

Festures

# A JÁTÉK PEDAGÓGIÁJA

Írta:

**FARKAS PÁL**

testnevelési tanár

XB 184148

1989.

KA. GYÖRGY KÖNYVNYOMDAJA SZEGED, KALVARIA UCCA 14. TELEFON: 10 84.

170614/11/1348

~~17479~~ V. 53/19



# Tornaruhák

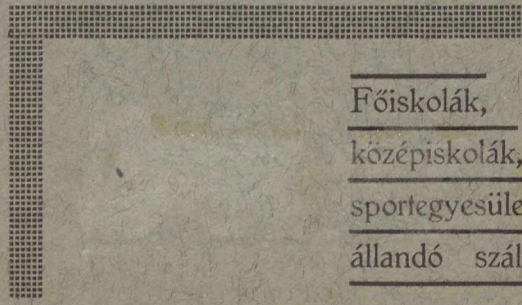
legolcsóbban  
beszerezhető

## Ulbitz István

cégnél

**BUDAPEST, I. Szebenyi Antal tér 1. szám.**

# STRAUB SPORT



Főiskolák,  
középiskolák,  
sportegyesületek  
állandó szállítója.

**Budapest, gr. Tisza István u. 16.**  
**Telefon: 180—262.**

10614 ~~1/215~~

~~7274/9~~ V 53/9



80k

# A JÁTÉK PEDAGÓGIÁJA

Írta :  
**FARKAS PÁL**  
testnevelési tanár



A TF KÖNYVTÁRÁNAI  
ÁLLOMÁNYÁBÓL TÖRÖLVE  
1-1960 sz. évközl.

M. K. Testnevelési Főiskola Könyvtára	
Érkezett: 1929. 07.	ny. n. 28. n.
Lejtárszám: 4492/3	Csoportszám: 10. b.

1939.

1953

1957

SZTE Klebelsberg Könyvtár



J000986748

*szabványosított*

A kölcsönzés határideje

1949 apr. 9

1949 apr. 22

1949 apr. 28

Pedagógiai Iskola, Szeged  
Könyvtár

Lelt. napló tsz.: 32338/1964

## ELŐSZÓ.

A magyar testnevelés irodalma szakmunkákban általában igen szegény, elméleti játékkönyvünk pedig úgyszólván nincsen, miéértis hasznos munkát végzett Farkas Pál testnevelési tanár, volt tanítványunk akkor, amidőn magyar és külföldi forrásmunkák felhasználásával a testnevelési tanárok és ifjúsági vezetők részére „A játék pedagógiája” cím alatt összevonta azokat az elméleti ismereteket, amelyek részükre rendkívül hasznosak lehetnek. Farkas Pál testnevelési tanár könyvében ugyanis nemcsak a játékelméletek beható ismertetésével foglalkozik és annak nemcsak az emberi életben előforduló viszonyait és lelki hatásait, hanem ezenkívül annak általános testi és belső szervekre gyakorolt hatásait is tárgyalja.

Igen hasznosnak tartom azokat a fejtegetéseket is, melyek azokról a veszélyekről szólnak, amelyeket a helyes vezetés nélküli játék a testben és lélekben okozhat.

Bizonyos, hogy ennek a könyvecskének a birtokában a játékvezető szakszerűbben és tudatosabban, tehát jobban tudja a kötelességét teljesíteni, miéértis szívesen ajánlom ezt a munkát a testnevelés körében működő kollegáim figyemébe.

Budapest, 1938. november hó 4-én.

Szukováthy Imre dr.

## A JÁTÉKELMÉLETEK.

Mielőtt bármely vonatkozásban kezdenénk tárgyalni a játékot, vizsgáljuk meg, hogy mit jelent a gyermek szemében a játék; mi az, amit a gyermek a játékban talál akkor, midőn önkéntelenül is játszani kezd?

A gyermeki lélek sóvárog a játék után. Minden alkalmat felhasznál, hogy játszhassék minden tárgy neki egy játékra alkalmat adó indítóok, melyet igyekszik is kihasználni a maga képessége és tudása szerint. Nem törődik azzal, hogy ezen tárgy egy más célt szolgáló eszköz, egy mindennapi életben fontos valami, melynek tökéletes értelmét csak jóval később tudja meg, ő abban egyszerűen játékot lát és ennél az érzésénél fogva játéknak is fogja használni. Nem törődik azzal sem, ha az a dolog, amit kezébe vett, egysemmire sem használható fadarab, vagy cseréptöredék, ő ennek életet ad, képzeletében játékká alakítja át és e képzelet valósággá válik lelkében; a legkülönbözőbb módon szórakozik vele mikor ide-oda hordja, rakosgatja azt. Sokszor a speciális játékeszközét a célnak éppen ellentétes mivoltjában fogja használni, az építőköc-kékből vonatot alkot és tologatja a szoba síma padlóján, vagy parkettjén. Lelke örömmel telik el játéka közben, örül, hogy foglalkozhat valamivel, tetszik neki, mert érdekesnek találja s ebben leli legkedvesebb szórakozását. És hogy ez tényleg így van, mi sem bizonyítja jobban, minthogy játéka közben megfeledkezik mindenről, ami körülötte van, megfeledkezik az evésről, az alvásról addig, míg játékában ki nem elégítette magát, ki nem fáradt, tehát ki nem játszotta magát. Vagy ha keserűség éri gyenge lelkét, megbántotta valami, vagy esetleg dorgálásban részesült, a megtalált kedves játék eltereli figyelmét bánatáról, megfeledkezik róla s percek múlva teljesen a játéknak él. Ha abbahagyja, sokszor ismét sírni kezd, mert lelkében ismét felszabadultak kellemetlen érzései, az előbbi keserű pillanatok érzelmei.

A gyermek tehát örül a játéknak, érdekesnek találja, szórakozik vele. De ezen keresztül a szemlélő, vagy pedagógus már többet vehet észre. A gyermek önkéntelen játékszeretetében sok minden található, amit ő nem tud, nem sejt, de nem is tudhat. Csak azok értik meg, akik foglalkoznak vele, behatóan vizsgálják lelküket játéka közben és magát a játékát. Legelőször is azt tapasztalhatjuk, hogy a gyermek játék nélkül nem tud élni, veleszületett ösztönökényszeríti őt valami tevékenységre, valamivel való szórakozásra, foglalkozásra, munkára. E cselekvésvágya hajtja, ösztönzi őt olyan

felé, ami vágyait minden irányban foglalkoztatni képes. Vágyai: az öröm, a szórakozás, a gyönyör keresése. Mindezek mellett azonban foglalkoztatja értelmét, figyelmét, érzékszerveit, alkotó ösztönét, akaratát, s általában egész lelkét a maga kezdetleges módján az első időkben. De foglalkozik ugyanekkor öntudatlanul testével is, mert hiszen mozgásokat végez, karjait, lábait mozgatja, majd megtanul fogni, menni, futni, labdát dobni stb., ami a játék közben mindinkább többször fordul elő a fejlődés fokozatain keresztül. De nemcsak megtanulja ezeket, hanem be is gyakorolja magát mindezekben jól anélkül, hogy valaki erre kényszerítené. Mozog a gyermek, hiszen a játék a mozgások sorozatából áll s e mozgások elengedhetetlenül szükségesek a testfejlődés biztosítására. A mozgásokkal ugyanis izmait gyakorolja, mely izommunka erősíti a szervezetét, gyorsítja a vérkeringést és ezáltal az anyagcseréjét, munkát ad tüdejének, tehát több jó levegő kerül fejlődő szervezetébe.

Mint láthatjuk, a maga primitív játékában lecsökkentve, de benne vannak mindazon tényezők, melyek elengedhetetlenül szükségesek a fejlődés rendes menetének biztosítására, melyek nélkül fejlődése igen lassú és bizonytalan lenne. Tehát a gyermeknek meg kell engedni, sőt alkalmat kell adni a játékra és nem szabad őt ebben korlátozni. De nem szabad azért sem korlátozni benne, mert attól fosztjuk meg őt, ami neki a legkedvesebb ekkor, mely kihat egész életére: megfosztjuk a gyermekkori játéktortól, a gondatlan és mindennél többet érő boldogságtól. „Ki a gyermeket megfosztja játékörömétől, egész életreszóló boldogságtól rabolja el“ mondja Nőgrády „A gyermek és a játék“ című könyvében. Ehhez pedig nincs joga sem szülőnek, sem testvérnek, sem nevelőnek.

A játék eme fontos szerepét már nagyon régen vizsgálgatták, különböző elveket, elméleteket állítottak fel, hogy magyarázhatasság fontosságát, de bármennyire különbözők is ezek, egyben minden elmélkedő pedagógus és gyermekismerő megegyezett, hogy játék nélkül nincs tökéletes emberi fejlődés, nem alakulhat ki azzá a csecsemő, amire az Isten teremtette a földre. Nézzük tehát röviden, melyek voltak ezen elméletek, mivel magyarázták a játék létét és fontosságát a fejlődő gyermek életében, miért játszik a gyermek?

Vizsgálódásaink kiindulópontja két szempont, amelyek szerint nézzük majd a játékot: 1. szubjektíve és 2. objektíve.

1. Mi a játék szubjektíve? Egy olyan tevékenység, melyet nem kényszeríti a kisgyermekre sem környezete, sem megszokása. A csecsemőre környezete nem lehet hatással, hiszen nem képes felfogni mindazt, ami körülötte van. Hiába játszanak idősebb testvérei a szeme előtt, gyengén fejlett testével és szellemével őket még utánozni sem képes. A megszokása sem magyarázhatja a játék eredetét a gyermeknél, hiszen nem volt mit megszoknia. Tehát a játékra való hajlamot neki magával kellett hoznia a születéssel; ösztöne mozgásra kényszeríti, mely a legkezdetlegesebb játékkal, a fogási kísérletekkel kezdődik és mindig tökéletesedik. Meghatározott célja sem lehet neki vele, mert ekkor már nem játék, hanem

munka. Ha például egy gyermek a homokban durkál csak, vagy a homokot egy helyen felhalmozza, akkor nem lebeg szeme előtt cél, ekkor csak játszik. De ha a darab fából kardot farag a maga kezdetleges módján, már munkálkodik, mert játékeszközt készít magának, hogy azután azzal játszhasson. A játék nem történhet egy idegen célért, célja tisztán önmagából fakad, tehát öncélú. Nem kényszeríti senki a gyermeket arra, hogy a homokot egy halomba hordja, vagy talicskázza és nem korlátozza semmi annak folyását, idejét. Minden a játékos gyermektől magától származik, tehát szabadon rendelkezik a gyermek maga a játéka fölött. Így a játék egy teljesen öncélú és szabad tevékenység, mely tisztán az ösztönök erejéből származik.

2. A játék objektíve való vizsgálásánál fő szempontokat adják a pszichológiai, fiziológiai és biológiai hatások kutatásai és magyarázatai.

a) Ha pszichológiailag vizsgáljuk a gyermek játékát, kutatnunk kell, hogy milyen lelki megnyilatkozásokat találunk benne. Mint előbbi fejtegetéseimben már említettem, a gyermek játéka közben boldog, örül, hogy foglalkozhatik valamivel. Mily boldogan megy a kert egyik sarkába a homokhoz, vagy a fürdőkhöz a vízhez, hogy kis ásójával és vödörrel a homokot egyik helyről a másikra vigye, lyukat ásson, ezt megtöltse vízzel. Vagy mily boldogan raskogtatja képzeletbeli katonáit, a fapálcikákat, mily boldogan ül vesszőparipájára és nyargal körbe az udvaron egyik kezével trombitát csinálva. Ez az öröm a játék cselekvésének indítóoka, mely foglalkoztatja fantáziáját, hiszen az élettelenből élet varázsol, oly tulajdonságokkal ruházza fel, amelyeket látása és hallása útján tapasztalt. Sétája közben látta a lovakat, tehát játékában a fapálcából lovat csinál, hallotta a lovaskatonák masirozása közben a kürtszót, tehát ezt is utánozni fogja. Annak a játéknak fog igazán örülni, melyet maga készített el fantáziája segítségével, azzal a játékkal fog igazán játszani, melyet fel tud ruházni valami élő, vagy létező tárgy tulajdonságával és nem annak, mely már az eredeti tulajdonságokkal teljes mértékben rendelkezik. A gyermekben benne van az alkotás ösztöne, melynek valami módon feltétlenül útát kell engedni. Ezzel magyarázható az, hogy a megkapott kész játék, mely tökéletes mása az életben előforduló mozdonynak, gépnek, első pillanatokban lekötő érdeklődését, játszik vele, de alkotó ösztöne munkára, tevékenységre hajtja, maga akar ilyent csinálni s mivel ezt nem tudja, szétszedi azt, tehát rombolni fog. Stuhlmann Patrik dr. „Az ifjúkor lélektanában a következőket mondja: „A játékszer ára és becse fordított viszonyban állanak egymással. Ha a játéktárgy tökéletes technikai kivitelű, ott a gyerek alkotó erejének, fantáziájának kevés szerepe lesz“. És ebből a fantázia-szegény játékörömből az alkotás negatívuma, a rombolás következik.

Fantáziájának csapongása engedheti meg azt, hogy míg egyik pillanatban a vesszőből paripát alkot, a következő pillanatban már a „paripát“ ostornak, vagy kardnak fogja használni. Szabadon száll képzelete, szabadon használja más és más tárgy utánzására egyszerű

játékszerét és ez ad nagy örömet. Általában mondhatjuk, hogy a gyermek játékát „a kellemes érzetek könnyű és szabad váltakozása jellemzi”. (Kant megállapítása.)

b) A fiziológiai magyarázatok több elméletet állítottak fel, melyek közül egy sem fedi teljes mértékben a gyermeknél a játék eredetének elfogadható valóságát.

1. Az egyik elmélet azt mondja, hogy a gyermek nem dolgozik még komolyan, nem folytat komoly munkát s így nincs, ami teljesen elfogyasztaná energiáját. Ezen energia kikiváncozik belőle, tehát szabad folyást enged ennek a játékban. Mindazon erőfölösleget, melyet a fejlődése, csekély mozgása nem használ fel, a játékos mozgások, tehát a játék útján igyekszik érvényesíteni. De ha megfigyeljük, hogy a kifáradt gyermek még mindig játszik, a beteg gyermek is játékban leli szórakozását, Schiller és Herbert Spencer ezen erőfölösleg elméletét nem fogadhatjuk el teljes magyarázatul.

2. Ezen elmélettel éles ellentétben áll az üdülés elmélete, mely szerint a gyermek játékában testének és szellemének felfrissítését, felüdítését keresi. Előfeltétel tehát, hogy a gyermek testileg és szellemileg fáradt legyen, valamivel már foglalkoznia kellett, hogy ezen elméletet megmagyarázhassuk. Azonban nagyon jól tudjuk, hogy a kisgyermek nem munkálkodik, amit nála munkának vehetünk, az maga a játék, tehát magában a játékban fáradt el. De tekintve ettől, egy másik súlyos ok is bizonyít ezen elmélet ellen. A gyermek a leghosszabb alvás, a legteljesebb pihenő után is játszik, ha körülményei megengedik. Nincs tehát elfáradva, nincs szüksége üdülésre, hogy játszhassék.

3. A harmadik elmélet szerint a játék indítóokát a multban kell keresni, mert összehasonlítva az emberiség fejlődését a gyermek-játék fejlődésével, bizonyos hasonlóságot találunk benne. Stenley Haal ezen atavisztikus elmélete szerint az ősember kezdetleges, tisztán az élete megóvására és élelmének megszerzésére vonatkoztatható mozgásai jelentkeznek a gyermeknél egyszerű formában. Majd a fejlődés további során a nemzedékek bizonyos tevékenységeinek maradványait véli kiolvasni a gyermeki játék fejlődésében. Lamarc szerint: „A játék nem egyéb, mint reflexszerűvé vált hajdan komoly foglalkozás, mely a leszármazott generációban öröklött hajlam s akkor is működésbe lép, mikor komoly célja nincs”.

Igaz, hogy a kődobást az élelem megszerzése és életfenntartása közben használt mozgásokra lehet visszavezetni, hiszen így ejtette el a vadat, így védekezett támadói ellen az ősember, de sokkal kézzelfoghatóbb és sokkal inkább megérthetőbb magyarázatokat is találunk.

c) A biológiai magyarázatok alapján a következő elméleteket állították fel:

1. A begyakorlás elmélete. Az ember születésével olyan dispozióiót hoz magával, melyet a fejlődés folyamán be kell gyakorolni, hogy azt az életben érvényesíteni tudja. Éppen így a nem teljes fejlettséggel született állatoknak is szükséges képességei-

ket begyakorolni. Ezzel magyarázza Karl Groos a kismacska játékát, melynél a mozgó tárgy felkelti benne az ösztöneit, az egér elfogását, begyakorolja ugrását, játékát s ezzel képességeit tökéletesíti, mely az életben az élelem megszerzését célozza. Tehát a kismacska is végigéli játékos gyermekkorát, mely alatt a játék által begyakorolja szerveit, tökéletesíti azok munkáját. Éppen így a többi állatfajoknál is megtaláljuk ugyanezt, de mindegyiknél más és más módon, mely függ az ő életcéljától, életkörülményeitől. A kismadár szárnyizmaít mozgatja, hogy erősödjének azok s mikor elkövetkezik a repülés megtanulása, elegendő ereje és ügyessége legyen hozzá. Az orosz-lánkölykök a homokban hemperegve játszanak, erősítik lábizmaikat, mikor egymásra ugranak. Életük fő vonalát az élelem megszerzése és életük megvédése adja, tehát játékaikban a főmotivumot a gyors és kellő pillanatban történő ugrás, a helyzetek előnyeinek kihasználása és a testi erő és ügyesség érvényesítésének lehetőségei fogják adni. Darwin szerint: „a csecsemő állat és gyermek olyan mozdulatokat végez, mely az ő életfenntartására vonatkoznak“.

A gyermeknek éppen így nagy szüksége van a képességeit begyakorolni, hogy az élet által feladott nehéz helyzeteket könnyűszerrel megoldhassa, a feladatoknak megfelelhessen. Az ösztönökből eredő mozgások eleinte csak a testi fejlődést célozzák, majd mindinkább szerephez jutnak az ész, az értelem, majd a különböző érzékszervek.

2. Ezen begyakorlás elméletét egészítette ki Carr azzal, hogy a gyermek az újonnan szerzett képességeit a játék útján igyekszik utólag begyakorolni, hogy azokat el ne veszítse s érvényesíteni tudja majd az életben.

3. Lange a játéknak más nagyon fontos tulajdonságot is ad. Ugyanis a fejlett egyénnek az élet nem ad alkalmat minden hajlam és képesség tökéletes kifejlődésére, kifejlesztésére és mindezt akarja pótolni a játék. Tehát egy hézagpótló szerepe van a játéknak a felnőtt korban, melyet egyesek kárpótlás, mások kiegészítés elméletének neveztek el.

4. És hátra van még Carnak a tisztulási elmélete, mely szerint a gyermek születésével magához hoz olyan hajlamokat is, melyek kifejlődése az életben csak hátrányt jelentene az egyénnek és a társadalomnak. Ettől akarja a játék megtisztítani a fejlődő egyént.

Most láttuk a különböző elméleteket, láttuk azok magyarázatát. Minden elméletben van valami, ami elfogadhatónak látszik és van valami, ami nem fedi teljesen a valóságot. A következőket azonban levonhatjuk a tapasztalatok alapján. A gyermek szívesen játszik, hiszen az életfeltétele a fejlődő korban, de semmi külső ok nem kényszeríti erre, tisztán magáért a játékért játszik. Játéka közben azonban önkéntelenül gyakorolja magát, erősíti testét, annak izomzatát, tökéletesíti mozgását, ügyességét, érzékszerveinek munkáját, tehát feltétlenül az életre készül elő, mely sok oldalról fogja próbára tenni tudását, ügyességét és általában összes testi és lelki képessé-

gét. Mindazon megállapítások mögött, melyeket az elméletek felállítottak, ott lebeg az igazi magyarázata a játéknak, melyet semmi elmélet nem képes eltörölni, mely mindegyik elmélet alapja: a játék a tökéletes felé való fejlődés útja, előmozdítója, segítőtársa és egyben kísérő jelensége is.

## A JÁTÉK AZ EMBER ÉLETÉBEN.

Láttuk a különböző elméleteket, melyek meg akarják magyarázni a játék eredetét, kutatják, hogy honnan eredhet az, mi a megindító rugója. Fontosnak tartom, hogy mielőtt a játék lelki és testi hatásait közelebbről vizsgálónok, vessünk egy pillantást az ember életébe...

Ha végiggondolunk ifjúkorunkon, ha felidézzük a multat, ha ismét gyermekkorunkba szállunk vissza, sok kellemesen eltöltött óra fog eszünkbejutni, melynek mindegyikéhez egy-egy szép emlék fűződik. Hányszor jutnak emlékezetünkbe a kisgyermekkor játékos órái, hányszor idéződik fel a játszótársakkal eltöltött délelőtt kedves percei! Mily boldogan mentünk már reggel az udvar homokos sarkába, hogy ott várat építsünk, alagutat vájjunk, csatornát alkossunk, hidakat készítsünk s az elkészített homokvárat vízzel vegyük körül, vagy a mesterséges folyóban fadarabokat úsztassunk lefelé. Mennyire örültünk a magunk készített papírcsákónak és farkardnak, melyet fejünkön és oldalunkon viselve rohantunk körbe az udvaron, szobában, vagy a folyosón, valóságos hadvezérnek képeltük magunkat. Mindezek a játékos gyermekkorunk emlékei, melyeket nem tud kitorölni lelkünkben az idő múlása, a tanulás, az élet nagy elfoglaltsága, bajai, örömei, mert ezek örökké élni fognak bennünk.

Ha egy gyermekjátékszótér mellett elhaladva megállunk és elnézzük a 4—5 éves fiúcskák játékát, mindannyiszor a magunk gyermekkorát látjuk újra leperegni, mindannyiszor eszünkbejut a boldog és gondtalan multunk. De kísérjük életünk folyását, kövessük fejlődésünk útját napjainkig, észre kell vennünk, hogy ezen gondtalan játékoskor folytatódott életünkben megszakítás nélkül, csupán kisebb-nagyobb változáson ment keresztül. Mindenütt, minden körülmények között megtaláltuk a magunk játékát, mindenütt és mindenki vel elszórakoztunk szabad időnkben. Az iskolás korunk kezdetén az órák közötti szünetekben az egyszerű fogócskák, majd később a testedző játékok egész tömege kísér az érettségünk napjáig, mikor ezeket legtöbbször felváltja a komolyabb és nagyobb küzdő és szórakoztató játék sokasága.

De a játékok sorát nem a fentebb említett homokban való játék nyitja meg. Az ember már játszik születése után mindennel, aini kezébe kerül. A csecsemő minden mozgása már ennek nevezhető,

A darab papiros, vagy bármilyen tárgy, melyet megfog, játékszer neki. Figyeljük meg a kisgyermeket, a csecsemőt, amint mozgatja karjait, lábait: életösztöne készletti mozgásra s ezen legprimitívebb mozgásából fejlődik, erősödik teste, testének izomzata. Nem kényszeríti őt senki és semmi más mozgásra, mint veleszületett ösztöne. Ez az ösztön pedig az életfenntartásának erejéből sarjad, mely életének első napjaiban is már megnyilatkozik. Ugyanezt találták és találhatjuk az újszülött állatnál. De az egyszerűbb testi felépítésű állatoknál a fejlődés sokkal gyorsabb és kezdeti stádiuma is már nagyobb, mint a tökéletesebb felépítésűeknél. Ezen állítást bizonyítja a kiscsírke esete, mely alig bujik ki a tojásból, már tud menni, a kiskacsa már tud úszni és maga képes táplálékát megszerezni. A kiskutya már tehetetlenebb. Leghosszabb fejlődési időt a kisgyermek futja be. Hosszú e fejlődés, leghosszabb a földön lévő összes élő szervezetek között, de e hosszú fejlődés a legtökéletesebbet biztosítja. Mire az emberi csemete járni megtanul, az állatok közül sok már utódoknak ad életet.

E hosszú fejlődés minden fázisában más és más köti le a gyermek érdeklődését. A saját végtagjainak mozgatásán kívül figyelmét leköti a látás és hallás útján szerzett tapasztalatai. A bölcsőben fekvő gyermek figyelmét, érdeklődését leköti, illetve felkelti, ha hozzá beszélnek, énekelnek neki, vagy füttyülnek, odanéz és figyelemmel kíséri a hangforrást. De érdekli az is, ami körülötte mozog. Ha újjainkat mozgatva közeledünk feléje, figyelmét megragadja ez és nem egyszer mosolyt vélünk arcán feltűnni. Ezért rázzák a síró csecsemő előtt a játékcsőrgőt. Ez lesz első játéka a hatodik-hetedik hónapban durkálni, de szívesen bámulja az alagútkészítést, a vízzel de ha el akarják venni, sírni kezd. A csörgővel játszik. Erre mondja Ischikawa: „ezen játék aktív fogásmozdulatokból áll, a csecsemő megragadja a feléje nyújtott papírt, csörgőt s különböző aktív mozgásokat végez vele“. Eleinte nem tud játszani, hiszen még fogni sem tud, de a látás és hallás útján tapasztalatokat szerez, melyeket később felhasználhat. Figyelme feléje irányul s ez már a játék iránti érdeklődéséből ered. Ösztönszerű ez még mindig. Példa erre az, hogy mindent, amit elérhet, megfoghat, játéka közben a szájához visz, mert életfenntartási ösztöne vezérli mozgásait. Majd a fejlődése folyamán a tanultakat és látottakat igyekszik érvényesíteni mozgásában, rájön arra, hogy a csörgő rázása hangot ad, tehát ő is igyekszik ezt végezni. Általában minden mozgása a fejlődését igyekszik előmozdítani, ezért fog meg mindent, ezért mozgatja tagjait. Ezen mozgás alaprugója az ösztön, lassanként átalakul cselekvési vágygá, mozgását mindjobban áthatja a cselekvési vágy érzete, mely a játékvágy alapját veti meg.

A járni még éppen hogy tudó gyermek leül az idősebb testvére játéka mellé, figyelemmel kíséri annak mozgását, cselekedetét, játékát, de maga még nem tud benne résztvenni. Igyekszik ő is a homokban durkálni, de szívesen bámulja az alagútkészítést, a vízzel együtt lefelé úszó habokat, vagy fadarabokat s e szemlélet sokszor

ki is elégti. Majd maga próbálkozik meg, de alkotása tökéletlen. Eddig a korig azzal játszott, amit kezébeadtak, de a harmadik évtől kezdve már maga megy játékot keresni, játékot készíteni s nincs nagyobb öröme, mint egy maga által készített játékkal való foglalkozás. Alkotóképessége már kezd kibontakozni. Utánozza a felnőtteket és az állatokat. Egyszer a darab lécből, vagy keménypapírból kocsit készít, megrakja földdel, kövel, homokkal és a földön csúszkálva húzza magaután, majd kocsisnak képzeletben magát és a képzeletbeli lovakat hajtja játékosorával, esetleg maga lesz a kiscsikó s ugrálva halad körbe az udvarban. Utat enged a fejlődő ösztöneinek megnyilatkozásában. Négy éves korában már szívesen játszik társai mellett és velük együtt s nem egyszer napokon keresztül engednek fantáziájuknak, játékosztönüknek, mely a legkülönbözőbb társasjátékokban nyilvánul meg. Lovacsáznak és futkosnak, majd hirtelen valami csendesebb játékban lelik örömüket. A legnagyobb elmélyedésből hirtelen más játékba csapnak át, gyorsan változtatják foglalkozásukat. Képzeletük szabadon csapong s ezen változás játékaiban azonnal meg is nyilvánul. A kisdarab fácskákból a homokban erdőt csinál, majd sorbarakja őket és katonák lesznek.

✖ Elérkezik az iskolás korhoz. Itt több hasonlókorú és felfogású gyermektársra talál, kikkel szívesen van együtt. E kor hozza meg a játékok legkülönbözőbb variációját. Dr. Nógrády L. említi „A gyermek és a játék” c. könyvében: „a legélénkebb és legszínesebb a játék élvezetének öröme a 8—14 éves gyermekben. Ebben a korban játsza a legtöbbféle játékot s ebben motiválja a játékát a leggazdagabb változatban... És ez az a kor, melyben a gyermek mindentől játékot csinál, mindennel játszik, a komoly dolgokat kiforgatja valójából s a maga tetszésének megfelelően játékká alakítja”. Mindenből játékot csinál, ami kezeügyébe esik, beleképzeletben magát azon tárgyak, vagy élők helyzetébe, mely vonatkozhat állatra, emberre, utánozza azok szokásait, cselekedeteit. Mindig több és több tudatosság lép fel játékában. Tapasztalata és megfigyelése útján szerzett észrevételeit mindjobban érvényesíti szórakozásában. Láttá, hogy a katonák kemény lépésekkel menetelnek, tisztelegnek, tehát ő is papírsáskóját fejére téve, merev tartásban, katonásan lépve tiszteleg sokszor teljesen ismeretlen, de katonaruhában lévő egyénnek. E korban már vagy szülei vezetésével, vagy az iskolával templomba jár, látja a miséző papot s e szemlélet megnyilatkozik játékában. Otthon társaival miséznek, hol legtöbbször a pap szerepét tölti be. Számptalan példát lehetne felhozni még ezen utánzásra, hiszen minden meglelhetünk ott, amit tapasztalt, látott és hallott.

