

I. BEVEZETÉS

1. A Kovács-módszer meghatározása, célja

A Kovács-módszer az egészséges zenész-életmód programja és természettudományos ismeretanyaga, a zenei foglalkozási ártalmak megelőzésének pedagógiája, mely a zenével foglalkozó növendékek és felnőttek helytállását hivatott segíteni szakmai feladataikban és mindennapi életükben. Gondoskodik mindazokról a fizikumbeli háttér-feltételekről, amelyek az eredményes zenetanuláshoz, illetve a sikeres művészi munkához kellenek. Mindezt egyéni szükséglet szerint nyújtja minden igénylőnek a zenei oktatás és foglalkozás körülményeihez igazodva.

2. A Kovács-módszer hármass feladatköre

1) *Előkészíti* az emberi szervezetet a várható terhelésekre és konkrét tennivalókra (Hangszeres tartások és mozgások alapozása, a helyes légzés megtanítása, a gyakorlási állóképesség és a szereplési alkalmasság fizikális alapjainak megteremtése).

2) *Védelmet nyújt* a foglalkozási ártalmak ellen. (Megelőzi a mozgatórendszer túleröltetését, feloldja az idegi és fizikai fáradtságot, ellensúlyozza az egyoldalú terheléseket, korrigálja az aszimmetriás tartásokat, védi és pihenteti a hallószervet, fenntartja a szervezet idegi és hormonális szabályozásának kiegyensúlyozott működését.

3) Megerőltetés, kimerülés esetén *segíti a munkaképesség helyreállítását* az egészségzónán belül. (Kímélő gyakorlási program, fokozatosan felépített mozgásedzés, regeneráló életrend.)

3. A Kovács módszer pedagógiai eszközei

A Kovács-módszer a muzsikáláshoz való erőteljes idegi és fizikai alkalmasság fejlesztésére és megőrzésére természetes edzőhatások kombinációját használja föl. Eszközei: a mozgás, az ésszerű munkamódszer, a pihenés helyes szervezése, a táplálkozás rendezése, a természeti környezet egészséges élethatásainak felhasználása (a friss levegő, a víz, és a napfény).

4. A Kovács-módszer keletkezése

1959-ben Kodály Zoltán szorgalmazására indult a Zeneakadémián az a kutatás, mely a hallgatók és művésztanárok körében sűrűn előforduló zenei foglalkozási ártalmak okainak

felderítésére és a védekezés módjának kidolgozására irányult. A feladattal megbízott szakember dr. Kovács Géza tudományos kutató volt (1916-1999), akinek több évtizedes munkája nyomán új pedagógiai ág alakult ki, a zenei munkaképesség gondozása. Dr. Kovács Géza negyven éven át szolgált a zene és a zenész emberek ügyét. Életművéért 1996-ban magas állami kitüntetésben részesült.

5. A Kovács módszer zenepedagógiai jelentősége

A zenélő növendékek és felnőttek fizikai gondozásának pedagógiája a zeneoktatásban és a zenei gyakorlatban hiánypótló jelentőségű. A zeneoktatás és a zeneművészet szakmai színvonalának és követelményeinek emelkedésével mindinkább növekszik a fizikum és az idegrendszer speciális, más szakmáktól eltérő megterhelése. Ugyanakkor a hozzá való teherbírás kifejlődése és további alakulása a tehetséggondozás korábbi gyakorlatában véletlenszerű, kizárólag a külső körülményektől függő, mert a hagyományos zeneoktatásból mind a mai napig hiányzik a fizikai nevelés. A kellő fizikai felkészítés hiánya bizonytalanná teheti a zenével foglalkozók pályájának alakulását. A Kovács módszer megjelenése a zenepedagógia jelentős történeti fordulata.

6. A Kovács-módszer felsőoktatási fórumai

Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, választható tárgy, 60 óra

Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, Pedagógia Master, kötelező tárgy, 60 óra, (2011-től)

ELTE PPK, Kovács-módszer szakvizsgás képzés, 180 óra

ELTE PPK, fejlesztő pedagógusok szakirányú továbbképzése, kötelező tárgy, 60 óra

ELTE TÓK fejlesztő óvónők szakirányú továbbképzése, kötelező tárgy, 20 óra

Muzsikáló Egészség Alapítvány, zenetanári akkreditált továbbképzés, 30 óra

II. TANTERV

A Kovács-módszer tárgy a Szent Mór Iskolaközpont pedagógiai programjában három területen jelenik meg:

- 1) A kezdő növendékek ellátása a zenei előképzőben.
- 2) A zeneiskolai osztályokban tanuló növendékek ellátása.
- 3) Az iskola pedagógusai részére szervezett munkaképesség-gondozó mozgásórák.

