



A GÖRDESZKÁZÁS TÖRTÉNETE

A gördeszkázás rövid történeti
áttekintése, integrálásának
lehetőségei az iskolai
testnevelésórákba

Készítette: Dohány András

Budapest 2020

MIÉRT PONT A GÖRDESZKÁZÁS?

- Olimpiai sportág
- Lehetőségek az iskolai és egyesületi oktatására
- „Extrém sport”
- A képességekre gyakorolt pozitív hatásai
- Flow élmény megtapasztalása



A skateboarder is captured mid-air, performing a trick on a ramp. The ramp features a large mural of a palm tree and a stylized face. The background is a bright, overcast sky. The text is overlaid on a dark blue rectangular area.

TÖRTÉNETI ÁTTEKINTÉS

- Első gördeszkások USA 1960
- Sport vagy szubkultúra?
- Magyarországon először 1965
Ezermester újság
- 1978 már kiegészítő sporteszköz
síelőknél, bemutatók Budapesten
- 1981 hivatalos verseny Millenáris
Velodrom

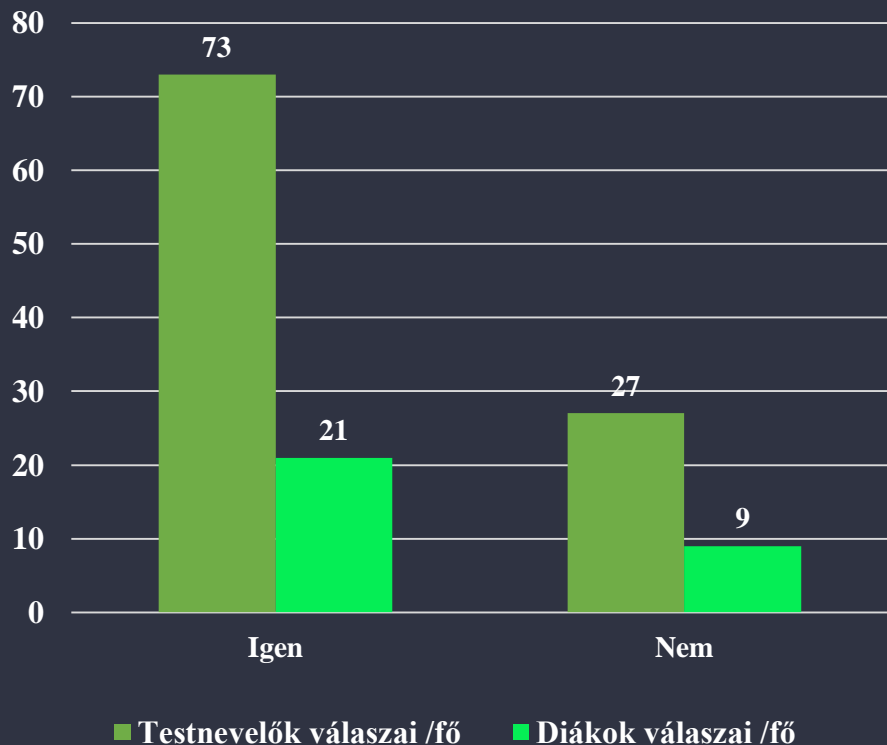
A FEJLŐDÉS

- 1990 egyre több verseny, bemutató – nehezebb, merészebb trükkök, új pályaelemek
- Egyre növekvő veszély
- Nő a védőfelszerelések létjogosultsága
- 1989 megnyílik az első gördeszkabolt
- A fotókat felváltja a gördeszkás videók készítése
- Street / Park gördeszkázás
- Versenyszámok kialakulása