De az iskola és környezete hatására játékaiba mindjobban tért-foglal a tervszerű tanítás által ismertté vált játékok hatása. Lassanként megismeri a labdajátékokat, a fogójátékokat s ezekkel szórakozik a megfelelő környezetben. Különösen a nagyvárosokban élő gyermekek 10 éves korukban már teljesen elhagyják a kisgyermeki játékokat, utánozzák a nagyokat, a labdajáték foglalja le őket teljesen, ha szabadba kerülnek.

Ezen labdajátékokkal egyidejűleg lelkükbe lopakodik a nagyobaktól látott küzdőjátékok szeretete. Minden szabadidejét ennek akarja szentelni, sőt nem egyszer kötelességteljesítése rovására. Hajtja a mozgásvágya, társainak csábítása és labdaszeretete. Mint a vihar előtt a galambok, a szelídség példaképei szárnyrakelnek, röpködnek és kergetőznek a levegőben, nyugtalanokká válnak, épp így a gyermek is érzi a közelgő vihart, mely benne évekig fog dúlni, nyugtalan lesz, fékevesztett szilajsággal űzi a labdát, kergeti társait s majdnem végkimerülésig játszik. Azonban vannak a pubertás előtti korban fiúk, kik már nem annyira a nagy mozgás, mint inkább a könyv és csendesebb szórakozások után vágnak. Ezt az egyes gyermektípusok szerint bírálhatjuk el. Itt már megnyilatkozik a fejlődő gyermek egyénisége, rátermettsége. E két típust határozottan megkülönböztethetjük. Míg az elevebb, jobban mozgó, mondhatni élénk gyermek teljes énjét, tudását és ügyességét viszi bele a játékba s valósággal kétségbeesik, ha a játékban a vesztes félhez tartozott, hajtja őt a győzniakarás, nem nyugszik, míg csapatát győzelemre nem serkenti. A játék befejezése után még sokáig vitatkozik társaival az eshetőségekről, mindenáron új játékot kíván. Ezzel szemben a csendesebb, a nyugodtabb természetű fiú, ha részt is vesz a játékban, igyekszik a szabályoknak elegettenni, csapatának érdekeit képviselni, de teljes énjét nem tudja beleadni, a győzelem boldogsága és öröme kihat ugyan rá, de a veszteség nem tudja letörni, a játékban csak pillanatnyi szórakozást lát. X

De elérkezik az éréskora, mely kitörülhetetlenül ráüti bélyegét a fejlődő gyermek egyéniségére. Nem egyszer vettem észre tanítványaim között, hogy a már 15—16 éves ifjúk egész kisgyermekeknek való játékkal szórakoznak még. Tetszik nekik az énekes gyermekjáték, összekapaszkodnak 8—10-en és vidám arccal mosolyogva haladnak körbe az udvaron énekszóval és tánclépéssel. Máskor pedig a nehezebb küzdőjátékban a legteljesebb komolysággal vesznek részt s valóságos élet-halálharcot vívnak a legjobb barátok egymással szemben. Míg az előbbi az elmúló gyermekkor utolsó fellobbanása volt, emez utóbbi már az érett férfiú első megnyilatkozása. Ez a hangulat változik bennük kiismerhetetlenül s ez jellemzi játékaikat is. Mint egyesekkel folytatott beszélgetéseimből kitudt, felismerik a játék komolyabb és testedző hatását, szívesen is vesznek részt benne, de arra a kérdésre, hogy akkor miért játszanak ily kisgyermeknek valót: „mert érdekes”, volt a válasz.

A nagy viharok elmúlnak, a levegő megtisztul, a víz elcsendesedik, a vihar által felvert hullámok elsímúlnak s ismét nyugodt lesz a tó tükre. Az ifjú lelke is megnyugszik, a vihar eltávozik belőle s kialakult a nagy fergetegben az igazi, kiforrott egyéniség. Ekkor már a játékot úgy tekinti, mint ahogyan tekinteni is kell ebben a korban. Érdeklő, mert ismeri testfejlesztő hatását, szívesen tölti el szabad idejét ezzel, mert kellemes szórakozást biztosít neki, örömmel vesz részt benne, mert szervezete megkívánja. A játék iránti szeretete meg is marad benne élete végéig. Hogy

azonban nem mindenki vesz részt benne, ez legtöbbször az élet-körülményeinek, elfoglaltságának, anyagi viszonyának és nem utolsósorban talán magának az egészségnek tudható be.

Mint e rövidke fejtegetésből láthatjuk, a játék végigkísér egész életünkön. De nem volna teljes fejtegetésem, ha nem folytatnám azzal, amit eddig nem találtunk a játékban. Ugyanis eddig csak azt láttuk, hogy a kisgyermekkortól kezdve játszik az ember, mely csupán egy tény, egy megállapítás, melyet nem lehet letagadni. Nógrády szavait idézem: „a gyermek mindig játszik, ha egészséges, vagy legalább is szeretne játszani, ha nem korlátozzák”. Nincs kivétel, nem csinál különbséget a társadalmi osztály, a környezet, az anyagi lehetőség, a gyermek képessége. Éppen úgy fog játszani a jövőbeni kor gyermeke, mint a régi görögök idejében, vagy éppen úgy fog játszani a kis tanyai fiúcska, mint a gazdag villatulajdonos gyermeke a külön játszótéren. Nem fog különbséget tenni a szülők anyagi helyzete sem, mert a gyermek természete, különösen kisebb korában, azokat a játékokat szereti, melyeket maga készített. Talán pillanatnyilag nagyobb örömet fog okozni a karácsonykor kapott villamosvojnát, mely a modern technika legcsodásabb alkotásait adja kicsinyben és mely 3—4 szobán át fog száguldani váltókon és állomásokon át színes jelzőkarok ki-kigyúló fénye mellett, de ez a játék addig fogja csak érdekelni, míg megismeri, míg egyszer-kétszer kijátszotta magát vele, majd elkövetkezik rövid idő múlva, hogy szívesebben tologatja az építőkockákból összerakott vonatot a képzelt állomások felé, vagy nagyobb örömet fog találni a maga által összeállított játékszerben. Ennek mását megtalálhatjuk magunkba felnőttek, ha egy kicsit kutatunk utána. Sokkal nagyobb örömmel fogom hallgatni a magam által készített rádiót, mely talán nem is oly tökéletes és szép, mint a drága pénzén vett gyári készülék, de sokkal több örömem lesz benne. Így van a gyermek is a maga készített játékával.

A játéknak azonban olyan oldalát szeretném most boncolgatni, mely e tényen kívül áll, de ezen keresztül kell vizsgálnom. Ezek azon hatások, melyeket a játék a fejlődő gyermekben kivált, amely hatások a megfelelő vezetés mellett feltétlen be fognak következni s mely hatások miatt tulajdoníthatunk a játéknak hatalmas szerepet az egyén kialakulásánál. E hatásokat két nagy csoportra osztom: lelki és testi hatások csoportjára.

### A JÁTÉK LELKI HATÁSAI.

Eddig láttuk a játékról szóló elméleteket, láttuk, hogy mi a játék a fejlődő gyermek életében, láttuk, hogy a fejlődéssel szoros kapcsolatot tartanak fenn a játékok, hogyan változnak a fejlődés egyes korszakaiban a játéktípusok, most nézzük, hogy melyek azok a hatások, melyeket egy pedagógus éber és állandó kutató sze-

me a játékban felfedezhet. Vizsgáljuk meg, hogy míg a játékerszág hatalmas birodalmában sétálgatunk megfelelő vezetés mellett, milyen jó hatások ragadhatnak ránk, illetve kell, hogy ránkragadjanak és milyen hatások azok, melyek a helytelen vezetés mellett, mint nem kívánatosak, veszélyeztetik a játék nagy nevelői fontosságát. Mert ha elfogadjuk azt a megállapítást, hogy a játék az életre készít elő, feltételeznünk kell, hogy találkozunk közben oly hatásokkal, melyek jó irányba terelik a nevelést és viszont lesznek olyan hatások is, melyek éppen ellenkező eredményt érhetnek el, ha a vezetés nem gondoskodik ezek kiküszöböléséről, a játékszabályok nem akadályoznák meg ezek kifejlődését. Ezeket fogjuk látni a következő fejtegetéseinkben, rámutatva és utalva példákkal a közismert játékok köréből.

A kisgyermek játékát leegyszerűsített játéknak találjuk, mely kezdetleges formáiban és mozgásaiban alapját képezi a későbbi nagyobb mozgású és hatású játékoknak. S mivel ezen kezdetleges játékoknál a hatások nem figyelhetők meg oly tökéletesen, mint a későbbiekénél, példáimban mindig a felnőttek, vagy serdülők, esetleg a 10 év körüli gyermekek játékára fogok utalni. Párhuzamot fogok vonni a játék és az élet között, hogy lássuk, mennyire hasonló helyzetek állnak fenn a kettőben, mennyire hasonló helyzetek elé állítja a játékost a maga foglalkozása és az élet ezer változatossága.

Az ember bármilyen pályára lép, bármilyen munkába kezd, mindenütt megtalálja a kiindulópontot, melynél utasításokat kap. Ezen utasítások, munkánk vezérfonalai megmondják, megmutatják, hogy hogyan kell munkánkat kezdeni, mi a munkánk tulajdonképpen, milyen hatáskörben fogunk dolgozni s mennyire mehetünk el munkánkban. Ezen utasítások megkötik kezünket, meghatározzák teendőinket, de egyben állandó figyelmeztetésül szolgálnak nekünk, hogy kötelességünk helytelen elvégzése, vagy a szabályok mellőzése rossz eredményt fog felmutatni. Éppen így a játékban is megtaláljuk ezen utasításokat a játékszabályok ismertetésénél, hol megmondják a játék lényegét, de ugyanakkor tudtul is adják azon korlátozó szabályokat, melyeken belül szabad csak érvényesíteni tudásunkat, képességeinket, erőnket, stb. Mindaz, ki ezen korláton kívülre jut, a játékszabályokkal kerül szembe s viselnie kell a szabályok által előírt büntetést. Ezen büntetés pedig semmi körülmények között sem lesz a játékosra előnyös, hiszen ő vétkezett, neki kell bünhődnie. Csak az a játékos fog tudni megfelelni a szabályoknak, ki soha sem lépi keresztül a korlátokat, minden körülmények között figyelmeztetetten viselkedik s még akkor sem tér le a helyes útról, ha a kis szabálysértés, a kis jogosulatlanul szerzett előny, vagy a meg nem engedett helyzetkihasználás oly csábítóan kínálkozik is, esetleg egész játékunk kimenetelét javunkra döntheti. A labdarugásnál az ellenfél kapuja előtt álló csatár egyetlen kézmozdulatával oly helyzetbe hozhatná magát és a labdát, hogy a játékvezető nem venné észre jogosulatlan előnyszer-



zését és a mérkőzés kimenetelét döntően befolyásolhatná. De a fegyelmezett játékos egyéniségével nem fér össze a szabályellenes előnyszerzés. Mekkora fegyelmet árul el az a csapat, mely kétés helyzetekben a kárára megítélt büntetést hang nélkül viseli el s inkább tudásával igyekszik kipótolni az így elvesztett előnyt. Mily csúnya például a játékezőtől szembeszállni, esetleg tettelegességgig vinni a dolgot egy félreértett, vagy teljesen nem tiszta helyzet miatt. A fegyelmezett játékos a véletlenül vele szemben elkövetett durva játékos nem igyekszik maga megbüntetni azzal, hogy majd visszaadja ugyanúgy, hanem a játékezőre bízza az ügyet. Fegyelemre van szükség minden játéknál, hiszen csak az tudja magát alávetni a vezető ítéletének és ezen keresztül a játék szabályainak, aki önfegyelmével le tudja győzni szenvedélyeinek kirobbanását, tud saját magának is parancsolni. Ezzel nemcsak magának tesz jót, hanem ezen keresztül csapatának is, hiszen a büntetéssel, mellyel a vezető a szabálytalanságot igyekszik megtorolni, azt is súlyosan bünteti. Hányszor látunk fegyelmezetlen játékosok kiállítani már esetleg a mérkőzés kezdetén, mely nagyon nagy előnyt jelent az ellenfélnek. A győzelemre törő csapat minden tagjának a legnagyobb fegyelmet kell tanusítani, hiszen sokszor megtörténik, hogy jó játékos nem tudnak alkalmazni éppen fegyelmezetlensége miatt.

Minden játékban nagy fegyelemre van szükség többé-kevésbé és ez a szükségesség nevelni fogja azt, az állandóan adódó helyzetek egymásután teszik próbára a csapatot és annak minden tagját. Ha pedig a próbát sikerrel állják ki, fegyelmük feltétlenül erősödni fog ott, ahol már az megvan és növekedni ott, ahol az még teljes mértékben nem található meg. A játékban fegyelmezett ember az életben is meg fogja tudni a fegyelmet találni és tartani, hiszen játékos korában begyakorolhatta magát benne.

Mint már az előbb említettem, a fegyelmezett ember tud magának parancsolni, tud uralkodni magán. Ez az önuralom, mely szorosan együttjár a fegyelmezettséggel, illetve annak egyik alkotó eleme. Mekkora önuralom szükséges a játéknál akkor, midőn látjuk, hogy a célunk elérése, a labdának megszerzése talán ellenfelünk egyik játékosának egészségét veszélyezteti s inkább lemondunk erről, sem hogy abból valakinek kára lehessen. Erre is és az ellenkezőjére is találhatunk példát bőven. Mily visszataszító látvány a földön fekvő kapust lábbal támadni, hogy kirugjuk a labdát kezéből és ezzel igyekezzünk javítani a csapatunk helyzetén. Sok játékos nem gondolkozik ilyenkor, nincs elegendő önuralma, egyetlen rugással súlyos sérüléseket okozhat. Kísérletezésünk sokszor úgy sem járna eredménnyel és maguk a szabályok is szigorúan tiltják. De sok, kevés önuralommal rendelkező játékos megfélemledik magáról, nem lát senkit, nem néz semmit, vad érzelmeit nem tudja korlátozni, nem tud uralkodni saját magán. Igen jó példa az önuralom hiányára az az eset, melyet többször láttam már mérkőzéseken. Az ellenfél csatára közeledik a kapu felé, a vezető sípjele megállítja a mérkőzést szabálytalanságok miatt, de a kapu

felé törő játékos hiába hallja három lépésről a sípjelet, a meg nem mozduló kapus mellett bevágja a labdát, mert nem tud parancsolni magának, elfogyott önuralma s a vad szenvedélye lett úrrá rajta. Nagyon szép példáját láttam már ennek ellenkezőjére is akkor, midőn a vízből kiemelkedett s dobásra készülő magyar vízipóló játékos karja a vezető sípjelére nem a kapuba vágja a labdát, hanem annak a játékos társának adja, kit az ellenfele a vízbe nyomott le, hogy minél kevesebb idő múlva ismét támadásba mehessenek át.

Mindazon játékos, ki a fegyelem és önuralom magas iskoláját végigtanulta a játék keretében, az életben nem fog furcsa helyzetekbe kerülni, meg fogja tudni magát tartani olyan dolgokkal szemben, melyek talán a pillanatnyi váagnak kedveznének, de a tulajdonképeni értékük káros lehet. Az a hivatalnok, ki becsületesen végigjárta ezen iskolát, nem fogja megtenni, hogy akták tornyosuljanak asztalán s közben ő kollégáival, vagy telefon útján ismerőseivel negyedórákon át kellemesen csevegjen. Neki fontosabb lesz a munka elvégzése a munkaidőben s a szórakozás csak a pihenési időre fog esni. Vagy ha megszokott tízóraijának ideje el is következett, nem fogja engedni, hogy a várakozók sorfalat álljanak íróasztala mellett, míg ő nyugodtan elfogyasztja azt. Önuralma le fogja győzni a jelentkező éhséget.

Az ember élete kellemes és kellemetlen érzések váltakozásából tevődik össze. A kellemes érzést könnyen viseli el az ember, de a kellemetlen mindig valami kis nyugtalansággal jár. Ennek elviseléséhez pedig türelmesnek kell lennünk, mert ezt senki el nem kerülheti. Nincs oly tökéletes élet, melyet egy kis kellemetlenség meg ne zavarna, tehát mindenkinek szüksége van türelemre, hogy ezen baj nélkül áteshessen. Maga a játék is váltakozik ezen két érzés között. A legügyesebb és legnagyobb tudású játékos is kerülhet olyan helyzetbe, mely nem kellemes neki, hiszen szerencse nem kíséri tudását és ügyességét, a következő perc pedig már meghozhatja azt. Minden helyzet, minden másodperc változtathatja ezen érzéseket, tehát hozzá kell igazodni, nem szabad türelmünket elveszteni. Kellemetlen érzést vált ki a játékosokból az ellenfél csatárjátékosainak heves támadása kapunk ellen még akkor is, ha nagy fölényünk már eredményekben is megnyilatkozott. Hányszor vesztett már biztos nyeresre számító csapat az utolsó percekben, mert türelmetlen a fokozatosan halmozódó kellemetlen érzések mind gyakrabban érik. Ezen türelem-hiány idegességben nyilvánul meg, össze-vissza kapkodnak, a kínálkozó helyzeteket nem tudják jól kihasználni s a nagy fejetlenségben az ellenfél feltalálja magát, türelmes játéka, többszöri kísérlete biztos eredményt hoz létre. De türelmünk jelenlétét bizonyítjuk akkor is, ha a véletlent, a játék közben annyiszor előforduló sértést nem igyekszünk magunk megtorolni, hanem bízunk a vezetőben, ki majd észre fogja venni. Így a játék nem is fajulhat el durva verekedéssé, hanem az az igazi játék fejlődik ki, melyet a szabályok biztosítanak nekünk.

Az élet hányszor lep meg súlyos csapások sorozataival, melyeket türelmesen kell viselnünk, nem futhatunk meg azonnal az élet elől, hanem türelmesen várjuk elmúlását. Mennyivel könnyebben viseli el a játékban a kellemetlenségekhez hozzászokott egyén a hosszabb betegségeket, mely teljes tétlenségre kárhozhatja, mert tudja, hogy a kellemetlent a kellemesnek kell felváltania, megszokta már ezt. Vagy a nagyfokú és megerőltető szellemi, vagy testi munkát is jobban bírják azok, kik sokat játszottak, hiszen türelmük a játék közben megtanította őket, hogy az elvégzett, a türelmesen végzett munka kellemes érzésekkel lep meg. És minél nehezebb, minél több türelmet igénylő munkát kellett elvégeznünk, annál nagyobb lesz örömünk, nagyobb lesz kellemes érzésünk, mely bennünket a munka elvégzése után fogadott.

Sokszor találkozunk az életben olyan egyénekkel, kik könnyen befolyásolhatók, kiknek elegendő valaki véleménye, hogy eredeti önvéleményüket megváltoztassák és sokszor éppen ellenkező felfogást alkossanak. Hiányzik belőlük a következetesség. Sokszor e véleményváltozás nem mások befolyására, hanem önönmagunkból fakadó hatásokra következik be. A sportok különböző fajainál is találkozhatunk ily egyénekkel, kik rövid időnként változtatják a sportágakat és egyiknél sem tudnak kitartani. Határozottan merem állítani, hogy az ily serdülőkoron túl lévők nem játszottak eleget, nem tanultak a játék alatt megfelelő módon, nem készültek el az életre kellőképen. Ennek kétféle magyarázatát találok, ahogyan visszaemlékezem ily egyénekre. Az egyik a játék testi hatását juttatja eszembe. Az illető testi képességei a játék útján nem fejlődtek ki a megfelelő módon, nem tud rájönni, hogy melyik az a sportág, mely neki legjobban megfelel. Ez azonban most nem tartozik ide. A lelkieket véve alapul, nem szerzett elég következetességet. Ugyanis a gyermek mindig kiválaszt magának egy olyan játékot, melyet hosszabb-rövidebb ideig a legszívesebben játszik. Mindegyik játéknak van valami célja, mely mindig ott lebeg a játékos előtt s ezt minden akadályon, minden nehézségen és problémán keresztül el akarja érni. Itt találunk rá a következetességre, melyet a játékon keresztül megtanul, hogy azt az életben, talán más formában, de egy cél, egy eszme eléréseért mindig meg is tarthassa.

Fejleszti a játék a rendszeretét is. Hozzászokik a játékos gyermek, hogy csak azt végezze el, amit rábíztak, csak annak a kötelességnek tegyen eleget, amely hozzá tartozik. Megszokja, hogy a játék folyása bizonyos rendet követel meg. A játékhoz felállítás, a játék megkezdése, az akciók kidolgozása és befejezése egy sorrendet alkot, melyet be kell tartani, különben nem játék amit csinál. E rendben következő folyamatok állandóan ismétlődnek, melyeknek be nem tartása magára és csapatára kellemetlen következményekkel járhat.

A helyesen nevelt gyermekben a rendszeret fejlődhet, mert megszokja, hogy amit elővesz a játékok közül, azt vissza is

rakja a játéka végén. Különösen otthon és az iskolában helyes a gyermeket erre szoktatni, mert ezzel rendet tanul. Ismertem egy fiút, ki nem is engedett a játékszereihez nyúlni, mindig ő tartotta rendben azokat és ha elővett valami játékszert, maga is rakta vissza. Hányszor látom az iskolában, hogy előszedik a labdákat, játszanak vele, de a játék végén szétdobálva otthagyják s másoknak kell összeszedni. Inkább letagadják, hogy ők vették ki, nem szeretik visszarakni. Az ilyen gyermek rendetlensége másutt is megnyilvánul. Az ilyen fiú könyvei rendetlenül hevernek asztalán, füzetei piszkosak, gyűröttek s még 16—17 éves korában sem tud rendet tartani. És mi lesz belőle az életben? Hogyan fogja íróasztalán kiismerni magát, ha nem rakosgat valaki el helyette? Az egyik esztendőben észrevettem, hogy a legelsőbb osztályok egyikében van egy fiú, kinek mindig rendetlen a felszerelése, mindig „eltűnik” valamilye, mert nem rakja rendesen a helyére. Őt bíztam meg a rend felügyeletével, majd a játékszerek rendbentartásával. Neki kellett az elrakott játékszereket felülvizsgálni s ezen féléves szolgálata teljes egészében megváltoztatta a fiút. Ma az osztálya legrendesebbjei közé tartozik. De ugyanezen jelenség előfordult egy teljes osztállyal is. Mindig rendetlenül rakták vissza játékszereiket. Tudomásukra hoztam, hogy ha a szereket nem tudják rendesen visszarakni, nem lesz játék. Az osztály azóta mindig, kivétel nélkül a legnagyobb rendben vonul el a játéktól.

De magában a játékban is megtalálhatjuk a rendre nevelést, a rendszeretetet. A játékban résztvevők minden tagjának van egy speciális, külön meghatározott szerepköre, melyet a kijelölt helyen kell elvégeznie. Itt várja, hogy rákerüljön a sor, hogy átvegye a játék menetét, hogy továbbfejlessze a támadást, vagy megakadályozza az ellenfél támadását. Munkájának befejezése, feladatának elvégzése nem egyszer a kijelölt helyétől távolabbra sodorja, tehát ismét el kell fogallnia régi helyét, ismét be kell töltenie az üresen hagyott vonalat, melyet ha nem végez el, a közös cél elérésében hiányt fog jelenteni. Csapata számít szereplésére, de nem támaszkodhat rá, ha nincs a helyén, rendszeretete nem parancsolja vissza, társainak igyekezete kárbavész, vele együtt az egész csapat munkája és iparkodása. A kár, a sikertelenség meg fogja tanítani őt, hogy rendesen viselkedjék, rendesen lássa el feladatát. Ha így beleneveljük a fejlődő ifjúba a rend iránti érzéket, az életben is meg fogja tudni tartani azt.

Sokszor találkozunk olyanokkal, kik felebbvalóinak kívánságait, parancsait nem teljesítik, vagy ha teljesítik is, csak azért teszik, mert megélhetésük megkívánja. A vezetésére kirendelt főnökeiket, a munkában mellettük dolgozó társaikat nem tudják becsülni, nem értékelik azok kiválóságait, mert hiányzik belőlük a tekintélytisztület. Az ilyen egyén csak rossz bírálatot fog tudni mondani mindenkiről, mindenkinek csak hibáját lesi s magát képzeli a legtökéletesebbnek. Pedig valószínű, hogy vezetőit e helyre

nem rossztulajdonságai emelték, hanem kiváló képességei, melyet mindenkinek el kell ismerni.

Az a játékos, ki társait állandóan csak a rossztulajdonságairól ítéli meg, ki a játékvezető ítéleteibe és parancsaiba nem tud megnyugodni, nem ismeri el egyesek jóval nagyobb tudását, rátermettségét, képességeit, a tekintélytiszteltet nagyfokú hiányában szenved. Pedig egy közös célokért küzdő játékoscsapatban ennek feltétlenül a legnagyobb mértékben meg kell lenni. Hiszen maga a játék a tudás és képesség állandó érvényesítéséből áll, mely a játékvezető megmásíthatatlan ítéletei mellett érvényesíthetők. A tiszteltet nem ismerő játékos nem fog társaiban bízni, az az akciók előkészítésében és véghezvitelében magát fogja tekinteni első és fő személynek, játéka önző játékká fajul, mely a csapat teljesítőképességét nagyban fogja csökkenteni. De a játék minden fajtája, melynél többen alkotnak egy közös célért küzdő egységet, igen jó iskolát fog adni ezeknek, mert a maguk kárán fogják tapasztalni, hogy a csapat minden tagja egy összetartozó egységet képez, különben a cél elérése lehetetlen. És valahányszor ismét visszatér önzéséhez, a sikertelenség figyelmeztetni fogja helytelen cselekedetére, lassanként megszokja, hogy társainak segítsége és azok nagyobb képességei nélkül célt nem tud elérni, vagy legalább is nagyon keveset, megtanulja becsülni a kiválóbbat, az ügyesebbet, mert annak a bizonyos helyzetek kihasználási képessége jobb és csapatát nagyobb eredmény elérésére tudja vinni. Akaratával és belátásával legyőzi önző érdekeit és lassanként el fog érkezni oda, hogy azok tanácsát és tanításait is szívesen veszi.

Más játékosok viszont a játékvezetőben nem látnak mást, mint egy kellemetlen korlátozót, egy állandó féket vad ösztöneik megnyilatkozásával szemben. Hiába lázong azonban természetéből, a játékvezető a szabálytalanságokat mindig észreveszi és megtorlás nélkül nem hagyja. Lassan be fogja látni, hogy helytelenül cselekszik, a szabályok áthágása büntetést von magával, mely csak csapatának érdekeit fogja sérteni. Bele fog nyugodni, hogy nem cselekedhet másként, mint ahogyan a szabályok s ezeken keresztül a játékvezető kívánja. De észre fogja azt is venni, hogy a vezető nem személyes megtorlást alkalmaz vele szemben, ha a szabálytalanságot bünteti, hanem magát a szabályt alkalmazza mindenkivel szemben, ki hasonlóan cselekszik. Ezen belátása a jóindulat felé fogja vezetni és meghozza a teljes tiszteltet a játékvezetővel szemben.

Aki tehát résztvevett közös játékokban, megtanulta a társak szeretetét, az életben is másként fog kartársaira nézni, másként fogja elbírálni kollégáit, meg fogja becsülni azok munkakörét és ha lát is hibát, fogyatékoságot bennünk, értékelné fogja képességeiket és ha tud, segítségükre lesz. A vezetőben nem fog egy, a szabályokra erősen és kellemetlenül őrkdő „mumus“-t látni, hanem egy atyai jóindulatú főnököt, ki a jó munkát jószággal honorálja. Készségesen fog tudni engedelmessé válni a felülről jövő parancsnak. A játék tehát egy szolgálatrakész, tekintélytisztelő egyént fog nevelni, ki a hivatalá-

ban a „jó hivatalnok“ címet fogja viselni, tisztelettudása megbecsülést fog eredményezni.

Az elmondottak alapján láttuk, hogy a játékban résztvevő ifjú fegyelmet tanul hiszen a szabályok a kezdetben fegyelmetlent megfélemeznek, kénytelen megváltoztatni természetét, akarnia kell a szabályok szerinti játékot s ezzel az akarattal sikerül magát fegyelmezetté tenni. A fegyelme és akarata nyilatkozik meg az önuralomban is. Az erős akaratú egyén nem engedi szenvedélyeit korlátlanul csapongni, megfélemezi magát a kellő helyzetekben, mert akarata legyőzi azokat. Akarata gyengeségét mutatja a türelem hiánya, melyet, ha tovább is részt akar venni a játékban, feltétlenül meg kell erősítenie, vagy ha sokat nem volt, meg kell szereznie. A következtetésben az egy, a játék által kitűzött cél elérését akarja a játékos s ezen akaratát minden akadály ellenére is keresztülviszi. A rendszeretét mindig többre és többre igyekszik gyarapítani, rendszerető akar lenni, mert a közös érdek ezt kívánja. A tekintélytisztelt hiányát a maga kárán tapasztalja s ez arra készteti, hogy megváltozzék. Itt is közbelép akarata, alkalmazkodni akar s mindjobban észreveszi ennek fontosságát.

Tehát az eddig felsoroltak az akarat fejlesztését célozzák, mely a játékban önkéntelenül megy végbe. Nem tud erről, ő csak a játékot látja, de játéka közben a szabályokhoz való alkalmazkodás, a közös érdek szem előtt tartása és maga a játék célja egy oly ön-fegyelmező eszköz, melyet a pedagógusnak, nevelőnek és általában gyermekekkel foglalkozóknak nem szabad szem elől téveszteni. Az a gyermek, aki sokat játszik gyermekkorában felügyelet mellett, az akarat iskoláját játékosan végezte el, emelt fővel léphet az élet kapujába, mert tud akarni.

