

Magyar

Sporttudományi Szemle

2003/3

80-495



IV ORSZÁGOS SPORTTUDOMÁNYI KONGRESSZUS



Szombathely,
2003. október
17-18.

Program
és előadás-
kivonatok



Támogatja
a Gyermek-, Ifjúsági
és Sportminisztérium

*I. A sporttudomány és az európai integráció
– globális és lokális összefüggések*

*II. Iskolai testnevelés, utánpótlás-nevelés,
tehetséggondozás*

IV. Országos Sporttudományi Kongresszus

Szombathely, 2003. október 17-18.
Berzsenyi Dániel Főiskola

Program és előadás-kivonatok



A kongresszus főrendezője:
Magyar Sporttudományi Társaság

Fő támogató:
Gyermek-, Ifjúsági és Sportminisztérium

Fővédnökök

Gyurcsány Ferenc gyermek-, ifjúsági és sportminiszter

Dr. Schmitt Pál, a Magyar Olimpiai Bizottság elnöke

Vizi E. Szilveszter, a Magyar Tudományos Akadémia elnöke

Védnökök

Dr. Ipkovits György,
Szombathely Megyei Jogú Város polgármestere

Köpf Károly,
a Gyermek-, Ifjúsági és Sportminisztérium helyettes államtitkára

Dr. Mang Béla,
az Oktatási Minisztérium helyettes államtitkára

Markó Péter,
a Vas Megyei Közgyűlés elnöke

Mészáros Ernő,
az MTA Veszprémi Akadémiai Bizottság elnöke

Dr. Nádori László
professzor emeritus, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar

Dr. Nyerges Mihály,
a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar dékánja

Dr. Ormai László,
a Magyar Edzők Társaságának elnöke

Dr. Petrovics László,
a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar Továbbképző Intézetének igazgatója

Tudományos Bizottság

Elnök: dr. Pucskó József
Társelnökök: dr. Gombocz János
dr. Radák Zsolt
Tagok: dr. Apor Péter
dr. Ángyán Lajos
dr. Eiben Ottó
Földesiné dr. Szabó Gyöngyi
dr. Gál László
dr. Győri Pál
dr. Lukácskó Zsolt
dr. Martos Éva
dr. Ozsváth Károly
dr. Rigler Endre
dr. Szabó S. András
dr. Szabó Tamás
dr. Tamás István
dr. Tihanyi József
dr. Vass Miklós

Szervező Bizottság

Elnök: dr. Gál László
Alelnök: dr. Kristóf László
Tagok: Bierer Gábor
dr. Gáspár Mihály
Horváth Zoltán
Kláriss Zoltán
dr. Kovács László
dr. Nádasiné Sipos Zsuzsanna
dr. Polgár Tibor

A kongresszus elnöke:
dr. Frenkl Róbert

Főtitkár:
dr. Mónus András

Kongresszusi titkár:
Bendiner Nóra

A kongresszus házigazdája: Dr. Gadányi Károly rektor, Berzsényi Dániel Főiskola

2003. október 17. – 10.00-13.00

MEGNYITÓ PLENÁRIS ÜLÉS

(Díszterem)

Üléselnökök: Gál László és Kovács László

Ünnepi műsor (15 perc)

Kongresszusi üdvözlések és a tiszteletbeli tagok beiktatása

Frenkl Róbert

A magyar sporttudomány helyzete és távlatai

Szünet (20 perc)

Gadányi Károly

A Berzsenyi Dániel Főiskola a testkultúra szolgálatában

Nádori László

Sport és sporttudomány az Európai Unióban

Szabó Tamás

Tehetséggondozás és tudományos kutatás

13.00-14.00

Fogadás

Szekcióülések

(AZ ELŐADÁSOK IDŐTARTAMA 10 PERC, VITA 5 PERC!)

2003. október 17.

„A” szekció („A” épület 25-ös terem) Társadalomtudomány

14.00 - 16.00

Üléselnökök: Földesiné Szabó Gyöngyi, Szikora Katalin
Szekciótitkár: Woth Péter

- Földesiné Szabó Gyöngyi:** Európai integráció - Nyertesek és vesztesek a sportban?
Takács Ferenc: Korunk kulturális trendjei és a testkultúra
Bodnár Ilona: Sikeres magyar edzőnők pályaválasztásának és pályán maradásának vizsgálata
Freyer Tamás: Előtanulmányok a rendfenntartó erők státusáról a hazai labdarúgó mérkőzések rendbontásainak tükrében
Neulinger Ágnes: A szabadidősport megjelenése a hazai nyomtatott médiában
Perényi Szilvia: Fogyasztói elégedettség mérése testnevelés és nem testnevelés szakos hallgatók körében a szabadidősport szolgáltatás termékre vonatkozóan
Pikó Bettina: A sportolás helye és szerepe a fiatalok életstílusának alakulásában

16.00 - 16.15 Szünet
16.15 - 18.00

Üléselnökök: Dénes Ferenc, Takács Ferenc
Szekciótitkár: Woth Péter

- Dénes Ferenc:** Sportfinanszírozás: ki mit tud?
Bukta Zsuzsanna: A magyarországi sportegyesületek helyzete 2003-ban
Kozma Miklós: A sportolók számviteli és pénzügyi értékelésének kérdései
Lacza Gyöngyvér: A rekreációs szakemberekre való igény változása az üzleti rekreációs területen 2001-2003 között
Péntek András: A magyar női kézilabdásport gazdasági alapjai
Szabados Gábor: Professzionális labdarúgóklubok stratégiai szemléletű vezetése
Woth Péter: A sportigazgatás története Magyarországon a rendszerváltástól napjainkig

„B” szekció (Díszterem) Nevelés, képzés

14.00 - 16.00

Üléselnökök: Gombocz János, Vass Miklós
Szekciótitkár: Némethné Tóth Orsolya

- Gombocz János:** A testnevelő tanár az ezredfordulón - Egy pedagógus szerep változásai
Vass Miklós, Prisztóka Gyöngyvér, Papp Gábor: A magyar sportszakemberképzés az Európai Felsőoktatási Tér-ségben
Bordán Csaba: A nemzeti identitás és a sport. Egy nemzeti sport versenysorozat elindításának lehetősége
Ekler Judit: Az iskolai testnevelés szerkezeti változásai (sport a tanórán és a tanórán kívül)
Horváth Zoltán Péter: Játékos képességfejlesztés a 6-10 év korban, a Diákolimpia játékos sportversenye alapján
Nádasiné Sipos Zsuzsa: A kreditrendszer tapasztalatai
Némethné Tóth Orsolya: Az iskolaérettség motoros kritériumai

16.00 - 16.15 Szünet
16.15 - 18.00

Üléselnökök: Ozsváth Károly,
Pristóka Gyöngyvér
Szekciótitkár: Némethné Tóth Orsolya

- Ozsváth Károly:** Motoros kompetenciák a képességek és készségek kapcsolatrendszerében
Bősze Júlia: Egyetemisták életmódja és a média-terror
Herlicska Károly -Tóvári Ferenc: Az atlétika helyzete a testnevelő tanárképzésben - felmérések tükrében
Polgár Tibor: Testnevelés szakos hallgatók kondicionális mutatóinak változása az atlétikai gyakorlati követelmények teljesítése tükrében 1989-től napjainkig a Berzsenyi Dániel Főiskolán
Sebőkéné Lóczy Márta: Kik tanítják - taníthatják - a testnevelést az általános iskola alsó tagozatán?
Simon István: A gyógytestnevelés hatékonyságának növe-
lése a pedagógia eszközeivel
Sárai Gabriella: A sporttorna technikai elemeinek végrehaj-
tását segítő speciális képességfejlesztés a BDF test-
nevelés szakos női hallgatóinál

„C” szekció (Tanácsterem) Élettan, antropometria, rehabilitáció

14.00 - 16.00

Üléselnökök: Mészáros János, Pavlik Gábor
Szekciótitkár: Kocsis Csabáné

- Pavlik Gábor, Kneffel Zsuzsanna, Horváth Patrícia, Kispéter Zsófia, Petridisz Leonidasz, Sidó Zoltán:** Sportolók echokardiográfiás adatai
Kneffel Zsuzsanna, Horváth Patrícia, Kispéter Zsófia, Petridisz Leonidasz, Petrekanits Máté, Pavlik Gábor: Sportolók echokardiográfiás mutatói kényszerpihenő alatt
Petridisz Leonidasz, Horváth Patrícia, Kispéter Zsófia, Petrekanits Máté, Sidó Zoltán, Pavlik Gábor: Echokardiográfiás jelek ifjúsági korú rendszeresen sportoló és nem sportoló fiúknál
Kispéter Zsófia, Kneffel Zsuzsanna, Horváth Patrícia, Sidó Zoltán, Pavlik Gábor: Diasztolés funkció és pulzusszám összefüggései
Horváth Patrícia, Petridisz Leonidasz, Kispéter Zsófia, Kneffel Zsuzsanna, Sidó Zoltán, Pavlik Gábor: Női vízilabdázók kondicionális állapotának jellemzése
Mohácsi János, Petrekanits Máté, Zsidegh Petra, Ihász Ferenc, Mohácsi Ágnes, Tatár András, Prókai András: Gyermekek testzsirtartalma és aerob teljesítménye

16.00 - 16.15 Szünet
16.15 - 18.00

Üléselnökök: Pucsek József, Radák Zsolt
Szekciótitkár: Kocsis Csabáné

- Pucsek József, Dékány Miklós, Harbula Ildikó:** Sportgenomika, géndopping, és a humán rekombinációs erythropoietin (rHu EPO)
Radák Zsolt: Oxidatív stressz és mozgás: a prevenció oka?
Dékány Miklós, Harbula Ildikó, Györe István, Falus András, Pucsek József: A fizikai aktivitás genomikai vonatkozásai
Ékes Erzsébet, Györe István, Nemeskéri Veronika, Zakariás Géza, Dékány Miklós, Pucsek József: A fizikai terhelés hatása az immunrendszerre

Györe István, Nemeskéri Veronika, Ékes Erzsébet, Dékány Miklós, Pucskos József: Eredményesség és terhelés adaptáció

Pucskos József Márton, Györe István, Dékány Miklós: Az akut fizikai terhelés hatása a sav-bázis, a laktaciduria és a szteroid profil alakulására sportolóknál

Szakály Zsolt, Ihász Ferenc, Király Tibor: Testalkat, testösszetétel és az aerob teljesítmény-vizsgálatok tapasztalatai férfi főiskolai hallgatóknál

„D” szekció („C” épület Nagyelőadó) Kineziológia, edzéstudomány

14.00 - 16.00

Üléseelnökök: **Ángyán Lajos, Téczy Tamás**
Szekciótitkár: **Szoó Lászlóné**

Tihanyi József: Az in vivo izomnyújtás mechanikai és edzéselméleti kérdései

Gyurkó Zoltán, Karsai István, Farkas György: Az elrugaszkodás kinematikai elemzése