1. Zenei mozgás-előkészítés az előképzőben

1.1 Indoklás

A jelenleg érvényben lévő zenei előképző gyakorlatának pedagógiai eszköztára hiányos. Magas szinten foglalkozik a zenei, szellemi képességek fejlesztésével, de nem tartalmazza a hangszerjátékhoz szükséges manuális, fizikális felkészítést. Ennek következtében a hangszeres kezdőtanítás számos nehézséggel küzd. Az előképzőből kikerülő növendékek felkészületlenül fognak hozzá a végletesen finom hangszeres mozgások megtanulásához, és emiatt a technikai képzés ideje aránytalanul megnövekszik a zene rovasára. Ezt a hiányosságot orvosolja az előképző oktatásba beiktatott hangszer nélküli zenei mozgás-előkészítő program.

1.2 Célkitűzés

A zenélés fizikumbeli feltételeinek biztosítása, vagyis a hangszerjátékhoz szükséges erő, ügyesség, állóképesség megszerzése és fejlesztése. Az előképző tanéve alatt a növendékek elsajátítják a hangszer tanulás megkezdéséhez szükséges alapkészségeket. Így a hangszeres tanulás zavartalanabb, könnyebb és gyorsabb lehet. Az előzetes mozgásfejlesztés eredményeképpen a hangszer már az első perctől szebben szólalhat meg.

1.3 Feladatok

- 1) A hangszerjáték legáltalánosabb mozgásformáinak megtanítása. Olyan alapmozgások begyakorlása, amelyek valamennyi hangszer játékában előfordulnak.
- 2) A helyes légzéstechnika begyakorlása, mely mind az egészség, mind a zenei munkaképesség szempontjából döntő.
- 3) A helyes alaptartás megtanítása, mely valamennyi hangszeres tartásnak alapja.

1.4 Részletes tanterv

- Az ujjak, mozgékonyágának, önállóságának kifejlesztése. A tapintás érzékenyítése. A billentő mozgás alapozása. A trillamozgás alapozása.
- A csukló hangszeres alkalmasságának kifejlesztése. Hajlékonyság. Rögzítés.
- A könyök hangszeres mozgásainak előkészítése. Különféle könyökhelyzetek megéreztetése.
- A váll helyzetének, lazításának tudatosítása.

- A kar egységérzetének beidegzése.
- A kezek függetlenségének kifejlesztése.
- A láb hangszeres funkcióinak előkészítése (a pedálozási feladatokhoz). A lábügyesítés felhasználása a kéz fejlesztéséhez az idegrendszerben működő multilaterális transzferek útján.
- A differenciált erőadagolás kifejlesztése a hangszerjáték finom dinamikai árnyalatainak megvalósítása érdekében.
- A gyorsaság reflexeinek kifejlesztése, amely lehetővé teszi a zenei gondolat azonnali akadálytalan átvitelét a végrehajtó apparátusra.
- A mikropihenők készségének kiépítése, amely a gazdaságos hangszerjátékot, a takarékos izomműködést, a görcsösségek, feszítések elkerülését szolgálja.
- Az alkalmazkodó mozgások alapozása, mely minden hangszeren alapfeltétele a sima, gördülékeny, kifejező játéknak.
- A térérzék, a szemmérték és a helyérzék fejlesztése, mely a hangszeren való biztonságos tájékozódást, és a saját test, valamint a hangszer viszonyának helyes érzékelését szolgálja.
- A légzés fejlesztése. A helyes légzéstechnika begyakorlása, mely minden zenei tevékenységnek bázisa.
- A kézerősítés, mely a fölényes hangszertechnikának, a fáradás nélküli gyakorlásnak és a kézmegeröltetések elkerülésének fontos feltétele.
- Az időérzék fejlesztése. Az izomzat finom kiképzése, az auditív és kinesztétikus kapcsolatok kifejlesztése annak érdekében, hogy a zenei időviszonyok megvalósítása a zenélésben késedelem nélkül történjék.

1.5 Eszközök

Léggömbök, labdák, ugrókötelek, tornaszámoly, bordásfal.