Hiányos volna azonban megfigyelésünk és megállapításunk, ha a játék lelki hatásait ennyiben lezártuk tekintenők. Az akarat fejlesztése mellett és vele együtt olyan erkölcsi hatásokat is találunk benne megnyilatkozni, melyek mellett behúnyt szemmel nem halálhatunk el, melyek az életben szintén nagyfontosságú szerepet visznek s mely erkölcsi tulajdonságok nélkül a tökéletes egyén nem fejlődhet ki. Mint ahogy a játékban kevés tisztán a testi erő és a játékosnak nem is lehet egyedüli célja csak annak tökéletes kifejtése, épp úgy nem egyedüli hatása az akarat erősítése sem.

A jó játékos mindig szem előtt tartja a szabályokat, igyekszik azokat minden körülmények között is megtartani és a szabályok megtartása mellett feladatát, megbízatását elvégezni. Kötelesség-érzése arra hajtja, hogy a védőjátékos a helyét ne hagyja el, ne akarja mások szerepét átvenni, mikor neki is jut bőven feladat megoldására. Az ő szerepe az ellenfél támadását megakadályozni, annak eredményes befejezését a szabályok által megengedett módon megnehezíteni, illetve megsemmisíteni. Nem teljesítené kötelességét azon játékos, ki a helyét elhagyva, attól távol mással szórakozna s a közelgő támadás elhárítására későn érkezne. Vagy mily furcsán tüntetné fel kötelességérzését az a futballcsatár, ki a társai által

nagy gonddal és fáradsággal előkészített és hozzá átjátszott labdát hanyagul engedné maga mellett elgurulni, mikor egyetlen mozdulattal a támadás értékes befejezést nyerhetne. De a legegyszerűbb játékoknál is számtalan példáját sorolhatnók fel a kötelességérzés hiányára, vagy jelenlétére, mely mind csak azt bizonyítja, hogy a játékban a játék kezdetétől a befejezésig állandóan előfordul s így a résztvevők abban feltétlenül gyakorolják magukat. Nem láttam még játékoszt, aki kötelességérzésének tanújelét valami módon ne mutatná meg kisebb, vagy nagyobb mértékben. Hozzászokik, hogy teljesítse teljes mértékben azt a feladatot, amit rábíz a játék. Annyira begyakorolja magát, hogy az életben a kötelességteljesítés nem fog akadályokba ütközni, a felmerülteket könnyedén győzi le, mert hajtja kötelességérzése.

Az előzőkben már említettem, hogy a játékszabályok be nem tartása a vezető ítéletén keresztül sújtani fogja a szabálysértő játékoszt. E büntetés mindig igazságos és arányban áll a szabály megsértésével. Sok játékos, mikor őt magát éri a büntetés, méltatlankodásának ad kifejezést, de mikor az ellenfél követ el szabálytalanságot, kevésnek tartja a megtorlást. Hányszor látni nagyobb mértékben, hogy a játékosok körülveszik a bírót, a játék vezetőjét és sokszor túl hangosan és meg nem engedett módon adnak kifejezést elégedetlenségüknek. Rosszul esik nekik, ha az ítélet csapatukat sújtja, nem akarják elismerni vétkességüket, kézzel-lábbal, sőt nem egyszer ennek valódi értelmében, tettelegességgel igyekeznek jogtalan igazságot szerezni maguknak. Nem akarják elismerni a jogos ítéletet, mert vagy hiányzik belőlük az igazságérzés, vagy pedig tudják, hogy vétkeztek, de a büntetés elviselése nehéz és ezért tiltakoznak ellene. De mint az állam törvényei ellen vétők sem kerülhetik el büntetésüket, mert a rend és fegyelem ezt megkívánja, a játékszabályok is megkövetelik ezt és ez alól kivételt nem lehet tenni. A közös megegyezéssel választott vezető, vagy a pártatlan ítéletéről ismert bíró tisztán csak a játékszabályok betartására ügyel, nem nézi, hogy melyik csapatot sújtja ítélete s ezen jóhiszeműségét el kell ismerni még akkor is, ha ítélete körül egy kis hiba csúszna be. Egyedül neki van joga elbírálni a helyzetek megengedett, vagy meg nem engedett voltát s ítélete előtt meg kell hajolnunk. A játék megkezdése előtt megnyugodott mindenki a játékvezető személyét illetőleg, ezen keresztül előre elismerte annak ítéleteit, előre belenyugodott az elkövetkezendőkbe s így indokatlannak látszik a későbbi, a játék tartama alatti reklamálás. Jogtalan a követelése minden játékosnak, hiszen a legtöbb és mondhatni minden játékvezető a legszigorúbban elutasítja az őt és ítéleteit bíráló játékoszt, sőt nem egyszer a legsúlyosabb büntetéssel sújtja, a játékból zárja ki. A szabályoknak e szigorú ítélete nem maradhat nyom nélkül egy kiállított játékos, sőt a kiállítással sújtott csapat lelkében. Észre fogják venni, hogy a jogtalan követelésük és reklamálásuk csak káros lehet a csapat érdekében, megtanulják elviselni a bírót, a felettük rendelkező játékvezető ítéletét és a legközelebbi

alkalommal már igyekezni fognak így is viselkedni. A jog- és igazságérzés szép példáját láthattuk és hallhattuk minden alkalommal, valahányszor a legjobb magyar és talán a világon legjobb futballcsatár, dr. Sárosi játszott. Szabálytalanságot igen ritkán és akkor is véletlenségből követett el, a bíró ítéletében mindig szerényen megnyugodott és sohasem reklamált jogtalan kérésekkel. Sokan azzal magyarázzák, hogy tudása messze felülállt a többi játékosok felett, szerénysége pedig szinte páratlan volt. E magyarázat azonban nem elégséges, mert benne ezeken felül megtalálható a tökéletes jog és igazság érzése. Minden játékos elérheti e tökéletesség legfelsőbb fokát, aki csak a jogosan megengedett módon akarja csapatát győzelemre vinni, a jogtalan pedig kerülni fogja. Az ilyen játékban megedződött fiatalember el fogja viselni a jogos ítéleteket és következményeket, melyek az életben reá várnak, de jól meg is fogja tudni ítélni még tette előtt azokat a következményeket, melyeket azzal ki fog érdemelni.

A közös érdekért való küzdés, a közös cél felé való haladás össze fogja kovácsolni az egy csapatba tartozó játékosokat. Kétféle játékot különböztetünk meg. Az egyiknél minden résztvevő a maga külön célját akarja elérni, tehát mindig maga küzd a többiek ellen, míg a másik fajta játéknál többen küzdenek egy csapatban egy másik csapat ellen a közös érdekekért, a csapat győzelméért. Ezek a közös érdekek elsímitanak minden ellentétet a játék alatt, ilyenkor minden játékos a társában egy sorsközösségben élő testvért talál, kivel szemben a legjobb akarattal viseltetik. Az egymás képességeinek kihasználása, az egymásra utaltság érzése lassanként a legtökéletesebb közösség érzését fogja kiváltani, mely nagyon sokszor s majdnem minden esetben még az öreg napokra is kiterjedt volt játékos társaival szemben. De a játékostársakon keresztül megbecsül mindenkit, aki vele egy közösségbe tartozik, hivatalnok társait, a körülötte élőket és általában mindazokat, akikkel érintkezik.

Ebből a közös célért való harcból még egy másik érzés is ki fog fejlődni. A harc, a küzdés mindig a siker és a sikertelenség váltokozásából áll, mely egyszer szerencsés győzelemre, máskor talán szerencsétlen vereség felé sodorja a csapatot. De magában a játékban is többször váltakozik a szerencse, mely mindig próbára fogja tenni a csapat összetartozását, az együttérzését. A győzelem mámorában minden csapattag egyformán részt fog venni, egyformán fognak örülni a sikernek. Boldogan borulnak egymás nyakába a játék befejezése után, elfelejtik az esetleges nézeteltéréseket, melyek a multban előfordultak. Nem tesz különbséget a társadalmi rétegződés, melynek az életben sok visszataszító példáját figyeltük meg. Itt nincs munkás, vagy hivatalnok, tanult, vagy tanulatlan, mindenki a győztes csapat tagja, mely boldog öröm sugárzása keresztülhatol a legnagyobb korlátokon is.

De a vereség lehangoló hatása is közös érzéseket fog szülni. Tudatára fog jönni a csapat minden tagja, hogy a vereség csak a közösség, a közös erőkifejtés, a közös tudásérvényesítés, esetleg

összeszokás hiányán múlt. Minden igyekezetükkel azon lesznek, hogy ezt a legközelebbi alkalommal a legnagyobb mértékben érvényesíthessék, mely már maga is egy lépés a haladás útján, egy fok a tökéletes együttérés felé. Legtöbbször a közös balsors, a közös bánat sokkal jobban fogja összetartani és tartotta eddig is össze az egyéneket, a csapattagokat, mint a szerencse. Láttuk ezt a háborút végigharcolt bajtársaknál, kiket a lövészárók közös veszedelme, az életért és az életen keresztül a Hazáért vívott nagy harc, a nélkülözések, a betegségek egész tömege egy családdá, testvérekké forrasztotta össze a társadalmilag, esetleg fajilag is különböző férfiakat. Mekkora szükség van erre ma az életben, amikor mindenki csak az ön célját, az érvényesülésének gondolatát látja maga előtt, nem törődik embertársaival, kiket esetleg önzése eltipor, visszalök az élet amúgy is nehéz küzdelmeiben. Mennyivel szebb volna az olyan társadalom, hol az együttérés, az egymás szeretete és megbecsülése állandóan látható lenne.

A becsületesen dolgozó egyénben az elvégzett munka után mindig megjelenik egy rejtett hang, egy önmagunkat és elvégzett munkánkat bíráló belső érzés. Ez a belső érzés állandóan feltör, valahányszor egy nehezebb feladatot, munkát, kötelességet végeztünk el, bíráló hangja megszólal: vajjon jól végeztük el ezt, nem tudtuk volna még jobban, pontosabban, több tudással elintézni? Ez a lelkiismeretességre enged következtetni. A lelkiismeret szava végigkísér mindenkit, csak az egyik emberben több, a másikban kevesebb sikerrel. Az a mérnök, ki egy hidat tervez, a kész terveket többször átnézi, részleteiben kidolgozza, ellenőrző próbaszámításokat végez, hogy mindent pontosan számított-e ki, mert lelkiismerete nem hagyja nyugodni, míg teljes meggyőződése szerint azt tökéletesnek nem találja. A belső hang figyelmezteti, hogy lelkiismeretlen munkája hatalmas vagyont tehet tönkre, de egy egész csomó emberélet is áldozatul eshet. És ugyanezt megtaláljuk a küzdőjátékok résztvevőinél is. Ahogyan a mérnök előre tervezget és számíthat, az iskolába járó diák előre tanul, a jó játékos is előre készül a nagy küzdelemre, lelkiismeretének szavára hallgatva, mindent el fog követni, hogy a legnagyobb képességeit adhassa. Már az előkészületeknél a lelkiismeretes játékos nem fog megelégedni egy egyszerű gyakorlással, hanem kutatni fogja, hogy mi az, ami az ő gyengéje, meg fogja keresni azt, ami legkevésbé megy neki, külön gyakorolni fogja, hogy ez ne akadályozza őt és rajta keresztül csapatát az érvényesülésében. Vegyünk példát a mindenki által annyira ismert labdarugásból. Ha a kapus tudja, hogy labdafogása bizonytalan, mert legtöbbször kiejti kezéből a már megfogott labdát, edzésein főleg erre fog vigyázni, ezt fogja állandóan próbálgatni. Vagy a csatárjátékos a mérkőzéseken észreveszi, hogy labdaátadásai nem pontosak, nem tudja odaadni, ahová azt kellene, egyik társát magamellé véve, ezt igyekszik órákon keresztül gyakorolni. A lelkiismeret ezen előre szóló hangja sokszor hihetetlen erővel javítja

egyesekek tudását, hatalmas fejlődésre készletti mérkőzészról-mérkőzészre az egyes játékosokat.

Az utólág megszólaló lelkiismeretre is sok szép példát találhatunk. Magamról tudom, hogy akár győztesen, akár vesztesen hagytuk ott a játékeret csapatommal, mindig volt bennem valami, ami azt mondta: „nem ment a játék ugy, ahogyan kellett volna“. Éreztem, hogy olyan hibáim voltak, melyekről könnyen leszokhatok, tudtam, hogy ezeket gyakorlás útján feltétlenül el fogom tudni hagyni. A legközelebbi alkalommal alig vártam, hogy szabadon gyakorolhassam magam és minden igyekezetem az észlelt hibák kijavítására törekedett. Lelkiismeret szava mondja a mérkőzés végefele igen kifáradt játékosnak: „nem lett volna szabad annyit sétálnom délelőtt“, vagy „többet kellett volna pihennem“, stb.

De az elveszett mérkőzés után a jó csapat minden tagjában feltámad az önmagát mardosó lelkiismeret hangja. Mindenki magát vizsgálja és magában keres hibát. Ez az igazi csapatszellem, mely a kiforrott egyéniségű játékosoknál csakis így lehet. De hibás és ennek hiányára mutat az a csapat, melynek tagjai egymást hibáztatják a vereségért, egymást szidják, a maguk hibáját pedig nem keresik. Az ügyes vezető, a helyesen gondolkodó és lelkeket ismerő tréner ilyenkor könnyen felpiszkalhatja a lelkiismeretet. Hiszen csak ennyit kell mondanía: mindenkinek vannak hibái, mindenki tudja, hogy mit vétett, gondoljuk végig az egész mérkőzést és igyekezzünk ezen rossztulajdonságokat a legközelebbi edzésen kiküszöbölni. Mindenki magábaszáll, vizsgálja magamagát és kell, hogy rájőjjön hibáira. Mennyire fogja bántani lelkiismerete azt a játékos, kinek hibájából, gondatlanságából, vagy nemtörődömségéből kifolyólag jutott hátrányos helyzetbe csapata. Hogyan fog az már a játék közben, annak befejezése után, majd órák, sőt napok mulva is bántódni, mennyire fogja sajnálni elhamarkodottságát, vagy meg nem gondolt tettét. Ezt a felhívó, ezt a figyelmeztető hangot már legközelebb nem kell másnak felidézni, lasanként magától is megjön és folyton erősödni fog.

A lelkiismeretesség tehát nagy szerepet játszik a játékban, legyen az a legnagyobb sikerekért küzdő csapatjáték, vagy legyen akár egy egyszerű kis fogójáték is. Itt a társai után sokáig hiába futó fogóban is megszólal a belső hang: jobban kellett volna futnom s akkor elértem volna; vagy a menekülők: miért nem tértem ki hamarabb előre, most nem én lennék a fogó, stb. És ha tényleg megtalálható a legkisebbtől a legnagyobb játékig mindegyikben, melyet a fejlődő gyermek végigjátszik, valószínűnek találhatjuk, hogy a lelkiismeretesség hangja meg is fog szólni közben, mely mindig erősödik, mindig fejlődik és tökéletesedik. Mire kikerül az életbe, már bizonyos megszilárdult alap áll mögötte, hogy az élet nehéz harcában felépíthesse az egyén a jól és lelkiismeretesen végzett munkájára jövőjét, boldogulását. Ott is a legnagyobb teljesítményre, a legnagyobb lelkiismeretességre kell törekednie, mint a játékban,



ha eredményt akar felmutatni, ha az élet küzdelméből nem akar vesztes félként kikerülni.

Szükség van az életben egy bizonyos fokú önbizalomra is. Mennyire fog tudni jutni az az ember, ki nem bízik maga erejében, nem hisz képességeinek, tudásának? Hogyan fogja tudni elhárítani a mindennapos akadályokat, hogyan fog a sok sikertelen kísérlet után ismét kezdeni, ha önbizalma nincs; nem fogja tudni elvégezni feladatát, munkáját, hiszen magát annak elvégzésére képtelennek találja. Az ilyen ember nem érvényesülhet, mert neki se mer kezdeni és ha nekikezdett, nem fogja tudni befejezni.

A játék minden fokozatában megtalálhatjuk ugyanezt. A tudásában, tehetségében fogyatékos, erejében és ügyességében nem bízó játékos kiáll a játékból, vagy nem mer abban résztvenni, nem hiszi, hogy a feladatoknak meg fog tudni felelni. Tisztán szemlélője lesz annak, amit társai örömmel és víg kedéllyel játszanak. Fájni fog, hogy ő nem vehet részt benne és ez a fájdalom fogja megindítani az önbizalmát, mikor látja hogy hasonlóan fejlett, hasonló korú társai meg tudnak felelni a követelményeknek, végigjátszák a játékot és a játék gyönyöre boldoggá teszi őket. A legközelebbi alkalommal nem húzódik félre, maga is beáll, utánozza társait és legnagyobb meglepetésre lassanként ugyanúgy fog játszani, mint azok, kiket előbb irigykedve szemlélte. Nem fog félni a feladat megoldásától, nem ilyed meg a nehéz helyzetektől, mert rájön, hogy gyorsasága elegendő, társait a fogójátékban utoléri, elfogja, majd el tud menekülni mások elől. Észre fogja venni, hogy a labdafogás mindig könnyebben és könnyebben megy, ügyességben utoléri társait. Éppen a mult napokban figyelhettem meg egy nagyon szép példáját ennek. Három 10 év körüli fiúcska játszadozott. Kettő egy lengőkötelet hajtott, míg a harmadik befutva igyekezett minél többször átugrani a kötél felett. A legutolsó fiúcska nem akart bemenni és társai únszolására állandóan azt hangoztatta, hogy ő ezt úgysem tudja. Társai azonban addig biztatgatták, míg nagynehezen engedett felfogásából. Első kísérlete eredménytelen maradt, nem sikerült neki kellő időben befutni. Majd ismét próbálkozott, de ez sem sikerült. Dühösen vonult félre, hogy ő ezt nem tudja. A másik kettő hosszú biztatása, majd bemutatója után ismét kísérletezett és most már nagyon szép eredménnyel. A siker boldog mosolyt fakasztott arcocskáján, vígan végzett 5—6 ugrást. Majd amikor abbahagyta, ezeket mondta társainak: „hiszen ez nem is oly nehéz mint, ahogy hittem“. Kísérletének eredményes volta meghozta önbizalmát és egymást felváltva hosszú ideig játszogattak. Az önbizalom ezen első jele megjelent a kislányban. Nem fog ezentúl úgy félni az újabb feladatoktól, nem fog visszahúzódni reménytelenül a többiek játékától, mindent meg fog kísérlni, amit társai tesznek. Minden újabb és nehezebb játék próbárat teszi önbizalmát, ha sikerül valamit elérnie: azt fokozza és ha első kísérlete nem sikerül, de lassan megtanulja: azt erősíti.

Mennyi önbizalomhiány mutatkozik azon egyetemi ifjában, ki

a nehezebb vizsgákra nem mer jelentkezni, mert „oly sok és nehéz az anyag“. Vannak még olyanok is, akik talán jelentkeznek, kellő időben neki is fognak a tanuláshoz, tanulnak szorgalmasan a vizsga napjáig, de az utolsó pillanatban, a vizsgaterem ajtaja előtt riadnak vissza. Magam voltam tanúja egy ilyen fiatalembernek, ki háromszor lépett vissza, míg negyedszer hosszas únszolás után nekiment és vizsgája szépen sikerült. Az életben a visszalépés súlyos, az élet végéig káros következményekkel járhat. Ha igaz az, amit a legelső fejtegetéseimben mondtam, hogy a játék az élet lekicsinyített mása, előkészület arra, megtalálható benne minden, amit az életben fel tudunk használni, minden mozzanatában érték rejlik, minden pillanata az élet alapját rakja le, melyre bátran építhetünk: fontos lesz az ember fejlődésében.

De az önbizalommal, mint ahogyan ezt láthatjuk, sokszor párosul a szerénység hiánya. Amennyire fontos az önbizalom, annyira nem életkellék és megvetendő a gőgös, büszke magatartás. Az ilyen egyén a legtökéletesebbnek gondolja magát, pedig mindenkinek van hibája, lenézi munkatársait, pedig az életben sokszor rászorulhat még azokra, nem tisztel másokat, nincs előtte tekintély és tudás felsőbbsege, pedig ezzel éppen a maga tekintélyét és tudását kicsinyíti. Az ilyen ember nem talál jóbarátot, nem érzi jól magát senki társaságában, aki hozzávaló volna.

A játékban ő magát érzi a legtökéletesebbnek, senkitől jótanácsot nem fogad el, társait lenézi, a mások sikereit nem akarja észrevenni, pedig az irigység gyötri belül. Egész magatartása ráüti játékára bélyegét s ezzel unszimpatikussá válik. De a játék jóra nevelő tulajdonsága nem hagyhatja a faragatlanságot fejlődni, megtöri a fejét gőgösen viselő egyént, hiszen a szerencse sokszor elpártol tőle s másoknak fog kedvezni. Be fogja látni lassanként, hogy talán tudása hiányos, rászorul mások segítségére és támogatására, tanácsára, különben nem tud érvényesülni. Megtanulja azt, hogy gyakorolnia kell magát, ha nem akar elmaradni a többiek mögött, a játék közös célja és a sikeres csapatszereplés az egymás képességeinek elismerését és tekintetbevételét megkívánja, tisztelettudásra tanítja a nagyobb tudásúakkal szemben, a gőg és büszkeség eltűnik belőle.

Aki a játékban, az élet előiskolájában megtanult szerényen viselkedni, az életben is szerény fog maradni, mert saját kárán tapasztalhatta hiányának nagy hátrányát a társadalomra, de főleg magára vonatkoztatva.

Mint láttuk, az utóbb elmondottak alapján, a játékos gyermekkor kihasználása, a fejlődő ifjú játéka, de a teljesen érett egyén játékos szórakozásai, küzdőjátékokban való részvétele és az ilyen versenyekben való közös küzdés a szórakozáson, az egyszerű időtöltésen kívül számos oly lelki hatást válthat és vált ki a játékosban, mely kezdetben csak a fejlődés megindítására és ez után annak tökéletesítésére, erősítésére, állandósítására törekszik. Az erős akarat minden irányú fejlesztésén kívül az erkölcsi vonások, az ember egyéniségének alapkellékei megtalálják tűzpróbáit itt, s ha a próba nem sike-

rülne, valami fogyatékoság, valami hiány mutatkozna, akkor a játékban alul marad, társai fognak győzedelmeskedni rajta, mindig ő lesz a vesztes, már pedig a játék utáni vágy, a játékos öröm érzete hajtja a gyermeket, hogy résztvegyen benne s ezen belső kényszer hatása alatt ismételten odaáll az élet elővizsgája elé és igyekszik megfelelni minden követelménynek. A megismételt kísérletek lassan kézzelfogható eredményeket fognak szülni, melynek legkisebb jele is már megkétszerezett erővel biztatja az előbb még gyenge ifjút, az erkölcsi jótulajdonságokban még zsenge egyént; a siker tette serkenti és a játéköröm élvezete közben es ennek útján egy fejlődési utat nyit meg előtte a tökéletes felé, melyen öntudatlanul, de biztosan halad.

Megtanulja kötelességét teljesíteni, mert ennek elhanyagolása a játékos egyénnek, esetleg együttesnek csak kárára lehet. Minden körülmények között igyekszik teljesíteni azt, amit neki a játék, illetve a csapat kiosztott, hiszen ez a szerepe és ennek elvégzése, hű kötelességteljesítése fogja csak biztosítani a sikert, a győzelmet. A szabályok, a megadott lehetőségek határai engedetlenséget nem ismerve állnak Damokles kardjaként felette, hogy bármely pillanatban lesújtssanak, amint meg nem engedett módon igyekszik viselkedni, küzdeni a célért. És bármennyire fog is fájni, be kell látnia, hogy ezek ellen nem lehet semmit sem tennie, mert ismerte a szabályokat, ezeket fogadta el játéka kezdetén és úgy neki, mint ellenfelének, a vele együtt játszó többieknek is hasonlóan megköti kezét. Igazságosnak és jogosnak fogja találni a vezető ítéletét, a játékszabályok szigorú parancsainak megengedő, tiltó és büntető következményeit. A közös érdekekért való küzdelem, a közös cél felé való haladás a közösség érzését fogja nagymértékben kifejleszteni. A játék állandóan forgó szerencsekereke, a siker és sikertelenség, az öröm és bánat, mely közös az egy csapatban harcolóknál, az együttérzést, az együtt örülnést és bánkódást fogja kifejleszteni. Osztozni fognak egymás örömeiben holdogan, de ugyanúgy osztoznak majd, ha bánat éri a csapatot.

A kötelességteljesítés nagy feladata magával fogja vonni a lelkiismeret szavát, mely valahányszor véghezvittünk valamit, mindig bírálólág fog hatni, megmondja, hogy jól, vagy rosszul cselekedtünk. Kezdetben ritkábban és kisebb mértékben fog csak jelentkezni, de fokozatosan mindig jobban és sűrűbben hallatja szavát. A helyesnek, jónak talált és a játékban eredményt elért próbálkozásaink önbizalmat fognak adni s képességeinket mindig jobban fogjuk tudni használni, valahányszor egy nehéznek vélt feladatot oldottunk meg. De rá fog jönni a játékos arra, hogy nem szabad eltéveszteni azt a határt, melyen túllépve a közös eszmének és célnak elérésében már csak akadályul szolgálhat. A jó, de szerény játékos sokkal több és nagyobb eredményt fog tudni felmutatni és csapata az ilyen játékosokat sokkal jobban fogja tudni használni, mint az önző, szerénytelen játékosokat.

A játék tehát az erkölcsös ember kialakításában nagy szerepet

játszik. Aki végigjárta a játékos iskolát, végigjátszotta fejlődő éveit úgy, hogy játékában állandó és tervszerű vezetést kapott és e vezetés a szabályok betartását minden körülmények között igyekezett keresztülvinni, annak az egyénnek nem lesz nehéz az élet viharában a tájékozó hullámok hátán hánykolódó hajóját, az erkölcsi veszedelmeknek kitett énjét a végpusztulástól megóvnia, nem fog az életnek végcélja, a biztos kikötő felé vezető legrövidebb útról letréni.

De hiába van meg a legjobb akarat a nagy útra igyekvő hajó kormányosában, hiába fogja teljesíteni kötelességét a legnagyobb mértékben, hiába bízik saját erejében, ha nem fogja tudni figyelmét összpontosítani, ha nem fogja tudni az adott körülményeket felhasználni, a kedvező és kedvezőtlen momentumok között nem fogja tudni jól vezetni a rábizott kincset, vagyont, emberéletet. Késő lenne, ha a saját kárán tanulná meg akkor, mikor tudásának többé nem veheti hasznát, hiszen maga is elmerült, elveszett a hullámokban. Előre kell tanulni, hogy tudását érvényesíthesse akkor, mikor arra szükség lesz.

Az ember teste a hajó, melyet a születéstől a teljes testi fejlődés bezárásáig magunk építettünk és a kormányos, meg a kapitány szerepét az ember jól, vagy rosszul kifejlesztett énje fogja betölteni. Az előképzés iskoláját a fejlődés éveiben végzi el az ifjú, melyben nagy szerepe jut a játéknak, hol tudását, képességeit egy-egy próbaút, próbavezetés alkalmával vizsgáztathatja. E vizsga alkalmával fog csak kitűnni, hogy nagy szerepe van a játékban az elmondottakon kívül még a figyelni tudásnak is.

Az ember életében a figyelem fontosságát mindig fogja tapasztalni. Az iskolába kerülő gyermek tanulni csak akkor fog tudni, ha figyelme egy, a megtanulandó anyagra koncentrálódik, nem fogja tudni elsajátítani azt, amit tanítója magyaráz, ha nem tud odafigyelni. És minél jobban haladnak az évek, minél nehezebb lesz a tanulandó anyag, annál jobban kell tudni figyelni. Sokszor a jó figyelni tudás már az iskolában a magyarázat útján megtanítatja a gyermekkel a leckét, vagy ha csak a legkisebb eredményt érte is el, könnyebb lesz, érthetőbb lesz az, amit meg kell tanulnia. Az életben munkánk elvégzése csak akkor fog jól menni, akkor fog könnyedén haladni, ha figyelmünket teljesen oda tudjuk fordítani. A gyermeket a játék megszoktatja, hogy figyelmét koncentrálni tudja egy bizonyos dologra, mely más és más játéknál mindig különböző lesz. A fogójátékoknál a menekülő figyelemmel kíséri az őt üldöző fogót, vagy a fogó mindig figyel, hogy melyik menekült tudja legjobban, vagy leghamarább elfogni és ezen figyelni tudás, vagy figyelmetlenség dönti el, hogy mily gyorsan cserélnek szerepet az egyes játékosok. Mennyivel több figyelemre van szükség a fejlődés későbbi korában felmerülő játékoknál, melyek több irányban foglalkoztatják az ifjút, jobban leköti figyelmüket. Nézzük a labdajátékokat. A leg-egyszerűbbnél, mikor egymásnak dobálják ketten a labdát, figyelni kell a labda útját, annak elkapását, de figyelnie kell mindkettőnek a

társát is, hogy oda tudja dobni. Az egész játék alatt figyelmét foglalkoztatja a játékos, különben ügyetlennek tűnik fel, a labdát nem fogja tudni elfogni, nem fogja tudni visszaadni társának. A nagyobb, a nehezebb labdajátékoknál mindenkinek figyelnie kell a játék menetét, mert soha sem lehet tudni, hogy mely pillanatban lesz reá szüksége csapatának, mely pillanatban kerül hozzá a labda, hogy ő vezesse tovább és vigye a cél felé. Hiszen csak meg kell nézni egy labdarugó, kézilabda vagy kosárlabda, de akár egy zsinórlabda, vagy métajátékot, mindenki a labdát figyeli, szemmel tartja annak útját és oly helyzetekben áll, vagy legalább is igyekszik azokat felvenni, mely legalkalmasabb a bármely pillanatban való beavatkozásra.