Harsányi László: Az alkalmazkodás a sportbeli felkészülésben
Kiss Gábor: A motoros képességfejlesztés hatása a mozgásos cselekvéstanulásra a női tornában

Rácz Levente, Tihanyi József: A térdfesztető izomcsoport hatásfoka különböző szintű nyújtási energiák esetében

Váczi Márk, Tihanyi József, Rácz Levente, Pucskos József: Egyhetes nyújtásos-rövidüléssel edzés hatása az izom mechanikai és biokémiai mutatóira

Vágó Béla: A kezdő rúdugrók mozgástanulási sajátosságainak biomechanikai elemzése

16.00 - 16.15 Szünet

16.15 - 18.00

Üléseelnökök: **Szabó S. András, Tihanyi József**
Szekciótitkár: **Szoó Lászlóné**

Ángyán Lajos: A mozgásérzékelés szerepe a mozgásszabályozásban és a mozgástanulásban

Sántics Béla: A magyar élvonalbeli úszók három makrociklusú felkészülési rendszerének alapelemei

Szabó S. András: A táplálkozásélettan oktatásának jelentősége a humánkineziológus képzésben

Tatár András, Zsidedh Miklós, Prókai András, Vajda Ildikó, Völgyi Eszter, Mészáros János: Sportoló és nem sportoló fiúk testi felépítése és fizikai teljesítménye

Téczy Tamás, Pálfi András, Csatóryné Tolnai Klára, Farkas György: Erőnlétmérések minősített sportolókon

Zsidedh Miklós, Tatár András, Mészáros János, Völgyi Eszter, Prókai András, Vajda Ildikó, Mohácsi János: Testösszetétel és motorikus teljesítmény. Nemzetközi összehasonlítás.

POSZTER SZEKCIÓ

„A” épület I. emeleti folyosó
(A poszter prezentáció időtartama 3 perc!)

18.00 - 18.30

Szekcióelnök: **Ozsváth Károly**
Társelnökök: **Bognár József, Lénárt Ágota, Rétsági Erzsébet, Szikora Katalin**
Szekciótitkár: **Bokor Judit**

Társadalomtudomány, nevelés, képzés

Bánhidi Miklós: Sportföldrajzi kutatások eredményei Magyarországon

Bartha Csaba, Hamar Pál: Testnevelés szakos végzős női hallgatók véleménye az iskolai labdarúgás tananyag tanításáról, tanulásáról

Bélaváry Zsolt, Rétsági Erzsébet: A testnevelés tanítás feltevérendszer Baranya megyében, a cigánytanulótöbbséggel rendelkező általános iskolákban

Benczik András: Igaz-e, hogy durvák a harcművészet (karatekák) kedvelői? Adatok egy téves elképzelés cáfolatához

Fügedi Balázs, Rigler Endre: Pályaalkalmasság, képzési alkalmasság testnevelő tanár képzésre jelentkezők körében

Fülöp Tibor: Saját nevelés vagy átigazolás? Csapatépítés a kerékpársportban

Gémesi Mónika, Pápai Júlia: Egyetemi és főiskolai hallgatók táplálkozásának néhány jellemzője

Hencsei Pál: Sportolóink szereplése az olimpiák holtversenyeiben

Kincses Kovács Éva: Sport és szociológia az ezredfordulón

Kiss Gábor: Az iskolai testnevelés színvonalának megítélése a Nemzeti Atlétikai Program versenyein nyújtott teljesítmények alapján

Élettan, edzéstudomány, kineziológia

Bicsérdy Gabriella: A női versenyzők teljesítményének változása az atlétika sportágban

Bretz Éva, Lénárt Ágota, Tihanyi József: Az egyensúlytartás fejleszthetőségének vizsgálata

Faludi Judit, Zsidedh Miklós, Farkas Anna, Petrekanits Máté, Mészáros János: A fizikai aktivitás hatásának longitudinális vizsgálata prepubertáskorú gyerekek testi felépítésére és állóképességi teljesítményére

Gaál Sándorné, Farnosi István: 5-10 éves óvodások és kisiskolások szomatikus fejlettsége és motorikus teljesítménye

Gyulai Gergely, Rácz Levente, Tihanyi József: A vibráció hatása a mechanikai teljesítményre és a hormon szekrécióra

Jósfay Lóránt, Szóts Gábor, Györe István, Martos Éva: Csontanyagcsere markerek laboratóriumi vizsgálata egészséges egyetemistákon

Juhász Imre, Tihanyi József, Györe István: A három hónapos kreatinmonohidrát bevitelének hatása a mechanikai teljesítményre

Kálbli Katalin, Rigler Endre: Azonosságok és különbségek a sportági profilokban - Röplabdázás és ülőröplabdázás

Nagy Edit, Tóth Kálmán, Kovács Gyula, Janositz Gábor, Fehérmé Kiss Anna, Horváth Gyöngyi: Az ironman triatlon hatása a testtartás kontrollra

Nemes Gábor: Edzésterhelések hatása a mérközésteljesítmények alakulására tenisz sportágban

Pszichológia, rekreáció, életmód

Acsai Irén, Majoross Kinga: Konfliktuskezelési stratégiák felmérése a TF hallgatóinak körében

Balogh János, Bánvölgyi Tamás, Kotormán Zsuzsa, Varga Judit, Wilhelm Márta: Pszichomotoros teljesítőképesség különböző sportágak élsportolójánál

Fodor Tamás, Nagykáldi Csaba: Egy Európa-bajnok birkózó személyiségének jellemzői az ezredfordulón

Gita Szilvia, Rigler Endre: A dobáspontosság rehabilitációs háttere

Hajduné László Zita: A közép- és hosszútávfutó atléták versenyszorongás és versenyteljesítmény vizsgálata

Honfi László, Vass Miklós: Tornászok mentális edzésének pedagógiai aspektusai

Kovács Tamás Attila: A "body-terror" hatása hallgatóinkra
Kriston Andrea: Sportos életmód és a medencei szervek védelme

Lénárt Ágota, Palotai Gyula: A magyarországi céllövő számszerijászat története 1993-tól napjainkig

Ökrös Csaba: Egyéniségek szerepe a kollektív teljesítmény kialakításában egy kézilabda csapat példáján

Önkormányzati szekció
(Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ,
Konferencia terem II. emelet)

Üléselelnökök: dr. Varga Zoltán Vas megyei sportigazgató és Pavelkovits László, Szombathely Megyei Jogú Város Sportbizottságának elnöke
Szekciótitkár: Koszovogits Mihály

1. Vas Megye sportjának bemutatása. Előadó: dr. Varga Zoltán Vas megyei sportigazgató
2. Megyei sportigazgatás, sportirányítás helyzete, szerepe és feladatai a sporttörvény tervezet tükrében. Korreferátum.
3. Szombathely Megyei Jogú Város sportjának bemutatása, a sporttámogatás rendszerének ismertetése. Előadó: Takács József, Szombathely Megyei Jogú Város Sportigazgatósága igazgatóhelyettese.
4. Megyei Jogú Városok sportirányításának helyzete, szerepe, feladatai az új sporttörvény tervezet tükrében. Előadó: Szerb György, Kaposvár Megyei Jogú Város sportvezetője.
5. Kisvárosok, települések sportirányításának, sportfeladatainak helyzete, szerepe, feladata az új sporttörvény tervezet tükrében. Előadó: Baranyai Sándor, Kőrmend város sportvezetője.

2003.október 18.

„B” szekció (Díszterem)
Nevelés, képzés

09.00 - 10.45

Üléselelnökök: Rigler Endre, Rétsági Erzsébet
Szekciótitkár: Némethné Tóth Orsolya

- Rétsági Erzsébet, Mayer Krisztina :** Miért sportolunk?
Barna Tibor: A médiának való megfelelés érdekében bekövetkezett értékváltozások a birkózásban
Katona György: Multimédiás oktatástechnikai eszközök sportpedagógiai minőségvizsgálata
Kovács Etele, Keresztesi Katalin, Kovács István: Edzőképzés a hazai felsőoktatásban, a képzés perspektívái
Leibinger Éva: Testnevelő tanári vélemények az általános iskolai testnevelés tantervi változásairól

10.45 - 11.00 Szünet

11.00 - 12.00

Üléselelnökök: Bognár József, Hamar Pál
Szekciótitkár: Némethné Tóth Orsolya

- Bognár József, Tóth László, Baumgartner Eszter :** Tágabb értelemben vett tanulás és testnevelés: Előtanulmány az általános iskola felől
Baumgartner Eszter, Bognár József: A tehetség fogalmának értelmezése: testnevelés szakos hallgatók álláspontja
Bús Imre: Versengés és kooperáció elsajátítása játékkal
Hamar Pál, Derzsy Béla: A magyar közoktatás testnevelési óraszámiai történeti és európai aspektusból

„C” szekció (Tanácsterem)
Élettan, antropometria, rehabilitáció

09.00 - 10.45

Üléselelnökök: Mohácsi János, Szabó Tamás
Szekciótitkár: Kocsis Csabáné

- Mészáros János, Zsidegh Miklós, Tatár András, Völgyi Eszter, Prókai András, Vajda Ildikó, Mohácsi János:** Testzsírtartalom és szomatikus fejlődés

Farmosi István, Gaál Sándorné: Normál testtömegű és túlsúlyos kisiskolások motorikus teljesítményének összehasonlító vizsgálata

Ihász Ferenc, Király Tibor, Völgyi Eszter: A testalkati jellemzők és az izomtömeg kapcsolata 9-10 éves fiúknál

Király Tibor: Testméreti és testösszetéti adatok összehasonlítása rendszeresen nem sportoló 9-10 éves győri gyermekeknél

Pápai Júlia: Különböző sportágakhoz tartozó fiúk testösszetétele a serdülőkorban

Tróznai Zsófia, Pápai Júlia: Sportoló lányok testtáji zsírmegoszlása

10.45 - 11.00 Szünet

11.00 - 12.00

Üléselelnökök: Apor Péter, Szóts Gábor
Szekciótitkár: Kocsis Csabáné

Apor Péter, Borka Péter: A belbetegek rehabilitációs mozgásprogramjai integratív megközelítésben

Lakatos Orsolya, Karsai István: Az úszóváll megelőzésének lehetőségei

Pécsi Andrea, Wilhelm Márta: Óvodások és kisiskolások alkati fejlődése

Szóts Gábor: A fizikai aktivitás szerepe a csontsűrűség kialakulásában

„E” szekció („C” épület Nagyelőadó)
Pszichológia, mentálhigiéné

09.00 - 10.45

Üléselelnökök: Lénárt Ágota, Nagykáldi Csaba
Szekciótitkár: Ekler Judit

Lénárt Ágota: A field számszerűsítés lövészet néhány pszichológiai jellemzője

Nagykáldi Csaba, Komondi Bálint: A távolság leküzdésének pszichológiai problémái

Balogh László: „Harapni!” - Az agresszió megjelenési formái a kézilabdázásban

Bognár Gábor, Nagykáldi Csaba: Az önbizalom és teljesítmény kapcsolata az öttusa sportban