1.6 Óraszám

Heti 1-szer 45 perc. A növendékek idejének kímélése végett az óra lehetőleg közvetlenül az előképző foglalkozáshoz kapcsolódik.

2. Munkaképesség-gondozás a zeneiskolai osztályokban

A zeneiskolai növendékek munkaképesség-gondozása két területen valósul meg:

- 1) Frissítő mozgás alkalmazása a zeneórák keretében.
- 2) Egész órás mozgásfoglalkozások a rászoruló növendékek, főleg B-tagozatosok, illetve felvételi vizsgára készülők számára.

2.1 Rövid frissítő mozgásprogramok a zeneórákon

2.1.1 Indoklás

A zeneoktatás kevésbé figyelembevett problémája a munka során keletkező elfáradás. A zenét tanuló növendékek kettős terhelést viselnek. Helyt kell állniuk a közismereti iskolában és a zenei tanulmányokban egyaránt, ami jelentősen igénybe veszi munkabírásukat. A zenepedagógusnak számolnia kell azzal, hogy a zeneoktatásra rendelkezésre álló időpontokban, tehát a délutáni, esti órákban a növendékek már túl vannak 6-8-10 órai munkájuk teljesítésén és elfáradtak. A fáradtság mélyen lerontja az oktatás hatékonyságát. Fáradt állapotban gyengül a figyelem, a memória, a motiváció, és ennek következtében hanyatlik a teljesítmény.

2.1.2 Célkitűzés

A zeneórai frissítő mozgás célja az elfáradást enyhítése és késleltetése, ezáltal az oktatás egészségesebbé tétele és hasznos percszámának növelése. A zeneórába beiktatott könnyű, lendületes mozgások felfrissítik a keringést és légzést, felgyorsítják a sejtek tápanyag és oxigénellátását, így az elfáradt szervezet regenerálódni tud.

A frissítő mozgásprogramok beiktatásának fokozott jelentősége van a hosszabb foglalkozások esetében, mint például a 60 percben összevont főtárgy óra, vagy a 45 perces, illetve 90 perces elméleti órák.

2.1.3 Alkalmazások

- *Bemelegítés.* A zeneórára érkezve a növendékek szervezetének funkciórendje nem mindig kedvező. Lehet a növendék fáradt, kedvetlen, betegség után lábadozó, fázó, stb. Ilyenkor a légzést és keringést normalizáló rövid mozgás rendezi a funkciókat a zeneóra időtartamára.
- *Órakozi pihenő.* A zeneóra folyamán jelentkezhet elfáradás, különösen a kisgyermekeknél. Ilyenkor a mozgásprogram pihenésül szolgál.

- *Otthoni gyakorlás.* A mozgáspihenőt a tanár feladhatja az otthoni gyakorláshoz is, ami az önálló és gyakran kedvezőtlen körülmények között végzett munka eredményességét fokozza. Ennek távlati nevelő értéke az, hogy a tanítványok elsajátítják a szakaszos munkavégzés módszerét, és megtapasztalják ennek jó hatásait. Így remélhető, hogy ezt a módszert a zenetanulás többi értékével együtt magukkal viszik későbbi életükbe is.
- *Szereplés előtt.* A mozgásos bemelegítés frappáns hatást tesz szereplés előtt, amikor az izgalom a szervezet oxigénszükségletét megnöveli. A keringést és légzést normalizáló mozgás lecsillapítja a túlfeszült vegetatív szabályozást és nem alakul ki a túlzott lámpaláz.
- *Zenei táborokban* a gyakori mozgáspihenő az egész napos zenei programok között elengedhetetlen annak érdekében, hogy az elfáradás miatt ne menjenek veszendőbe az értékes élmények.

2.1.4 Eszközök

Léggömbök, labdák, ugrókötelek, tornazsámolyok, bordásfal.

2.1.5 Időkeret

A zeneórai mozgás nem igényel külön időráfordítást. A frissítő mozgás a zeneórai oktatás részét képezi. Időtartama: a 30 perces főtárgy órán 1-3 perc, a 60 perces órán 5-6 perc. A 45, 60, vagy 90 perces csoportos elméleti órákon 5-10 perc, szükség szerint két részre bontva.

2.2 Egész órás munkaképesség-gondozó foglalkozások

2.2.1 Indoklás

A zenei foglalkozási ártalmak előfordulása extrém mértékű.