Az élet azonban sokszor megkívánja, hogy ne csak egy dologra, egyetlen momentumra tudjunk figyelni, hanem egyszerre kettő, esetleg több irányban is kell foglalkoztatnunk figyelmünket. A legtipikusabb példája ennek a repülőgépet egyedül vezető pilóta, kinek nemcsak az egyensúly megtartása a feladata, mely egyedül is egy igen nehéz dolog, hanem ügyelnie kell állandóan az irány helyes betartására és mindezek mellett még figyelnie kell az előtte felhalmozott műszerek sokaságát, a motor működését, munkáját. Vagy a város nagy forgatagában haladó autóvezetőnek mennyire kell ügyelnie vezetés közben a hirtelen felmerülhető akadályokra, a járdáról lelépő gyalogosokra, a mellékutcákból kikanyarodó járműkre, hogy a szerencsétlenséget elkerülje. Ugyanezt megtaláljuk a játékok nagy százalékánál is. A kosárlabdánál a bedobó játékosnak állandóan helyezkednie kell, állandóan ügyelnie kell arra, hogy mindig szabadon legyen és bármely pillanatban hozzákerül a labda, nyugodtan vezethesse, esetleg dobhassa az ellenfél kosarába. De ugyanekkor figyelnie kell a játék menetét is, hogy váratlanul ne érje a társainak egyik labdája, azonnal bele tudjon kapcsolódni aktíve is a játékba. Talán egyetlen játék sem kíván akkora figyelmet, mely állandóan úgy lekötí az embert, mint éppen ez. A háttvédek munkája is nehéz. Figyelni kell az ellenfél dobóira, állandóan ott kell lenni azok mellett, hogy a szabad helyzetet ki ne használhassák. De ugyanekkor készen kell lenni, hogy bármely pillanatban segítségére siethessen a saját csatárjátékosainak is, hogy támadásukat eredménnyel fejezhessék be. A jó futballcsatár állandóan arra ügyel, hogy helyzetét jól válassza ki, hogy a társaitól kapott labdát jól használhassa ki, jól érvényesíthesse. Ügyelnie kell arra, hogy az ellenfél védőjátékosaitól távolálljon, az átadott labdát nyugodtan átvehesse, de figyelnie kell még arra is, hogy a meg nem engedett lesállást elkerülje, mely a sikeres támadást derékba törheti.

E felsorolt példák világos képét adják annak, hogy a játéknál a figyelnitudás, a figyelem mily nagy szerepet tölt be. Az egyszerűbb játéknál csupán egy dologra és kisebb mértékben, a nagyobb, nehezebb játéknál többre és állandóan kell figyelni, mert különben a játékos nem tud érvényesülni. Márpedig az érvényesülési vágy minden játékosban megvan, mindenki arra törekszik, hogy a legjobbat adhassa, így tehát a figyelmét minden körülmények között

igyekeznek a legnagyobb mértékben koncentrálni. Ezzel a fejlődés fokozatain keresztül a legegyszerűbb játéktól a legnehezebbig egy oly figyelem-iskolát végez el, melynél feltétlenül megtanul figyelni és melynél a sikert maga a játék biztosítja. Az elégtelen osztályzat az egyszerűbb játékokhoz fog visszavezetni, hol a kisebb problémák ismételt megoldása képesíteni fogja a magasabbfokú játékokban való részvételre.

Azt a játékost, ki szívvel-lélekkel játszik, átérzi a játék fontosságát, illetve a csapata, vagy a maga érdekét, nem fogja tudni lekötni más külső tényező, tehát teljes figyelemmel fog a játékban résztvenni. És így előkészül játékosan az életre, melyben az esetleges kisebb figyelem által szerzett hátrányok csak annak tökéletes megtanulását, begyakorlását fogják szorgalmazni minden nagyobb, távolabbi kihatás nélkül.

Foglalkoztatni fogja azonban a játék a gyermek, majd a fejlődő ifjú és végül a kifejlődött egyén képzeletét is. Már a fejtegetéseim elején említettem, hogy a kisgyermek játékában nagy szerepet visz a képzelet. Mindent étellel ruház fel és ezen képzelet oly erős, hogy játszótársaira is átragad: a vesszőből alkotott ló mind-egyiküknek ló lesz. Később az egyszerű fogójátékban a fogótól fél és menekül előle minden tudását igénybevéve. Hányszor tapasztaltam, hogy az egyszerű „kutyás fogónál”, hol a megfogottak négykézláb futó kutyák lesznek, a menekülők kétségbeesetten menekülnek, mely hangban is megnyilatkozik. A kutyák által bekerített menekülő társaság hatalmas visítással igyekezik kimenekülni, mert félnek a képzelt kutyáktól, félnek, hogy azok megfogják, megharapják őket. Beleképzelik magukat abba a helyzetbe, hogy tényleges kutyák kergetik őket és ezen képzeletük játékukban meg is nyilvánkozik. Többször kísérleteztem ezzel és valahányszor ilyenfajta játékot játszottam 8–10 éves fiúkkal, mindig a legnagyobb örömmel vettek benne részt.

Ezen gyermekes beképződés a fejlődés korával mindinkább csökken, majd teljesen elmarad és helyét a kombináló képesség váltja fel. A játék minden pillanata, minden fordulata más és más helyzetet teremt, melyet maguk a játékosok okoznak. Képzeletének gyors működése és helyes alkalmazása egész lényükben megváltoztatják a játék helyzetét. E kombináló képesség fogja szülni az érdekes és sokszor igen eredményes akciót, melyek váratlanul érik az ellenfelet, de váratlanul érhetik magát az egy csapatban lévő társat is. Ilyen példát számtalant lehetne felhozni, azonban egy nagyon megragadta figyelmem a kosárlabdánál. A támadás itt ugyanis a labda gyors átadásával bontakozik ki, a labdát azonban csak kézzel szabad érinteni. A támadó és labdát vivő játékos, hogy az ellenfelet, ki a levegőben átadandó labdát igyekezik elfogni, kicselezze, a földre dobva adja tovább társának. Vagy igen szép, de már ismert akció a labdarúgásban a következő, mely szintén a kombináló képesség, a képzelet működését bizonyítja: a labdát az ellenfél kapuja felé vivő játékos még mielőtt az ellenfél vala-

melyik tagja megtámadná, egész váratlanul a mögötte futó saját játékosának adja hátra, hogy így felszabadulva sokkal előnyösebb helyzetbe helyezkedhessék el. Természetesen ez minden játéknál feltehető, hiszen sokszor a győzelmet jelentő eredmény elérése mellett adja a játék szépségét, ez az, mely a nézőket vonzza és gyönyörködteti.

De éppen ezen különböző helyzetek megteremtése a társaknak az alkalmazkodó képességét fogja próbáratenni. Nincs mód ezeket begyakorolni mind, hiszen a játék lényegéből folyik hogy minden pillanatban más és más helyzet adódik s ritkán ismétlődik meg ugyanaz. Hányszor láthatjuk, hogy egy szépen kigondolt és előkészített támadást az alkalmazkodni nem tudó játékos késése, vagy a helyzetnek fel nem ismerése teljesen tönkretesz. Sokszor a másodperc egy századrésze is elegendő arra, hogy elrontsanak valamit. Ismerni kell a társak tudását, képességét, szokását és ezek szerint kell alkalmazkodni, hogy a siker biztos legyen. Az a vízipóló játékos, ki gyors uszásával az ellenfél játékosát le tudja rázni magáról, de kapura dobni nem tud jól, le fogja vezetni a támadást ameddig csak bírja s alkalmas pillanatban az egyik jól dobó saját játékosának fog átjátszani, hogy az befejezze azt. Legtöbbször az egy csapatban játszóknak már ismerik egymást és ezek szerint igyekeznek alkalmazkodni, így egészítik ki egymást s ez fogja meghozni a közös munka eredményét. Hányszor láthatjuk, hogy a legjobb játékos is nehezen fog tudni beleilleszkedni egy idegen csapatba, ha nem ismeri annak minden tagját, nem ismeri azok játékmódját. Idő kell hozzá, melynek hosszabb, vagy rövidebb volta attól függ, hogy ezen játékos ilyen irányú képessége mennyire fejlett. De nem csak az egyén fog tudni alkalmazkodni, hanem maga az egész csapat is. Hiszen nagyon jól tudjuk, hogy a különböző csapatok játékmódja, modora változik és egyéni jelleget ölt. Különösen az országok közötti különbségeket értem ez alatt. És ha tudja az egyik csapat, hogy a másiknak mily szokásai vannak, ez szerint fog játszani, alkalmazkodik a körülményekhez, igyekszik annak megfelelően támadni és védekezni. Ha ezen alkalmazkodás hiányzik, nehéz lesz a győzelem kiharcolása.

Fejlődni fog a játékban a segítőkészség is. Minden olyan játék, hol nem egyedül küzd a játékos a cél eléréseért, hanem ketten, vagy többen harcolnak a győzelmi pálmáért, a közösségérzésből ki fog fejlődni, mint annak egyik oldalága a segítőkészség is. Hiszen egymásra vannak utalva, egymás erejének kiegészítéséből tevődik össze az egyik oldalról a játék és ez az összetevődés az egymáson való segítséget feltételezi. A kisebb játékosoknál is szépen megtalálható ez, hiszen ezen épül fel egyik-másik. A „fogócska segítséssel” című játéknál a menekülőt egyik szintén menekülő társa kézfogással igyekszik felszabadítani az üdlöző elől. Mily boldogan fogja meg e megmentő kezét a menekülő, kit már majdnem beért a fogó. De boldog az is, kinek sikerült valakit kimenteni szorult helyzetéből. Ha nem is ennyire szoros értelemben vett segítség-

adás fordul elő a nagyobb küzdőjátékosnál, mégis előfordul, hogy az ellenfél egyik tagjával a labdáért küzdő saját csapatbeli segítségére siet a legközelebbi játékos és így igyekeznek az ellenfelet legyűrni, az ellenfél érvényesülését megakadályozni. S mint ahogyan a közösségérzése is megmarad a játékosban később, éppen úgy megmarad ez is benne. A játékban itt is megtaláljuk az életet lekicsinyített, játékos formában.

A játék pillanatonként változó mivolta megkívánja, hogy a játékosok ezen változásnak megfelelően követni tudják azt. A minden pillanatban másként femerülő helyzeteket ne hagyják ki, ne engedjék eredmény nélkül elszaladni, hanem ragadják meg az alkalmat és fordítsák a maguk előnyére. Sokszor nincs idő, hosszabb ideig gondolkodni, nem lehet várni, mert az ellenfelünk gyorsabban fogja tudni kihasználni a helyzetet. Ezt a gyors elhatározóképességet feltétlenül el kell sajátítani mindenkinek, mert különben a játékban győztesként nehezen fog tudni kikerüli. Bizonyos helyzetekben egy-egy játékos gyors elhatározóképessége az egész játék kimenetelét döntően befolyásolhatja. Pillanatok egész csekély töredéke áll rendelkezésünkre, hogy a játékban egy bizonyos cselekedetre elhatározzuk magunkat, jóformán gondolkodni sincs idő. Nincs sok idő töprengenünk azon, vajjon az ellenfél kapuja előtt álló, de az ellenfél egyik háttvédjétől megtámadott játékos maga vágja be a labdát a kapuba, vagy pedig a tőle nem messze szabadonálló saját játékosnak adja át, ki azt biztosabban tudja értékesíteni. Gyorsan kell tehát határozni, mert akkor, ha még a rosszabbat csináltuk is, még mindig jobban járhatunk, hiszen eredményt érhetünk el így is, mintha az ellenfél a hosszas gondolkodásunk közben leszerelt minket. A saját kárunkon fogjuk tapasztalni, hogy erre nagy szükség van s a gyakorlat révén ezt meg is fogjuk tudni szerezni, ha az nem volt meg kezdetben.

Ugyanakkor azonban egy másik tulajdonságunk is ki fog fejlődni, melyre az életben szintén nagy szükségünk lesz. Az adódó helyzetek megkívánják, hogy ha az embernek van elég ideje gondolkodni a körülményeket jól fontolja meg, ne cselekedjék elhamarkodottan és ezáltal lehetőleg kerülje el azokat a következményeket, melyek az elhamarkodott cselekedetek után csak kárunkra szolgálhatnak. Még ha a legnagyobb nyugtalanság szállná is meg a csapatot, akkor sem szabad hidegvérünket elveszteni, akkor is józanul kell gondolkoznunk. Ez a józanság, melynek minden körülmények között is meg kell találni a helyes ítéletet, nélkülözhetetlen úgy a játékban, mint az életben. Láttuk már egyes nagyobb mérkőzéseken, hol országokat képviselő, országos válogatott csapatok mérték össze képességeiket, hogy az esetleg döntetlenül álló mérkőzést az utolsó pillanatban nyerte meg az egyik csapat a tökéletes józanságával. Sok példáját látni mérkőzéseken, hol a kapuk előtt álló csatár a legtisztább helyzetet is elrontotta, pedig senki sem zavarta, de ha józanul gondolkodik, nyugodtan cselekszik, megmenthette volna csapatát a vereségtől. Vagy közvetlen a ka-

puk előtt tömörülő játékos csoport egyetlen józanul gondolkodó tagja megmentheti a helyzetet, melyet a nézők nagy tetszésnyilvánítással honorálnak.

Hányszor kerül az ember az életben olyan helyzetbe, hogy a józan gondolkozása segítheti csak ki furcsa helyzetéből és ha elhagyja józansága, ítélete helytelen volt, esetleg súlyos következményeket vonhat magával, mely kihat egész életére. A játék jó előiskola lesz, hol sokszor és gyorsan lesz szükségük a józan határozóképeségünkre, hogy mikor az ember az életben hasonló körülmények közé kerül, higgadtan tudjon dönteni, vagy megfontoltan határozni.

Aki maga is résztvevő küzdőjátékokban, vagy megfigyelte a benne résztvevő játékosokat, észrevette, hogy a játék elején feltűnően gyorsan és élénken mozog mindenki és ez a gyorsaság, élénkség lassan és fokozatosan veszít erejéből. Azon kezdőjátékosok, kik még nem gyakoroltak eleget, nem versenyeztek megfelelő mennyiségben, hamarosan kifáradnak és ezen fáradáson keresztül nem bírják végezni a rájuk szabott munkát, nem tudnak elegettenni a játékban vállalt köteleességeiknek. De a gyakorlat, a többszöri részvétel megacélozza akaratukon keresztül a munkabírást, észrevétlenül jobban és jobban fogják bírni a játék iramát, többet fognak tudni végezni és ezzel csapatuknak hasznos tagjává fognak válni. Ezen munkabírás, a munkában való kitartás, mely lelki és testi tulajdonság lehet, nem csupán a játék területén fog megnyilatkozni, hanem az élet munkájában is. Nem fognak hamar elcsüggedni és a fáradtság jelei nem fognak azonnal mutatkozni.

A játék célja, a győzelem hajtja a játékost, nem hagyja lustálkodni és ha fáradt is, kényszeríti, hogy küzdjön tovább, hiszen az utolsó pillanat is megfoszthatja a már győztesnek vélt csapatot a dicsőségtől. Mindenkinek a legnagyobb küzdőképességét kell felmutatnia, hogy az ellenfél ereje meg ne törje őket. Hányszor látni fáradt játékost erejének végső cseppjével is küzdeni, hányszor tapasztalhatjuk, hogy összeszorított fogakkal fut az ellenfél kapuja felé, hogy még az utolsó pillanat helyzetét kihasználhassa a győzelem még nagyobb fokú biztosítására. A fáradt játékosban a kínálkozó alkalom az akaratán keresztül újabb tette sarkalja, munkabírásán és küzdőképességén át újabb eredmény elérésére serkenti. Magamon tapasztaltam, hogy a játék felénél márt azt hittem, teljesen képtelen vagyok tovább küzdeni és mégis az utolsó pillanatig kitarítottam, mert a küzdőképesség elnyomta a fáradtság érzését, minden támadás kibontakozásánál, a siker felcsillanó reményénél újabb erő, újabb küzdenitudás kerített hatalmába, elfelejtettem a fáradtságot, csak a megengedett mód és a cél állt szemem előtt. A támadás sikeres, vagy sikertelen befejezése után ismét éreztem a csüggedést, de a legközelebbi ilyen alkalom ismét felfrissített és semmire sem gondolva harcoltam a csapat érdekében. Az életben is tapasztaltam ennek ádlásos hatását. A megszokott napi munkám

után fáradtan bár, de el tudtam végezni az újabb, váratlanul ért munkát.

Ezen küzdőképesség megszerzése egyuttal megszeretteti velünk a munkát. Többször beszélgettem olyan férfiakkal, kik sokat játszottak, sokat vettek részt küzdőjátékokban (futball, kézilabda, kosárlabda stb.) és most azt vallják, hogy azóta megszerették a munkát, nem félnek tőle, de mielőtt még résztvettek volna azokban, nem szerettek dolgozni. Magamon is tapasztaltam, hogy ennek a magyarázatnak lehet alapja, hiszen azóta nem tudok tétlenül ülni és valahányszor hazakerülök szabadságom alkalmával a szülői házba, mindig keresem az alkalmat, hogy valamit csináljak, valamivel foglalkozzak, a legnehezebb testmunka is jó érzést vált ki bennem. És ha munkámat valami oknál fogva folytatni, vagy befejezni nem tudom, egy nyugtalanító érzés, más munka megkezdését gátló belső hang szólal meg bennem, mely nem hagy addig nyugodni, míg teljesen el nem végeztem azt. Megtanítja dolgozni az embert a játék, hozzászoktat mindenkit a munkaszeretethez.

Az előző fejtegetéseimben elmondottakon, a fegyelmén és önuralmon túl, mint ennek egyik magasabb értéke, jelentkezni fog a játékosban az önmegtagadás, lemondás is. Meg fogja tanulni a játékos, hogy sokszor saját magát, egyéniségét tagadja meg akkor, midőn vágyaival és érzéseivel ellentétesen cselekszik, mert a játék, a csapatérdek megkívánja azt. Nagyon jól tudják mindazok, kik ilyen versenyjátékban résztvettek, hogy nem elegendő csupán a játék alatt érvényesíteni teljes tudásunkat, hanem nagy szerepet fog vinni benne az előkészület is. Milyen jól esne sokszor a verseny napja előtti este egy kedves társasággal együtt szórakozni menni, vagy közvetlen a verseny előtt kedvenc ételünkkel álló ebédrel jól lakni, de a verseny megkívánja, hogy teljesen pihenten és harcrakészen álljunk ki. A lelkiismeretes versenyző megtagadja magától a kedveset, a jót, általában mindazt, mely az elkövetkezendő játékkal, a játék-feltételekkel nem egyeztethető össze, pedig pillanatnyilag jobban esne ezeket be nem tartani. Kezdetben nehéz lesz leszokni, nehéz lesz megtagadni, de a saját kárunkon fogjuk tapasztalni, hogy nem lehet így versenyre kiállni, nem fogunk tudni teljes egyéniségünkkel, teljes tudásunkkal résztvenni benne, hamarább fáradunk, lusták vagyunk. Legtöbbször az ilyen jó drága pénzen, saját kárunkon szerzett tapasztalatok után jön az erős elhatározás, melyre fel fog épülni az előbb említett két jótulajdonságunk.

Különösen gyermekkorban, de serdülő, sőt felnőttkorban is sokszor találkozunk olyanokkal, kik a felgyülemlett energiát a játékban nem használva ki, mert nem játszanak, a társaikkal való zsörtölődésben, veszekedésben érvényesítik. Több élő példáját tudnám felsorolni és megnevezni tanítványaim köréből, kik a pesti lakás négy fala közé vannak szorítva az iskolákon töltött órákon kívül, mozgásuk igen korlátozott, a szülők nem engedik társaikkal játszani, hiszen hely sincs hozzá s az így felgyülemlett energia az iskolában a szünetekben, sőt néha az órák alatt veszekedésre fognak vezetni. Sok-

sor kutattam ez után és mindig ez volt a tapasztalatom tanártársaimmal együtt. Az ilyen fiú az iskolában az úgynevezett „rosszmagaviseletű“, kit szülei nem tudnak megérteni. És a baj orvoslása sokszor meglepő javulást hozott. Általában a játék leveztője a kártyékony hajlamoknak.

És végül még egy hatását tartom a játéknak igen fontosnak, különösen a fejlődő korban. Ez pedig az élvezetvágy csökkenése. Az az ifjú, fejlődő ember, ki megszerette a játékot, ki szívesen tölti el szabad idejét azzal, nem igen fogja keresni a mozit és színházak sokszor erkölcsi veszélyt rejtegető szórakozásait, a borgőzös és ocsmány beszédektől visszhangzó kocsmákat, hanem helyette felkeresi társaival együtt a játékokra alkalmas tiszta, portmentes levegőjű szabad teret, sportpályát, mezőt és ott fog kellemeesen szórakozni. Talán ennek magyarázata nem tartozik szorosan ide, hiszen a testi hatások fejtegetéseinél részletesen fogok erre kitérni, de mint nagyon fontos hatást, itt is megemlítem, hiszen a lelkületre is hat. Az olyan ifjú, ki szívesen megy a legközelebbi játéktérre, nem fogja szívni a pesti utca rossz levegőjét, nem fogja magába venni a testére káros kormot és port, mely tüdejét teszi tönkre, de nem fogja meg lelkét a pesti utca botrányos erkölcsöt élő ezerkarú polipja, hogy magához ragadja és megfojtsa áldozatát, mely minden lépésnyire leskelődik a romlatlan és tiszta gyermeki lélekre. Az ilyen gyermek pubertása, annak viharaival telt egyénisége a játék révén a csendes kikötőbe fog érni, veszélyeken keresztül sértetlenül fog áthaladni anélkül, hogy a legkisebb szenny is hozzátapadna habfehér lelkéhez. Nem lesz alkalma az utcán elzüllött hasonlókorúakkal tölteni idejét, nem fog az utca szennyes áradatával haladni, hanem a puha gyepen fogja erősíteni testét és lelkét, hol, ha el is esik, kisebb horzsolásokat szenved ugyan, de az életre alkalmatlanná nem válik.

Ha végiggondolunk az elmondottakon még egyszer, látni fogjuk, hogy a játék nagy nevelői értéke nem hagyható figyelmen kívül. A helyes vezetés mellett játszó gyermek meg fogja benne kapni mindazokat, melyekre az életben szüksége lesz, lelkileg megerősödött, kiforrott egyén lép ki a játékos kor kapuján az életbe, a maga kárán veszély nélkül tanul meg haladni a saját lábán. A játék és annak szabályai egy olyan mindenoldalú kiképzésben részesítették az egyént, mely le kicsinyített mása és igen jó gyakorlóiskolája volt az életnek; vígan, a játék örömeinek leple alatt oly tulajdonságokkal ruházta fel a játékoszt öntudatlanul, melyre az életben nagy szüksége van. De nem csak elsajátította azokat, hanem próbára is tette minden alkalommal, valahányszor játszott és ha nem volt elég kiforrott egyénisége, még mindig veszély nélkül gyakorolhatta magát, mert érvényesülni akart. És ezen érvényesülési vágya hajtotta tovább a tökéletes felé.

Nem elég azonban csak a szerzett jótulajdonságokat ismernünk, hiszen ez egyoldalú fejtegetés volna, hanem meg kell ismernünk azokat a veszélyes, tengeralatti zátonyokat, melyeket az óceán utasa

nem is sejt, de annál inkább ismer a kormányos. Mindent el kell követni, hogy ezen zátonyok között is biztos vezetés mellett haladjunk a cél, a kikötő felé. Vizsgáljuk meg tehát azon kedvezőtlen, rossz hatásokat, melyek a kormányos nélküli hajót veszélyeztetik a háborgó tengeren, melyek a fejlődő ifjú lelkületére károsan hathatnak, ha megfelelő vezető nem áll rendelkezésre, nem ügyel fel játékára valaki, ki ismeri és tudja ezeket, feltalálja magát, ha egy véletlenül felüti fejét és biztos kézzel tudja keresztülvezetni a zátonyok között az ifjú lelket anélkül, hogy az utas tudna is erről, sejtene is a veszélyt.

### A VEZETÉS NÉLKÜLI JÁTÉK KÁROS HATÁSA A LÉLEKRE.

Minden játék valami szabályt tartalmaz, mely irányítólag hat, melytől eltérni nem szabad. Ez a szabály adja a határt, a korlátokat, melyeken belül kell maradni, hogy mindkét fél egyenlő előnnyel, tudásának és képességeinek egyforma felhasználhatóságával küzdjön a célért. De ez a szabály gondoskodik arról is, hogy mindazon tettek, melyek az egyén fejlődésére károsan hathatnak, melyek testi és lelki veszedelmet jelentenek úgy magának a játékosnak, mint társainak, kerülendők, sőt büntetés terhe mellett tilosak is. Ezeket tehát be kell tartani és ezeken túllépni nem lehet. Erre ügyel fel a vezető, ezen szabálysértések ellenőrzését végzi a bíró, ki a megfelelő büntetést szabja ki a vétkezőre, hiszen jogosulatlanul akart előnyt szerezni, meg nem engedett módon akart helyzeteket kihasználni, vagy testi erejét, esetleg ravaszságát a szabályok által megadott korlátokon túl akarta érvényesíteni.

Nagyon sokszor láttam már vezető nélkül játszó fiúkat, kik a szabályokra maguk ügyeltek fel és mondhatom, hogy egy vezető sem tudhat annyira ügyelni, mint ilyenkor egyesek. De hiába játszik 15—20 fiú jól és és a szabályoknak megfelelően, ha a többi 2, vagy 3 igyekszik kihasználni a vezető hiányát. És ez, ha sikerül neki, lassan átragad a társaira is, hiszen az érvényesülés megkívánja, hogy minden utat kihasználva biztosítsák a cél elérését. Az ilyen játék lassán, de biztosan kezd elfajulni, észrevétlenül, de határozottan megindul a lejtő útján. Ha van vezető, valaki felügyel a játékra, erős kézzel tudja fékentartani a szabályt nehezen tűrőket, megakadályoz minden kísérletet, mely az azok alóli kibújásra irányul, a játék nem fajulhat el, a vezető személye lesz a biztosíték a jótulajdonságok begyakorlására, elsajátítására.

Sokszor azonban a játékvezető személye nem elegendő biztosíték, hiszen gyöngekező, elnéző és talán inkább a játék menetét figyelő, mint a szabályok betartására gondoló egyén ő. Hamarosan észreveszik a szabályok alól könnyen kibújó játékosok ezen gyöngekezőséget és kisebb próbálgatásaik sikere további szabálytalansá-

gok elkövetésére fogja serkenteni őket. A vezető későn veszi észre, hogy a kezdetben sok elnézés hová fajult, hiába próbálja már ekkor erős kézzel alkalmazni a szabályok által előírt büntetéseket, elkésett vele. Éppen a közelmúltban lehattünk tanui egy ilyen rossz vezető bíraskodásának, ki a legdurvább játékmodort is megengedte és olyanokat nézett el, amelyek a játékos kiállítását is indokoltá tette volna. Vajjon nem az indulat és durvaság, az erőszak és bosszúvágy vezette végén a játékosokat, hogy visszaadják mindazt, amit kaptak? A szépnek ígérkező sporteseményből, a látványos és élvezetes játékból, a tudás és technika meximális bemutatásából egy két-szer II tagból álló megvadult embertömeg vívta élet-halál harcát kézzel-lábbal. Valószínűleg sem a játékos, sem a réző nem találta meg a játékgyönyört. De ha a vezető az első szabálytalanságot a leg-szigorúbban, a szabályoknak megfelelően büntette volna meg, a játék mindvégig szép és élvezetes lehetett volna.

Nézzük tehát, hogy mily rossztulajdonságok elsajátítására vezethet a felügyelet nélküli játék. Itt főleg a nagyobb küzdőjátékokból fogom példáimat venni, hiszen ezek mutatják legjobban a valót és ezeket ismeri mindenki legjobban. De meg kell még egyszer említenem, hogy csak a rossz vezetés, vagy a vezető nélküli játék hozhatja ezen eredményeket. Azonban nem minden vezető nélküli fogja hozni ezt szükségképen, mert kivétel mindig volt, van és lesz.

A legjobb indulatú játékosal is ellőfordulhat, hogy véletlenül a vele szembekeverülő ellenfelének nekifut, azt meglöki anélkül, hogy ebben valami szándékosság legkisebb jele is mutatkozna. Sok játékos az ilyen vele történt véletlen sértést, ha a bíró nem torolja meg, maga igyekszik kárpótolni úgy, hogy a legközelebbi alkalommal visszaadja ugyanúgy, de erősebb formában. Ez az első lépés a durvaság felé. Ezen első lépések után már a két játékosfél való-ságos ellenséges indulattal fog egymásra futni és a legdurvább módon fognak harcolni. E harci modor mindig abban a csapatban fog ismét újjúlt erővel előtörni, mely csapat a durva összecsapásból vesztesként került ki. De durvaság keletkezhet az előbbi okból akkor is, ha a játékos a véletlen durvaság megtorlatlanságát látva, a legközelebbi alkalommal ismét véletlent színelve teszi azt. Ekkor már szándékos durvasággal közeledik ellenfeléhez, melyből ismét általános veszekedés fajulhat, keletkezhet. Ha azonban a szigorú és jó vezető az első jeleket már felismeri és a leghatározottabb formában megbünteti, majd az ismételten durván játszó kiállítja, csirájában elfojthatja ennek elfajulását, mert senki sem fogja kockáztatni csapatának győzelmét azzal, hogy az előnyt nem jelentő szabálytalanság miatt őt is kiállítsák. A vezető nélküli játéknál inkább az egész csapat elhagyja a játékeret, mintsem hogy engedje egy tagjának kiállítását, melyet a másik csapat követel. Ebből szóváltás és sok-szor verekedés keletkezik.