Bucsy Gellértné: Sport és személyiségfejlődés. Soproni szociálpedagógus női hallgatók személyiségének alakulása a képzés ideje alatt

Gál László: A sport iránti érdeklődés és a sportágválasztás indítékai szombathelyi tanulók körében

Harasztiné Sárosi Ilona: A sportolók figyelemzavarai

Kovács Katalin: Kooperatív testnevelési játékprogramban résztvevő serdülő leányok énképének longitudinális vizsgálata

Piuhár Zsuzsanna, Keresztes Noémi, Pikó Bettina: „Ép testben ép lélek” - Középsiskolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében

Szatmári Zoltán: Végzős testnevelés szakos hallgatók konfliktusmegoldó képességének vizsgálata egy testnevelő tanári szerepjáték tükrében

„F” szekció („A” épület 25-ös terem)
Életmód, rekreáció

09.00 - 10.45

Üléselelnökök: Kovács Tamás Attila,
Szabó S. András
Szekciótitkár: Sára Gabriella

Jakabházy László: „Elixir-e a sport? (Prevenció – rekreáció – rehabilitáció)”

Kovács Tamás Attila: Civilizációs átkok - rekreációs válságok - irányzatok

Gáldi Gábor: A magyar lakosság szabadidős aktivitásának változásai 1963-93 között, az időmérleg-vizsgálatok tükrében

Bokor Judit: Sportturizmus a rekreáció szolgálatában
Simon József, Szabó S. András: Életvitel, táplálkozás, versenyképesség senior korú sportolóknál

10.45 - 11.00 Szünet

11.00 - 12.00

Üléselnökök: **Farkas Anna, Trényiné Rákóczi Zsuzsa**
Szekciótitkár: **Sárai Gabriella**

Farkas Anna: Táplálkozási szokások, életmód és testalkati jellemzők kosárlabdázó fiúknál

Mikulán Rita: Versenysportolók egészség magatartása

Trényiné Rákóczi Zsuzsa: Testedzés és intim életre nevelés

Úvacssek Martina: A kövérség és az életmód összefüggése középiskolás leányoknál

„G” (Angol nyelvű) szekció

(Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ,
Konferenciaterem II. emelet)

09.00 - 10.45

Üléselnökök: **Radák Zsolt,**

Földesiné Szabó Gyöngyi

Szekciótitkár: **Szegerné Dancs Henriette**

Bar-Or Oded: A Review of Canadian Research on Children's Responses to Exercise

Radák Zsolt: Can Exercise Slow Down the Aging Process?

Whyte Ian: Achievement Orientations of Elite Youth Performers in Scotland, UK

Soós István, Whyte Ian, Karsai István, Sántics Béla: Motivation Impacts on Hungarian and British Elite Swimmers

Mensing Eberhard: International Funsport in Europe and its Effect on School Physical Education Exemplified by Beach-Tennis

Gáldiné Gál Andrea: Physical Activity and Health Issues of Women in Hungary

Hédi Csaba: Contribution of the State and the Civil Sector to University Sports Culture in some Developed European Countries and in Hungary in the 1990's

Parthymos Nikolaos: Ergometrical Results of the Hungarian Olympic Athletes (Comparison-Differences)

Szegerné Dancs Henriette: Sport and Sustainable Development in Europe

POSZTER SZEKCIÓ

„A” épület I. emeleti folyosó
(A poszter prezentáció időtartama 3 perc!)

08.30 - 09.00

Szekcióelnök: **Rigler Endre**

Társelnökök: **Bognár József, Farkas Anna,**

Rétsági Erzsébet, Szabó S. András, Takács Ferenc

Szekciótitkár: **Bokor Judit**

Társadalomtudomány, nevelés, képzés

Lelovics Zsuzsa: A testtömeg és a motoros képességek kapcsolata az iskolai testnevelés tükrében

Lepes Jozsíp: A vajdasági diákolimpiák résztvevőinek későbbi sporttevékenysége

Lévai Péter: Az iskolai táncos mozgásművészet mérési és értékelési lehetőségei

Majoross Kinga: Korfball: egy ideális koedukált sportág

Mizerák Katalin: Mongólia sporttörténete és sportpolitikája az 1920-as évektől napjainkig

Németh Endre, Potyi Gábor: Óvodáskorú gyermekek motoros képességének fejlődése judo foglalkozások hatására

Pavlicsek Zsolt: A Magyarországon gyakorolt kung-fu harcművészetek pedagógiai hatásai

Pécsi Andrea, Wilhelm Márta: Óvodások motoros fejlődése a különböző nevelési célokat megfogalmazó óvodákban

Prisztóka Gyöngyvér, Kőninger Viktor, Vass Miklós, Papp Gábor: Gondolatok a testnevelés-órai kommunikáció sajátosságairól

Reigl Mariann, Szabó Béla, Gömbösné Csabay Annamária, Vékásné Dobos Zsuzsanna: A kétszintű testnevelés érettségi bemutatása

Szabó Krisztina, Újlaki János: Testnevelés szakos hallgatók táplálkozási és doppingolási szokásainak vizsgálata

Tóvári Ferenc, Prisztóka Gyöngyvér, Vass Miklós: Gyakorlati követelmények a testnevelő tanárképzésben - hallgatói szemmel

Varró Oszkár László: Hajós Alfréd "úszó utódai" Szegeden

Élettan, edzéstudomány, kineziológia

Németh Lajos, Jókay Zoltán, Rigler Endre: A Magyar Nemzeti Bajnokság teljesítmény elemzése röplabda sportágban

Németh Zsolt: Edzői vezetési stílusok vizsgálata az interakció tükrében az utánpótláskorú labdarúgó csapatoknál

Oláh Zsolt, Makszin Imre: 6-18 éves leány tanulók motoros képességeinek vizsgálata település nagyság szerinti megoszlásban

Prókai András, Völgyi Eszter, Tatár András, Zsidegh Miklós, Úvacssek Martina, Mészáros János: Relatív testszirtartalom és motoros teljesítmény

Rigler Endre, Bartha Csaba: Labdarúgók rúgáspontossága és rúgásbiztonsága távolságbecslésük alapján

Rostás Katalin, Sziva Ágnes, Petrekanits Máté, Szabó Tamás, Mészáros János: Légzésfunkciós mutatók összehasonlítása dohányos és nem dohányos középiskolás fiúknál

Rugási Endréné, Török Katalin, Molnár Dénes: A testösszetétel és a fizikai terhelhetőség alakulása rendszeres gyógyúszás során kövér gyermekeknél

Sándor Kinga, Barabás Anikó, Szilágyi Tibor, Sólyom László: A csipőprotézises betegek műtét előtti és utáni járásminta elemzése, rehabilitációja

Sziva Ágnes, Szabó Tamás: Különböző sportágak élvonalbeli fiatal sportolójának kardiorespiratórikus jellemzői

Szmodis Márta, Csapó Zsoltné: A táplálkozási szokások és a testszír összefüggése budapesti óvodáskorú gyermekeknél

Pszichológia, rekreáció, életmód

Rétsági Erzsébet, Wilhelm Márta, Demeter Andrea: Életmód vizsgálat testnevelés szakos hallgatók körében

Sáringemé Szilárd Zsuzsa, Rigler Endre: Vizsgálatok, fantáziatörténet mozgásos megjelenítésben az óvodás korban

Tihanyiné Hős Ágnes, Bíróné Nagy Edit: A rendszeres aerobikozás hatása az énképre középkorú nőknél

Tóth László: Általános én-hatékonyság és sporttevékenységre való készenlét vizsgálata 10-15 éves tanulóknál

Weisz Marianna, Nagykáldi Csaba: A judo és a küzdőképesség szerepe a rendőri munkában

12.30 A konferencia zárása

Science Service Advocacy

220 sport and sport science institutions co-operate worldwide to further

- the scientific understanding of movement and sport
- education for improved quality of life
- health for all
- physical activity and the positive values of sport

ICSSPE/CIEPSS

International Council of Sport Science and Physical Education

www.icsspe.org icsspe@icsspe.org



HIRDESSZEN A MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLÉBEN

A Magyar Sporttudományi Szemle a Magyar Sporttudományi Társaság évente négy alkalommal megjelenő sportszakmai és tudományos folyóirata. (Formátuma A/4, példányszáma 700.) Eljut valamennyi magyar egyetem és főiskola testnevelési tan-
székére, az összes (közel 100) országos sportági szakszövetség szakembereihez, az olimpiai felkészítést végző edzőkhöz, az olimpiai mozgalom szakértőihez, a megyei és megyei jogú városok sportszakigazgatási szervezeteihez, sporttudományi tár-
saságokhoz, szövetségekhez, intézetekhez, testnevelő tanárokhoz, sportorvosokhoz, az egyes sportági és sportszakmai fo-
lyóiratok szerkesztőségéhez. Ezért úgy véljük, kölcsönös előnyökkel járna, ha lapunkban hirdetne, reklámozna.

A HIRDETÉS, REKLÁMOZÁS FELTÉTELEI

- | | |
|---|--------------|
| 1. Hátsó, külső és első belső teljes borítólapon színes anyag egyszeri megjelenítése | 80.000,- Ft |
| 2. Hátsó, külső és belső, valamint első belső teljes borítólapon fekete-fehér anyag egyszeri megjelenítése | 50.000,- Ft |
| 3. A lap közepén befűzve: | |
| 4 oldalas színes anyag egyszeri megjelenítése | 120.000,- Ft |
| 4 oldalas fekete-fehér anyag elütő színű papíron | 80.000,- Ft |
| 4. Egyoldali fekete-fehér anyag, a lapban a műszaki szerkesztő által meghatározott helyen elhelyezve egyszeri megjelenéssel | 30.000,- Ft |
| 5. Egyoldali A/4-es méretű szórólap egyszeri elhelyezése, terjesztése a folyóirattal | 20.000,- Ft |
| 6. Az egy oldalnál kisebb terjedelmű hirdetések, reklámok költsége, terjedelmükkel arányos. | |
| 7. Folyamatos, legalább négy alkalomra történő lekötés esetén árainkból 20% engedményt adunk. | |
- Egyéb feltételek külön megállapodás szerint.

