

## A gimnáziumi tanulók túlterheléséről

Napjaink oktatási gyakorlatának egyik sokat vitatott problémája a tanulók túlterhelésének kérdése. Gyakorló pedagógusok jól tudják, hogy a túlterhelés létező valóság, s nemcsak elszigetelt jelenség, hanem országos méretekben is közoktatásunk egyik gondja; erre lehet következtetni azokból az át- és leiratokból, amelyeket időnként felsőbb oktatásügyi szervek juttatnak el e kérdésben az iskolákhoz. Napi munkánk során a tanulóknál jelentkező sikertelenségeket hajlamosak vagyunk csak a tanulók felszínes felkészülésének tulajdonítani. Évharmadok végén, igazgatói kiértékeléskor gyakran vetődött s vetődik fel a tanárok, tanítók felé irányított kritika: nem foglalkoztunk „differenciáltan” a tanulókkal, nem tanítottuk „szelektíven” a ránk bízott tantárgyat. A szülők részéről is hangzik el olykor közvetlenül, hol pedig közvetve valamelyes szemrehányás: miért nem vesszük figyelembe mi, tanügyiék azt a tényt, hogy sok gyermek már korlátozott képességei miatt sem tud megbirkózni a túlságosan felduzzasztott anyaggal. A túlterhelés tehát több nézőpontból is akut probléma, szembe kell nézni vele, s tanulmányozásra szorul. Egy kérdőíves felmérés adatainak a feldolgozása során sokatmondó, számunkra, tanügyiék számára elgondolkoztató eredményekhez jutottunk. Pedig az általunk megfogalmazott kérdőív kérdései távolról sem ölelték fel mindazokat a területeket, amelyek a tanulók mindennapi feladatai közé tartoznak, nevezetesen olyan feladatokat, amelyekért ugyan nem jár osztályzat, de el nem végzésük során kijár a szokásos kritika vagy talán különböző szankciók is. Így például nem volt kérdés arról, hogy mennyi időt fordít a tanuló pionírmunkára, nem szerepelnek a szakkörök s az azokra való készülés, mint ahogy az sem, mennyi időt fordítanak például osztály- vagy alkalmi ünnepélyek előkészítésére, próbákra, hazafias munkákra stb., a tanítási órán kívüli elfoglaltságokra. A fentiek természetesen tovább növelik a tanulók heti elfoglaltságát. A kérdőív adatain kívül forrásul szolgáltak még a különböző (V—VI—VII.) osztályok órarendjei, a tanulókkal s a szülőkkel folytatott beszélgetések konklúziói. Megpróbáltuk nyomon követni a megkérdezettek egy napi tevékenységét, olyanokat is, amelyek nincsenek szorosabb kapcsolatban a tanulással (pl. sport, házimunka, szabad idő, éjszakai pihenés stb.). A fentiek ugyanis közvetve vagy közvetlenül befolyásolják az egyéni tanulásra fordított időt. Magától értetődő, hogy annak a tanulóknak, akinek napi 1—2 órai ház körüli teendőket is végeznie kell, esetleg kistestvérere vigyáznia, kevesebb ideje jut iskolai feladatainak elvégzésére. A fenti példa egyáltalán nem egyedül, szerencsére elég sok a kistestvér, de ennek — bármilyen groteszkül hangzik — sok iskolás korú nagyobb testvér vallja kárát, legalábbis a tanulás szempontjából.

Úgy vélem, szemléletesebb, ha osztályonként mutatom be a tanulók napi elfoglaltságait. Az iskolában eltöltött órákhoz, valamint az otthoni egyéni tanulásra szánt időhöz még hozzáadtuk az iskolai konzultációkon eltöltött időt, a sportolásra fordított időt s végül a házimunka által igénybevett időt is. Mit mutatnak a mérés eredményei? Az V. osztályban egy tanuló napi kötelező programja — átlagosan, azaz a többségre vonatkoztatva — 9 óra 38 perc. A VI. osztályban az eredmény egy napra számítva 9 óra 35 perc, a VII. osztályban kerekén 13 óra! A fenti eredmények a következő összetevőkből állanak:

- V. osztály: napi 5 óra 30 perc az iskolában
- átlag 3 óra egyéni tanulás
- napi 8 perc konzultáció
- napi 20 perc sport
- napi 40 perc házimunka (bevásárlás, takarítás, kisgyermekre vigyázás stb.)
- összesen: 9 óra 38 perc

VI. osztály: iskolában 5 óra 30 perc  
egyéni tanulás 3 óra  
konzultáció 9 perc  
sport 26 perc  
házimunka 30 perc  
összesen: 9 óra 35 perc

VII. osztály: iskolában 6 óra 30 perc  
egyéni tanulás 3 óra 30 perc  
konzultáció 1 óra  
sport 1 óra  
házimunka 1 óra  
összesen: 13 óra

Csak a tanórákat s az otthoni egyéni tanulást véve alapul, az eredmény így alakult: V. osztályban 8 óra, VI.-ban 8 óra 30 perc, VII.-ben 10 óra. Első áttekintésre is hihetetlennek tűnik ez a túlzott túlterhelése a gyermekeknek. A tény azonban tény marad.