De nem is kell eddig mennünk. Sokszor egyes játékosok a megengedett és a meg nem engedett játékmód határán mozognak. Nehéz volna eldönteni tetteiknek az egyik, vagy másikhöz való tarto-

zóságát, hiszen megengedett módon, de kissé erélyesen, erőszakosan végzik el feladatukat. Mit fog ezzel elérni? Csak annyit, hogy az első alkalommal talán siker koronázza erőszakos játékmódorát, de a legközelebbi alkalommal már az ellenfél erősebb ellenállásba ütközve, ott is kiváltja ugyanezt. Sem a durvaság, sem ennek lekicsinyített és enyhébb módja az erőszakos játék nem kívánatos a fejlődő egyén lelkének, hiszen ha hozzátartozik ehhez a játék alatt, az életben is ilyen lesz, nem fogja kímélni társait, egyéni érvényesülése fontosabb lesz, mint kollégáinak, embertársainak élete. Mert ahogyan a durvasággal veszélyeztetni fogja játékos társának egészségét, sőt nem egyszer életét is, éppen úgy veszélyeztetni fogja az életben a velük dolgozók boldogságát. Erre pedig nincs szükség. A vezetőnek tehát feltétlenül ügyelnie kell és tüzzel-vassal ki kell írtani az ilyen kísérleteket.

Sok játékkal fogunk találkozni, kik a viszálykodás-ra hajlamosak. Az ilyenek egy sikertelen közös akció befejezése után a saját csapatában küzdő társukat fogják szidni és megbocsájthatatlan hibának fogja tartani eredménytelenségüket. De nem csupán a játék alatt, hanem utána is ezen nyargalnak és nem gondolnak arra, hogy minden mindig nem sikerülhet. E csúnya természet megnyilatkozása nem válik előnyére egyetlen játékosnak sem, hiszen az ilyen társai sem szeretik s ezen módor, hacsak meg nem változik, vagy a vezető el nem tudja hallgattatni, súlyos következményekkel járhat a csapat érdekeit tekintve, de magának az egyénnek is az életben. Összeférhetetlen természete folytán mindig lesznek haragosan és mindenkivel meggyűlik a baja.

Talán kis mértékben, de különösen kezdő játékosoknál fogjuk megtalálni a meg gondolatlan s ág -ot, mely a játék folyamán sokszor magától elmúlik, nem szükséges hozzá vezető, hiszen a játékos maga fog ennek káros voltára rájönni. Azonban ezzel minden játékvezető számolhat kezdetben. Az ilyen játékos nem gondol a következményekre, úgy végzi feladatát, ahogyan a helyzet adja, pedig ha egy kicsit gondolkozik, vagy körültekint, okos játékkal másként befolyásolhatná annak kimenetelét. Meggondolatlanságot követ el azon játékos, ki a helyzet magaslatán állva is megsérti a szabályokat, meg nem engedett módon igyekszik támadását befejezni, vagy támadásának értékét biztosítani. De meggondolatlan az a játékos is, ki minden zavaró körülménytől menetesen vágja előre a labdát, nincs tekintettel a szabadonálló saját játékosaira, kik nagy-szerűen tudnák érvényesíteni azt. Meggondolatlanság volna az ellenfél kapunk felé közeledő támadását, mely talán nem is veszélyes, szabálytalan módon dűrván megakadályozni, leszerelni. Sokkal nagyobb előnyt adunk az ellenfélnek a reánk szabott büntetés nyugodt helyzetből való megindítása útján, mint az előbbi támadása alapján. De mint előbb is említettem, ezen fogyatékoság, rossztulajdonság magától el fog múlni, hiszen az ilyen játékos hasznavehetetlen a komoly küzdelemben.



Sokkal jobban fog jelentkezni az elbizakodottság egyeseknél, mely megfelelő vezető hiányában igen erősen kifejlődhet. Az a játékos, ki képességeinek tudatában mindent maga akar élvezni, társainak képességei elé helyezi tudását, maga akarja az ellenfél erejét megtörni, maga akar az ellenfél ellenállásán keresztül eredményt elérni, az önzés biztos útján halad. Talán lesznek esetek, mikor ezen kísérlete sikerrel jár, de a játék, különösen a nagyobb küzdőjáték, hol csapatok küzdenek egymással szemben, a közös együttműködést kívánják meg, csak a közös munka lesz eredményes. A néha elért siker a játékosban azonban annyira megerősíti önzését, hogy ezen túl fog haladni, túlságosan fog bízni a saját erejében, tudásában és minden oly helyzetben, mikor a társak segítsége révén biztosabb eredményt érhetne el, maga igyekszik azt kihasználni. Önzése, a sikeres magánakciók megismétlése lassan az elbizakodottsághoz fog vezetni, mely fokozatosan növekszik mindenületlen sikeren. Szép és jellegzetes példáját láttam ennek egyik kisebb egyesületek közötti labdarugó mérkőzésen. Az egyik csapat támadása szép akciók során az ellenfél kapujáig jutott majdnem, mikor az egyik játékos, kinél éppen akkor volt a labda és ki látta a tőle 5 méterre álló társát kitűnő helyzetben, nem adta át azt, pedig biztos eredmény elérése várható volt, hanem a reá támadó hátvéd kicselezésével igyekezett maga érvényesülni. Természetesen a szép támadás kárba veszett.

Ebből a példából az elbizakodottságon és önzésen túl még a feltétlen érvényesülési vágy is kiolvasható volt. Szép dolog, ha valaki érvényesülni akar, de a túlzás, a mások kárán való előrejutás, eredmény elérésére való törekvés káros lelki tulajdonság. Nem találom helyesnek éppen a közösség érzésének rovására, mely megbontja az egységet, a közös szellem kialakulását. Mit várhat az ember az ilyenektől az életben? De ha ott van a tanár, a vezető, vagy a játék felügyelője, ki nem csupán a szabályok betartása végett került e helyre, hanem a nevelés szempontjait is figyeli, ezen tulajdonságokat a példák megvilágításával szépen csökkentheti, eltüntetheti az ifjú lelkéből és helyes útra vezetheti a játékosokat. Ha azonban hiányzik a vezetés, hová fajulhat el, mennyi kárt fog okozni nemcsak a játéknak, hanem lelkének is, de kárt fog okozni a többieknek is, kik vele együtt játszottak. Ők is akarnak érvényesülni, kísérletet tesznek rá, melyhez lassan hozzá is szoknak és az életbe egy rossztulajdonsággal többel felruházva lépnek be.

Az érvényesülési vágy ragadós, mint minden rossztulajdonság. Maga ez még nem volna nagy hiba hiszen, hogy az ember az életben haladni tudjon, az életpályáján érvényesülhessen, valami vágyának, valami hajtóerőnek kell lenni, különben egy szürke hétköznapi egyén marad. De nem szabad ezt túlzásba vinni, nem szabad minden körülmények között, a mások kárára való tekintet nélkül akarni előretörni, hanem csak annyira, amennyire a közösség szelleme, a bajtársiasság érzése, a társak szeretete megengedi.

Az érvényesülés sikere másokban is fel fogja tehát ébreszteni

a hasonló érzéseket. De ebből egy másik következmény fejlődhet ki. Ha a példát utánzó egyénnek nem sikerül célját elérnie, nem sikerül érvényesülnie, bántani fogja ezen sikertelensége. Felüti fejét az irigység. Fájni fog neki, hogy társának sikerül valami, a jobb szerencsével játszó társát irigyli. Mindent el fog követni, hogy ha már neki nem sikerül valami, társának helyzetét is megnehezítse, inkább másokon fog segíteni, másokkal igyekszik összejátszani, pedig talán a játék pillanatnyi helyzete éppen ellenkezőjét kívánná meg. Sajnos a játék szelleme sokaknál ezt nem tudja kellően megtörni, nem tudja elnyomni még akkor sem, ha az veszteséget hoz is csapatának. De a vezető legyen résen és az első kanál orvosság, az első figyelmeztetés az egyénben a lélek mélyén dülő irigységet közömbösíteni fogja, vagy legalább is részben elhallgattatja.

Nem akarom azonban minden jótulajdonság negatívumát felsorolni, hiszen a megelőző magyarázatok alapján el tudjuk képzelni azokat, csupán a legfontosabbakra szeretnék még kitérni, melyek ismerete feltétlenül szükséges és melyek orvoslása elengedhetetlen feladat a játék vezetésében.

Ezek közül első helyen áll a b o s s z ú v á g y. Milyen visszataszító látvány a véletlen sértést durvasággal viszonzni, a durvaságot pedig hatványozott mértékben visszaadni. Sokszor tapasztalható, hogy a legszigorúbb vezető vezetése mellett is akadnak példák erre, melyek a tetten kívül határozott fenyegetésekben is megnyilvánulnak. Hát még a vezető nélküli játékban mennyire szabad utat enged e féktelenség, e lelki hitványság! Nem egyszer voltam szemtanúja hasonló helyzeteknek, nem egyszer láttam ezek súlyos sérülésekben való megnyilvánulását. A küzdőjátékok természete sokszor test-test melletti küzdelmét hozza, hól egy véletlen meglökés, vagy megrugás elkerülhetetlen, de megbocsájtható. És az ilyenkor sértett egyén, ha nem eléggé kiforrott jellemű, vagy lelki tulajdonságokban szegény, sokszor fenyegetődzik bosszúvágytól hajtva. („Majd visszakapod“, „kerüljünk csak össze legközelebb“ stb.) Keresi az alkalmat, hogy a kölcsönt visszaadhassa, a kapott sértést sokszorozott erővel viszonzza. Ha nincs vezető, aki megakadályozná ezt, a játék elfajul és a végén hatalmas verekedés fejezi be a jó szórakozást ígérő időtöltést.

Alkalmas lesz a vezető nélküli játék a csalás megszokására is. Az eredmény elérése, a siker biztosítása először kisebb szabálymegkerüléseket fog eredményezni, melynek sikere felbuzdítja ismét a játékos, mindig több és több hasonlót követ el, mert nincs, aki ellenőrizze tetteit, társaitól nem fél, hiányzik a megtorló intézkedés. A kezdetben történt véletlenek sikere kisebb próbálgatásokra vezet, melyeket titokban, észrevétlenül szeretne véghezvinni. Ez már az első jele a meg nem engedett módnak; ezt nevezik a sportéletben „unfair“ viselkedésnek, egyszerűen csalásnak. Hozzászokik a játékos gyermek, vagy ifjú a könnyebben megengedhető és veszélytelenebb kísérletek után a nagyobbakhoz is és ha az élet előgyakorlata, a játék, büntetés nélkül megengedte, az életben is próbálkozni

fog hasonlóan először kisebbekkel, majd fokozatosan mindig nagyobbakkal, míg végre a büntetés és végzet keze súlyos teherként fog vállára nehezedni. Ekkor már nem lehet újonnan kezdeni, későn lesz a bánat. De ha a vezető idejekorán megfogja a rossz útra tévedt lelket, minden nagyobb baj mellőzésével le fog szokni róla.

A csalással legtöbbször majd együtt fog járni a hazugság is. Hiszen a rejtett csalás nem más, mint igazságos és szabályok által megengedett játékmód leple alatti szabálytalan tettek véghezvitele. Szabályosat mutat, de szabálytalanul cselekszik, tettekkel hazudik. Először félve fogja tenni ezt, de mindjobban nekibátorodik és tettekben véghezvitt hazugsága nyílt lesz, könnyen észre lehet majd venni. A büntetésmentes játék alkalmat fog adni a nyílt hazudozásra is. Letagadja tettét társai előtt és mindent el fog követni, hogy hazugságával igaznak tüntesse fel magát társai előtt. Habár tudja, hogy helytelenül cselekedett és tudja, hogy nem állít igazat, tehát hazudik, mégis erősíteni fogja azt. És ha véletlenül csak egyszer fog sikerülni bebizonyítania áligazságát, nem lesz nehéz a többit is elkövetni és letagadni.

A futballjátékos burkoltan, a bírónak hátatfordítva igyekszik kezét használni, kezével érinteni a labdát, mely ha először sikerül, több kísérletet is fog tenni. Ha a bíró észreveszi, hangosan tiltakozik ellene és minden magyarázatot fel fog hozni az ítélet ellen. De ha nincs vezető, nincs bíró, a tettét többször megismétli és ellene előtt tökéletesen le fogja tagadni.

Mint az előbb említettem, nem akarom az összes rossz hatásokat felsorolni, tisztán e pár legfontosabbat emeltem ki, mert a megelőző fejtegetésemből ki lehetett venni a többieket. Mindenütt, ahol a jó kialakulását várhatjuk, a rossz, a veszély megjelenésével is számolnunk kell. Ha pedig áttekintjük a játékot, megnézzük a jókat, a rossz szak kialakulásáról már nem kell sokat beszélni.

Az elmondottak alapján és a felsorolt példákból tisztán láthatjuk, hogy a játék, mely vezető és felelős felügyelő nélkül folyik, sok veszélyt rejteget magában az ifjú lélekre vonatkoztatva. Ezzel azonban nem akarom azt mondani, hogy minden ilyen vezető nélküli játék szükségszerűen árt a gyermeknek, vagy ifjúnak, hiszen vannak kivételek, de legtöbbször be fog következni. És le kell még szögezmem, hogy nem minden játék rejtegeti ezen veszélyeket és nem mind egyforma erővel. Hosszadalmas volna talán kiválogatni ezeket és nem is volna rá szükség, elégedjünk meg most azzal, hogy lehetséges az ilyen hatások kifejlődése a vezető nélküli játékoknál, tehát kellő felügyelet mellett szabad csak engedni a serdülő korig a fiatalságot a játéktérre, ki kell válogatni azokat a hasonló korúakat, kikkel szabadon lehet engedni játszani és kiknek játékából remélhetőleg ezen káros hátrányok nem fognak kiütközni.

## A JÁTÉK TESTI HATÁSAI.

Az elmondottakból látjuk, hogy a játék a lélekre, az ember mozgató énjére igen nagy és mindenoldalú hatást fejthet ki. Vé-  
gigkíséri az embert születésétől a fejlődésen és kialakuláson át egész életében, de legfontosabb hatásait a fejlődő korban fejtheti ki, mely a helyes játszás, a helyes vezetés mellett jóirányba, a helytelen környezetben, felügyelet nélkül károsan hathat. És az az ifjú, ki a játékaiban helyesen fejlődött, helyesen gyakorolta magát, jól készült elő az életre, lelkiileg meg is fogja tudni állni helyét. Ez a tény való, melyet nagynevű pedagógusok is elismernek. A lélek adja a hajtóerőt, a lélek vezet, de a munkát a test fogja végezni, tehát erről is gondoskodnunk kell. Maga az ösztön hajtja a gyermeket a játék felé, megmozgatja testét és ezzel annak fejlődését is befolyásolhatja. Könnyű lesz tehát a munkánk, ha az ösztönös tevékenységet továbbvezetjük tapasztalatunkkal, irányítjuk a gyermek játékát oly irányba, mely tudásunk szerint, a tapasztalatok és megállapítások alapján a leghelyesebb lesz az élet követelményeivel szemben.

Mint ahogy a tengeren viharba került hajó megmeneküléséhez kevés lesz a jó és megbízható gépezet, mely ugyan viszi előre a kijelölt cél, a kikötő felé a hajó testét, de gyenge annak bordázata, testének felépítése és nem bírja az állandóan csapkodó hullámok erős lökéseit kivédeni. Hiába lesz a legjobb, legmegbízhatóbb, legerősebb gépezet a hajó belsejében, ha a hullámok hátán hánykolódó test nem tud ellenállni a viharnek, oldala betörök s a tajtékozó habok összezsápnak felette. Ugyanezt találjuk az egyén életében is. Hiába erős a lélek, ha az élet nagy viharában a test nem ellenálló, nem erős, nem tud megküzdeni az ismételt feléje törő erős veszélyekkel, összeroppan a test és a legnemesebb lélek sem tud befutni a célba. De míg a legrimitívebb fából készített hajó is megfelelhet a követelményeknek valamennyire, hiszen a tapasztalat útján elég erősnek építették, addig a mai technika által megépített tengeri csodák, úszó városok, hatalmas óceánjárók erős vas és acél szerkezetükkel a legnagyobb vihart is veszély nélkül keresztülszelik. Hasonló ehhez az ember is. Az ösztön által megkapja a primitív felépítést, az életre való előkészítést azon játék útján, melyet a gyermek maga is megtalál. Mennyivel inkább megerősíthetjük azt a mai tudományos megállapítások, tapasztalatok útján összeállított játékokkal. Meg kell nevelni a testet teljesen, hogy az életben helyállhasson a követelményeknek, elég erős legyen, hogy küzdeni tudjon, edzett, hogy ne döntse le lábáról a legelső szélroham, ügyes, hogy kikerülhesse a leskelődő veszedelmeket. És szerezze meg mindazon testi jótulajdonságokat, melyek életének alapját fogják képezni.

Mindezen feltételeknek meg fog tudni felelni az egyén, ha végigjátszotta játékos korát, azután pedig résztvesz játékokban, hogy továbbfejleszthesse képességeit, megerősítse magát bennük. Vizsgál-

juk meg tehát, hogy mely testi tulajdonságokat fog a játék kifejleszteni, a megelevőket erősíteni, továbbgyarapítani. Fejtegetéseimben szintén az előbbiekhöz hasonlóan igyekezni fogok példákat felhozni, hogy be is bizonyíthassam mindazt, amit elmondtam. Itt is a nagyobb és közismertebb játékokat fogom főleg érinteni, hogy ne kelljen kisebb és nem ismert játékokat elmagyaráznom, elmondanom, melyek szintén ugyanúgy hathatnak, mint a többiek, csak lekcinyített és leegyszerűsített formában.

Minden játék mozgásokból van összetéve. Már a kisgyermek legegyszerűbb játéka, a csörgő rázása, vagy bármely tárgy megfogása mozgást igényel. A gyermek játszik a kezeügyébe eső tárggyal, legyen az egy darab papír, vagy fadarab, magakészített, vagy boltokból vásárolt csodás játékszer, mindegyikkel tud játszani, raskogatja, nézegeti azokat. A játék megfogása egy mozgás, mely a test fejlődésére nem közömbös hatású, hiszen ismételten megfogja azt a tárgyat, ismételten használja karjait. E mozgás pedig foglalkoztatja a kar izmait, mely ezáltal erősödni kezd. Később a járás megtanulása utáni kisebb játékok a szoba, vagy udvar sarkában nem egyszer megkívánják, hogy a kis emberke lábait is használja, hiszen ide-oda hurcolja játékszerét; homokot és kavicsokat, fadarabkákat és kövecskéket fog egyik helyről a másikra hordani. Leguggol és feláll, előre hajlik és ismét kinyújtja törzsét, felemel valamit és ismét leteszi. Mindez egy nagyobb mozgást igénylő tett, mely izommunkát is kíván, önkéntelenül dolgoztatja izmait, melyek ezáltal fejlődnek. Már súlyt is emel, hiszen homokkal, vagy vízzel telt vödörckéjét cipeli, tehát dolgozik izomzata. Minden izom, melyet foglalkoztatunk, fejlődik, amelyik pedig tétlenségre van kárhoztatva, elsatnyul. A gipszbe tett láb, vagy kar fejlődése megáll, sőt visszafejlődik izomzata, mert nem használjuk. A gyermeket természetesen, ösztöne, játékszeretete hajtja munkára, nem engedni tétlenkedni egyetlen izomcsoportját sem, tehát fejlődnie kell. A játékban izommunka van, mely szükségképen erősíti azt.

Sokkal jobban kimutatható a játék izomfejlesztő, erősítő hatása a későbbi korban, ha azt megfigyeljük. A fogójátékokban sok a futás, a láb izomzata dolgozik, viszi a testet előre, de sokkal több erő kifejtéssel, mint a járásnál és ezen nagyobb, de sokkal több munkát feltételez, tehát ezzel együtt jobban is fejlődik a megfelelő izomcsoport. Rövidesen megismerkedik a 4—5 éves gyermek a primitív labdajátékokkal, melyeknél a labda elfogása és annak eldobása a kar izomatát foglalkoztatják. Az iskolás korban már más, az egész testre kiható játékok is előtérbe kerülnek. Ezekben a játékokban mindig több és több izomcsoport jut szerephez és mindig jobban és jobban van foglalkoztatva. A futójátékokat felváltja a dobójátékok sora, majd összekapcsolódik a kettő és elérkeztünk a legnagyobb küzdőjátékokhoz, hol az egész test izomzata dolgozik és ezzel erősödik is.

A játék ezen erősítő hatására nem csak következtetésekkel juthatunk el, hanem azokat nyíltan láthatjuk is, ha kimegyünk egy

játszóteíre. Az egyik fiúnak a lábizmai vannak jobban kifejlődve, a másíknak a karzimø. Az egyik fiú többet foglalkozott olyan gyakorlatokkal, olyan játékokkal, melyeknél a fő szerepet a lábak izomzata vitte, a másik inkább karizmait fejlesztette jobban. Hiszen meg kell csak néznünk egy futballista lábizomzatát, mennyire ki van fejlődve, ugyanakkor talán ez egyoldalú játék következtében a felsőteste véznán fejlett. Hogy ez nem helyes, arról később fogok bővebben szólni, de bizonyosra vehetjük az elmondottak alapján, hogy a játék feltétlenül erősíti a testet, illetve a test izomzatát.

De nemcsak hogy megerősíti a játék az izomzatot, hanem megfelelően, elegendő erővel is felruhazza az egyént. Ezt bizonyítja az angol és amerikai atléták esete, kik fiatal fejlődő korukban igen sok időt töltenek a játéktereken, játékkal töltik ki szabadidejüket, ebben kelnek egymással versenyre és ebből a játék által kellően előkészített egyénekből lesznek az olympiai győztesek, a világ legjobb atlétái. Márpedig nagyon jól tudjuk, hogy az atlétika minden ágában nagy szükség van az erőre. Az eredmény elérése bizonyos fokú erőmennyiséget feltételez. Az angol és amerikai atléták a játék útján jutottak hozzá, természetesen más adottságok megszerzése is párosul ezzel, amelyeket utóbb fogok ismertetni. A legjobb magyar atléták, de a legtöbb külföldi is a téli gyakorlatokon, sőt nyáron a versenyekre való előkészülés közben sokszor játszanak nagyobb küzdőjátékokat, melyek megfejlőden fejlesztik képességeiket. Nagy előnye a játék erőfejlesztő hatásának az, hogy míg az egyes tornagyakorlatok ugyan speciális izmokat foglalkoztatnak és erősítenek, de annak állandó gyakorlata kissé fárasztónak és sok atléta előtt unalmasnak tünik fel; a játékot mindenki szereti, mert kedves időtöltés is és a megfelelő előkészítésben igen jól alkalmazható. Szívesen fordul tehát az atléta gyakorlatainak egy részében a játékos előkészület felé, mert mindazt megkaphatja ott, amire szüksége van. A futók a jó lábgyakorlatokat találják benne, hiszen sok a futás és ugrádozás, sokszor kell hirtelen állóhelyből a leggyorsabban megindulni, követni a játék menetét. A legtöbb játéknál a láb mindig dolgozik. A dobók a labdának állandó dobásával a nekik éppen megfelelő izomcsoportokat foglalkoztatják, az ugrók pedig részben a futásokkal, részben az ugrások révén kapnak jó előgyakorlatokat. De a végtagokon kívül, különösen a nehéz labdával való játékok erősen foglalkoztatják az egész törzs izomzatát is s így a játék a test minden izomcsoportját foglalkoztatva, annak állandó munkát adva, erősíteni fogja.

Természetesen ezen utóbbi állításom úgy értem, hogy nem egyoldalú játékokkal kell állandóan foglalkoztatni, hanem felváltva olyanokkal, melyek minden testrészt szerepeltetnek megfelelő mennyiségű munkával. Így fogunk elérkezni a mindenoldalúan megerősített testhez, melyre nagyon sok és szép példát láthatunk az amerikai atléták között, kik ha éppen futóatléták is, felsőtestük is szép harmónikusán fejlett.

Azonban a játékban hiába van meg a megfelelő erő, nem fog

tudni benne érvényesülni az, ki a második nagyon fontos testi képességgel nem rendelkezik. Hiába lesz erős a játékos, ha a szabályok által megadott lehetőségeket nem tudja kihasználni a saját előnyére, ha a vele szembevetők közül egyet sem tud elfogni, vagy a neki dobott labdát nem tudja megfogni, állandóan kiejti kezéből. A játékban nagy szerepe lesz tehát az ügyességnek is. Nem volna azonban jó nevelő a játék, ha a képességek teljes bírását kívánná meg, nem adna alkalmat arra, hogy azokat megszerezzük benne és ha már egyszer birtokunkba jutott, erősítsük, fejlesszük azokat. Eből és az elmondandókból látni fogjuk, hogy a játék egyesíti is a testet.

Térjünk vissza ismét a kisgyermekkorba, figyeljük meg a játszani kezdő emberkét, hogy első mozdulatai, első játékos tevékenysége mily nehézkes, darabos, mily nehezen fog játékszerével játszani, vagy az először neki dobott labdát nem fogja tudni elkapni. A földön, vagy széken heverő tárgyak megfogása nehezen fog menni az első alkalommal, de többszöri kísérlet után mind biztosabbá válik, egészen begyakorolja magát benne. A labdát, mely a földön fekszik, az első alkalommal két kézzel is nehezen tudja felvenni, többször visszaejti, míg kísérleteit siker koronázza. A lassan lefelé guruló labdát nem képes még megfogni, az elgurul mellette, de többszöri kísérlet után már megérinti kezével, megállítja és két kézzel felveszi. Lassanként a gurulót már azonnal meg tudja fogni és fel tudja venni. Még nehezebb lesz a kezébe dobott labdát elfognia, hogy az a földre ne essék le. Hiába igyekszik két kis kezével a melléhez szorítani az odaesett labdát, ügyessége még nem felett annyira, hogy erre képes legyen. De a gyermek játékosztöne hatja a fejlődés megkezdett útján előre, hasonló tudású társat keres, egymásnak szembe fognak állni és dobálják a labdát; mozgásuk, dobásuk azonban kezdetleges, időtlen. Hosszú és nehéz fejlődés következik, melyet a gyermek nem vesz észre, hiszen játszik, míg eljut a labdakezelés iskolájának tetőfokához. Az ügyesség a tényleges begyakorláshoz van szorosan kötve. Sokszor láttam már 16—17 éves ifjút, ki nem volt képes elfogni egy neki dobott labdát. Nem véletlen volt ez, többszöri kísérletem bebizonyította, hogy egyáltalán nem tudja megfogni a levegőben repülő tárgyat, nem volt alkalma gyakorolni azt. Egyik ilyen esetben érdeklődtem, hogy nem játszott gyermekkorában labdával? Bevallotta az illető, hogy 9—11 éves koráig el volt tiltva a labdázástól és általában a játékoktól. Később pedig szégyelte társai előtt az ügyetlenségét, ezért kerülte a labdajátékokat. Megengedtem neki, hogy óráim előtt és után labdával játszogasson a társaitól elkülönített helyen. Rövid 3 hónap alatt annyit fejlődött, hogy már nem szégyelte, ha néha ügyetlen volt és félév alatt majdnem teljesen utolérte az átlagot.

A labdakezelésen kívül az ügyesség megnyilatkozik minden játékban. A fogójátéknál az ügyes menekülő még az utolsó pillanatban is ki tud bújni az őt üldöző karjaiból. Ez sem fog menni azonnal az első játék alkalmával, ennek is hosszú fejlődésen kell ke-

resztülmennie, hogy eljusson odáig. Kezdetben az első fogójátéknál az ügyesség hiánya miatt lassú a játék, nehezen akar kibontakozni annak igazi valója. De később, amint rájöttek egyes mozdulatokra, ügyességük útján hamarabb el fogják tudni érni a menekülőt, ki nem egyenes irányban fut, hanem össze-vissza szaladgál.

A fejlődés tehát a helyes mozgások elsajátítása felé fog irányulni, mely tulajdonképpen az ügyesség alapját képezi. Az olyan gyermek, ki sokat játszott, megtanulta, hogy felesleges mozgások végzése a játékban hátrányt jelenthet, ezekről le kell szoknia. Igyekezni fog mindent a lehető legrövidebben elvégezni, hogy a késedelem ne okozzon kárt, veszteséget. Igyekezni fog a futballista a feléje repülő labdát azonnal birtokába venni és késedelem nélkül továbbítani, hogy zavartalanul juttathassa egyik társának. Mily hátrányt jelent ilyenkor a bizonytalan labdakezelés, a felénk guruló labda megállítása és csak így való továbbítása, mikor azt azonnal, pillanatnyi késedelem nélkül is tovább lehet adni. Vagy a vízipólónál mennyivel használhatóbb az a játékos, ki a feléje dobott labdát a levegőben elfogva azonnal továbbítja rendeltetési helyére, mint az, ki előbb leejti a vízre s onnan felvéve tudja csak továbbadni. Hányszor történt már meg, hogy ilyenkor a szemfüles ellenfél elvette tőle s a csapat támadása megsemmisült. Az ügyesség kellő hiánya arra fogja készíteni az egyént, hogy ezt gyakorolja és ezzel ügyességét fejlessze.