A fenti árak ÁFA-t nem tartalmaznak

A HIRDETÉSEK, REKLÁMANYAGOK KÉZIRATAI

A hirdetések szövegeit, grafikáit, fényképeit az igényelt hirdetési terület méretének és a lap tükrének megfelelő méretben és elhelyezéssel kérjük megküldeni a szerkesztőség címére:
Magyar Sporttudományi Szemle szerkesztősége, 1143 Budapest, Dózsa György út 1-3. Tel/fax: 471-4325
A megrendelések teljesítését követően számlát küldünk. Megkeresésüket várjuk és előre is köszönjük.
A szerkesztőség: Magyar Sporttudományi Társaság (MSTT), 1143 Budapest, Dózsa György út 1-3.
Számlasszám: 11705008-20450407. Tel/fax.: 471-4325, E-mail: nora.bendiner@helka.iif.hu

Hirdetés megrendelés: faxon, e-mailen vagy levélben

Előadás-kivonatok

KONFLIKTUSKEZELÉSI STRATÉGIÁK FELMÉRÉSE A TF HALLGATÓINK KÖRÉBEN

Acsai Irén – Majoross Kinga

*Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Pszichológia Tanszék, Budapest*

A sportszakember képzés egyik fontos kérdése, hogy a mindennapi munkában keletkező konfliktusokat (edző - sportoló, sportoló - sportoló, edző - szakvezető, stb. közöttiek) eredményesen, nyertes - nyertes pozícióban tudjuk megoldani. A veszteségmentes megoldási stratégia lehetőséget nyújt arra, hogy a sporttevékenység során amúgy is keletkező stresszhelyzeteket ne terheljük tovább a frusztráció, a harag, az agresszív indulatok megjelenésével. Mindennapi tapasztalat, hogy ha a konfliktushelyzetek mindenki számára eredményesen oldódnak meg, akkor ennek hatása a sporteredmények javulásában mérhető. A Thomas-Kilmann-féle „Konfliktuskezelő Kérdőív” segítségével évek óta végzünk felméréseket a nappali tagozatos kétszakos tanárképzésben (N=111), illetve a posztgraduális, levelező szakadózói szakra járó hallgatók (N=50) körében. Kontrollcsoportként a TF nappali, humán-kineziológia szakos (N=10), illetve a posztgraduális képzésben az egészségtan tanári szakos (N=29) hallgatóit mértük fel. Ezeket a csoportokat hasonlítottuk össze az öt lehetséges konfliktusmegoldási stratégia (versengő, probléma-megoldó, kompromisszum-kereső, elkerülő, alkalmazkodó) alapján. Különböző összehasonlításokat végeztünk férfiak - nők, sportoló - nem sportoló hallgatók, egyéni - csapat sportok, és testkontaktussal járó és nem járó sportágak között. Szignifikáns különbségeket találtunk az adatok összehasonlítása alapján, ezeket mutatjuk be a poszteren.

A MOZGÁSÉRZÉKELÉS SZEREPE A MOZGÁSSZABÁLYOZÁSBAN ÉS A MOZGÁSTANULÁSBAN

Ángyán Lajos

*Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvosi Kar, Mozgástani Intézet,
Pécs*

Háromféle receptor játszik szerepet a célirányos mozgások szabályozásában, mégpedig a szem és a vestibularis rendszer receptorai, valamint a bőrben és a mozgásszervekben lévő mozgásérzékelő receptorok. Minősített sportolókon, egyetemistákon és iskoláskorú gyermekeken végzett vizsgálatainkban a mozgásérzékelő receptorok szerepét vizsgáltuk célirányos mozgások kivitelezésében, valamint meghatározott nagyságú erő kifejtés tanulásában. Célirányos mozgásként kosárba dobást, futást és rajzolást végeztünk, erő kifejtésre pedig kézi erőmérőt használtunk. Eredményeink azt mutatják, hogy a mozgásérzékelő receptorok fontos szerepet játszanak a mozgáskoordinációban és a mozgástanulásban, de nem pótolják a vizuális információt a megtanult mozgásokban. Ezért a mozgástanulás folyamán figyelmet kell fordítani a mozgásérzékelés fejlesztésére is.

A BELBETEGEK REHABILITÁCIÓS MOZGÁSPROGRAMJAI INTEGRATÍV MEGKÖZELÍTÉSBN

Apor Péter – Borka Péter

Apor-Med Bt., Budapesti Svábhegyi Gyermekegyógyintézet

A „minden személynek ajánlott” mozgásprogramok teljesítésének képessége a rehabilitáció eredményességének egyik kritériuma. Az egyes belgyógyászati betegségekben azonban ettől eltérő intenzitású, tartamú, gyakoriságú és fajtájú mozgásfeladatok elvégzése segíti a gyógyulást, melyek hatékonyságát A vagy B evidenciaként fogadjuk el az orvosi szakma. A különbözőségek mellett sok a hasonlóság vagy azonosság, amelyek ismeretében gazdaságosabban szervezhetők a tréningprogramok. A szívbetegségekben, a krónikus obstruktív tüdőbetegségben, az I. és II. típusú cukorbetegségben, a hipertóniában, az obezitásban, az osteoporosisban, a pszichés rendellenességekben javasolt testmozgás azonosságairól és specialitásairól ad áttekintést az előadás annak érdekében, hogy minél felkészültebben lehessenek partnerei a gyógytestnevelő-gyógytornász-fitness-wellness-szakemberek az egészségügy részéről majdan megfogalmazandó ilyen igényeknek.

PSZICHOMOTOROS TELJESÍTŐKÉPESSÉG KÜLÖNBÖZŐ SPORTÁGAK ÉLSPORTOLÓINÁL

Balogh János – Bánvölgyi Tamás – Kotormán Zsuzsa – Varga Judit – Wilhelm Márta

Pécsi Tudományegyetem, TTK, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A magas szintű sportteljesítmény elengedhetetlen feltételei a genetikai alapokon nyugvó alkati és ezzel együtt a fizikális adottságokon ki-

vül az olyan tényezők, mint a monotóniatűrés, fáradástűrés, koncentrációképesség vagy éppen a reagáló-képesség, döntéshozás az adott szituációban. Vizsgálataink során célkitűzésünk az volt, hogy az úszók és kézilabdázók szomatotípusának megállapítása után a két különböző sportág képviselőinek mozgáskoordinációját és reakciógyorsaságát vizsgáljuk. Eredményeink a következők: szomatotípus szerint a prepubertás korú úszók (átlagéletkor 10,9 év) az ektomorfa irányába, a pubertás korú úszók (12,0 év) az endomorfa és a mezomorfa irányába tolódtak. A kézilabda-kapusoknál az irodalmi adatoktól eltérően ektomorfa szomatotípust állapítottunk meg. Reakcióidő méréseink során a választásos reakció-ideje a kézilabda-kapusoknál volt jobb. Az úszókna a különböző úszópopulációk terhelés utáni reakció-idejében különbségeket találtunk fény és hangingerre. EEG-vizsgálataink során megállapítottuk, hogy a jó válaszok adásával párhuzamosan megnőtt az a komponensok száma minden sportág képviselőinél. Tremor-vizsgálataink során a kéz remegését vizsgáltuk, melynek alapján a vizsgált sportoló stressztűrő képességére következtettünk. Mozgáskoordinációs vizsgálatainkban háromféle teszt alapján (botelkapási próba, falról visszapatató labda valamint kesztyűelkapási próba) a kézilabda-kapusok általában jobban teljesítettek, mint az úszók, az egyéni varianciák azonban igen nagyok voltak.

„HARAPNI” – AZ AGRÉSSZIÓ MEGJELENÉSI FORMÁI A KÉZILABDÁZÁSBAN

Balogh László

*ELTE Pedagógia-Pszichológia Kar, Testnevelés és Sportközpont,
Budapest*

Bizonyos sportágak eredményes üzése elképzelhetetlen megfelelő szintű agresszió nélkül. De vajon mi is az agresszió? A Bakos-féle Idegen Szavak és Kifejezések szótára szerint „1. biol. támadó, fenyegető viselkedés, az erőforrások birtoklásáért egy-egy faj egyedei között folyó vetélkedés 2. vmely ország leigázását célzó, ill. területi épsége elleni fegyveres támadás, belügyeibe való erőszakos beavatkozás”. A pszichológiában sokkal árnyaltabban jelenik meg e fogalom: szándékos, irányított károkozás (NAGYKÁLDI, 1998.). Megkülönböztetünk antiszociális és proszociális, instrumentális és indulati agressziót, sőt egy idekapcsolódó másik fogalmat is, az asszertivitást is (NAGY, 1994). Vajon a kézilabdázók és edzőik hogyan értékelik a sportágukat a különféle technikai és taktikai elemekhez szükséges agresszió tekintetében. Egyáltalán helyes-e a fogalom értelmezése és használata? Agresszív sportág-e a kézilabdázás a kézilabdázók és a nem kézilabdázók szerint? Ezekre a kérdésekre próbál választ adni ez a tanulmány.

SPORTFÖLDRAJZI KUTATÁSOK EREDMÉNYEI MAGYARORSZÁGON

Bánhidi Miklós

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskolai Kar, Győr

A sportföldrajz a testnevelés és sport-, valamint a földrajztudományok kapcsolódási felületén alakult tudományág, melynek képviselői az 1970-es évektől kezdték vizsgálataikat. Fő céljuk az volt, hogy a sportok kialakulását, fejlődését, változásait írják le terület és tér vonatkozásában. Magyarországon ez a tudományág csupán az 1990-es évek második felétől került a kutatók érdeklődési körébe. 1997-ben a Pécsi Tudományegyetem Földrajzi Intézetében több kutató (Tóth, Farkas, Herlicska, Bánhidi) közreműködésével egy kutatási programot indítottunk azzal a céllal, hogy jobban megismerjük a sportszférát és a különböző földrajzi környezeti tényezők közötti összefüggéseket. Szerettük volna, ha a nemzetközi kutatási tapasztalatok kapcsán regionális szinten is választ kapnánk a sajátos kérdéscsoportokra. A vizsgálatok természetesen folyamatban vannak, így poszterem csupán az eltelt időszakban végzett eddig már publikált és nem publikált vizsgálataink részeredményeit szeretném bemutatni:

- A sportföldrajz kutatások elméleti alapjai
- Sportkartográfiai alapok – különböző sportágak tematikus térképei bemutatása
- Sportlétesítmények, versenyhelyszínek sportföldrajzi jellemzései, különös tekintettel a kerékpár és a vízi sportokra.

CANADIAN RESEARCH ON CHILDREN'S RESPONSES TO EXERCISE. AN OVERVIEW

Bar-Or, Oded

Children's Exercise & Nutrition Centre, McMaster University, Canada

Unlike some countries, Canada does not have a “National” research program on the responses of children to exercise and sports, or on the

identification of young talent. Researchers in various universities perform studies that are of interest to themselves, or their Departments, but there is little coordinated scientific effort among them, especially regarding elite sports.