A 2007-ben elvégzett országos felmérésből kiderült, hogy a zenéléssel összefüggő egészségi panaszok a középiskolás fiatalok körében 50-60 százalékban, a felnőtt művészeknél pedig 70 százalékban fordulnak elő. Már a zeneiskolás növendékek 10 százaléka is szenved foglalkozási ártalmaktól. (Dr. Pásztor Zsuzsa (2007). Felmérés a zenei foglalkozási ártalmakról. *Parlando*, 49 (4), 21–30.

Okok.

a) A szakmai eredetű egészségi ártalmak tömeges jelentkezésének egyik fő oka a gyakorlás helytelen adagolása, a hosszú ideig szünet nélkül tartó hangszerjáték, ami a szorgalmas, tehetséges, zenei pályára készülő növendékeknél gyakori. Ennek orvoslása az előző fejezetben tárgyalt mozgáspihenők beiktatásával, szakaszos munkavégzéssel oldható meg. A munka közben beiktatott mozgáspihenők a játékban igénybevett szerveket regenerálják, így nem következik be a mély elfáradás és megerőltetés.

b) A másik ok a terhelés és teherbírás egyensúlyának megbomlása a növendékeknél. Ez pedig abból adódik, hogy a hagyományos oktatásban exakt módon meghatározzák a terhelést, de nem foglalkoznak a teherbírás fejlesztésével. A teherbírás spontán alakulása pedig nem mindig tart lépést a követelményekkel. Bármelyik pillanatban bekövetkezhet a teherbírás túllépése, és ekkor törvényszerűen jelentkezik az ártalom.

A megoldás.

A teherbírás fejlesztése és karbantartása nem várható el az egyénektől és a családoktól, mert ők nem rendelkeznek a szükséges személyi és tárgyi feltételekkel. A teherbírás gondozása az iskola feladata. Ezt szolgálja a növendékek részére kidolgozott munkaképesség-gondozó edzésprogram, melyben a rászoruló növendékek heti rendszerességgel vesznek részt és otthoni leckét is kapnak. Szükség esetén pedig tanácsadással segíti őket a szakpedagógus.

2.2.2 A mozgásfoglalkozások célja

A foglalkozási ártalmak korai megelőzése. A fizikai, idegrendszeri kondíció fejlesztése, a stressz tűrés, a teherbírás növelése, a kedvező munkaképesség és a pályaalkalmasság megőrzése. A foglalkozási ártalmak elleni megelőző védelem edzésmódszerének, alapvető mozgásrepertoárjának megismertetése a növendékekkel.

2.2.3 Részletes tanterv

- A testtartás gondozása. A hangszeres tartások mindegyike bizonyos mértékig eltér a test kedvező normál tartásától. Az intenzív hangszerjáték a megszokás következtében torzulásokat okozhat a test felépítésében, statikájában, ami további ártalmak forrása lehet. A torzító hatások ellensúlyozását célszerűen tervezett mozgásgyakorlatok szolgálják.

- A kedvező izomerő, állóképesség és tónusegyensúly fenntartása. A kitartó hangszeres gyakorlás az izmoktól erőt és állóképességet követel. Továbbá fontos az izmok kedvező tónusegyensúlya, azaz az egyes izmok feszültségének és egymás közti erőviszonyainak jó beállítása. Ettől függ a hangszerjáték gazdaságossága, az erő kifejtés finom szabályozása, amely az érzékeny zenei kifejezésnek alapfeltétele. Az izmok kedvező állapota hangszeres gyakorlással nem mindig érhető el, sőt gyakori, hogy a huzamos megterhelés hatására az izmokban akarattal nem befolyásolható túlfeszülés keletkezik. Az izomzat megfelelő élettani állapotát célszerűen tervezett mozgásedzés biztosítja.
- A normális csontanyagcsere segítése. A muzsikálás szokásos életmódja mozgásszegény, ezáltal a csontépítést serkentő ingerek elégtelenek. A csontrendszer épségben tartásának optimális eszköze a zenei foglalkozás követelményeivel összehangolt mozgásedzés.
- Az ízületek mozgékonyságának megőrzése. A hangszeres tevékenység egyoldalú terhelésének velejárója az ízületek mozgáshatárainak beszűkülése. Ez egyrészt diszpozíciót teremt az ízületek megbetegedéséhez, másrészt reflexes úton gátló hatást fejt ki a hangszeres mozgások szabadságára. A munkaképesség-gondozó mozgásedzés az ízületek egyéni mozgáshatárainak fenntartására törekszik.
- A légzés fejlesztése. A helyes légzés a muzsikálás alapkérdése. A fokozott szellemi terhelés és az egyoldalú fizikai terhelés a légzés deficitjéhez vezet. Ez pedig a továbbiakban a szervműködések zavarait és ez által a muzsikálás minőségének romlását idézi elő. A fúvós hangszeren játszóknál a légzésgondozás különösen fontos a légző rendszer megerőltető terhelésének ellensúlyozására.
- A keringés normalizálása. A zenei tevékenység finom ideg- és izomműködései a vérrellátás tökéletes szabályozottságát követelik meg. Muzsikálás közben azonban a test nagyobb részének mozdulatlan helyzetbe való kényszerülése a játékban aktívan résztvevő területek vérrellátását gátolja. A keringés kedvező serkentése rendszeres mozgásgyakorlással érhető el.