Nagy szerepet fog kapni az utánzás az ügyesség elsajátításában. Látja a társát, hogyan menekül üldözője elől, látja az idősebb testvérét, vagy nevelőjét, hogyan fogja meg a feléje repülő labdát, utánozni igyekszik és ezen igyekezete lassan eredményre fog vezetni. A fogékony gyermeki lelket nem lesz nehéz nevelni, hiszen a játékvágyon kívül ösztöne is hatja a tökéletesedés felé. És ha egyszer valami tulajdonság, hajlam, képesség megindul a fejlődésben, azt csak erőszakos úton lehet megállítani. Éppen ezért az ügyesség fejlődése az egészséges gyermeknél nem lesz nehézkes, egyformán fog tudni haladni, ha a körülmények ezt megengedik.

Kit fogunk mi az életben ügyes embernek tartani? Azt, ki az adódó helyzeteket úgy tudja kihasználni, hogy abból neki csak haszna lehet, vagy ha ez nem is, de kár nem éri őt. A játékban is az az ügyes, aki éppen annak váltakozó és gyorsan adódó helyzeteit ki tudja használni. De míg az utóbbiban főleg a testi ügyesség fog dominálni, mint pl.: az ellenfél kicselezése, vagy a váratlanul feléje repülő labda elfogása, addig az életben inkább a szellemi ügyesség fog érvényesülni. És mégis a játék igen jó iskolája lesz ennek, hiszen a helyzet észrevétele azonos módon történik, csak a keresztüvitel lesz más. De míg az életben az észleléstől az elhatározáson keresztül a cselekedetig hosszabb idő is eltelhet, a játéknál azonnal kell cselekedni. Sokszor a másodperc egy csekély töredéke sincs megadva, hogy az adódó helyzetben helyesen, vagy helytelenül viselkedjék, azonnal kell látni, határozni és cselekedni.

A játéknak egyik igen fontos hatása: az edzetté, ellen-



álló vá való nevelés. Edzettnek, ellenállónak nevezzük azt a testet, mely a külső behatásokra nem reagál oly könnyen, jobban el tudja viselni a test egészsége elleni támadásokat, könnyebben fogja kibírni az időjárás viszontagságait, hirtelen változásait és a kisebb sérülések sem fogják tudni oly könnyen megtörni annak erejét. Nagyon jól tudjuk, hogy gyakorlat útján sok olyan tulajdonságra tehetünk szert, melyeket a születéssel nem hoztunk magunkkal és sok olyan tulajdonságot tudunk továbbfejleszteni, melyeket örököltünk ugyan, de azok nem tökéletesek. Az újszülött gyermek könnyen lesz beteg már a legkisebb külső behatásra, mert szervezete nem ellenálló. Ezzel szemben a különböző sportokkal s így a játékkal foglalkozó kisportolt egyének nem lesznek hajlamosak, nem fognak oly könnyen megbetegedni. Könnyebben és gyorsabban fognak átesni egyes betegségeken, mert szerevezetük ellenálló ereje megnagyobodott, gyarapodott.

A játékot sokszor a gyermekek a legszebb tavaszi napsütésben kezdi el, mikor még nincs nagy meleg és kellemes az egyszerű tornaruhában való mozgást. A játék folyamán azonban az izommunka következtében testük hőt termel, felmelegedik, esetleg kissé meg is izzad. Az est beálltával, vagy csak közeledésével fokozatosan hűl a levegő is, de ő nem veszi észre, hiszen nagyon el van foglalva, játszik. Észre sem veszi, pedig közben esetleg 5—6 fokot süllyedt a hőmérséklet, nem fog fájni, mert állandóan mozog és e mozgás állandó hőmennyiség kitermelését fogja eredményezni. Teste a hőmérsékletcsökkenésre nem fog különösebben reagálni, legfeljebb csak azt veszi észre, hogy a fullasztó meleg helyett sokkal kellemesebb a levegő, könnyebben tud mozogni, nem izzad annyira. A naponként megismételt játékaiban mindig ugyanez fog előfordulni, hozzá fog szokni szervezete, hogy kisebb hőcsökkenések károsan ne hassanak rá. A délelőttönként folyton melegedő levegő úgy sem hat rá kártékonyan, ezt tehát nem is tartom fontosnak boncolgatni. Természetes azonban, hogy a gyermekkorban való játékok nagy része kisebb mozgást igényelnek s így felöltözve is fognak azok játszani, de már az is az első lépések közé sorozható, hiszen itt is hűl a levegő, itt is ki van téve bizonyos csekély mértékben teste a hőingadozásoknak. Az előbb említett példa a nagyobb játékokra vonatkozik, melyek nem ritkán már a 10—11 éves korban is jelentkeznek.

De míg az 5—6 éves gyermeket felügyelik, szülei a felkerekedett szél elől minél gyorsabban igyekeznek elvinni, addig a 15—17 évben lévők nem egyszer a játéktéren, játék közben őket utolérő kisebb esőben is folytatják a megkezdett küzdőjátékukat és igyekeznek be is fejezni. Természetesen nem a nagy felhőszakadást és hideg ölmosesőt értem ez alatt, hanem a langyos és permetező tavaszi, vagy koraőszi esőt, melyet minden baj nélkül ki lehet bírni. Sokszor láttam már fiúgyermeket esőben játszani, hányszor találkoztam már ily fiúkkal, kik közül egy sem lett beteg. Alapfeltétel a teljes egészség, mely nélkül súlyos kockázattal jár a másfél-

óras szórakozás. És hogy ezen esős, szeles időt kibírják, valószínűleg hosszabb gyakorlaton kellett keresztül menniök, melyet a játék közben, vagy más sportágak űzése közben szereztek meg. Ez a hozzászokás néha hihetetlen eredményeket fog tudni felmutatni. Sok, késő őszebe nyúló futballmérkőzés zajlik le havas és jeges pályán, hol a közönség télikabátban is alig tud megmaradni, a játékosok pedig a másfélórás mérkőzés után is mind egészségesek maradnak. De ilyen nagyfokú edzettség elsajátítása nem lehet célja a nevelő játéknak, melyre nincs is szükségünk, mely már a túlzás felé közeledik, sokkal kisebb edzettség is meg fog óvni a mindennapi életben. Az így megerősített, megedzett egyén nem fog könnyen megfázni, nem fog megártani neki a hirtelen megváltozott idő és nehezen fogja ágybadönteni a meghülés állandóan kísértő réme.

De egy másik jó nevelői tulajdonsága is lesz a játéknak: edzetté tesz a fájdalmakkal szemben, könnyebben el fogjuk tudni viselni azokat, nem leszünk velük szemben érzékenyek. Mór a kisgyermeknél tapasztalhatjuk, ha játék közben esik el, nevetve, de kissé megihletődve kel fel, fájdalmát azonban elnyomja a játék vágya és öröme. Ha máskor esne hasonlóan, hatalmas sírásba kezd és vígasztalhatatlannak mutatkozik. Későbbi korban pedig a játék közben kapott sérülést fel sem veszi, továbbjátsszik és sokszor erőszakkal kell sebeit bekötni, mert neki nem fáj, nem is érzi. Sokszor nem is sejtí, hogy kisebb sérülést szerzett közben, csak a játék végén, vagy öltözkölés közben fog tudatára jönni. Hányszor horzsolja le a bőrt arcáról, kezéről, térdéről, de nem vesz róla tudomást, mert a játék leköti, a kisebb fájdalmakat elnyomja a küzdés, az érvényesülés vágya, a játék öröme. Még az erősebb sérülés dacára is, mely határozott és kemény fájdalmakat okoz, játszik, mert a testi fájdalmakat alá tudja rendelni a játék céljának.

Ha mindezeket a játék tényleg fejleszti, mennyit nyerhetünk vele! Az életben nem fog azonnal az első kisebb betegség elvonni munkánktól, nem fog megakadályozni a tovahaladásban, mert szervezetünk legyőzi a jelentkező betegséget, vagy meggátolja annak uralmát a test felett. Nem fogja figyelmünket elvenni a komoly foglalkozástól a testi fájdalom és a tiszta tapasztalás tényén túl nem fogunk másként rá gondolni. Hány példáját lehetne felsorolni annak, hogy komoly sportemberek évek óta nem voltak betegek, a megfázás elkerülhetetlen volta csak kisebb náthában fog jelentkezni és ezzel szemben hány példát látunk a mindennapi életből, hogy az első szellő, az első hűvösebb idő beállta már szedi áldozatait, egymásután maradnak ki a munkából a gyenge fizikumu és edzés nélküli „könyvmolyok“. Erre különösen sokszor lettem figyelmes az iskolában, hol annyi különböző típusu gyermek van együtt, kiket igen jól kiismerhettem az évek folyása közben. A nedves, hideg téli napok beállta után tömegesen hiányoznak a „széltől védett“ és az időjárás viszontagságaitól óvott ifjak. A mulasztott órák száma többszöröse a sportoló egyének mulasztásainak, kik ritkán és akkor is legtöbbször más miatt kénytelenek elmaradni. Ha az összes fel-

sorolt tényt figyelmen kívül hagyva, csak ennek az egy és való dolognak igazát fogadjuk el, már el kell ismerni a játék (természetesen a többi sportnak is) fontos szerepét az ember életében.

Vannak azonban a játéknak olyan hatásai is, melyek a test egyes képességeit, jótulajdonságait fogják fejleszteni, nevelni. Az első ilyen a gyorsaság. Gyors az az egyén, ki rövid idő alatt nagy mozgásokat, vagy több mozgást tud bizonyos idő alatt elvégezni, vagy ki hamarabb éri el a kitűzött célt. A gyorsabban futó fiú utoléri a menekültöt, a gyors összehúzódással rendelkező izmú pedig a labdát messzebb fogja tudni dobni, stb. Ez pedig izommunka, mely nem jelent mást, mint az izomnak gyorsabb, vagy lassúbb összehúzódó képességét. A gyorsan futó egyén lábizmai rövidebb idő alatt fogják elvégezni munkájukat, mint a hasonló, vele együtt játszó társaié. A labdát, vagy követ dobó izma, hamarabb fogja tudni ugyanazon úton kifejteni erejét, mint a többié. Mindezt a gyakorlat útján kell tökéletesíteni. Ez alapján véve egy veleszületett képesség, mely helyes irányú fejlesztése következtében jól fejlődve gyors izommunkára képesíti az egyént. A nem gyakorlás pedig csak egy általános gyorsaság kifejlődését eredményezheti. A legelső játék, mely a 4—5 éves korban jelentkezik, melyben már futás is előfordul, a futójátékok legalacsonyabb fokú megnyilatkozásai, a fogó játékok. Ebben már a lényeg is azon épül fel, hogy gyorsabban kell futni, mint a másik, hogy megfoghassa a menekültöt, vagy elfuthasson az üldöző elől, hogy az ne tudja megfogni. Ez pedig a teljes gyorsaság igénybevételét jelenti és követeli. Ismételt formában megjelenik ez a többi játékokban is más és más céllal, de elegendő arra, hogy ezen képeségünket állandóan próbára tegyük és ezzel fejlődését elősegítsük. Az izom a gyakorlás útján hozzászokik a gyors összehúzódáshoz és annak további igénybevételére állandósíthatja azt. Számítalan példát hozhatunk fel erre, hiszen a kisgyermekkorában sokat játszó, főleg futójátékokkal sokat foglalkozó fiúkból később jó futók lesznek, gyorsaságuk annyira kifejlődhet, hogy szinte feltűnő lesz társai között. Nagy szerepet fog játszani természetesen az öröklött hajlam, mely már több adottsággal is felruházhatja a fiút s mikor az első játékában résztvesz, észlelhető ez. Az ilyenek már több előnnyel indulnak a játékban, hiszen gyorsabbak és ezen előnyük fogja készíteni társait, hogy gyorsabban mozogjanak, nekik is sikerüljön éppen úgy elfogni a menekültöt, mint a másinak. Hogy mekkora előnyt jelent a gyorsaság a játékokban, legjobbban a küzdőjátékok mutatják. Az ellenfél kapuja felé közeledő játékost nem fogja utolérni az, ki nem oly gyors, vagy hamarabb fog odaérni a labdához s ezzel elkerüli a közelharc kétes kimenetelét, magának szerzi azt meg és így pótolhatatlan előnyhöz juthat. A világ sprinterei, rövidtávfutói az amerikai atléták, kik mind előzőleg valamely játék legjobb résztvevői voltak. Itt szerezték meg és fejlesztették ki képességüket annyira, hogy bátran felvehetik bárkivel a versenyt.

Ez az izomképesség sokszor párosul egy másikkal, mely a

sportok minden ágában, különösen a versenysportokban nagy előnyt jelent. Ez a ruganyosság, mely a könnyed ugrásokban, azok viszonylagos nagyságában jelentkezik. Kire szoktuk mondani a sport terén, hogy ruganyos? Arra, aki az átlagképességűekhez viszonyítva nagyobb tud ugrani, ki a saját testsúlyát jobban el tudja távolítani a földtől. Ez is izomtevékenység, még pedig a gyorsan mozgó izom tevékenysége, melyhez hozzájárul az erő is. Hiszen a test súlyát kell neki a földtől ellöknie, felemelnie, ehhez pedig a gyors és erős izom szükséges. Tehát a ruganyosság az erős és megfelelően gyors izom munkája. Ezt a képességet az elismert szakemberek szerint csak a velülnszületett képesség adhatja meg, melyet tökéletesíteni, a helytelen gyakorlás révén pedig elveszíteni, illetve csökkenteni lehet. Ehhez az a megjegyzésem, hogy ezt ugyanúgy fejleszteni, mint az erőt, nem lehet, de lehetséges annak tökéletes alkalmazását, eredményesebb kihasználását elősegíteni. Hiszen számtalanszor tapasztaltam, hogy a testi fejlődés befejezése előtt álló és már eleget sportolt fiatal ember a megfelelő gyakorlatok útján ruganyosabbá válik, jobban fog tudni ugrani, nagyobb eredmény elérésére lesz képes. Ennek a ruganyosságnak, vagy mint sporinyelven szokták mondani: „robbanékonyságnak” egyik legjobb gyakorlatát éppen a játékban találtam meg, melyeket kísérleteim és tapasztalataim is igazolnak. Az a fiú, ki versenyzései közben, edzései alkalmával, vagy a téli pihenőben sokat játszott megfelelő játékokkal, sokkal ruganyosabban mozog, sokkal jobban fog tudni ugrani. És mi lesz a játékban az, mely ezt előmozdítja, mely tényezők fogják segíteni a ruganyosság alkalmazásának lehetőségét? Ha a játékokat ebből a szempontból figyeljük, több olyant találhatunk, melyekben sok a könnyed és természetes mozgás közepette történő ugrás, hol a figyelem nem az ugrás módjára, hanem céljára terelődik. Arra figyel az illető, hogy amiért felugrik, sikerüljön, elfogja a feje felett elhaladó labdát, átugorja a lába alatt áthaladó kötelet, stb. Tulajdonképen mind egy-egy ugrás, de nem kötött módon, hanem teljesen szabadon, könnyed mozgásokkal. Talán csak egy lesz, melyre nagyon fog vigyázni a játékos, hogy kellő pillanatban a lehető legnagyobb mértékben érvényesítse tudását és a lehető legnagyobb, legjobb tudása szerint rugaszkodjék el a földtől. Ezen ugrások közötti időt más foglalkozásokkal, futással, dobással tölti el, esetleg pihen egy pár pillanatot, míg ismét rákerül a sor. Nézzük csak meg a kosárlabdázók ruganyos ugrásait, mily könnyedén fognak a földről felemelkedni, hogy a két ellenfél egy-egy játékosa között feldobott labdát elkaphassák. És ha megfordítom a következtetésem irányát és azt kérdezem, hogy kik fognak e játékban érvényesülni, kénytelen vagyok ezt felelni: azok, akik más képességeiken kívül megfelelően ruganyosak is. Ha pedig a jó kosárlabdázónak nagy szüksége van a ruganyosságra, e játék előgyakorlatainál, begyakorlásánál szintén szükségünk lesz rá, melylyel alkalmat adunk annak begyakorlására, illetve alkalmazásának megtanulására, kihasználására.

Ezen játék a legtipikusabb példa volt, melyen kívül majdnem az összes játékoknál meg fogjuk találni ugyanezt, csak más formában. A futballjátékos sokszor jól felugorva tudja csak az ellenfél elől elfejelni, a kapus pedig hatalmas ugrásával emelkedik társai fölé, hogy idejekorán ártalmatlanná tegye a kapuja felé magasan közeledő labdát. De a ruganyosság jelenlétét tapasztalhatjuk a fogójátéknál is, mikor a menekülő hirtelen ugrással kerüli el az üldözőjét.

Talán nem a játék lesz az a gyakorlat, mellyel a legtökéletesebben lehet elsajátítani a hajlékonyságot, de hogy az általános és minden oldalú nevelői fontosságát láthassuk, vizsgáljunk kell ezt is. Ugyanis az izmok munkája nem csupán az összehúzódáson alapul, hanem mikor az egyik izom összehúzódik, a vele ellentétes mozgású ugyanakkor kinyúlik. A normális (és nem beteg) esetekben ez adja meg a hajlékonyságot. Magánál az egyszerű előrehajlásnál fogjuk érezni, hogy a nyújtott térdek mellett végzett hajlás közben, illetve egy bizonyos hajlás után a comb hátsó részén és a háton elhelyezett izmok megfeszülnek és túlságosan erőltetett előrehajlás közben kissé fájdalmas érzést váltanak ki, homlokunk még sem fog odaérni a térdekhez. Viszont látunk egyeseket, kik ezt minden nehézség nélkül el tudják végezni. Ezeknél az előbb említett izmok hozzászoktak a megnyúláshoz, illetve begyakorolták azt. Ugyanezt megtaláljuk az összes ízületknél, vagy a hátrahajlásnál is. Mint az előbb említettem, ezek maximális lehetőségig való keresztülvitelét speciális tornagyakorlatok adják meg, a játék csak bizonyos határig fejleszti azt és ez a határ éppen annyi, amennyire az életben szükségünk van. A futása közben jobbra, vagy balra hajló játékos, ki társait igyekszik elfogni, vagy a földre lehajló, ki a labdát akarja felvenni, mind gyakorolja magát benne. Ezen hajlása könnyed, szabad mozgás lesz és éppen annyi, amennyi az életben szükséges. De a játék többet is ad belőle. Hiszen számtalanszor olyan helyzetben is kell hajlást végezni, mely szokatlan: a levegőbe felugorva kell egyszer hátra, majd oldalt hajolni, vagy futás közben kell hirtelen a labdáért lenyúlni. Ezek pedig annál könnyebbek lesznek, minél jobban hajlik, minél hajlékonyabb az ember teste, annál gyorsabb lesz és annál észrevétlenebbül fogjuk tudni végezni, minél többet gyakoroltuk. Ezen gyakorlat pedig már a legkezdetlegesebb játéknál, a kőért való lenyúlásnál, a labda felvevésénél, a fogó elől való kitérésnél mind előfordul. A hajlékonyság tehát a játékban megtalálja megfelelő fejlődési lehetőségét, sőt mondhatni, ennek elegendőségét biztosítja is, ha a gyermekkorunkban megfelelő módon foglalkoztunk játékkal, nem kerültük el azt.

Érzékszerveinkkel veszünk tudomást a körülöttünk történő dolgokról, idegrendszerünk továbbítja a látottakat, hallottakat, általában a tapasztalatokat s gondolkozásunk, mintegy telefonközpont kapcsolótáblája automatikusan mozgásbáhozza a megfelelő izomcsoportot s ezzel már tette serkent. Érzékszerveinket is foglalkoztatjuk a játék közben. Minden érzékszerv kaphat foglalkoztatást a játékban, hiszen ma már több szag és íz megkülönböz-

tetésén alapuló játékok ismerünk (cserkészjátékok). Ha érzékszerveink nem működnének, nem lehetne játszani. A siketnéma játékában a látás és tapintás szervei fognak helyettesíteni mindent, a vakok pedig a hallásuk és tapintóérzékükre alapított játékkal fognak szórakozni. Képzeljünk el egy olyan embert, kinek egyik érzékszerve sem működik, kinek nincs tapintóérzéke, hiába fogna meg valamit, ha nem tudja érezni, hogy mit fogott meg. Semmivel sem tudna játszani, hiszen teljesen tehetetlen egyén.

Az érzékszervek közül az első helyen kap szerepet a látás szerve, a szem. Látás útján szerez tapasztalatot a kisgyermek, mikor társaival együtt játszik, rakosgatja a fa- és kődarabkákat, látás útján fogja ismereteit bővíteni, mikor futkosni látja társait, de látás útján fogja megismerni a nagyobb küzdőjátékokban kiváló egyének tulajdorságait és ezeket fogja utánozni. Itt a szem, mint a játék megindító rugója szerepel, de nagy szerepe van magában a játékban is. Hiszen figyelmét a szemén keresztül fordítja a játék menetére, látni akarja és látnia kell, hogy hogyan folyik a játék, mikor kell neki is bekapcsolódnia, mikor fut feléje a fogó, mikor repül hozzá a labda. Ha nem látja, nem tudna benne résztvenni. De nem volna elegendő ezen egyszerű látása sem, ha nem nézné társait, nem fordítaná tekintetét a játéktér minden pontja felé. Mikor több fogó üldöz, mind-egyiket szemmel kíséri, de ugyanakkor megnézi már előre, hogy melyik menekülő áll legközelebb hozzá, hogy ha majd neki kell fogni, ki után fusson, kit üldözzön. Vagy a labdajátékoknál nézi a labda útját, szemmeltartja az ellenfél legközelebbi játékosát és ezzel együtt tekintetét a saját játékosaira is fordítja, hiszen ha hozzá kerül a labda, tudnia kell, hogy ki hol áll, kivel játszhat össze. Megtanul ezzel nemcsak egy dolgot nézni, hanem egyszerre több felé fordítja figyelmét a látásán, a szemléletén keresztül. Ezzel egy képet alkot magának, hogy azt a következő pillanatban, mikor el van foglalva, mikor teljesíti a játék által e pillanatban reábizott szerepet, felhasználhassa, visszaidézze a látottakat és ennek megfelelően cselekedjék. De nem ér rá hosszabb ideig szemlélni a helyzetet, nincs ideje jól szemügyre venni a környezetét, mert különben a lábai előtt guruló labdát elvesztheti, vagy az ellenfél kaparintja meg. Hányszor látni, hogy a jobb játékosok alig észrevehetően pillantanak fel és már a labda a következő szempillantásban repül is a kijelölt cél felé. Ez pedig a gyors meglátást, gyors szemléletet teszi próbára. Sok játékosnak egy pillanat elég és már látja a helyzetet, tud határozni, tudja, hogy mi a feladata, mit kell tennie. Aki tehát játszik, annak látni kell tudni, vagy ha még nem tud a játék szempontjából tökéletesen látni, meg fogja tanulni, ha eredményt, sikert akar elérni.

A második helyen áll a hallás. Amit nem tud a szem elintézni, megragadni, felfogni, azt a hallás, a hang útján pótoljuk ki. Talán kissé ritkábban találunk oly példát, mely a hallás fontosságát bizonyítja a játékban, de akad egy pár kirívó példa, melyet saját magamon tapasztaltam. Nem a bíró sipjelének hangjára akarok rámutatni, mely megállítja a legszebben kibontakozó támadást, sem

a tomboló közönség ordítására és biztatására, mely szintén a fülünk útján jut tudatunkba, hanem arra akarok rámutatni, hogy a játék közben igenis szerepe van a hallásnak. Az ellenfél kapuja felé rohanó játékos, kit a labdavezetés korlátoz a gyorsaságának legnagyobb fokú kihasználásában, nem tud hátrafordulni, hogy az őt üldöző ellenfél játékos közelségét megállapítsa, hanem ilyenkor fülére van utalva. Hallja a mögötte futó játékos dobogását és ekkor már fogja tudni, hogy nem fut szabadon, beérik és támadását megzavarhatják. Vagy a nagy zavarban a mögötte leeső labda hangjára lesz figyelmes, mert az erős napsütésben nem tudta követni a hirtelen felpattanó labda útját. De a hallás útján értesíti a támadás kibontakozása közben a mellette rohanó játékosársát, hogy neki adja át a támadást, reábízta a labdavezetést, mert jobb helyzetben van. Vagy hányszor bizonyítja a helyes és helytelen ütést a tennisznél a „halfvolé“, a közvetlen leesés után történő ütés (hogy egyszer, vagy kétszer pattant a labda).

Külön kell tárgyalni azokat a játékokat, melyek tisztán a hallásra épülnek fel. Van ilyen is és egész biztosra veszem, hogy mindenki játszott már ilyent. A „szembekötősdí“, „hol vagy Pista“, stb., mind a bekötött szemű játékosok hallásán épül fel. Ezen játékoknál nemcsak a hangot kapjuk meg, nemcsak arról értesülünk, hogy itt van az, akit keresünk, hanem megtudjuk azt is, hogy mely irányból, esetleg mily távolságról jött a hang. Pontosan oda lehet találni, ahonnan a hang jött, pontosan meg lehet esetleg állapítani azt is, hogy mily messziről jött felénk. Viszont vannak még olyan játékok is, melyek a hang színezetére építik fel lényegüket. Meg kell ismerni, hogy a normális beszéd kinek a hangja. Sok játék, mely énekkel van összekötve, a zenei „hallást“, a jó fület teszi szükségessé. És ha a felsorolt példákat átrézzük még egyszer, látni fogjuk, hogy igenis van szerepe a fülnek a játékban, fog fejlődni hallóképességünk is. Hallószervünk működéséről akkor is tudomást fogunk szerezni, mikor máshová fordul figyelmünk, másra kell koncentrálni teljes tudásunkat. A játékban előforduló speciális kiválmak ki fogják bennünk fejleszteni a hang irányának pontos begyakorlását, a távolságra való következtetést a hang erősségéből és tisztaságából, de megtanít bennünket még a hangszínezetek közötti különbségek megfigyelésére és megítélésére. „Gyakorlat teszi a mestert“ — mondja a közmondás. Gyakorolnunk kell magunkat, hogy tökéletesítsük ezeket is, hiszen nem nagyon van alkalmunk másként rá, viszont az élet néha megkívánja, hogy ennek működése tökéletes legyen. Vannak életpályák, hol nélkülözhetetlen ennek tökéletessége. Vajjon a pilóta nem figyel állandóan a motorok hangját, dörgését, vagy az autóvezető a kocsijának bűgását? És hányszor már a hangból megábról meg lehet állapítani, hogy hol a hiba, mit kell kijavítani. Más nem gyakorlott egyén talán nem is veszi észre azt, amit a jó motorvezető tud és esetleg már javít is.

Harmadik érzékszervünk a tapintás. Testünk egész felülete be van rendezve a tapintásra, csak az egyik része jobban érzékeny,

több idegvégződés van rajta egymás mellett, a másik viszont kevésbé. A legérzékenyebb rész az ujjak vége, ezt használjuk általában tapintásra, mely észreveszi már a milliméter csekély részét, a legkisebb porszemet is. De a testünk többi részén elhelyezett idegvégzódések érzékenységét is lehet fokozni, csak megfelelően kell velük foglalkozni. Különösen a cserkészjátékok között találunk nem egyet, mely ezen érzékünket foglalkoztatja, hiszen sötét szobából kell egy valamit kiválasztani, kihozni. A bekötött szemű fiúnak tapintása útján kell felismerni valakit. Eleinte nehezen megy, de a gyakorlat bámulatatos eredményeket tud felmutatni. Sokan állítják, hogy a futballjátékos szinte érzi a labdát a cipőjén keresztül, azért tud vele olyan ügyesen bánni. Ezt szintén a tapintás érzésével lehet magyarázni. Ezért választanak mindig oly cipőt, mely teljesen simul a lábukhoz. A feltörés veszélye és a kitöltés miatt erősen vattázott és pólyált láb nem tudja oly jól és tökéletesen irányítani a labdát, mint egy puhabőrű és lábraillő cipőben, mely alá nem kell több harisnya, nem kell vatta.

Nem szokták külön érzékszervnek tulajdonítani a fogási érzéket. Pedig annak ellenére, hogy külön szerve ennek nincs, mégis ide lehet sorolni. A látás, vagy tapintás útján szerzett érzetek hatására az idegpályán keresztül egy inger jut az izomba, mely a fogást magát adja. Ez a fogás azonban igen különböző lehet. Más egy nyugodtan fekvő tárgyat megfogni és más egy felénk dobott labdát elkapni. Az előbbi egy lassu, időben nem korlátozott mozgás, míg az utóbbi egy kellő gyorsaságot és megkötöttséget jelent. Az előbbiben az agyból eredő és az idegpályán keresztülmenő ingeren át egy izommunkát látunk csupán, míg az utóbbi egy meghatározott pillanatban történő fogást jelent. De míg az előbbiben az elhatározás és a tett között egy kis idő múlik el, addig az utóbbinál oly rövid idő telhet csak el, hogy azt nem lehet mérni, nem lehet észrevenni. Ezt az összmunkát, mely az agy és idegpálya útján az izom végez, le lehet csökkenteni oly rövid időre, amint azt az előbb említettem. Hasonlítsuk csak össze a kisgyermek első labdafogási kísérletét a gyakorlott labdázó ügyességével, látni fogjuk a különbséget. A kisgyermek a földön fekvő labdát is csak többszöri kísérlet után tudja először felvenni, de a már mozgó tárgyat nem képes. Majd fokozatosan jobban fog tudni. A jó játékos pedig a legváratlanabb labdát is gyorsan és gondolkodás nélkül el tudja kapni a levegőből. Az előbbinek fogásán látszik, hogy az elhatározást csak bizonyos idő múlva követi a tett, míg az utóbbinál már majdnem reflexszerű. A jó futballkapus a kapuralótt labdát mily biztosan tudja elkapni a levegőből, sokszor a másodperc századrésze elegendő volna arra, hogy a labda már csak újja hegyét érintse. De fogásérzéke tökéletes biztonságot ad neki, valósággal „ragad“ kezéhez a labda. Nagy futballmérkőzéseken láttam, hogy a kapu felé süvítő labdát fogásra készen várja a kapus, mikor az hirtelen az egyik játékos testéről irányt változtatva igyekszik mellette a kapuba

jutni, szinte reflexszerűen nyúl utána és a begyakorlás a legnehezebb helyzetekben is sikert eredményez.

