Szmodis Márta)	225
9 A mindennapos testnevelés társadalmi és gazdasági vonatkozásai (András Krisztina, Kassay Lili)	260

Előszó

A kötet szerkesztői arra vállalkoztak, hogy átfogó képet mutassanak a testnevelés tanításának tudományos alapjairól, valamint a legújabb kutatási eredményeket felhasználva mutassák be a testnevelés tanításának jelenlegi helyzetét. Célunk volt a magyar szakirodalmi források bővítése is, amely nem csak a hazai képet és a kapcsolódó tudáshátteret dolgozza fel, hanem széles körben figyelembe veszi a nemzetközi eredményeket és tendenciákat is.

A testnevelés hazai szakirodalmát tekintve több szakmai könyv jelent meg az elmúlt időszakban, melyek nagy része gyakorlatorientált, és segítséget nyújt a testnevelést oktatóknak a testnevelés tanítás hatékonyságának növelésében. Fontosnak tartottuk azonban a tudományos alapokon nyugvó szakirodalom szintetizálását és a testnevelés elméleti és módszertani fejlesztéséhez kapcsolódó iránymutatások összegzését.

A testnevelés a testkultúra részeként fontos szerepet tölt be az egészségnevelésben, az egészséges életvitel és a jövőorientált, aktív életvezetés kialakításában. Komoly lehetőség, de egyben felelősség is az iskoláskorúak nevelése, emiatt szükséges a téma komplex megközelítése, a kutatási eredmények felhasználása. A testnevelés-tanítás sajátosságainak előzetes áttekintése során számos olyan tudományterületet találtunk, melyek kapcsolódnak a témához, így szükséges a multidiszciplináris szempontú megközelítés.

A téma összetettsége, tudományterületi és tudományági kapcsolata miatt közel húsz, testneveléssel foglalkozó tanulmány készült. A **Tudományos alapok a testnevelés tanításához** című tanulmánykötetünk tanulmányait így két kötetbe rendeztük. Az első kötet alcíme: *Szemelvények a testnevelés, a testmozgás és az iskolai sport tárgyköréből. Társadalom-, természet- és orvostudományi nézőpontok*. A tanulmányok fókuszába a társadalom-, természet- és orvostudományi aspektusok kerültek, ezzel is hangsúlyozva ezen területek szerepét. A szakirodalmi megalapozottságot a szerzők széles körű szakirodalmi elemző munkája adja, mely a kötetet tekintve megközelíti az 1200 hivatkozást.

A tanulmányokban megjelenő áttekintések, összefoglalók és ajánlások ismereteit felhasználtuk a Magyar Diáksport Szövetség módszertani és szakmai kiadványaiban is, ezzel megalapozva a széles körű szakmai és szakirodalmi hátteret.

Bízunk benne, hogy nem csak egyéni érdeklődési körének megfelelő ismeretekkel gazdagodik az olvasó, hanem kevésbé ismert tématerületeken is hasznos információkat talál a kötetekben.

Budapest, 2015.

a kötet szerkesztői

1

RÉVÉSZ LÁSZLÓ, CSÁNYI TAMÁS

Az iskolai testnevelés és sport tudományos alapjai – összefoglaló tanulmány az I. kötethez

- 1.1. Bevezetés
- 1.2. A tanulmánykötet célja
- 1.3. A fejezet célja
- 1.4. A minőségi testnevelés pillérei
 - 1.4.1. A minőségi testneveléshez kapcsolódó néhány rendszerszintű modell
 - 1.4.2. A NASPE minőségi testnevelési sztenderdjei
 - 1.4.3. A NASPE tanári sztenderdjei
 - 1.4.4. A minőségi testnevelés tanulói sztenderdje, fejlesztési területei
- 1.5. Multidiszciplináris kapcsolódási pontok, a minőségi testnevelés összetevői, kutatási eredmények
 - 1.5.1. Tudományterületi kapcsolatok
 - 1.5.2. A tanulmányok részletes tartalmi területei
 - 1.5.3. Az iskolai testnevelés társadalomtudományi aspektusból
 - 1.5.4. Az iskolai testnevelés természet- és orvostudományi aspektusból
- 1.6. Az iskolai testnevelés elméleti és módszertani továbbfejlesztésének lehetséges irányai
- 1.7. Szakirodalom