- A kéz fejlesztése, (erősítés, lazítás.) A kéz gondozása súlyponti szerepet kap a mozgásedzésben, mert tapasztalat szerint a zenei foglalkozási ártalmak leggyakrabban a kézen jelentkeznek. A muzsikáló kéz fejlesztése olyan mozgásokkal történik, amelyek kellően erősítik az izmokat, de nem merevítik el a kezét, nem fékezik a gyorsaságot.
- A mozgáskoordináció fejlesztése. A koordinációs gyakorlatok bejáratják a hangszerjátékban résztvevő idegpályákat, általános, alapozó reflexeket fejlesztenek ki a végletesen finom, virtuóz hangszeres feladatok előkészítésére.
- Az emésztő és kiválasztó szervek működésének kedvező szabályozása. A jó teljesítőképesség feltétele a normális sejtanycsere, a táplálékok feldolgozásának és a végtermékek kiválasztásának egyensúlya. Az egyoldalú zenélő életmód mellett a belső szervek normális működésének elengedhetetlen feltétele a megfelelő mozgásedzés.
- A hormontevékenység egyensúlyának fenntartása. Az intenzív zenei tevékenység a szervezetet szabályozó hormonok közül különösképpen hat az adrenalin termelő struktúrákra és a hipotalamusz - hipofízis-pajzsmirigy rendszer működésére. A szokásos zenész életmód stressz-hatásai következtében ezekben a hormonszervekben gyakori a túlműködés, mely az egész hormonrendszer stabilitását megbontja, és ez által az egészséget és teljesítőképességet gyengíti. Megfelelő mozgásellátással a kedvező hormonegyensúly fenntartható.
- A vegetatív idegrendszer stabilitásának megőrzése. A zenei életforma a maga egyoldalú és túlterhelő hatásaival gyakran kiváltja a vegetatív idegrendszer egyensúlyvesztését, amely a koncentrációképesség leromlásával, a szereplési alkalmasság meggyengülésével jár együtt. Kiegyensúlyozott mozgásedzéssel és ésszerű zenész életrenddel megelőzhető a zenészeknél gyakori vegetatív labilitás.
- A pódiumi megjelenés, mozgás, magatartás szépítése. A sikeres szereplés fontos tartozéka a könnyed, feszültségmentes mozgás, viselkedés a pódiumon. Ehhez nem elég az elhatározás és a puszta elképzelés, ezen kívül megfelelő mozgásképzettség és gyakorlottság is szükséges hozzá.

2.2.4 Tanácsadás

Problémás esetben a növendékek tanácsadó órán vehetnek részt, ahol útbaigazítást kapnak a számukra szükséges tennivalókról. A tanácsadó óra egyéni. A tanár óraszámából erre számítható időt az igazgató határozza meg.

2.2.5 Helyigény és eszközök

A mozgásfoglalkozások ideális helyszíne tornaterem. Ennek hiányában megoldható nagyobb osztályteremben, koncertteremben, ahol a bútorzat elmozdítható.

Eszközigény: Léggömbök, labdák, ugrókötelek, tornaszámolyok, vagy székek, tornapadok, tornaszőnyegek, bordásfal.

2.2.6 Időkeret

A csoportos mozgásfoglalkozás órakerete heti 1-szer 45 perc

2.3 Zenei munkaképesség-gondozás tanároknak

2.3.1 Indoklás

A tanárok igénybevétele a növendékekéhez hasonlóan extrém mértékű. A felnőtt muzsikusként is több fronton kell helyállnia, a munkában, a családban és a társadalmi életben. A megterhelést növeli a nehéz anyagi helyzet. Sokan több állást is kénytelenek vállalni a család megélhetése érdekében. Ugyanakkor az intézményes munkaképesség-gondozás hiányzik. Ezért az egészségi ártalmak előfordulása a zenetanárok körében is gyakori.