A szagló és ízlelő érzékünket nem tartom szükségesnek tárgyalni annak ellenére, hogy vannak játékok, mint előbb is említettem, melyek ezen épülnek fel, mert az ember életében e kettő nem foglal el nagy szerepet az étkezésen kívül. Amennyire szükségünk van, azt az étkezés alkalmával úgy is eléggé begyakorolhatjuk. Sokkal fontosabbnak tartom az egyensúly érzék fejlesztését, melyet majdnem minden játékban megtalálhatunk. Ki ne látott volna már minden külső hatástól mentesen a hirtelen fordulat, irányváltoztatás következtében valakit elesni. Vajjon található-e olyan egyén, ki gyermekkorában a futás vagy a játék közben nem esett el? Nem. De igenis láthatunk olyan példákat, melyek igen jól mutatják a helyes egyensúlyérzék kifejlődését. A labdát követő játékos sokszor kénytelen hirtelen kanyarulatokkal kikerülni az ellenfél közeledő játékosát, hirtelen fordulatokkal és irányváltoztatásokkal lesz tarkított futása, mely közben igen kell ügyelnie, hogy egyensúlyát el ne veszítse, el ne essék. Vagy a labdáért a levegőbe felugró egyén, ki ott fenn kezével, vagy fejével külön mozdulatokat is végez, ha nem tudna egyensúlyt tartani a mozgás következtében, teste szokatlan helyzetben érne a földre. Tipikus gyakorlata az egyensúlynak a jég hockey játék. A korcsolyázás, hol a lábunkra csatolt korcsolya vékony éle éri csak a jéget és ezen kell tovasiklani, vagy különböző fordulatokat végezni, a jó egyensúlyérzék feltételezi. Míg itt az egyensúly elosztása jó előre tudott, előre tervezett módon fog történni, nem lesz nagy nehézség megcsinálni azt, de az előbb említett játék nagyobb követelmények elé állít. A hirtelen jövő akadályok kikerülése, a váratlanul ért feladatok megoldása pillanatonként érik az embert és arra kényszerítik, hogy egy hirtelen fordulattal irányt változtatva az előbbivel éppen ellenkező irányban száguldjunk tova. Ezen fordulatokat sokszor a legnagyobb sebességgel, vagy sebesség közben kell véghezvinni és a jó jég hockey játékos sokszor 45 fokban dől oldalt, hogy minél kisebb úton forduljon meg, időt és sebességet alig veszítve, követhesse a villámgyors játék menetét. Ezen játékhoz már a tökéletes egyensúlyérzék szükséges a többi játékképességen kívül, itt már nincs mód fejleszteni, itt már csak csiszolni lehet a tökéletest. Természetes, hogy ezt csak a legjobb játékosokra értem, hiszen a kezdőknek éppen azért nem fog még jól menni, nem gyakorolták be tökéletesen magukat.

Vajjon a gyermek hol fogja megtanulni mindezt, hol fogja gyakorolni magát az egyensúly megtartásában? Akkor, midőn először áll lábra, mikor még egy-két másodperc után „lecsücsül“, mert nem tud egyensúlyt tartani, gyengék lábai. Nagyban hozzá fog járulni az ilyenkor eséshez a gyenge izomzat. Az ingadozás az első pillanatban már az egyensúlyérzék tökéletlen munkáját jelenti. Erősebben fog már egyensúlyozni akkor, midőn az első lépéseket teszi maga vezetés nélkül, hiszen a lábainak látszatszerinti össze-

vissza való rakosgatása és karjainak mozgatása által már a kibillent súlypontja alá igyekszik helyezni lábait, biztosabb alátámasztásra törekszik, ki akarja egyensúlyozni billegő testét. Az első futás kalimpáló mozgása hirtelen végetér és hátraesik a legsímább úton is az előre igyekvő apróság az első lépések után. Még az első játékban is bizonytalan a fordulat, de minél többet játszik, minél jobban gyakorolja magát, annál tökéletesebb lesz. Minden új, nehezebb és élénkebb játék nagyobb feladata jobban és jobban próbárat teszi képességét és lassan eléri azt a fokot, melyre az embernek az életben szüksége van. Mert erre szükség van sok esetben. Vajjon nem az egyensúlyérzék bizonyos fokú hiánya adja télen a csúszós időben történő eséseket, melyeket egy másik ember szépen elkerül? Tapasztalatból tudom, hogy azok, kik sokat játszottak síkos talajon, hol még nagyobb mértékben van szükség az egyensúlyozásra, vagy kik a megfelelő sportággal (sí, korcsolya) eléggé kifejlesztették magukat ebben, nehezebben esnek el, mint azok, akik nem gyakorolták magukat benne. Az elmúlt télen voltam szemtanúja egy érdekes esetnek. Előttem haladt egy fiatalember az ólmosesőtől síkossá vált és kissé lejtős járdán. Az egyik lépésénél hirtelen megcsúszott, két karja és bal lába a levegőben hatalmas mozgást végzett, de jobb lábán meg tudott állni kb. másfélméteres váratlan csúszása közben is. Míg a szétszóródott csomagjait segítettém neki összeszedni, elmondta, hogy jó síelő és jól tud korcsolyázni is, ennek köszönheti, hogy nem esett el.

Mint az érzékek szerepének tárgyalásából láttuk, ezek tökéletes használhatósága a játéknál fontos szerepet fog betölteni, ezek nélkül a játék egy bizonyos oldalról nem fog tudni kifejlődni, gátni fogják az igazi játékot. De ugyanakkor láttuk azt is, hogy ezek tökéletes működése mennyire elősegíti az egyén érvényesülését, képességeinek kifejtését. Az olyan játékos, ki mindent lát, látása útján szerzett tapasztalatait ki tudja használni, de a hallása útján szerzett tapasztalatokkal még ki is egészíti, tapintása és fogása útján a labdát jól fogja tudni kezelni, egyensúlyérzéke segítségével ritkábban kerül a földre, ügyességét jobban fogja tudni érvényesíteni. Tehát az érzékszervek az ügyesség kifejlődésében segítő kezet fognak nyújtani, az érzékszervek útján jobban fogjuk tudni kifejteni azt, annak alapját fogják képezni. Ezzel pedig idegrendszerünk munkáját fogjuk gyakorolni, hiszen ezen keresztül jut az agyba az érzet és ezen keresztül megy ismét a végrehajtás, a parancs az izmokba. A játék tehát egy bizonyos idegkoncentrációt fog megkövetelni, illetve kifejleszteni.

De mint az akaratfejlesztéssel kapcsolatosan említettem a munkabírást, mint az erős akarat hatalmát a test felett, éppen úgy megemlíthetjük itt a test munkabírását, melyet szívósságnak, fáradhatatlanságnak szoktak nevezni. Az akarat parancsa megtörik, ha a test képtelen végezni a feladatot, ha a test kifáradt már a munkában és hiába való a legnagyobb és legerősebb akarat parancs, a test képtelen lesz egyszer, a teljesítőképesség határán túl

dolgozni, feladatát elvégezni. A munkában tulhajtott és kifáradt test nem lesz képes már eredményesen dolgozni és az ilyenkori erőltetés csak kárára lehet az egészségnek. Tapasztaljuk azonban, hogy egyes emberek munkabírása igen különböző. Van, ki hamarosan fárad és még a könnyű munkát sem tudja sokáig végezni, mert szokatlan neki, viszont lesznek egyesek, kik hihetetlen szívóssággal, kitartással, fáradhatatlansággal végzik reggeltől napestig. De egy és ugyanazon egyénnél is különböző lesz a munkabírás. Másként fogja elvégezni a legkisebb testimunkát ugyanaz az egyén 10—20 és 30 éves korában. Míg 10 éves korában a földmunka, az ásás igen hamar elfárasztja, húsz éves korában kitartóbb lesz munkájában, később pedig már különösebb fáradtság nélkül tud reggeltől estig dolgozni. Kezdetben 4—5 perc alatt kifárad a fiú, mikor először futballozik, később pedig egész délután űzi a labdát a gyepen anélkül, hogy erre gondolna is. Könnyű lesz neki a testimunka, mert hozzászokott. De mi úton fog ehhez hozzászokni? A játékkal!

A kisgyermek munkája a játék, ezzel tölti idejét, ezzel foglalkozik és ez fogja édes álomba ringatni, mikor abban elfárad. Amilyen hamar elfárad, olyan hamar ki is piheni magát és kezdi újra ugyanazt. Közben állandóan többet és többet fog tudni foglalkozni játékával, mindjobban megszokja a munkát, izmainak foglalkoztatását, nem fog oly hamar kifáradni, munkabírása növekedni fog. Megszokott játékával már hosszabb ideig el tud játszani anélkül, hogy elfáradna, de amint olyan játékkal kezd szórakozni, mely eddig még meg nem mozzgatott izmokat vesz igénybe, ismét hamar fárad, míg meg nem szokja azt. A fejlődés folyamán különböző és mindig nehezebb, több izomcsoportot egyszerre foglalkoztató játékokkal kezd szórakozni, melyek nem kis munkabírást tételeznek fel, hiszen némelyik egy, sőt másfélórás állandó futkosást igényel, állandóan mozzgatja a játékost, ez pedig nagyban hozzá fog járulni munkabírásának kifejlesztéséhez.

A játékban ki lesz munkabíró? Az, ki az egész tartama alatt egyformán fog tudni játszani, akin a fáradtság tünete nem fog hamar jelentkezni, éppen úgy fogja tudni érvényesíteni tudását, gyorsaságát, ügyességét a befejezés előtt közvetlenül, mint a játék kezdetén. Munkabíró lesz az is, aki a fáradtság jelenlétében is tud harcolni, el tudja végezni a rábízott feladatot, küzdeni fog a közös, vagy játékcélért. Tehát a munkabíráson keresztül elsajátítjuk a küzdeni tudást is. Az ilyen játékos csapatának egyik erőssége lesz, hiszen munkájára mindig lehet számítani. Az életben a küzdenitudó egyén nem fog meghátrálni az első nehézségek láttára, a sikertelen első kísérlet után, hanem ismételten teljes erővel küzd, hogy célját elérhesse.

Az eddig tárgyaltak a test munkájáról, az izomzat teljesítőképességéről szóltak. Azonban nem elegendő csak jól elvégezni valamit, amit feladunk neki, hanem helyesen is kell megoldani. Még nem vezethet sikerre az, ha az agy parancsát az izom teljes tudá-

sával végzi és hiányzik belőle a helyes elvégzés, a megfelelő keresztülvitel. Egy bizonyos erőmegtakarítást fogunk végezni, midőn csak annyit teszünk, amennyit az agy a kívánt helyzetekben parancsol. Minek dobjuk a kislabdát 40 méterre, mikor tőlünk csak 20 méterre áll és várja egyik társunk azt? Vagy minek ugorjunk és kapjuk fel lábunkat egy méter magasra, mikor az ugrálókötél a föld felett egy centiméterre csúszik el. Miért fussunk teljes erőnkből a felénk közeledő labda elé, mikor azt kellő pillanatban lassúbb futással is el tudjuk érni, sőt nem egyszer a gyorsabb futás miatt el is veszíthetjük azt. Minderre megtanít a játék, megtanít tehát a karékoskodni az erővel. Megtanít arra, hogy csak annyi erőt használjunk el, amennyi éppen szükséges, csak annyi energiát vegyünk igénybe, amennyit a munkánk nagysága kíván. Ezzel hosszabb ideig fogunk tudni dolgozni, hosszabb ideig fogjuk bírni a játék menetét követni, tovább fogjuk tudni érvényesíteni tudásunkat és messzire ki fogjuk tólni a fáradás első jelének megnyilatkozását.

Ugyanekkor azonban egy másik és igen fontos képeséget is meg fogunk tanulni, melyre a játékban igen nagy szükség van és mely nélkül sok játék a tökéletlenség formái között fog mozogni. Szükséges lesz, hogy a játékban az izom egy oly tulajdonsággal, képességgel is fel legyen ruházva, mely által pontosan végre tudja hajtani azt, amit neki az agy parancsolt. Az agy a szemén keresztül érzi azt a távolságot, hová a labdát dobni kell, látja a célt, hová továbbítani kell azt és ezt az érzést parancs útján átadja az izmoknak. A jól begyakorolt izomnak éreznie kell azt, hogy az elvégzendő feladatot hogyan, mily módon, milyen erővel kell teljesítenie. Ez az izomérzés alapja a játékoknak, főleg a labdajátékoknak, enélkül nem tudunk pontosan célozni, nem tudunk összjátékot kifejteni, hiszen labdánk célt téveszt, nem jut el oda, ahová akartuk. Ez az izomérzés az emberi testben legtöbbször a karban jelentkezik leg-tökéletesebb formában, hiszen a gyermeki játék nagy százaléka ezen épül fel, ezzel kezdi mozgását, ezzel fog, ez a testrészt az, mely legelőször képes aktív mozgásra (természetesen a mozgás alatt játékos mozgást értem). A kar sokkal több mozgást végez és sokkal előbb kezdi meg hivatását, mint a láb és ezen előbb kezdődő gyakorlat következtében sokkal hamarabb is fog ügyesedni; izomérzése is sokkal hamarabb és tökéletesebben fog kifejlődni. Sokszor tapasztalom, hogy a 10 éves fiúk már egészen jól tudnak labdát dobni célba, míg a lábukkal való labdagurítás még nehezen megy. De segít a játék ezen a bajon is. A formátlan és szabadon alakuló tömeget a játék csiszolókorongja forgása közben szépen csillogó értékke, drákkóvé formálja ki, letöri, letompítja a ferde kinövéseket és az előbb még érdes felületről szikrázva ezer fényben fog ragyogni az érték, a gyermek formálható egyénisége.

Láttuk az előbb elmondottak alapján, hogy a játék a test külső fejlődésére is hathat. Tárgyalásaink alapját a helyes irány követése szabta meg, ezért vizsgálnunk kell azt is, hogy a játék mily veszé-

lyeknek, illetve mily káros hatások bekövetkezésének lehet előmozdítója.

Első helyen kell megemlítenünk az egyoldalú foglalkoztatás káros voltát. Nagyon jól tudjuk, hogy minden játék egy bizonyos izomcsoportot, bizonyos meghatározott végtagot fog foglalkoztatni, melyek a gyakorlás útján a fejlődésben haladnak, míg az elhanyagolt részek visszamaradnak. Vannak olyan játékok, melyek a lábizmokat erősítik és ügyesítik, de a felsőtest és kar izomzata nem kap szerepet benne. Ezen játékok a futójátékok. A gyermek amint megtanul menni, illetve futni, a láb erősebb izomzata következtében a mozgásvágát nagyrészt ezen úton vezeti le. Vannak azonban játékok, mint a labdajátékok nagy része, mely különösen kezdetben csak a kar izmait erősítik, illetve ezen keresztül a felsőtestre hatnak. Végül a játékok harmadik csoportja mind a kettőt fogja foglalkoztatni, ezen keresztül fejleszteni és erősíteni. Ezen játékok azonban főleg már csak a későbbi korban jelentkeznek a játék magasabb nehézségi foka miatt. Tehát a kisgyermek, ki nem játszhatja ezeket és ha fejlődésében minden oldalon egyformán akar haladni, egyformán kell, hogy foglalkozzék olyan játékokkal, melyek az alsó végtagokat és olyanokkal, melyek a felső végtagokat és ezen keresztül a törzs izomzatát is foglalkoztatják. De még egy másik fontos megkülönböztetést is tehetünk. Ez pedig a jobb vagy baloldalság. Minden gyermek egyik oldala ügyesebb, mely a legtöbb esetben a jobb oldal. Mivel ezzel jobban fog tudni dolgozni, jobban fogja tudni a feladatot elvégezni, mindig ezzel fog foglalkozni. A jobb karjával fogja el a labdát, ezzel fogja el is dobni, tehát csak ezt gyakorolja. Igaz, hogy a futójátékokban mindkét láb egyformán szerepel, de már az előforduló ugrásoknál kivételt tesz az egyik javára és ugyanakkor a másik kárára. Fontos lesz tehát ügyelnünk arra, hogy ezen egyoldalúság is megszűnjék, lehetőleg úgy vezessük a gyermeket, úgy tanítsuk meg játékokra, hogy ezen egyoldalúságot kiküszöbölhessük.

Ime, itt áll előttünk az ügyes csiszolómeister, a játékvezető vezetésével helyesen és tökéletesen kicsiszolt briliáns, melynek fajsúlyát, értékét megmértük már, mikor a lelki hatásokat tárgyaltuk, kívülről széppé alakítottuk, formás testet kaptunk, mikor a játék útján kicsiszoltuk: egy, a napfényben ezer színben pompázó drágakő hever tenyerünkön. De tegyük nagyítóüveg alá, vizsgáljuk meg minden oldalról, nézzünk a belsejébe, hogy a formálás, a csiszolás közben nem repedt-e meg valahol, nem kapott-e egy olyan sérülést, mely a használatban annak pusztulását jelenti. Előbb vizsgáljuk meg, hogy mily hatásoknak tettük ki, milyen elővigyázatos rendszabályokat alkalmaztunk munkánk kezdetén és alatt, hogy tönkre ne menjen az közben. Meg kell vizsgálnunk tehát annak összetételét, összetételének viselkedését a munka közben, az alakítás, a formálás alatt. Ezekről fogunk tárgyalni az elkövetkezőekben, mikor vizsgáljuk anatómiai hatását, élettani következményeit a játéknak.

## A JÁTÉK HATÁSA A BELSŐSZERVEKRE.

Mielőtt rátérnék a belsőszervek vizsgálatára: vajjon hogyan viselkednek azok játék közben, előre kell bocsájtanom, hogy nem akarom az orvosi tudományok keretébe tartozó fejtegetésekkel és megállapításokkal teletűzdelni magyarázatom. Igyekezni fogok azokat leegyszerűsítve, vázlatosan, érthetően elmondani és szoros kapcsolatot keresni ezek és a játék között. Valószínű, hogy a játék nem fogja kihagyni a belsőszervek hatását, ha volt nevelői értéke a lélekre és a test külsejére vonatkoztatva. Láttuk az elmondottak alapján, hogy a játékban mozog a test egyes, de némelyik játéknál minden része, tagja, mely nem lehet hatástalan a belsőre, a belső szervekre sem.

A jó szobrász nem hagyja figyelmen kívül a készülő szobor belsejét, hiszen nem lenne erős, nem tudná elviselni a nagy súlyt, mely a szobor anyaga következtében ránehezedik. Hiába legtökéletesebb a külső forma, hiába feszülnek ki az izmok megtévesztésig élethűen a szobor kő, vagy bronz alakjában, ha az első viharban tönkremegy, mert a belső építése tökéletlen. Hiába fogja a játék a gyermeket tökéletes arányokkal és megfelelő erős izomzattal ellátni, ha a belsőszervek munkájában hiba van, ha közben azok képtelenek a megnagyobbodott munkát elvégezni, megbetegszik a szervezet és oly súlyos zavarokat okozhat, hogy azt később fogja megérezni a test. Ezért tartom fontosnak, hogy vizsgáljuk meg ezt is, mit fog a játék a belsőszerveknél előidézni, mily rendes és rendellenes következményei lehetnek ennek.

Az első és egyben a legfontosabb belső szervünk, mely egész életünkön át kísér és melynek fontosságát sokan csak akkor tapasztalják a saját kárukon, mikor az már beteg: a szív. Ha munkája rendes, nem veszünk róla tudomást, de amint az első rendellenesség mutatkozik, már jelentkezik és tudunk róla. Figyelemmel kell tehát kísérni annak munkáját, szerepét a játékban is, hogy míg ez a többi fontos hatásait kifejti, a szívre is csak előnyösen hathasson. Figyelnünk kell, hogy míg az egyiket gyarapítja, addig ennek munkáját, munkaképességét, egészségét ne csökkentse. Nem lesz tehát érdemtelen ezzel egy kissé bővebben foglalkozni, hogy jobban megértsük, hogy jobban tudjunk alkalmazkodni hozzá.

A szív a belőle kiágazó érrendszer útján az egész szervezetünkkel összeköttetésben van. Bármit csinálunk, bármely izmunkat foglalkoztatjuk, a szív érezni fogja azt és ennek megfelelően fog működni. A szívtől távolodó, fokozatosan vékonyodó és szaporodó erek a test minden részébe eljutnak; eljuttatják, elviszik a vért a test legtávolabbi pontjába, hogy a fejlődés, a munka, tehát az élet folyamatába zökkenő ne állhasson be ezen oldalról. Ugyanis a vér a táplálék szállítója, mely táplálékra az izmoknak szükségük van, ha munkát akarnak végezni, dolgozni akarnak. E táplálék ég el, használdik fel, illetve ennek egy része átalakul az izomban felhasználatlan anyaggá, melyet szintén a vér fog elszállítani onnan. A nyu-

galmi helyzetben lévő test, mely egészséges, akkora energiafogyasztást végez, amennyit a szív percenkénti 75—85 összehúzódnás útján a vérrrel oda tud szállítani (ez a normális szívverési szám). Ha az izom a legkisebb mozgást is végzi, ez a táplálék, energiafogyasztás már növekedni fog, az elhasznált tápanyagot pótolni kell és a felhalmozódó bomlástermékeket pedig el kell szállítani, mely fokozottabb szív munkát igényel.

A kisgyermek a legelső mozgásával, a legkezdetlegesebb játékkal már izommunkát végez, már foglalkoztatja a szívét, tehát annak munkáját növeli. Minél nagyobb az izommunka, annál nagyobb lesz a szív szerepe is. A gyermek játéka, mely egy öncélú tevékenység, itt is megmutatja valóságát, hiszen ezzel is hozzá akarja szoktatni szívét a később elkövetkezendő nagyobb munkához és ezen hozzászoktatás fokozatosan erősödik a fejlődés folyamán a mindinkább nehezebb és több munkát, több mozgást kívánó játékok útján. Amikor a gyermek az első fogójátékát végzi, amikor egymást üzik a kertben, vagy szabad téren, szívük munkája már feladatot fog megoldani. Az első futkározás után nemsokára jelentkezik a fáradás, mely tulajdonképpen nem más, mint a szükséges táplálék elégtelensége, de inkább a felhalmozódó bomlástermékek jelenléte. És bármily erős is a szív izomzata, a nagy testi mozgással járó futójátékok közben bizonyos idő elmúltával nem fogja tudni teljesen pótolni az elhasznált izomtáplálékokat és nem fogja tudni oly gyorsan elszállítani a felgyülemelő bomlástermékeket, mint ahogyan arra szükség volna. Ezért van az, hogy a gyermek bizonyos mozgásmennyiség után fáradni kezd, nehezen végzi el játékos feladatát, de pihenés után, mikor a szív pótolta munkáját, ismét erőtgyűjtött, tud játszani.

Ha tisztába vagyunk a szív szerepével, ismerjük a játék izommunka mennyiségét, könnyen levonhatjuk a következtetést, hogy egyes játék milyen hatással lesz és mennyi játék lesz elegendő a fejlődő gyermeknek, az érett ifjúnak, vagy az élet teljében lévő fiatal embernek. Valószínűleg egy és ugyanazon játéknál sokkal hamarabb fog kifáradni egy kisgyermek, mint egy erő ifjú, de nem fogja bírni annyira a játék fáradalmait az utóbbi, mint egy 25—28 éves férfi. Ezen megállapításom csak a teljesen egészséges egyénekre vonatkozik, mert annak hiánya már nagy változásokat vihet véghez.

De míg az egészséges szívnek a megfelelő mennyiségű mozgás, az alkalmas játék nem fog ártani, a túlzás itt is káros lehet. A szív izomzatának megerősödése még nem jelent semmi bajt. Sokkal nagyobb baj a túlzott megerőltetés, mely a sportszív néven ismert elváltozásra vezethet. A szív el akarja végezni a rárótt fokozottabb munkát. Hogy ennek megfelelhessen, aktíve kitágul és közben az izomzata megerősödik. Ha még nagyobb az igénybevétel, előáll a tulajdonképeni sportszív, vagyis a passzív kitágulás.

Láttuk az elmondottakból, hogy a szív minden mozgásra reagál, tehát a játékban, mely mozgásokból van összetéve, szintén nagy

szerepet fog vinni. Ehhez igazodva kell majd a játékot kiválogatni a vezetőknek és ez fogja megmutatni, hogy melyik játékból mikor lesz elég, mikor kell abbahagyni azokat.

De vizsgáljuk meg a másik belső szervünket, mely a második legfontosabb a játéknál. Ez pedig a tüdő. Ezen keresztül jut be a levegőből a szükséges oxigén és ezen keresztül távozik el a bomlástermékek egy része, a széndioxid és a víz. Hogy a játékkal való kapcsolatát megérthessük, vizsgáljuk meg, hogyan működik a tüdő nyugalmi helyzetben és hogyan fog dolgozni munka közben. A vér széndioxiddal telítve jön a tüdőbe, itt azt leadja, melyet a tüdő kilégzéskor a szabadba bocsájt ki. Az ezt követő belégzés után ismét friss levegő kerül be, melyből az oxigént felveszi a vér és a szív munkája következtében a szükséges helyre szállítja. Az izmok a fokozott munka következtében több és több oxigént fogyasztanak el, a vér ezen fogyasztást pótolni akarja, a felhalmozódó bomlástermékeket pedig elszállítja. Ennek következtében tehát fokozatosan és a munka nagyságának megfelelően mindig több és több kilégzésre és belégzésre van szükség, tehát a tüdő munkája is fokozódik. A munka nagyságának, az izom teljesítőképességének és elvégzett munkájának nagyságához viszonyítva szaporább lesz a légzés.

A játék közben tehát, mely maga egy izommunka, a tüdő is fontos szerephez jut. A kisgyermek egyszerű és kismozgású játéka is már munkát fog jelenteni, mely növekedik a játékban előforduló mozgás gyarapodásával. Az a gyermek, ki játékkal szórakozik, tüdejét foglalkoztatja, mely a szaporább lélegzés útján jelentkezik is. Meg kell csak nézni, hogy a futása után mennyivel gyorsabban lélegzik, de ez a szapora légzés fokozatosan visszatér a normális ütembe, amint kipihente magát. Nagy előny lesz az is, hogy a tényleges nagy játékok legnagyobb részét szabadban, erre külön alkalmas területen lehet csak játszani, tehát a gyermek jó és lehetőség szerint pormentes helyen cseréli a levegőt. A szoba poros és szakszor a fűtés következtében füsttel telített levegője tüdejének nem tesz jót, a szabadban való futkosás és játék pedig a fokozott munka következtében igyekszik tüdejét ettől megtisztítani. Itt a tüdő munkájának fokozásán kívül a tiszta levegő belelegzését is elő fogja segíteni, valósággal tisztítani fogja azt.

A gyengén fejlett gyermekeknél, akiknek szűk mellkasuk van, különösen fontos a szabadban történő játék. A mozgás következtében fokozott lélegzés a tüdőcsúcsok előnyös levegőcseréjét segíti elő, mely az esetleges hurut kifejlődését is meg tudja akadályozni. Ezt bizonyítja az orvosok által annyira ajánlott „tüdőtorna“.

Különösen nagy fontosságot tulajdonítok a pubertás korában a szabad, jó levegőn véghezvitt játékoknak, melyek a hirtelen fejlődés következtében megnyúlt teste jó hatással lehetnek és a tüdő fertőzőképességét — mely ezen időszak elejére tehető — csökkenti. A szervezet ellenállása a nagy és rohamos fejlődés következtében meggyengül, a tüdő a betegségekkel szemben több hajlandóságot mutat és ha ilyenkor a jó levegőjű játéktérre visszük ki az ifjút, arány-

lag por és bacilusmentes levegővel tisztítjuk ki tüdejét, csak előnyös lehet. Azonban nagyon kell vigyázni, hogy a megerőltető sportokat, a túlhajtott játékot nem szabad megengedni, mert az a fejlődés rovására mehet.

Az előbb felsorolt két belsőszervünk van legjobban foglalkoztatva a játéknál, ezek hatása fontos és éppen ezért elengedhetetlennek is tartom, hogy a nevelő, vagy felügyelő élénk figyelemmel kíséresse a gyermek játékát, melyre későbbi fejtegetéseimben utalni fogok. A többi belsőszerv nem visz nagy szerepet a játékban, de a játék lehet rájuk nézve kártékony hatással. Éppen ezért ezt is megfogom említeni egész röviden, hogy tisztán álljon előttünk a játék hatása a belső szervekre.