Studies on children's responses to exercise can be divided into those that focus on healthy populations and those that address health-related issues in children and youth with a chronic disease. Topics regarding healthy populations include: development of testing protocols (e.g., 20-meter shuttle run as an index of aerobic performance, and the Wingate test as an index of anaerobic performance), effect of training on muscle strength and bone metabolism, recovery following supramaximal exercise, the effect of age on the energy cost of walking and running, responses to hot and cold climates, and means of preventing exercise-related dehydration.

Topics that address health issues include: the relationships between physical activity/inactivity and juvenile obesity, physical activity patterns and anaerobic performance in children and youth with neuromuscular disabilities, prevention of exercise-induced hypoglycemia in type 1 diabetes mellitus, energy cost of locomotion in children with cerebral palsy, relationships between muscle performance and nutrition in children with cystic fibrosis, energy cost of walking in juvenile obesity, and mechanisms of exercise- and cold-induced asthma. This presentation will provide an overview of such studies. Examples will focus on physiological responses of healthy children to exercise, with some implication for the training of young athletes.

A MÉDIÁNAK VALÓ MEGFELELÉS ÉRDEKÉBEN BEKÖVETKEZETT ÉRTÉKVÁLTOZÁSOK A BÍRKÓZÁSBAN

Barna Tibor

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék, Budapest*

A sport újkori társadalmi funkciói változásának feltehetően egyik legjelentősebb állomása volt, amikor markánsan megjelent a sportban az üzlet és annak szelleme. A sport üzleti tényezővé válásával tömegfogyasztásra szánt látványosságá vált, a tömegkommunikáció bekebelezte a sportot oly mértékben, hogy ma már a sportszabályok tekintélyes hányadát is a média igényei szerint alakítják, így a birkózásét is. A média hatalma elvitathatatlan, sőt féltő, hogy ami a demokrácia csodálatos eszköze lehetett volna, lassan átalakul a szimbólikus elnyomás eszközévé. Az átgondolatlan szabályváltoztatásokért súlyos árat fizet a sportág, lényeges mutatói, a mérkőzésidőt kivéve, csökkenő tendenciát mutatnak a vizsgálatok tükrében.

TESTNEVELÉS SZAKOS VÉGZŐS NŐI HALLGATÓK VÉLEMÉNYE AZ ISKOLAI LABDARÚGÁS TANÍTÁSÁRÓL, TANULÁSÁRÓL

Bartha Csaba – Hamar Pál

*Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Torna
Tanszék, Budapest*

A labdarúgás nem csak Magyarországon, de az egész világon az egyik legnépszerűbb és a legtöbb játékost foglalkoztató sportág. Mozgásanyaga megtalálható a testnevelési tantervek mindegyikében. A sportág megítélése szélsőséges véleményeket rejt magában mind az élsportban, mind pedig az iskolai testnevelésben. Vannak tanárok, akik a tanulók motoros képességeinek fejlődése érdekében a labdarúgás tanítását, tanulását elengedhetetlenül fontosnak tartják, s vannak olyanok is - elsősorban női testnevelő tanárok - akik nem tekintik tanítandó mozgásformának. Előadásunk témája a testnevelés szakos végzős női hallgatók véleményének vizsgálata az iskolai labdarúgás tanításáról, tanulásáról. Célunk megvizsgálni, hogy miként vélekednek erről a sportjátékról. Ez azért is fontos, mert a praktizáló testnevelők jelentős százaléka nő. Így viszont, ha beigazolódik azon feltételezésünk, miszerint kevésbé preferálják a labdarúgás tanítását az iskolai testnevelésben, mint más labdajátékot, akkor sokáig várhatunk még legnépszerűbb sportágunk felemelkedésére. A vizsgálatban két egyetem (Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar), valamint öt tanárképző főiskola (ELTE, Szeged, Szombathely, Eger, Nyíregyháza) testnevelés szakos végzős női hallgatói vettek részt. Az adatfelvételhez 250 kérdőívet küldtünk ki, amelynek több, mint 70 %-át használható állapotban vissza is kaptuk. A vizsgálat során saját szerkesztésű kérdőívet használtunk. A kérdőíven 10-10 zárt és nyílt kérdés szerepelt.

A TEHETSÉG FOGALMÁNAK ÉRTELMEZÉSE: TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK ÁLLÁSPONTJA

Baumgartner Eszter – Bognár József

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelésemlelt és Pedagógia Tanszék, Budapest*

A tehetség kérdéskörével mind a hazai, mind a külföldi sporttudomány neves képviselői rengeteget foglalkoztak már (Nádori, Harsányi, Harold). Széles körű feldolgozottsága ellenére, a téma újszerű kérdé-

seinek és megközelítésének napvilágra kerülésével, a tehetség még napjainkban is kiemelt kérdéskörnek tűnik. A Pedagógiai Lexikon a tehetséget úgy határozza meg, hogy az „...egyén valamilyen tevékenységben vagy tevékenység-komplexumban az átlagosnál magasabb szintű teljesítményre képes... nemcsak szellemi képességeivel, de személyiségével és fizikai tulajdonságaival is kitűnik társai közül” (Báthory, Falus, 1997, p.518). A tehetséges sportoló mind egészségileg, pszichikailag, élektanilag, antropometriailag, motorikusan és szocializációs adottságai révén is kiemelkedik társai közül (Baumgartner, Bognár, Horváth, 2003). Előadásunkban a szakirodalom alapos ismeretétje után a testnevelés szakos hallgatók véleményére és tapasztalataira támaszkodva szeretnénk a tehetség fogalmát értelmezni. Kérdéseink között szerepel, hogy vajon az egyetemi és főiskolai hallgatók hogyan vélekednek a tehetség kérdéseiről, kit és miért tartanak tehetségesnek és milyen lehetőségei vannak ezeknek a tehetségeknek a későbbi a sportpályafutásban. A kérdőíves felmérést az ország több tanár- és tanítóképző intézményéből vett minta segítségével végeztük. A kérdőívet kitöltve hatvan-hatvan egyetemi, főiskolai, valamint tanítóképző testnevelés műveltségterületes hallgató küldte vissza, akik neműknek, tapasztalatuknak és koruknak megfelelően más-más véleménnyel és tapasztalatokkal rendelkeznek a tehetségről. A téma különösen érdekes és fontos napjainkban, mivel a Közkutatási Törvény módosítása átrendezi az egyetemen, tanárképző- és tanítóképző főiskolán végzett pedagógusok szerepeit. Ez értelemszerűen rövid és hosszútávú is éreztetni fogja hatását a tehetség kiválasztás- és gondozásában is, ennek eredménye lehet hamarosan a nemzetközi sportcsökkenése. Eredményeink igazolják feltevésünket, hogy a tehetség, mint alapvető pedagógiai kérdés, alapvetően más megközelítésből és értékekből áll a különböző intézetek képviselői részéről.

A TESTNEVELÉS TANÍTÁS FELTÉTELRENDSZERE BARANYA MEGYÉBEN, A CIGÁNYTANULÓ-TÖBBSÉGGEL RENDELKEZŐ ÁLTALÁNOS ISKOLÁKBAN

Bélaváry Zsolt – Rétsági Erzsébet

*Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet,
Pécs*

A testnevelés tanítás eredményessége több tényezőtől függ. Szükség van jó tantervekre, szakképzett testnevelő tanárookra és alapvető tárgyi-létesítményi feltételekre. A decentralizált oktatásirányítás elvileg lehetőséget biztosít arra, hogy az iskolák értékválasztásuk és sajátosságai figyelembevételével, jó és vonzó testnevelést célzó helyi tanterveket készítsenek. Azért csak elvileg, mert a tervezést - és a gyakorlati munkát is - alapvetően befolyásolja az iskolai testnevelés rendelkezésére álló személyi és tárgyi feltételrendszer. Vizsgálatunkban erre a kérdéskörre koncentrálnunk, a roma tanulói-többséggel rendelkező iskolákra vonatkozóan. A roma népesség körében végzett vizsgálatok időszerűsége vitathatatlan. Elég az európai uniós csatlakozás aktuális dokumentumaira hivatkozni, amely a legégetőbb problémák egyikeként tartja a cigány lakosság integrációjának elmaradását. A közoktatásban is számos ellentmondás és probléma terheli a cigány tanulók helyzetét. Véleményünk szerint a testnevelés egyike azoknak a tantárgyaknak, amelyben meg lehet oldani a cigány tanulók integrálását, hátrányaik csökkentését. Optimizmusra a tantárgy vonzó, mozgásos jellege ad okot, valamint az, hogy ez a tantárgyi műveltségterület nincs a többihez hasonlóan kiszolgáltatva a társadalmi különbségeknek. A vizsgálat kiterjed Baranya-megye valamennyi nagy létszámú roma tanulóval rendelkező iskolájára, ezért a vizsgálat az adott megyére vonatkozóan reprezentatívnak tekinthető. A vizsgálatok bizonyítják, hogy Magyarországon a gyerekek iskolai teljesítményei leginkább a szociális és kulturális háttértől függenek. Kutatásunkkal szeretnénk hozzájárulni ahhoz, hogy a cigány tanulók iskolai testnevelése leküzdje ezeket a meghatározottságokat.

IGAZ-E, HOGY DŰRVÁK A HARCMŰVÉSZET (KARATÉKÁK) KEDVELŐI? ADATOK EGY TÉVES ELKÉPZELÉS CÁFOLATÁHOZ

Benczik András

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék, Budapest*

Vizsgálatomban kezdő, középfeladói és magas szintű shotokan karatésok, valamint egy kontroll csoport személyiségdimenzióit mértem fel, mint az agresszió (Bus-Durkee kérdőív) a megküzdési stratégiák (Oláh-féle kérdőív), a szociális hatékonyság és emocionális kontroll (CPI kérdőív) végül a küzdőképesség (asszertivitás kérdőív, Nagykál-di). A hipotézisemnek megfelelő eredményeket kaptam, mert megállapítható volt, hogy az agresszió független a sporttól általában és független az asszertivitástól is. A szociális hatékonyság és az emocionális kontroll skáláin, mint a dominancia, státusképesség, énerő, szorongás a harcművészek sportéletkorának előrehaladásával kedvező irányba változnak. Mivel az asszertivitás szignifikáns növekedést mutat és több mutatóval korrelál (dominancia, énerő), közelebb kerülhetünk ennek a

fogalomnak pontosabb definiálásához. A vizsgált megküzdési stratégiákkal kapcsolatban hipotézisem nem igazolódott, mivel a sportoló és nem sportoló csoport között nem volt szignifikáns eltérés. Úgy tűnik. A sportban specifikus megküzdési stratégiákkal kell számolni.