A zenetanár idegi és fizikai állapota éppen úgy döntően meghatározza a tanítás hatékonyságát, mint a növendéké. A zenetanárok kezében van a zenekultúra alakulása. Ők viszik tovább a hagyományt, és ők építik a jövőt. Ők kísérik tanítványaikat éveken át, rajtuk múlik a jövő nemzedék zenekultúrája. Ahhoz, hogy ezt a nagy és felelősségteljes munkát hatékonyan és egészségi leromlás nélkül tudják végezni, tanárainknak szükségük van munkaerejük védelmére.

2.3.2 Célkitűzés. A tanári munkaképesség-gondozó foglalkozások célja a résztvevők számára az idegi és fizikai kondíciót fejlesztő, ugyanakkor üdítő, nyugtató, lazító, szórakoztató, változatos mozgásprogram kínálata.

2.3.3 Részletes tanterv

Megegyezik a növendékek részére kidolgozott tantervvel.

2.3.4 Helyigény és eszközök

A mozgásfoglalkozások ideális helyszíne tornaterem. Ennek hiányában megoldható nagyobb osztályteremben, koncertteremben, ahol a bútorzat elmozdítható.

Eszközigény: Léggömbök, labdák, ugrókötelek, tornaszámolyok, vagy székek, tornapadok, bordásfal, egy és két kilogrammos kézi súlyzók, tornaszőnyegek.

2.3.5 Időkeret

A csoportos tanári mozgásfoglalkozás órakerete heti 1-szer 60 perc.

III. ÁLTALÁNOS RÉSZ

1. Pedagógiai módszer

A Kovács-módszer mozgásprogramjai eltérnek más edzésprogramoktól. A célokat, feladatokat, módszereket és pedagógiai eszközöket a zenei foglalkozás követelményei és a résztvevők egyéni, változó állapota határozza meg. A mozgás adagolása csoportban is egyéni, mindenki saját ereje szerint vesz részt a foglalkozáson. A mozgás nem lehet erőltető. Az erőfeszítésnek jólesőnek kell lennie. Ez adja az egyéni optimális terhelés mértékét.

2. A Kovács-módszer tárgy oktatói

A Kovács-módszer oktatása szakképzettséghez kötött.

- a) Az egész órás mozgásfoglalkozásokat a Kovács-módszer területén szakvizsgával, vagy doktori fokozattal rendelkező zenetanár vezeti.
- b) A zeneórai mozgást vezető tanárok legalább 30 órás alapképzettséggel rendelkeznek. A Kovács-módszer tanárok munkájukat kötelező óraszámuk keretében végzik.

3. Szakmai felügyelet

A Kovács-módszer oktatásának szakmai felügyeletét évenként két alkalommal független, iskolán kívüli szakértő látja el. A szakértő óralátogatás keretében tájékozódik a zeneórai mozgásprogramok, valamint a csoportos mozgásfoglalkozások vezető tanárainak munkájáról

és tanácsaival segíti szakmai tevékenységüket. A szakértő a Kovács-módszer területén kiemelkedő eredményekkel rendelkező zenepedagógus lehet.

4. Szerzői jog

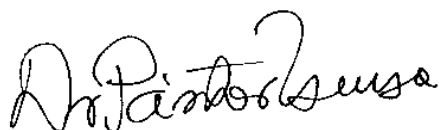
a) A *Zenei munkaképesség-gondozás vagy Kovács-módszer* kutatási anyaga és teljes pedagógiai programja szerzői jogvédelem alatt áll. Mindennemű felhasználása a szerzővel kötött felhasználási szerződés alapján történik. A szerzői jog tulajdonosa dr. Pásztor Zsuzsanna zenetanár.

b) Ez a tanterv kizárólag a Szent Mór Iskolaközpont pedagógiai programjának céljára használható fel. Minden egyéb felhasználás csak a szerzővel kötött megállapodás alapján lehetséges.

5. Segédanyagok

A Kovács-módszer tanárok részére rendelkezésre állnak az iskola könyvtárában található egyetemi jegyzetek, kézikönyvek, DVD filmek.

Budapest, 2012. január



Dr. Pásztor Zsuzsanna