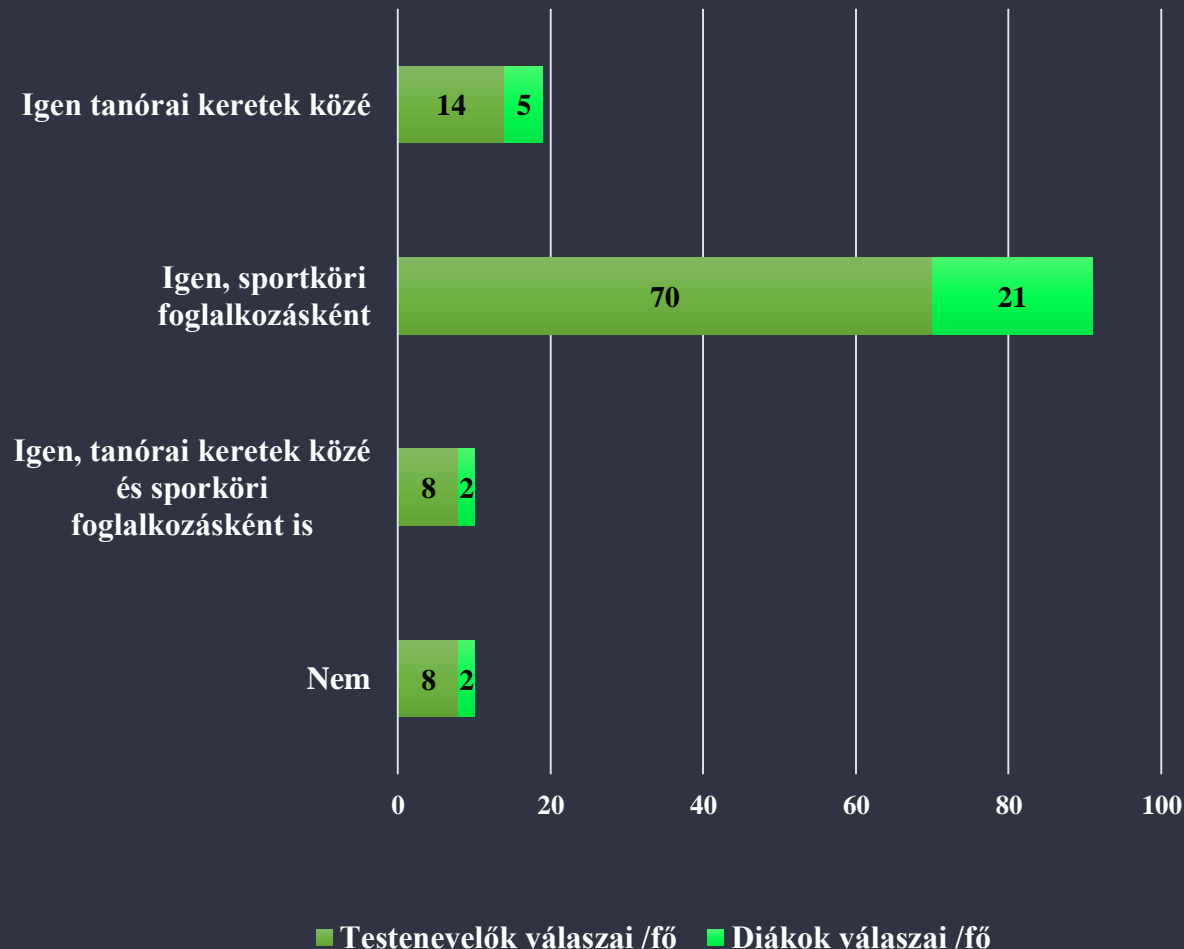


ÉRDEKES ADATOK

Hajlandó lenne-e részt venni testnevelők/edzők részére szervezett gördeszka oktatásáról szóló továbbképzésen?



Hasznosnak tartaná-e a gördeszkázás alapjainak elsajátítását a testnevelés órák anyagába vagy fakultatív formába a délutáni sportköri foglalkozásokba beilleszteni?