A NŐI VERSENYZŐK TELJESÍTMÉNYÉNEK VÁLTOZÁSA AZ ATLÉTIKA SPORTÁGBAN

Bicsérdy Gabriella – Rigler Endre
*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
 Sportjáték Tanszék, Budapest*

A XIX. század arról is híres, hogy a nők a társadalom egyre több területén, így a sportban bizonyítani akarták, s bizonyították rátermettségüket, alkalmasságukat. A sportszocializáció folyamatában a nők tradicionális szerepköreit fokozatosan felváltotta az aktivitás szorgalmazása, s így a sporttevékenységük fokozatos elterjedése. Az évtizedek alatt a női sportágak és versenyszámok bővültek, s ma már azt mondhatjuk, hogy néhány kivétellel ugyan, de a nők is felvették a harcot azokban a sportágakban, melyekben néhány évtizeddel ezelőtt még csak a férfiak küzdöttek meg. Az eredmények javulásához meghatározó módon hozzájárul a felkészítés módszereinek tökéletesedése, valamint a tömegesítésből származó jobb kiválasztódás. Az atlétika a mai napig az egyik legelterjedtebb sportág a világon. Az olimpiákon résztvevő sportolók nagy százalékát az atléták teszik ki. Az atlétikai mozgások harmonikusan fejlesztik az emberi szervezetet. A teljesítmény objektíven mérhető. Nem véletlen tehát, hogy a fejlődő sporttudományi kutatások egyre érdekeltebb területe. Előadásunkban (poszterünkben) az atlétika sportág különböző versenyszámaiban elért teljesítmények tendenciáit szeretnénk vázolni, melynek hátterében az erő, a gyorsaság és az állóképesség szerepének fontossága ismerhető fel. Az adatgyűjtéshez az eredményeket a nők olimpiákon elért teljesítményének elemzése szolgáltatta. Mivel a férfiakkal való összevetés révén a nemek közötti különbség fennállása még jobban hangsúlyozható, így a mindkét nem által képviselt valamennyi versenyszámot figyelembe vettük. Az egyes kategóriákat a rövid-, közép- és hosszú távú futó számok, a váltó versenyek, a gátfutó számok, az ugró számok és a dobó számok alkotják. Az eredmények alakulását (fejlődését) %-os formában is kifejeztük. Néhány számunkra is érdekes eredményt szívesen megosztunk az érdeklődő hallgatósággal.

SIKERES MAGYAR EDZŐNŐK PÁLYAVÁLASZTÁSÁNAK ÉS PÁLYÁN MARADÁSÁNAK VIZSGÁLATA

Bodnár Ilona
*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
 Könyvtár, Budapest*

A magyar nők a sport világába egy passzív szereppel, nézőként léptek be. A XIX. század végén váltak a sport aktív résztvevőivé, akkor kezdtek el ún. férfias versenysportokat űzni: ez volt az első határátlépésük. Az edzőnők pályaválasztásának és a pályán maradásának elemzése azért érdekes, mert indíttatásként magában foglalja a sportolói múltat, ugyanakkor egy újabb határátlépést is jelent, egy addig férfiak által űzött foglalkozást választanak élethivatásul. A szerző ennek a határátlépésnek a körülményeit, az „old boys” network”-kel szembeni viselkedésmintáik feltárását tűzte ki célul. Mivel e problémák mögött döntően motivációk, attitűdök húzódnak meg, ezért kvalitatív kutatási módszert választott a szerző: narratív életinterjúk és önéletrajzi regények elemzését végezte el. Az elemzés eredményei a következőképpen foglalhatók össze. A pályaválasztás mögött nincs tudatos pályorientáció. Kulcsszó a bizalom, amin az edzőként való működés lehetőségének felajánlása nyugszik. Az első generáció életében elsődleges a politikai bizalom: származásuk miatt az 1945 utáni politikai rendszer idegen, nemkívánatos elemnek nyilvánította családjaikat, de sportsikereik miatt a politika eltekint a társadalom „peremére való száműzésüktől”. A sport, az edzői pálya csatlakozási, kapcsolódási lehetőség a társadalomhoz. A második generáció esetében sportegyesületi bizalomról beszélhetünk. Viszonylag hosszú sportolói pályafutásuk egy egyesülethez kötődik, ahol kiérdemlik a bizalmat: tudatos, támogató előkészítés nélkül kapnak lehetőséget az egyesület utánpótlásának edzésére. Az elemzésből az alábbi következtetések vonhatók le. A sport átalakulása miatt a jelenleg aktív edzőnők pályaválasztási modellje nehezen megvalósítható az új generációk számára, mert egyik kulcs eleme az idő, a hosszú aktív sportolói és egyesületi periódus, ami egyre kevésbé jellemzi a sport világot. Az edzőnők számának növeléséhez szükség van egy új szerep- és pályaválasztási modell kidolgozására, amely csak akkor lehet sikeres, ha a sportvezetés, a sportpolitika tudatos, szisztematikus támogatása van mögötte.

AZ ÖNBIZALOM ÉS TELJESÍTMÉNY KAPCSOLATA AZ ÖTTUSA SPORTBAN

Bognár Gábor – Nagykálai Csaba
*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
 Küzdősportok Tanszék, Budapest*

Az önbizalom a sportoló belső meggyőződése a győzelembe vetett hite. Kritikus helyzetekben különösen fontos szerepe van, ugyanis az önbizalom segíti át az akadályokon és a várt helyezések elérésében. Munkánk során megvizsgáltuk, hogy az önbizalom és az egyes versenyszámokban nyújtott teljesítmények milyen kapcsolatban állnak egymással? Feltételezzük, hogy a nagyobb kockázatot követelő feladatoknál szorosabb ez a kapcsolat. Az önbizalom verseny előtti szintjét Robin, S. Vealey (1986) adaptált teszttel mértük. A 13 tétel, Likert-skálákat tartalmazó teszttel a kitöltő öttusázó értékeli önbizalmát az általa legmagabiztosabb versenyzőhöz viszonyítottan. A számított pontértékeket a tényleges lövész, vívó, úszó, lovagló és futó teljesítményekkel kapcsoljuk és korrelációkat számolunk. A felmérést a 2003. évi Országos Felnőtt Öttusa Bajnokságon végeztük. Végül összehasonlításokat tettünk nők és férfiak között is.

TÁGABB ÉRTELMEBEN VETT TANULÁS ÉS TESTNEVELÉS: ELŐTANULMÁNY AZ ÁLTALÁNOS ISKOLA FELŐL

Bognár József – Tóth László* – Baumgartner Eszter
*Semmelweis Egyetem, Testnevelés és Sporttudományi Kar,
 Testneveléstudomány és Pedagógia Tanszék, *Pszichológia Tanszék,
 Budapest*

Tág szakirodalmi információra építve, jelen tanulmányunkban először röviden a pedagógia és a pszichológia tanulásméleleteiből szeretnénk meríteni, és ennek segítségével megvizsgálni a témában az általános iskolai testnevelés egy kisebb területét. A testnevelés órán, mint minden más órán, a cél a teljes személyiség fejlesztése. Tehát nem csak szűken értelmezve a pszichomotoros szférához kapcsolódó képességekről és a cselekvések motoros végrehajtásáról beszélünk, hanem ennél sokkal többről. Az értelmi, érzelmi, szociális és kinezetikus tanulás együttes eredményeképp fejlődhet csak a mozgásos cselekvés, és ezek együttes jelenléte vezethet a mozgás tökéletesítéséhez. Előadásunkban először a testneveléshez kapcsolódóan a legjellemzőbb tevékenységformát, a motoros tanulás jellemzőit foglaljuk össze, majd rátérünk a testnevelés órán számításba vehető egyéb tanulási fajtákra. Tesszük mindezt empirikus előtanulmányunkra építve, ahol is 110 tizenhárom és tizennygy éves diákok mértékünk meg tapasztalataikról és véleményükről a tanulás témakörében. Célunk az volt, hogy a tanulást általános értelemben és a testnevelés órán is értelmezzék, célját és módszereit meghatározzák, véleményüket és tapasztalataikat tágabb értelemben is elmondhassák. Eredményünkkel igazolni szándékozunk a szakirodalmi útmutatókat, hogy a testnevelés tantárgy helyzete társadalmunkban korántsem képvisel olyan pozíciót, amit megérdemelne. Azért, hogy ez a szerep tényleg kiemelkedő legyen mindenki számára, érdemes megbizonyosodnunk, hogy a társadalom érti a mindennapos tevékenységünk lényegét és összetettségét. A testnevelők sokat tehetnek azért, hogy a testnevelés társadalmi megítélésén pozitívan változtassanak. Egyik lehetőség erre, hogy kinyilatkoztassuk és megerősítjük a tanulás komplex felfogását testnevelés óráinkon. Sokan csak azt látják, hogy a tanulók futnak, ugranak és játszanak heti kétszer, vagy háromszor. Ha azonban tervezésünk során aktív és állandó kapcsolatot érzékeltetünk a tanulók osztályteremben folyó tevékenységeivel, és ezt együttesen állítjuk az mozgásgazdag és egészséges életmód kialakításának érdekében, talán megváltozik a megítélésünk és szakmánk elfogadottsága is.

SPORTTURIZMUS A REKREÁCIÓ SZOLGÁLATÁBAN

Bokor Judit
Berzsenyi Dániel Főiskola, Sportági Tanszék, Szombathely

Az egészségnek ma már hazánkban is egyre nagyobb értéke van, és mind többen vesznek részt fittségi edzésben akár a divatot követve, akár egészség tudatos életmódváltás következtében. Hogyan őrizhetjük meg egészségünket? Az újfajta megközelítés szerint ebben nagy szerepe van a társadalmi berendezkedésnek és a társadalom működésének ugyanúgy, mint az egyéneknek. Az „egészséges” társadalmi berendezkedésű kormányzat egészségcentrikus intézkedései mellett az egyén az ún. „kockázati tényezők” kiszűrésével tehet sokat önmaga egészségéért. Ezek egyike a testmozgás, a fizikai aktivitás, a sport. Ez az újfajta ún. egészségfejlesztő szemlélet multidiszciplináris, sokféle tudományág testet-lelket gondozó, ápoló, fejlesztő ismereteit tartalmazza. A sporttudomány a rekreáció eszközeivel járul hozzá a lakosság egészségügyi állapotának jó szinten tartásához, a civilizációs ártalmak kivédéséhez. Az ún. sportrekreáció helyszíne többnyire az állandó lakóhely, de párosulhat utazással is, amikor a turisztikai célú utazás motivációja elsősorban vagy részben a sport. A turizmus keretében végzett

sporttevékenységek hívják életre a sportturizmust, amely aktív és passzív formájában is része lehet a rekreálódó ember szabadidős tevékenységének. A sportturizmus keretében végzett sporttevékenységek rekreációs hatásait megsokszorozza a természeti környezet elsősorban esztétikai-vizuális szerepével, de a domborzati tényezők kihasználásával a rekreálódás folyamán minőségibb eredmény érhető el. A sportturizmus hatásai sokfélék. Egészségfejlesztő, jövedelemteremtő, munkahelyteremtő, területfejlesztő lehetőségeket hordoz magában. Ezekre a kihívásokra a mai kor sportemberének már választ kell adnia. Az én tudományos vizsgálódásaimnak a középpontjában is az áll, hogy a sportturizmus hogy tud megfelelni ezeknek a kihívásoknak. Előadásomban a sportturizmus egészséget érintő, rekreációs hatásait elemzem a rekreációs terek és aktivitások tükrében.