A harmadik fontos belsőszervünk a gyomor. Ezen keresztül vesszük be a szükséges tápanyagot, az ételt, mely a szervezetünk felépítésénél, fenntartásánál nélkülözhetetlen. Ha a gyomor munkáját valami módon korlátozzuk, akadályt gördítünk eléje, a test fogja megbánni, ez fogja megsínyleni. Éppen ezért fontosnak tartom a következőket, melyek a játékkal vannak összefüggésben. Közvetlen evés után nem szabad nagyobb testmozgást végezni, nem szabad játszani, mert az emésztőnedvek kiválasztását az izmokba áramló fokozottabb vérmenyiség károsan befolyásolhatja és ezáltal az emésztés zavart szenved. Feltétlenül kerülendő a közvetlen evés utáni mozgás. Másfél, kétórás pihenő után azonban már szabad mozogni, de lehetőség szerint tartsuk be a 2 órai pihenőt, hogy minden zavarmentesen és veszély nélkül mehessen.

Egy másik érdekes hatást is megfigyelhetünk. Ha a gyermek nagyon kifáradt, nem tud enni. Az egész délután a játéktéren futballozó gyermek vacsoráját nem tudja elfogyasztani annak ellenére sem, hogy igen sok tápanyag használódott el, mert fáradt. De a jó éjszakai alvás után másnap annál nagyobb étvággal lát az ebédnek. Ennek magyarázata abban kereshető, hogy a fokozott izomtevékenység el vonja a vért az izmok javára a gyomortól, a gyomor működése korlátozódik és a gyermek emiatt nem éhes, illetve nincs étvágya. A nagyfokú izommunka az emésztőnedvek kiválasztását korlátozni fogja és így nem kívánja a gyomor az ételt. Amint azonban a pihenés következtében nyugalom áll ismét fenn a szervezetben, a felhasznált tápanyag pótlását fogja sürgetni a gyomor, ez fogja megadni a fokozott éhséget. Tehát, ha azt akarjuk, hogy a gyomor működése a megszokott normális legyen, nem szabad közvetlen evés előtt túl erősen kifárasztani a testet. A gyermek mértéket nehezen fog tudni tartani, tehát a felügyelet kötelessége lesz ez.

Végül meg kívánom még említeni a vesét, mely ha tökéletesen egészséges, semmiféle hatást nem fog mutatni játék közben. Munkáját el fogja végezni még akkor is, ha a legerősebb mozgásokkal foglalkoztattuk a test izomzatát. A nagy testi mozgás következtében az ember bőrfelületén keresztüli izzadás vízmennyiséget von el a szervezettől, ekkor a vese ugyanazon anyagokat választja ki, mint nyugalmi helyzetében, de a vízmennyiség csökkenése kö-

vetkeztében a kiválasztott anyag, a vizelet sűrűbb lesz. Ennek tudható be, hogy a testmozgás után a szervezet vízpótlásról gondoskodik, jön a szomjúság érzése.

A felsoroltak értelmében láttuk, hogy a testmozgás, az izommunka, amelyekből a játék igen sokat tartalmaz, hatással van a szervezet belső részére, a belsőszervekre is. Ugyancsak az elmondottak alapján kimondhatjuk, hogy az egészséges belsőszervek működését a megfelelő és nem túlzott játék részben elősegíti, részben pedig hatáson kívül hagyja. A túlzott játék, a féktelen és hosszút megerőltető futkosás és ugrándozás azonban mindegyikre kifejtheti káros hatását. Ha valamely vezető ezen hatásokkal tisztában van, tudja, hogy mit és mennyit, mikor és hogyan szabad végezni, vagy végeztetni, a hatások csak előnyösek lehetnek és a kártékonyakat feltétlenül el tudjuk kerülni.

### A JÁTÉK KÖZBEN ELŐFORDULHATÓ SÉRÜLÉSEK.

Külön kell foglalkozni azon hatásokkal, melyek a játékos gyermeket érhetik játéka közben. Hiszen maga a játék természete hozhatja, hogy a gyermeket olyan behatások érhetik, melyek veszélyeztetik testének egészségét, sérüléseket idézhetnek elő és minél nagyobb mozgású a játék, minél többoldalúlag foglalkoztatja, többképeség megnyilatkozását kívánja, annál nagyobb a lehetősége a sérülésnek, annál nagyobb sérülések érhetik őt. Komolyabb esetek előfordulása legtöbbször akkor jelentkezik, ha a megfelelő vezetés hiányzik, vagy a gyermek teste nem egészséges.

A legtöbbször előforduló sérülés a kisebb horzsolás. A gyermek a játék hevében elesik és főleg az ízületeket takaró bőrfelületet horzsolja meg a talaj. A játéktér talajától és az esés nagyságától függ, hogy ezen horzsolás mily természetű. Puha, homokos talajon ez észrevétlen, jobban fog látszani füves helyen, hol a feldörzsölt bőrfelületbe beletörik a fű, zöldes színű lesz. Köves, kavicsos helyen még az egyszerű horzsoláson kívül vágási, vagy zúzódási sebet is kaphatunk. Teendők elsősorban a seb és sebkörüli hely megtisztítása, fertőtlenítése és sebolajos kötéssel való elfedése. Ilyen kisebb sérüléssel, ha azt az eljárást szerint elsősegélyben részesítettük, nyugodtan lehet játszani tovább; nagyobb, erősebben vérző sérülésnél pedig ajánlatos a játék abbahagyása. Legtöbbször sérül a kézfej, illetve tenyér, mely az esésnél normális körülmények között először ér a talajra, de sokszor megsérül a könyök, a térd és a comb, ritkábban az arc kiálló csontjai feletti bőrfelület. Nagyobb esésnél, különösen ha keményebb talajon történik az, ritkán, de előfordul a ficam és a törés is. Mindkét esetben a fájó részt a lehető legnagyobb mértékben kímélve nyugalmi helyzetbe hozzuk az illetőt és a fájdalom enyhítése végett hidegvizes ruhát rakunk rá. Kezelése orvosi hatáskörbe tartozik. (Nyílt

törésnél, mely nagyon ritka, legfeljebb csak a környékére szabad tenni fájdalomcsillapító vizes ruhát).

Mivel a játék legtöbbször olyan helyen megy végbe, hol utcai cipővel is járnak, vagy az utca porát a szél könnyen odaviheti, nem árt az elővigyázatosság. Inkább féljünk és kerüljük el a bajt, mint-hogy annak semmibevétele súlyos következményekkel járjon. A játékező hacsak teheti, mutassa meg a sérültet orvosnak minél előbb, vagy utasítsa orvosi kezelésre. De legyen gondja arra is, hogy az orvos a tetanusz-oltás szükségességét is eldöntse. Ezzel minden bajnak elejét vehetjük s tiszta, nyugodt lélekkel állhatunk játékot vezetni.

Gyakran előfordul, hogy a megfeszülő izom kap egy ütést, vagy rugást, mely igen fájdalmas. Ilyen esetben rövid pihenő után elmúlik az s nyugodtan lehet játszani tovább. Nagyobb fájdalommal jár a csonthártya sérülése (különösen futballnál a sípcsont feletti részen), mely szintén bizonyos idő után elmúlik. Ha pedig erősebb a rugás, csontrepedéshez, esetleg töréshez vezethet. A játékos sokszor eltitkolja nagy fájdalmát, nehéz megállapítani és csak jóval később, esetleg másnap a szünni nem akaró fájdalom készíti orvosi vizsgálatra. Addig is, míg orvos meg nem vizsgálja a fájó részt, szintén hidegvizes ruhát rakhatunk rá, hogy a fájdalmat egy kissé csillapítsuk. A nagyobb játékoknál szokott előfordulni az izomrost szakadás, mely hirtelen nagy fájdalmat okoz és a játékos képtelen vele továbbjátszani. A sérült izomrész a megfelelő mozgatásnál erősen és görcsösen fáj. Hidegvizes fájdalomcsillapítás és állottvizes borogatás lesz a teljes pihenő mellett a gyógykezelés. Ezen esetekben lehetőleg minél előbb vizsgáltassuk meg a sérültet sportorvossal, hogy itt is kiküszöbölhessünk minden komolyabb következményt.

Ezen külső és gyakran látható sérülések mellett még meg kell említeni az olyan sérüléseket, melyek esetleg egyik belsőszervünket érheti. Ez azonban legtöbbször a durva és szabálytalan játékoknál fordulhat elő, melynek vizsgálata és gyógykezelése feltétlenül orvosi tudást igényel. Aaskörnyéki ütések és rugások, ha nem túl erősek, múló fájdalmat okoznak, esetleg kisebb rosszulletet, mely bizonyos pihenés után elmúlik, de nagyobb behatásokra már súlyosabb belső sérülések következhetnek be. Minden ilyen esetben azonnal orvosi vizsgálat alá kell venni a sérültet s addig is a legteljesebb nyugalmi helyzetbe kényszerítjük. Míg az előbbi egy 5–6 perces pihenő után majdnem teljesen elmúlik, addig az utóbbi súlyos eset beláthatatlan következményekkel járhat. Ez azonban igen ritka eset. Erősebb ütés érheti játék közben az orrot, mely vérezni kezd. Megfelelő nyugalom, ülőhelyzet, hidegvizes ruha a tarkóra, esetleg tamponálás következtében teljesen elmúlik. Sokszor idegen anyag kerülhet a szembe (por, homok, bogár), mely ha magától nem jön ki, illetve előrehajtott fejtartásban történő erős pislogás és könnyezés következtében sem akar eltávozni, megvizesített és hegyesre csavart tiszta zsebkendővel könnyen kivehető. Ütés (labda-ütés) érheti a szemgolyót is, mely legtöbbször szúró fájdalmat, lá-

tási zavarokat okoz, ez a bevérzés következménye. Nagyobb sérülés itt ritka eset. Minden szemsérülésnél azonnal orvosi segítséget vegyünk igénybe. Gyakoribb eset szokott lenni a fejbőr felrepedése (rugás, „összefejelés”), mely erősen vérzik. Ilyen esetben orvosi segítség megérkezéséig fertőtleníttük a sebet, esetleg a vérzést igekezzünk csökkenteni szorítókötéssel. Más sérülés nem igen szokott előfordulni játék közben. Altalában azonban azt megállapíthatjuk, hogy kisebb sérüléseknél az elsősegély után, melyet magunk is el tudunk látni, lehet folytatni a játékot, de nagyobbaknál, hol orvosi beavatkozás szükséges, részben a játékos képtelensége és fájdalma miatt, de egészségi okokból is káros lehet. Minden eshetőségre készüljünk el, legyen megfelelő mentőfelszerelés kéznél és inkább vegyünk orvosi segítséget igénybe olyan eseteknél, hol nem vagyunk teljesen biztosak a sérülés megállapításában, mintsem valamit elnézve tegyük kockára a játékos egészségét. Ezen felelősség terheli a vezetőt, de a játékos társait is, ezért tartottam fontosnak itt, a könyvem végén ennek megemléztetését.

### A JÁTÉKVEZETŐ SZEREPE ÉS KÖTELESSÉGE.

Mint fejtegetéseimben sokszor említettem, a játékvezető igen hathatósan befolyásolhatja a játék kimenetelét. Az ellenőrzés és vezetés nagy feladata mellett, mely a helyes és a jó testi és lelki tulajdonságok kifejlését célozzák, hathatósan irányíthatja a játék menetét, annak eredményét is. Ezen nagy feladat nem könnyű és az ennek megfelelő játékvezető minden képességét és tudását kell latbavetnie, hogy baj ne történjék. Ismernie kell a hatásokat, a következményeket, de tudnia kell már az irányt és helyes utat is, mely ehhez vezethet, melyről letérni nem szabad. Tisztában kell lenni a játékszabályokkal, hogy azok szigorú betartására kötelezhesse a játékosokat. És ha mindezek birtokában kiáll, teljes tudását adja, az eredmény elérése biztosítottnak látszik. Szükségesnek tartom tehát, hogy erről is szóljak egy pár szót.

A legelső feltétel, hogy a játékot megismertessük. A kiválasztott játék menetét vázoljuk, leírjuk szóban annak szabályait és ha nem tulságosan nehéz, el is mondjuk annak lefoiyását. Majd az első kísérleteknél minden szabálytalanságot megmagyarázunk, tehát leállítjuk a játékot, megmondjuk a helytelen tettet, megmagyarázzuk a helyeset és így elég hamar meg lehet taníttatni azt. Mivel a gyermek játszani akar és nem beszédet hallgatni, magyarázatot figyelni, ezt lehetőleg rövid és érthető módon adjuk tudtára. Sokkal hatásosabb lesz játék közben a határozott javítás és figyelmeztetés, mint a szabályok többszöri elmondása, mely csak unalmas lehet. Hamarább fogja látni a gyermek a játékot, ha azt az adódó helyzetek felemlítésével és bemutatásával tanítjuk, hiszen a szemlélet útján sokkal

jobban tanul. A részletkérdések kidolgozása és megismertetése maradjon az első játék idejére. Sokkal jobban meg fog ragadni emlékezetükben a technikai és taktikai magyarázat, ha azt játék közben fogjuk ismertetni, sokkal jobban fognak tudni figyelni egy kis játék után az adódó helyzetek magyarázatára, mintha azt egy tömegben elsoroltuk volna előttük. De szükség lesz a már teljesen ismertetett játék folyása közben is egy-két szót szólni a szabályokról, belekapcsolva a durvaságot és meg nem engedett módokat, melyek közel vannak a szabályos és megengedett akciókhoz, bele kell kapcsolni csak éppen, hogy érintve ezen játék nevelői értékét, hogy a gyermek tudja, mit játszik, mit fog fejleszteni vele, mi fog jól hatni testére és lelkére. Természetes, hogy ezen magyarázat nem a legkisebb gyermeknek való, ezt inkább már a komolyabb gondolkozók részére ajánlom, hiszen ezek fognak nemsokára kikerülni kezünk és felügyeletünk alól, ezeknek van szükségük játékismeretre és ezek lesznek azok, kik pár esztendő muva az életbe kikerülve sok helyen szakvezetés nélkül lesznek kénytelenek játszani, testüket és lelküket felfrissíteni és továbbfejleszteni.

A játék ismertetése és begyakorlása nem lesz egyszerű. Ha ismerik is a játékosok a szabályokat, még sokszor előfordulhat, hogy nem fogják tudni helyesen alkalmazni. Ilyen esetekben különösen a nagyobb és több szabállyal felruházott játékoknál egy pár külön alkalmazott bemutató, helyzetek megrendezése és magyarázata nagyban elő fogja segíteni a tökéletes felé közeledést, az igazi játék kialakulását. Ilyen például a labdának a gyors és biztos további társa, a lesállás helyzeteinek bemutatása.

De ha már teljes a tudás, minden szabályt tökéletesen ismernek a játékosok, a vezető elérkezik az igazi játékvezetéshez. Itt kétfelé fog válni a vezető feladata aszerint, hogy a vezetett játék egy iskolai, csupán nevelői célokat tűzött ki maga elé, vagy pedig egy versenyjáték az. Míg az utóbbinál csak a szabályok tökéletes betartására, a játék menetének szabályos folyására ügyel fel, elbírálja a játékosok tetteit, a helyteleneket bünteti és az elért eredményt értékeli, addig az iskolai játékvezetés több feladatot fog szemé elé tűzni. Ez lesz a szorosán vett nevelői értékek maximális kihasználása, a test és lélek nevelői értékek legmagasabbfokú alkalmazása. Éppen ezért a két vezetést el kell különíteni egymástól, nagy különbséget kell tenni közöttük. Nézzük tehát, hogy melyek lesznek fontosak egyiknél és melyek a másikinál.

A versenyjáték vezetése egy állandó mérlegelés, hol a mérleg egyik serpenyőjében a szabály fekszik, a másikban pedig az elkövetett tett, sértés, szabálytalanság súlya fog jutni. A gyakorlott vezető e mérlegelést nem fogja már hosszadalmasan végezni. De első feltétele ennek, hogy a szabályokat tökéletesen ismerje. Határozott és erélyes legyen a fellépése és ne kerülje el figyelmét semmi, tudjon körültekinteni. Neki kell lenni az érzékeny mérlegnek, mely a legkisebb súlyt is már észreveszi és mutatja, a legkisebb szabálytalanságot sem hagyja figyelmen kívül. Ez pedig csak akkor lesz

lehetséges, ha függetleníti magát a játék állásától és annak érdekes helyzeteitől. Nem fog tudni jól vezetni az a vezető, kit elragad a támadás heve, gyönyörködik a szép játékban és esetleg egyik csapat érdekeit a másik csapat elé helyezi. Az egyiknek megenged egészen csekély kis szabálytalanságot, míg a másiknak merészen szabályos viselkedését már bünteti. Általában kimondhatjuk azt, hogy aki rendelkezik mindezen tulajdonsággal, melyeket a játékosoktól megkíván, jó vezető lehet. Mint ahogyan nem taníthat nyelveket az, ki maga sem tud, vagy nem lehet jó nevelő az, ki a fogytékossága miatt nem merne kiállni követendő példaként, ki „vizet prédikál és bort iszik“, éppen úgy a jó játékvezető is csak tökéletes egyén lehet. És ha megnézzük, hogy kikből lesznek legtöbbször a jó bírók, kik fognak tökéletesen bírsázkodni, rá fogunk jönni, hogy azok, kik maguk is játszották azon játékot, kik maguk is tudtak engedelmeskedni a játékszabályoknak. Az ilyen vezető észre fogja venni azonnal az első kísérletet, mely a szabályok áthágása felé törekszik, csirájában fogja tudni elfojtani a meg nem engedhető durvaságokat és szabálytalanságot.

De míg a versenyzjátékok vezetése adott körülmények között, adott tényezők mellett történik, hiszen csak egy, meghatározott játék vezetése van rábízva és legtöbbször a szabályokat jól ismerő, kiválogatott játékosok felett kell őrködni, addig az iskolai játékvezetés sok más és más nehézség, körülmény megoldását teszi szükségessé. Itt kell kiválogatni legelőször a megfelelő játékot, melyről később fogok megemlékezni. Itt kell ügyelni arra, hogy a benne résztvevők mindegyike egyformán érvényesülhessen, egyformán játszhasson, tehát egyformán legyen foglalkoztatva, egyformán fejleszthesse mindenki testét-lelkét és azok adottságait. Eppen ennek megfelelően az iskolai játékvezetés több hatalmat ad, nagyobb kötelességek elé állít bennünket, mint a versenyjáték bíróját. Míg ez a lefektetett szabályoktól nem térhet el, amaz nyugodtan vihet bele módosításokat, hogy jobban elérhesse mindazt, melyet az előbb említettem. Nincs kötve a keze, senki sem fog érte haragudni, ha a kívánt helyzetnek megfelelően — de ezt a fiúk előtt hangoztatva — és az igazi szabályoktól megkülönböztetve, megváltoztatja. Tudni kell alkalmazkodni a körülményekhez, mely egyik fő fontossága az iskolai játékvezetésnek.

De a játék alatt ügyelnie kell, hogy a szabályok által megjelölt határt senki se lépje túl. Ügyelni kell, hogy a szabályokon belül se fejlődjenek ki azon tulajdonságok, melyek az egyén kárára, fejlődésére és énjére rossz hatással lehetnek. Minden ilyen törekvést azonnal el kell csittítani, el kell nyomni, hiszen a cél megkívánja. Ennek észrevétele nem nehéz, csak figyelni kell, csak éber szemmel kell ügyelni a játékra, egyesek viselkedésére és ne kerülje el semmi szokatlan jelenség éberségünket, mert ezekből a melegágyakból fejlődhet ki a nemkívánatos tulajdonság. Vajjon két jóbarát egymásmelletti játéka nem a többiek mellőzését fogja eredményezni? Vagy a két legjobb játékos egy csapatban való szereplé-

se nem a többiek érvényesülési lehetőségeit fogja csökkenteni? De igen! És erre ügyelni kell. Számos hasonló eset lehetséges, melyet felsorolni hosszadalmas és felesleges, hiszen ha figyelünk, sokat tapasztalhatunk, sok káros következménynek vehetjük elejét az első pillanatban. Ilyenkor jöhetnek a módosítások, a szerepek felcserélése, stb.

Nagyon fontos a játék kiválogatása. Nem mindegy, hogy milyen játékot fogunk az adott körülményekben játszani. Minden játéknak van egy sajátos vonása, mely csak akkor tud kifejlődni, ha a körülmények ezt megengedik. Első és legfontosabb, hogy a kornak megfelelő legyen. Nem mindegy, hogy a hat éves fiúk fogójátékkal, vagy kosárlabdával fognak foglalkozni, illetve azt akarjuk nekik megtanítani. A gyermek képessége nem fogja elbírní a sok szabályt, nem érti meg a nehéz játékot, de nem is fogja tudni megjátszani, hiszen képességei fejletlenek. De nem fogja kielégíteni a 18 éves és nagyobb mozgásra vágyó ifjút pl. az énekes körjáték, hol az egész mozgás a jobbra, vagy balra történő sétából és éneklésből áll, hanem fejlett szervezete több és komplikáltabb mozgásra vágyik. Azonban nagyon kell arra is vigyázni, ha a kornak megfelelő játékot is adunk, de képességeik még nincsenek annyira kifejlődve, hogy ezen szépsége kialakulhasson, hogy meg tudják játszani azt, mert fejlődésük folyamán nem volt kellő alkalmuk hozzá, úgy előbb vegyünk egyszerűbb játékokat, melyek révén az elmulasztott begyakorlást kárpótoljuk, helyrehozzuk. Nem fog tudni kosárlabdát játszani az az ifjú, kinek kezében labda még nem volt. Éppen ezért szükséges, hogy előgyakorlatokat végezzen, begyakorolja magát a labdakezelésbe. Ha így kellően előkészített gyermekek a kornak megfelelő játékokat kapják, helyes úton járunk.

Nem közömbös a játék megválasztásánál a résztvevők száma sem. Lehetőleg olyan játékot kell kiválasztani, mely minden fiút, minden játékost tud egyszerre foglalkoztatni. Mit fog érni a tornaterembe szoruló 60-as létszámú osztály a kétszer ötös kosárlabda játékkal? Mikor fog sor kerülni az amúgy is rövid óra alatt a többiekre? Sokkal inkább megfelelő a célnak egy olyan játék, mely az egész osztályt tudja foglalkoztatni, melyben mindenki résztvesz.

Szem előtt kell tartanunk a helyi lehetőségeket. Vannak játékok, melyek tipikusan szabadtéri játékok és vannak, melyek csak tornateremben alakulhatnak ki megfelelően. Míg az egyiknél a nagy tér, a nagy mozgás a szabad játszótérhez köt, addig a másik ott nem alakulhat ki, hiszen a labda állandóan elgurul messze és a játék vontatott lesz. Vagy a tornateremben a hatalmas iramú játék hogyan fog tudni kialakulni, mikor a fal állandóan megállásra kényszeríti a játékosokat? Nem szabad nedves fűvön fekvéssel, ülésel összekötött játékot játszani, mikor ilyen esetekben más és hozzá hasonló játék nagyszerűen megfelel. Ezeket nem lehet figyelmen kívül hagyni, ezek alapfeltételek a játékvezetésnél és nélkülözhetetlen kellékek.

Fontos még egy szempont a játék kiválasztásánál. Ez pedig az, hogy az időnek, a hőmérsékletnek megfelelő legyen. Ki kíván nagy melegben hatalmas iramú küzdőjátékot, mikor csendesebb mozgású is akad, vagy kissé hűvösebb időben nem lesz kellemetlen egy sok állással összekötött játék? Vajjon nem az lesz a jó vezető, ki ezen körülményt sohasem téveszti el szem elől? Nagyon jól emlékszem gimnazista koromra, mikor még kissé friss tavaszi levegőben oly jól esett a nagyobb küzdőjáték, olyan jó volt estefelé hűvösödő levegőben a kosárlabda, vagy futball. De nem kívántuk a forrón tűző késő délelőtti júniusi napban egyiket sem. Szívesebben játszottunk ilyenkor egy kevesebb futkosással járó szabadteri játékot, jobban el tudtunk vele szórakozni.

Mindezen kívánalmakon felüláll még az a szempont, mely általános, mely minden játék elengedhetetlen tényezője, az általános nevelői szempontok szerinti alkalmazása. Ezen szempontokat a felsorolt jótulajdonságok szolgálata szerint kell megválasztanunk, ehhez kell alkalmazkodnia a megválasztott játéknak. Az a játékos csoport, mely testének egy bizonyos izomcsoportját már kellően kifejlesztette, ilyen hasonló hatású játékokra nem lesz utalva. Sokkal előnyösebb lesz egy olyan játék megválasztása, mely az elhanyagolt részeket fogja foglalkoztatni. A rendtelenségre hajlamosak részére nem inkább olyan játékot alkalmazunk, mely rendezhez szoktatja őket? A fegyelmetlenek erősen fegyelmező, a durvaságot szeretők finomságot követelő játékot fognak kapni. Ezzel fogjuk ellensúlyozni a hiányt, ezzel fogjuk igazán csak nevelhetni a játékon keresztül a serdülő ifjúságot és a fejlődő szervezetet. Hogy miért emelem ki mindig a serdülés korát, annak van magyarázata. Nézetem szerint ugyanis az ilyenkor elsajátított képességek oly mély gyökeret tudnak verni az egyénben, hogy azt a legnagyobb vihar sem képes többé kitépni onnan. És ha igaz ez, miért ne segítsük elő a biztos alapokon állást, a biztos támaszt, melyre nem hathat életveszélyesen semmi.

Ime végigtárgyaltuk a játék hatásait, megismertük annak nevelői fontosságát és láttuk a játékvezető feladatát. Tudjuk, hogy mit lehet elérni fejlődés közben a helyesen alkalmazott és végzett játék révén, tiszta képe áll előttünk a játékban felnövekedett egyén lelki és testi képességeinek. Szakértői szemmel állhattunk ott a hajó építésénél, mint szemtanúk lehettünk ott annak erős és viharálló teste kialakulásánál, láttuk a belső hajtóerőt, a gépezetet, mely vezetni fog és ismerjük a kapitány és kormányos szerepét, kik egyetlen rossz kézmozdulattal zátonyra vihetik a nagy fáradtsággal felépített remekművet, de okos vezetéssel, kellő ismerettel a legnagyobb vihart is sérülésmentesen élheti át. De nem csapán szemtanúi lehettünk ennek, kísérletet is végeztünk, mesterséges vihart csináltunk, hogy meggyőződjünk az építés helyességén, hogy láthassuk a hajótest ellenálló erejét és bebizonyítsuk annak megbízhatóságát. Nyugodtan felülhetünk a hajóra, mely életünket fogja vinni a nagy



tengeri útra, biztos kezek vezetik a kormányt és percnyi pontossággal fogjuk elérni a célt.

A játék közben és által megedződött és kipróbált egyén hajója is közeledik a cél, a biztos és viharmentes rév felé; az élet viharai, ha tarajos és emeletes nagyságú hullámokat vetnek is eléje, a hajó irányától eltérni nem fog, ha lassul is gyorsasága, de az meg nem áll, a gépezet, az acélos lélek által hajtott csavarok állandóan dolgoznak. Hiába igyekszik elborítani a háborgó vihar hullámaival, ellenáll a megedzett test, millió darabra szakad oldalán a veszély, hogy eredménytelenül hulljon vissza oda, ahonnan jött. A játék viharában, a mesterségesen előállított küzdelemben megedződött egyén hasznos tagja lesz a társadalomnak, az emberiségnek, de hasznos és megbízható polgára lesz Hazánkknak. A rábízott feladatot el fogja végezni, semmi sem fogja megakadályozni előrehaladásában a cél felé, míg teste ép és lelke működik. Ezt adja nekünk a játék.

#### FORRÁSMUNKÁK:

**Fináczy:** Neveléstan.

**Dr. Nógrády L.:** A gyermek és a játék.

**Mosso:** Nevelés reformja.

**Spencer Herbert:** Értelmi, erkölcsi és testi nevelés.

**Dr. Szemere Samu:** Az aestetikai játékelmélet.

**Stuhlmann Patrik dr.:** Az ifjúkor lélektana.

**Bühler:** Az ifjúkor lelki élete.

**Binet:** Az iskolás gyermek.

**Basedow:** Elementalwerke.

72 796.05:371.3

X B 184 148

### TARTALOMJEGYZÉK

Előszó	...	3
A játékelméletek	...	4
A játék az ember életében	...	9
A játék lelki hatásai	...	13
A vezetés nélküli játék káros hatása a lélekre	...	36
A játék testi hatásai	...	42
A játék hatása a belsőszervekre	...	60
A játék közben előfordulható sérülések	...	64
Forrásmunkák	...	71

# *Macher Rezső*

*sportáru szaküzlete*

**Budapest IV., Városház-utca 8.**

*Megyeházával szemben. Telefon: 184-525.*

*A M. kir. Honvédelmi Minisztérium, MOVE ország.  
Elnökség, KTSOK, Levente Egyesületek, Sport egyesületek és  
szövetségek és Iskolai Sportkörök szállítója.*

*Iskolai sportfelszerelések, Iskolai tornaruhák,  
Futbal-felszerelés, Atlétika, Vívó-felszerelések,  
Tenisz-felszerelés, Télisport-felszerelések.  
Torna-, futó-, futbal-, turista-, Tenisz-,  
és szipők a legnagyobb választékban.*

*Mindenemű sportfelszerelések nagy raktára.*

*Árjegyzéket ingyen, bérmentve küld.*

---

## **MAURER BÉLA**

**SPORT SZAKÜZLETE**  
**BUDAPEST, IV. DUNA U. 3.**

**Vívófelszerelés**  
**nagyban és kicsinyben**

**AZ ÖSSZES SPORTCIKKEK RAKTÁRA.**

---

5. - ajándék

# **LOPOS GYULA**

**Tornaszer és iskolabutorgyára**

**BUDAPEST, III., Bécsi-ut 85. szám.**

**Sport es játékküzlete**

**BUDAPEST, IV., Váci-utca 27-29.**