FELMERÜLŐ KÉRDÉSEK

Milyen eszközökkel, módszerekkel lehetne népszerűsíteni a gördeszkázást a már pályán lévő testnevelőtanárok számára? Kinek lenne ez a feladata, milyen koncepciót lehet elképzelni ennek a kivitelezésére?

- A népszerűsítés ötletei: szakmai napok, továbbképzések lennének amit a magyar gördeszka és görkorcsolya szövetséggel együtt dolgoznánk ki. Elsősorban egy olyan gördeszka beszerzése szükséges a gyerekeknek, amin jól el tudják sajátítani az alapokat, erre kifejezetten gördeszka szaküzletekben vásárolt deszkák a legoptimálisabbak véleményem szerint.

Iskolától és érdeklődéstől függő, hogy hány ilyen gördeszkára van szükség, de minimum iskolánként 10 darab elengedhetetlen. Pályázni is lehetne, illetve, egyénileg is lehetne aktivizálni a gyerekeket, saját gördeszka vételére, aki megteheti. A tanárképzésben is helyet kaphatna a rekreációs táborok keretein belül.

- A módszer pedig egyértelműen a hazai gördeszka szövetséggel együttműködve lenne kialakítható. Elsősorban azok a testnevelők vannak előnyben akik rendelkeznek gördeszkás sportmúlttal.

FELMERÜLŐ KÉRDÉSEK

Egy jövőbeni – testnevelő tanárok számára elkészítendő – a sportágot népszerűsítő, oktató anyag összeállításánál milyen fejezetekben és témakörökben lehetne gondolkodni?

- A sportág népszerűsítő oktató anyagot egyértelműen a hazai gördeszkaszövetséggel konzultálva és együttműködve alkotnám meg. A témakörök pedig egészen az alapoktól a versenyeztetésig mennének. Az alapok elsajátításánál az első szint a deszka pattintása nélkül történne, minden ami ide tartozik. Alapállás, leszállás, megállás, gurulás előre-hátra, kanyarodás testsúlyáthelyezéssel, hajtás... Későbbiekben már az alaptrükkök megtanulása lenne a következő cél. A megtanult alaptrükkök után pedig már elemeken való gördeszkázás, és későbbiekben pedig az egyéni képességek, erősségek és stílus figyelembevételével való tehetséggondozás, versenyfelkészítés lenne a fő cél.
1. Az alapok elsajátítása: Alapállás, gurulás előre-hátra, hajtás, kanyarodás testsúlyáthelyezéssel, biztonságos megállás, fékezés, leszállás, esés...
 2. Trükkök tanulása:
 1. Alapvető talajtrükkök megtanulása alapállásban: Ollie (ugratás), shovit-ok, 180-ok, kickflip/heelflip (pörgetés) és ezek kombinációi előre és hátramenetben...
 2. Alapvető talajtrükkök megtanulása nem alapállásban (switch, nollie)
 3. Gördeszkapályákon, elemeken való gördeszkázás / tehetséggondozás, versenyfelkészítés



ÖSSZEFOGLALÁS ÉS KITEKINTÉS

A j ö v ő b e n ...

- A hazai pályák állapota és helyzete
- Az utánpótlásnevelés kérdései
- A nemzetközi és magyar szint összehasonlítása
- A gördeszkás mozgásanyag testnevelők által oktatott formája
- A gördeszkázás kialakuló oktatásmódszertana
- Edző- és szakemberképzés lehetősége



Felhasznált források:

- <https://www.wondersaroundtheworld.org/>
- <https://www.facebook.com/pg/wondersaroundtheworld.org/photos/>

A person wearing a dark hoodie and sunglasses is skateboarding on a city street. The street is lined with palm trees and a large, ornate building is visible on the left. The scene is captured during the golden hour, with a warm, low sun. A dark blue rectangular overlay with white text is positioned on the right side of the image, partially overlapping the street and palm trees. The text reads "KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!".

**KÖSZÖNÖM A
FIGYELMET!**