A NEMZETI IDENTITÁS ÉS A SPORT. EGY NEMZETI SPORTVERSENYSOROZAT ELINDÍTÁSÁNAK LEHETŐSÉGE

Bordán Csaba

ELTE Pedagógia-Pszichológia Kar, Testnevelés és Sportközpont, Budapest

Előadásom egy hosszú tanulmány első kis lépése. A készülő dolgozat a nemzeti identitás és a sport kapcsolatával foglalkozik, mely jó elméleti alapot teremthet egy olyan versenysorozat létrehozásához, mely hazánkban egyedülálló. Hangsúlyoznunk kell, hogy csak hazánkban, mert külföldön számos példa van olyan versenyekre, amelyeket nemzeti vagy vallási alapon hoztak létre (Pán-Hellén, Pán-Arab, Maccabi játékok). Vajon Magyarországon miért nem rendeztek még ehhez hasonló versenyt? Természetesen ez egy költői kérdés, bár a választ erre is meg kellene adni, sokkal fontosabb lenne cselekedni. Egy ilyen verseny létjogosultsága jelentős, ugyanis a határainkon túl több millió magyar él. Az Európai Unió rendkívül fontosnak tartja a tagállamai nemzeti identitásának megőrzését és annak ápolását. Célom az, hogy a sport segítségével járuljak hozzá ehhez a nemese feladathoz. Első lépésben általános és középiskolai testnevelő tanárok körében készítek felmérést arról, mit gondolnak az identitás-tudatra nevelésről, és hol tartják ezt helyesnek. A kérdőív kiértékelésével szeretnék választ kapni arra, hogy a testnevelők mennyire tartják fontosnak a nemzeti identitásra nevelést az iskolában, illetve mit gondolnak egy olyan versenysorozatról, ahol csak magyar gyerekek vennének részt a világ minden részéről. A későbbiekben ugyancsak kérdőíves felméréssel, ugyanazon iskolák tanulóinak szüleinek, edzőikkel, sportvezetőkkel és lehetséges támogatókkal szeretnék felmérést végezni a versenysorozattal kapcsolatban. Bízom benne, hogy akkora már nem leszek egyedül a terveimmel, és létrehozhatjuk a Hungarolimpiát®.

EGYETEMISTÁK ÉLETMÓDJA ÉS A MÉDIA-TERROR

Bősze Júlia

ELTE Pedagógia-Pszichológia Kar, Testnevelés és Sportközpont, Budapest

Az utóbbi évtizedben a média egyre erőszakosabban kommunikál egy új szépségideál, egy „high-tech”, csont-sovány (ám magas) nőt, amit az egészség, egészséges életmód támadhatatlan köntösébe csomagol. Való igaz, hogy a fejlett világ egyre nagyobb problémájává válik a túlsúly, de a női- és életmód magazinok jellemzően kiknek szólnak? A civilizációs ártalmak következtében kicsit vagy nagyon megnövekedett testtömeeggel rendelkező hölgyeknek, akik mindennapi életük minőségét kívánják javítani egy, a további életútjukat végigkísérő mozgás- vagy táplálkozási programmal, vagy jellemzőbben mindazoknak, akiket elégedetlenné tudott tenni a média terrorja? Bújtattott, az egészség jegyében nem csak a többlet súllyal rendelkezőket, hanem a még soványabbakat is szeretnék az álomhatár felé soványítani, így az általuk mutatott modell a valóban egészséges arányokat megtartó táplálkozással nem lehetséges. A kimondva, vagy kimondatlanul is vágyott modell és a valóság közötti különbség a leggyakrabban belső elégedetlenséget szül. A médiából áradó gyakori ellentmondások és félígazságok között nehéz eligazodni. A testkultúra jövőbeli szakemberei hogyan tudnak elboldogulni ezen a területen? Dolgozatunkban azonban nem csak a közvetített testsúly ideál kerül megfigyelés alá, hanem az életmód számtalan eleme, mely területeken a média gyakran frusztráló trendeket diktál, ám a legtöbb divatos „szokás” - ha az egészség totális értelmezését tartjuk szem előtt - gyakran nem mondhatóak az egyén szempontjából egészségesnek. A posztmodern, túlfogyasztó, egyre jellemzőbben ülő életmódot folytató embernek mindinkább élet-halál kérdéssé váló feladata a tudatos életvitel (életmód), azon belül is a test-kontrol kiemelt szerepet kap. Adódott a kérdés, vajon a média-terror mennyire érhető tetten hallgatónőink testméreteiben, illetve mennyire jelenik meg életmódjukban. Ez utóbbit, a táplálkozási és pihenési szokásaikat, valamint a fizikai aktivitásukat kérdőívvel derítettük föl. Előadásunkban a kapott eredményeket ismertetjük.

AZ EGYENSÚLYTARTÁS FEJLESZTHETŐSÉGÉNEK VIZSGÁLATA (ESETTANULMÁNY)

Bretz Éva^{*} – Lénárt Ágota^{**} – Tihanyi József^{*}

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar
*Biomechanikai Tanszék, **Pszichológiai Tanszék, Budapest*

A poszturális szabályozó rendszer számára kihívást jelent az instabil alátámasztás, melyhez az feltehetőleg alkalmazkodni is képes. A stabilometria modern módszerei lehetővé teszik az egyensúlytartás sokoldalú és kifinomult vizsgálatát. A két módszert kombinálva elvileg lehetséges az egyensúlytartás fejleszthetőségének vizsgálata, a fejlődés mértékének és dinamikájának követése. Az egyensúlyozó képesség fejleszthetőségének felmérése céljából egy felnőtt alany (számszeri-jász) a következő programot hajtotta végre: fejlesztő gyakorlatként 7 héten keresztül naponta 10 percig instabil eszközön egyensúlyozott (gömböcsüvegre erősített körlap), emellett rendszeres időközönként részletes stabilometriai vizsgálatot végeztünk. A vizsgálat során az alany az alábbi próbákat hajtotta végre: (1) Romberg-teszt nyitott és csukott szemmel, (2) Romberg-teszt egyensúlyozó eszközön, nyitott szemmel, (3) bal illetve jobb lábon állás, nyitott szemmel, (4) súlypontáthelyezési tesztek vizuális feedback mellett egyensúlyozó eszközön (testlengés akaratlagos csökkentése, súlypont áthelyezése előre meghatározott pontokba illetve adott területen belül), (5) súlypontáthelyezés frontális, szagittális és átlós irányban, vizuális feedback mellett. Az 1-3. esetben a spontán testlengés mértékét, a 4-5. esetben az akaratlagos súlypontáthelyezés sebességét, pontosságát és hatékonyságát értékeltük. A testlengés mértékét jellemző 25 paraméter értéke $32,5 \pm 18,1\%$ -os csökkenést mutatott. A súlypontáthelyezés 16 paramétere esetében $45,5 \pm 19,8\%$ -os javulást tapasztaltunk. Alanyunk elmondása szerint a fejlődés a stabilabb beállásban és az oldalirányú célzóihozba jelentős csökkenésben is megnyilvánul. Eredményeink alapján elmondható, hogy az egyensúlyozó képesség az általunk alkalmazott egyensúlytréning hatására jelentős mértékben javult, és e javulás a stabilometria segítségével kvantitatívan követhető. Munkánk előtanulmánynak tekinthető, az egyensúlyfejlesztés edzésmodszereként való alkalmazhatóságának bizonyítására egy nagyobb elemszámú mintán végzendő követéses vizsgálatot tervezünk.

SPORT ÉS SZEMÉLYISÉGFEJLŐDÉS SOPRONI SZOCIÁLPEDAGÓGUS NŐI HALLGATÓK SZEMÉLYISÉGÉNEK ALAKULÁSA A KÉPZÉS IDEJE ALATT

Bucsy Gellértné

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Benedek Elek Pedagógiai Főiskolai Kar, Sopron

Az előadás az 1998/1999-es tanévben megkezdett és a 2002/2003-as tanévben lezáró sportpedagógiai kutatás részeredményeit tárja az olvasó elé. A Nyugat-Magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Főiskolai Kar Testnevelés Tanszékének oktatói a hazai felsőoktatási intézmények között egyedülálló módon az egészségkultúra-tesztkultúra területén speciális tantervet dolgoztak szociálpedagógus hallgatók képzésére. A nevelési-oktatási program célkitűzése az volt, hogy a hallgatók a főiskolai tanulmányaik során elsajátított ismereteket, készségeket, attitűdök, jellemvonások és fejlesztett képességek segítségével - végzett pedagógusként - helyes magatartásmintákat közvetítsenek környezetük felé. A fizikailag aktív életvitel kialakítása központi helyet kapott a nevelési koncepcióban. A képzés hatékonyságát keresztmetszeti és longitudinális vizsgálattal követtük, mely kiterjedt a hallgatók egészség-kulturális magatartásának, sportmotivációjának, fizikai teljesítőképességének és személyiségének vizsgálatára. Utóbbi eredményeinek bemutatására kerül sor az előadásban. A személyiségvizsgálatban soproni nappali tagozatos női hallgatók vettek részt. A keresztmetszeti vizsgálat mintáját 82 végzős diák adta, akiknek eredményeit összehasonlítottuk a nyiregyházi tanár szakos pedagógusjelöltek (44 fő) és a magyar női minta (414 fő) adataival. A kutatás módszere az Eysenck-féle (EPQ) személyiségteszt volt. A longitudinális vizsgálat 31 fő soproni hallgatóra terjedt ki. Az adatok felvétele a pszichológiai alkalmassági vizsgán a CPI, az utolsó tanulmányi félévben az Eysenck-féle eljáráshoz szerkesztett kérdőívvel történt. A személyiségvizsgálatnál feltételeztük, hogy a képzés során módosulnak a szociálpedagógus hallgatók bizonyos személyiségvonásai, erősödnek a segítőpedagógus-pályán szükséges jellemzők. A kapott - az előadásban bemutatott - eredmények lehetőséget adtak hipotézisünk igazolására.