Vannak napok, amikor a gyerekek két, sőt három óraker fejezik be a délelőtti tanulást. Ami azokon a napokon 6, illetve 7 órát jelent. A kérdőívek adatai szerint a megkérdezettek körülbelül 55 százaléka azt nyilatkozta, hogy ebéd után azonnal hozzálát a következő napi leckék tanulásához. Tehát kb. három óra—fél négy körül. Úgyiszlóvan nincs pihenő a két tanulási periódus között. Ez a helytelen időbeosztás még fokozza a fáradtságot, amit a kérdőívekből idézett válaszok is igazolnak: V. osztályosok: „Fárasztó [ti. a tanulás], mert nehezek a tantárgyak“; „Fárasztónak tartom az iskolai életet, mert távol lakom az iskolától, és nehezen tudom megtanulni a leckémet“; „...mert ha nem lenne a matematika, akkor nagyon jól menne az iskola nekem“; „Elég fárasztónak, mert nekem nehezen fog fel a fejem.“

VI. osztályosok írják: „Fárasztónak, mert korán kell kelni“; „Fárasztónak találok azért, mert 3-ig van óránk“; „Az órák után, amikor hazajövök, szellemileg olyan fáradt vagyok, hogy egy óra, másfél óra pihenés után is nagyon sokat kell a könyv mellett ülnöm, s a tanulás ilyenkor, főleg szerdán és csütörtökön, amikor 7 óránk van, nagyon nehéz“; „Fárasztónak tartom, mert nehéz a táska, mert nagyok a könyvek, és nehéz az utazás az autóbuszon“; „Fárasztó, mivel sokat követelnek (sajnos).“ Nem idézek tovább. A fáradtság okai a tanulók szerint is: koránkelés, sok nehéz könyv, sok anyag (főleg matematika), 7 óra is egy-egy nap, fárasztó utazás a buszokon, a tanárok túlzott követelései...

A tanulók felől nézve, a tanulás igen komoly, sőt, aggasztóan nagy pszichobiológiai megterhelést jelent, amely ha hosszú időn át tart, súlyos következményekkel járhat a tanuló idegrendszeri fejlődésére. A gyakori pszichopatologikus zavarok egy része a megterhelésből s az ebből származó sorozatos kudarcélményekből táplálkozik, mint pl. nyugtalanság, idegesség, összpontosság-gyengesség és alvási zavarok, dadogás, gátlásosság, hipertónia stb. A tanulás mint az agykéreg funkciója erőteljesen igénybe veszi az idegrendszert, amit még fokozhat, ha tárgya unalmas, érdektelen, ilyenkor a tanulás robotmunka-jelleget kap. A túlterhelés okainak vizsgálatakor még figyelembe kell venni azt a körülményt is, hogy a tanulók nagy százaléknak — statisztikánkban 98 tanuló közül 42-nek — nincs otthon semmilyen figyelemreméltó segítsége, hozzá nem értés, időhiány vagy egyszerűen a szülők közömbössége miatt. Ezek a tanulók csak saját erejükre támaszkodnak, s ha intellektuálisan gyengébbek, saját tehetetlenségük áldozataiként csak növelik a túlterheltek számát. „A tanulók túlterhelését, fáradtságát csak akkor szemléltethetjük helyesen, ha azt a teljes pedagógiai folyamatban, a különféle okok és hatások rendszerében vizsgáljuk“ — írja dr. Kelemen László *A pedagógiai pszichológia alapkérdései* című munkájában. Nos, a különböző okok és hatások rendszerével kapcsolatosan volna egy-két megjegyzésünk. A pedagógusi munka nemcsak mesterség, hanem szolgálat is, a szó nemesebb értelmében. A legtöbb tanár, tanító arra törekszik, hogy a törvény előírt feladatainak eleget tegyen, s különösen a saját tantárgyában, annak megtanításában kíván jó, sőt kiváló eredményt elérni. Ez sok esetben presztizskérdés is! Ez a természetes, belülről jövő ambíció csak dicséretre méltó. A siker élményére a tanárnak is éppoly szüksége van, mint a tanulónak. Abbeli igyekezetünkben, hogy egyre jobb eredményeket érjünk el, ki-ki a saját tantárgyában, sajnos, hibát is követünk el. Pl. azt, hogy esetenként elhalmozzuk a tanulókat írásbeli feladatokkal, kötelező olvasnivalóval, sőt, a szünetekben is túlzottan bőven mérjük a kollégák az ilyen feladatokat, holott tudvalevőleg a diáknak a vakációban élet-szükséglet a teljes kikapcsolódás. A szellemi energiák regenerálódását csak egy vakációnyi terjedelmű kikapcsolódás biztosíthatja. Az a tanuló, aki a szünetekben

is egy-két, sőt három órát tanul (matematikapéldákat old meg, kötelező olvasmányokat olvas, nyelvtani gyakorlatokat végez), az nem kapcsolódik ki a tanulási folyamatból, csökkentett ritmusban, de folytatja azt, s bizonyos, hogy vakáció után nem kaphatna tér vissza az iskolába. A túlterhelésből származó fáradtsághoz ilyen, talán mellékesnek tűnő tényező is hozzájárul. Persze bármelyikünkél kész a replika: előre kell haladni az anyaggal, gyakorolni kell minél többet, a tanterv előírja!