1.1. BEVEZETÉS

A 21. század kihívásai sokszínű feladatot rónak a társadalomra, ezen keresztül az oktatásra, így a testnevelésre is. A 21. századi emberképben dominánsan jelenik meg a „távdolgozó”, „távtanuló” ember mint ideál. A modern korban dolgozó testnevelő tanárnak a megváltozott körülményekhez alkalmazkodva kell eredményesen megvalósítania a testnevelést. Kihívás a multimédia, a számítástechnika és a kommunikációs eszközök rohamos fejlődése és térnyerése, hiszen az iskolában tanuló fiatalok az „Y” és „Z” generációhoz tartoznak. Ezzel együtt az alfa generáció is kinyitotta már az iskola kapuját. A megváltozott körülményekhez való alkalmazkodás, erre az élethelyzetre való reagálás nemcsak szükségszerű, hanem időszerű is. A „távtanuló”, modern, digitális világban született tanulók esetében a mozgásos cselekvések, a testnevelés és sporttevékenység másként és más szinten jelent kihívást, mint korábban. A homo sitting életmód miatt másként ösztönözhetőek a fiatalok a rendszeres fizikai aktivitásra, hiszen jelentős a különbség a digitális világ és a klasszikus testnevelésóra között. A modern testnevelés megvalósításába azonban egyrészt számos olyan eszköz, alkalmazás is beemelhető, mely a tanított korosztályhoz közel áll. Másrészt a testnevelés és sport szakdidaktikájában megvalósított pedagógiai és módszertani megújulás eredményesen segíti a korszerű testnevelés megvalósítását. Az iskoláskorúakat is érintő fizikai aktivitás mennyiségének csökkenése miatt időszerű a testi nevelés mint klasszikus nevelési terület mellett holisztikusabban, az egészségfejlesztés oldaláról is megközelíteni a témát. Az egészségfejlesztő, fizikai aktivitást serkentő intervenciók eredményeként tapasztalható pozitív irányú változások alkotó módon járulnak hozzá a tanuló ifjúság egészségi állapotának javulásához, az egészségmagatartás fejlődéséhez.

Kihívást jelent még az oktatást övező jogszabályi környezet változása is, mely további feladatokat, esetlegesen többletfeladatokat ró a testnevelést oktató pedagógusokra. A hazai oktatásügy áthangolása, a felnövekvő nemzedékek nevelése, illetve a korszerű tudást adó minőségi oktatás biztosítása érdekében és ennek szellemében készült el a Nemzeti alaptanterv

2012-es változata. A korábbiakhoz képest a kompetenciafejlesztés kissé háttérbe szorult, és a közműveltségi tartalmak elsajátítása kapott központi szerepet. Az oktatáspolitikai szemléletváltás a Testnevelés és sport műveltségi területre döntően kedvező hatást gyakorolt. Mindenekelőtt a kötelező mindennapos testnevelés bevezetésével (2011. évi CXCV. törvény A nemzeti köznevelésről 27.§), amely a NAT 2012 külön szabályozásban (110/2012. (VI. 4.) Kormányrendelet) megjelenő feladatok egyike. Ez a rendelkezés elsősorban a tanulóifjúság egészsége és az egészséges életre nevelése szempontjából kiemelt jelentőségű, de a szakma számára is új távlatokat nyitott. A mindennapos testnevelés bevezetése komoly lehetőség és egyben felelősség is a közoktatásban dolgozó szakemberek számára. Az iskolai testnevelés óraszámának növekedése mennyiségi javulást eredményezett, azonban a minőségi fejlődés legalább ennyire fontos tényező.

A 2012-es kerettantervek figyelembe veszik az oktatáspolitikai irányvonalakat, a NAT 2012-ben rögzített preferenciákat, a NAT szándékait, a szakma elvárásait, a korábbi iskolai gyakorlatot, tapasztalatokat és lehetőségeket, valamint integrálja a modernizációs törekvéseket is. A kerettanterv műfajából kiindulva az oktatás tartalmi kereteinek meghatározására irányul, így ügyelni kell arra, hogy a keretek ne éles határok legyenek. A kerettantervek megjelenését követően sok testnevelő vagy testneveléssel foglalkozó szakember érezhette az említett éles határok és irányok meghatározását, a lehetőségek kihasználásának korlátozását. Az 51/2012. (XII. 21.) EMMI rendelet a kerettantervek kiadásának és jóváhagyásának rendjéről rendelkezése szerint a kerettantervtől 10%-ban lehet eltérni az óraszámok és a tartalom tekintetében is.

A megváltozott társadalmi igényekre és az erősödő népegészségügyi problémákra a központi tantárgyi tanterveknek reagálniuk kellett. A testnevelés és sport mozgásanyagának pozitív élményekkel teli elsajátítási folyamata cél és eszköz egyaránt. A kerettanterv tematikai egységeiben fejlesztési célként jelennek meg a jellemzően mozgásos tevékenységek, melyek minden esetben az előzetes tudásra épülnek. Ennek következtében egy-egy tematikai egység nevelési és fejlesztési céljait – a testnevelésre jellemző sajátos