Néhány adat birtokában érzékeltetni szándékoztam azt a gondot, amelyet a tanulók túlterheltségének nevezünk. Teljes felelősséggel állítom, hogy a tanulmányi eredmények elégtelensége a tanulók többségénél jórészt az intellektuális túlterhelésből származik. Ezt még fokozza az az információövezet, amelyet tanulóink más forrásokból (mass media) szereznek, s amelyeket sokan nem tudnak beépíteni ismereteik rendszerébe, mert a tananyag megemészthetetlenül sok. Nincs idő elmélyülni a tantárgyak anyagában, emiatt sok tanuló tudása felszínes marad, enélkül pedig a logikus gondolkodás, a szintetizáló-elemző s egyéb készségek fejlesztése igen nehéz.

Ha a legjobb tanulók erőfeszítéseit vesszük figyelembe — ez náluk napi négy-öt és fél óra délutáni tanulást jelent —, akkor is azt állapíthatjuk meg, hogy a napi munkaráfordítás nem arányos az elért tanulmányi eredményekkel. Ezeknél a tanulóknál — ismerve kivételes képességeiket — a napi kilencórás (iskolai és otthoni) tanulásnak tízes körüli tanulmányi átlagot kellene eredményeznie. Ami sajnós, nincs így. (Nem mintha a jegyeket fetisizálnánk, de egyelőre nincs más mérce a tanulók tudásszintjének mérésére.) Tanulóink nagyfokú fáradtságról panaszkodnak, ennek következményeként nem ritkák náluk sem az idegesség tünetei.

Fentebb a tantervre hivatkoztunk mint a tanár legvégső érvére, amely kötelezi őt. Figyelembe véve a tantervi előírásokat és a tanulók túlterhelésével kapcsolatos aggasztó jelenségeket, néhány konklúzió jellegű javaslatot fogalmaznánk meg:

1. Az oktatási terv már csak a tanulók túlterhelése miatt is általános revízióra szorul.

2. Az ilyen irányú revízióra vonatkozó elképzeléseket különböző fokozatú iskolatípusokban tanári-tanítói közösségek papírra vethetnék, s elküldhetnék felsőbb oktatásügyi szervekhez tanulmányozás végett.

3. Hasznos lenne továbbá, ha tanítói-tanári szakkörökön önálló témaként megvitatnák: tantárgyanként hol és mit lehetne csökkenteni a tananyagban úgy, hogy ne vétsünk az oktatási terv szelleme ellen.

4. Javasolom, hogy ugyancsak önálló témaként különböző oktatási intézetekben vitassák meg: milyen egységes pedagógiai elvek szerint lehetne leghatékonyabban gyakorolni az ún. osztályon belüli szelektív számonkérést, a túlterhelést ezzel is csökkentendő, mert egységes követelményrendszer nélkül az osztályozás igazságtalanságának látszatát kelthetjük, aminek további veszélyes következményei lehetnének tanulóknál, szülőknél egyaránt.

Befejezésül még csak annyit, hogy mi, tanügyiék nemcsak oktatói, hanem nevelői is vagyunk tanulóinknak. Nemcsak szakmai kötelességből, hanem emberségből is feladatunk lelki fejlődésüket figyelemmel kísérni. Ez általános társadalmi elvárás a tanügyiekkel szemben. De speciális szakmai feladatunk jelezni mindazokat a rendellenességeket, amelyek a tanulóifjúság pszichikai-fizikai fejlődését negatív módon befolyásolják. 12-14 éves korú gyermekek tanulási feltételeiről szövtünk. Azokról, akik az ezredfordulón 32-34 évesek lesznek: teljes erejükben levő, aktív polgárai a társadalomnak. Civilizációnk jelenlegi ütemű fejlődését véve figyelembe, új társadalmi-történelmi környezetben élnek és dolgoznak majd. Mircea Malița gondolatát átvéve állíthatjuk: a tudományos-műszaki forradalom párhuzamosan kell hogy haladjon az oktatás esedékes forradalmával. Ugyancsak ő írja *A kétezredik év krónikája* című könyvében: „... a két fogalmat [ti. az oktatás és nevelés fogalmát] egy újjal kellene helyettesítenünk: az emberré alakulás folyamatának a fogalmával. Ez a folyamat intézményes keretekben és azon kívül megy végbe, a fölösleges ismeretekkel való telítődés mellőzésével, s célja az egyén harmonikus beilleszkedése a társadalom produktív életébe.“ A közoktatás dolgozóinak rendkívül nagy az erkölcsi felelősségük a tanulók túlterheléséből származó következményekért.

Gagy-Balla István