A MAGYARORSZÁGI SPORTEGYESÜLETEK HELYZETE 2003-BAN

Bukta Zsuzsanna

Semmelweis Egyetem, Testnevelés és Sporttudományi Kar, Budapest

Sokszor hangzik el az a kétségtelenül helytálló megállapítás, hogy a sporttevékenység az egyesületekben zajlik, ezek a szervezetek adnak szakmai háttérrel a sportolóknak, edzőknek, ezért az ő létük, fennma-

radásuk, fejlődésük a záloga a magyar sport fennmaradásának. A közvélemény a sportklub szó hallatán leginkább azokra a nagy és legendás egyesületekre gondol, amelyek a magyar élsport sikereinek kovácsai, a legsikeresebb sportolók műhelyei. Ezek száma 20-30-ra tehető, szemben a statisztikai adatokban szereplő 3000-3500 sportegyesülettel, melyek működéséről, tevékenységéről, forrásairól viszonylag kevés adat áll rendelkezésre. A magas szintű versenysporttal foglalkozó egyesületek mellett nagy szükség van azokra az egyesületekre, amelyek otthont adnak az alacsonyabb szinten, gyakran csak hobbiként sportolóknak, a szabadidősportot szervezik, egy-egy sportágat próbálnak szélesebb körben népszerűsíteni. A kérdőívvel és mélyinterjúkkal végzett kutatás rávilágít arra, hogy pontosan milyen tevékenységet végeznek ezek az egyesületek, milyen forrásaik vannak, kik dolgoznak bennük és milyen a kapcsolatuk a kormányzati szervekkel. Az előadás be kíván számolni a kutatás legfontosabb tanulságairól.

VERSENGÉS ÉS KOOPERÁCIÓ ELSAJÁTÍTÁSA JÁTÉKKAL

Bús Imre

Pécsi Tudományegyetem, Illyés Gyula Főiskolai Kar, Szekszárd

Versengés és kooperáció az élővilág alapvető működési formái. Egyedek és csoportok versengenek a különböző erőforrásokért, érvényesülésért, de szükség esetén kooperálnak is. Ez jellemző az alacsonyabb és a magasabb rendű élőlényekre is. Az embernél azonban sokkal bonyolultabb a helyzet az emberi társadalom összetettsége miatt. Az emberiség történetében olykor a közösségi összefogás, máskor az egyéni és a csoportos versengés kerül előtérbe, válik értékesebb magatartási formává. Pedig az egyének hamar rájönnek arra, hogy van, amikor a versengő, van, amikor az együttműködő magatartás a célravezető. A versengés több formában van jelen az iskolában. Az egyének közötti versenyekre nagyon alkalmasak a szabályjátékok. Lényeges, hogy a versengés milyen körülmények, milyen szabályok adta meg végbe. Nemcsak a „Fair Play” miatt, hanem a szabályok adott kereteken belüli versenyzés megtanulása miatt. A szabályok elfogadása ugyanis már átvezet az együttműködéshez. A versengés mellett kooperálnak is a gyermekek az iskolában. Ez szükséges a tanulásban a jobb elsajátítás miatt és a nevelésben a közösség kialakításához. A jó osztályközösséghez, az osztály, az iskola működéséhez megfelelő segítség lehet a szabályalkotó osztálygyűlés, az igazlító nap és más közösségalkotó kooperatív játék. Itt is lényeges a pedagógusok felkészültsége és a tudatos pedagógiai munka. Vannak olyan tevékenységek is, amelyekben a versengés és a kooperáció egyaránt jelen van. Ezekben a versengő és az együttműködő magatartás elsajátításán kívül azt is megtanulják a gyermekek, hogy mikor versengjenek és mikor kooperálnak. A játék erre is lehetőséget ad. A csapatjátékokban ugyanis együttműködnek a tagok, ugyanakkor versenyeznek a többi csapat ellen. Tehát az ember életében fontos versengő és együttműködő magatartást a gyermekeknek el kell sajátítani, hogy az életben jobban boldoguljanak. Ezt segíthetik a pedagógusok játék alkalmazásával.

A FIZIKA AKTIVITÁS GENOMIKAI VONATKOZÁSAI

Dékány Miklós – Harbula Ildikó – Györe István – Falus András* – Pucsok József

*Országos Sportegészségügyi Intézet, Kutató Osztály, Budapest
Semmelweis Egyetem, Genetikai, Sejt- és Immunbiológiai Intézet, Budapest

A Humán genom program elindulásával kezdődtek el azok a típusú vizsgálatok, melyek a fizikai teljesítőképességgel összefüggő genetikai jellemzők azonosításával foglalkoznak. Mindezek során a nemzetközi szakirodalomban napjainkig összesen 71 autoszomális és 2 X kromoszómához kötődő lókuszt azonosítottak. A teljesítőképességért felelős gének azonosításának ugrásszerű növekedését mutatja, hogy egy évvel korábbi adatok szerint mindössze 29 lókuszt neveztek meg. Saját vizsgálatainkban 40 sportoló (evezős, triatlonos, mountain-bike-os, tornász) teljesítmény-élettani adatait és ACE genotípusát hasonlítottuk össze 26 jól edzett kontroll személyvel. Sportág szerint, a teljesítőképességet jól jellemző VO₂max értékében, illetve a vértejsav szint terhelésre bekövetkező fokozódásában nem találtunk különbséget az eltérő genotípusú rendelkező személyek között. A terhelés légzési anyagcseréjének intenzitását jelző VE/MV_{kell} értéke szignifikáns különbséget mutatott ($p < 0,04$) az alléllelfordulással összefüggően (VE/MV_{kell} < 1 esetén 0,30; 0,70, míg VE/MV_{kell} = 1 esetén 0,54; 0,46 volt az I és a D allél előfordulási gyakorisága). Az inzulin és glukóz metabolizmussal kapcsolatban a α -3-adrenerg receptor (ADRB3) Arg64Trp mutációját vizsgálva találtuk összefüggést az éhomi glukóz és a glikozilált hemoglobin szint között edzésprogram és alacsony kalóriabevitel együttes hatására. A vér lipid és lipoprotein fenotípussal kapcsolatban az apolipoprotein E (APO E) genotípusát vizsgáltuk. A fizikai aktivitás és az APO E genotípus között interakció volt kimutatható a HDL koleszterin szinttel összefüggésben. Az APO E2 hordozó

inaktív férfiaknak volt a legmagasabb a HDL szintjük, a többi genotípusúakhoz képest. A fizikailag aktív férfiak körében az E4 alléllal rendelkezőknek a legnagyobb, az E3 homozigótáknak közepes és az E2 hordozóknak volt a legalacsonyabb a HDL koleszterin szintjük. Ez emberi teljesítőképességért felelős géntérkép felderítése jelenleg még a kezdeti lépéseinél tart. Az újabb kandidáns gének azonosítása érdekében expressziós szintű kutatásokra és a teljes genomot átfogó polimorfizmus markerek kimutatására van szükség. Mindezek segítségével az eddigi hagyományos fenotípus elemzéseken alapuló teljesítmény diagnosztikai vizsgálatokat hatékonyan kiegészítheti egy újfajta szemléletű molekuláris biológiai alapokra épülő genotípus vizsgálat.

SPORTFINANSZÍROZÁS: KI MIT TUD?

Dénes Ferenc

Sportunio Kft., Budapest

A sportfinanszírozás az elmúlt másfél évtized egyik slágertémája volt a sportról szóló közbeszédben. Míg a 80-as évek közepéig többé-kevésbé továbbélt – természetesen nem problémamentesen – a tervgazdasági bázisvállalati eltarló rendszer, a rendszerváltoztatás környékén világhosszá vált, hogy az „ingyen leves” korszaka lejárt, a sportolási tevékenység megszervezése, létrehozatala és megvalósítása nemcsak „sportszakmai” kérdés, hanem sportgazdasági is (ami bizony beletartozik a sportszakma fogalmába...). A „sportfinanszírozás”, így idézőjelben, ha nem is jellemzően magyar gumicsont, de nem tartozik a sportgazdasági kutatások fősodrába. Már csak azért sem, mert a sportgazdasági kutatások számára jobbára alaptézis a piacgazdasági környezet, ahol a sporttermékek, -szolgáltatások árát meg kell fizetni, akár üzleti vállalkozásként akár egyesületi keretben állítják elő. (Az persze már lényeges kérdés például, hogy mennyi, vagy hogyan alakul ki az a bizonyos ár.) Ezzel szemben a magyar sportadminisztráció többsége számára a sportfinanszírozás az állami támogatások mennyiségét és elosztását jelenti. Meg az ezért folytatott harcot. A partizánok zászlajára a „Határozzuk meg az állami feladatokat a sport területén, és azokat finanszírozza az állam!” jelszó van írva. Ebben az összefüggésben a sportfinanszírozás intézmények, szervezetek vezetői ellék hatalmának fenntartását, illetve újraelosztását jelenti. Előadásomban a sportfinanszírozás kérdését a sporttevékenység előállításának szempontjából vizsgálom egy egyszerű modell segítségével. Az előadás újdonsága és jelentősége hármas: (1) A sportfinanszírozás kiindulópontja mikroszintű, ebből vezetem le és általánosítom makroszintre következtetésem. (2) Az alkalmazott modell átfogó, egy modellben tudom értelmezni a sport tevékenységek különböző részterületeit, illetve az informális sportot. (3) A modell segítségével elvégezhető a sporttevékenységek osztályozása. Az előadás a piacgazdaság vonatkoztatási rendszerében értelmezi a magyar sport intézményi problémáit, és reményeim szerint a piaci gazdasági környezettel harmonizáló kezelési javaslatokat kínál mindezek megoldására.

AZ ISKOLAI TESTNEVELÉS SZERKEZETI VÁLTOZÁSAI (SPORT A TANÓRÁN ÉS A TANÓRÁN KÍVÜL)

Ekler Judit

Berzsenyi Dániel Főiskola, Sporttudomány-elméleti Tanszék, Szombathely

Az iskolában folyó testedzésnek és sportolásnak hagyományosan több színtere van. A tanórai testnevelésen kívül fontos szerepe van a sportnak az iskola rendszeresen és alkalmilag megartott programjaiban is. A plusz órák kihasználásával is szinte lehetetlen a mindennapos testnevelés törvénybe foglalt kívánalmának, tanórai keretben megfelelni. Ez, valamint a szülők és a gyerekek részéről egyaránt megmutalkozó igény az iskolai szabadidős elfoglaltságok, ezen belül különösen a sportolási lehetőségek bővítésére, megnövelte a szabadidőben nyújtott sportprogramok jelentőségét. A kutatás során arra kerestünk választ, hogy ezek a készletek, hogyan változtatták meg az iskolai sport szerkezetét és tartalmát. Szombathely valamennyi, szám szerint 17 általános és 15 középfokú iskolájában gyűjtöttünk adatokat. Elemeztük az iskolák tanórai és tanórán kívüli óratervét és éves programját, valamint strukturált interjút készítettünk legalább egy vezetőjével (igazgató vagy helyettes), és egy testnevelőjével. Az elemzés egyrészt a testnevelésnek és sportnak az arányát vizsgálta az iskola tanórai és tanórán kívüli programjaiban, illetve az iskola évente megrendezésre kerülő hagyományos rendezvényeiben. Másrészt a tanórán kívüli és „hagyományos” mozgásos programok tartalmát vizsgálta. A tanórai testnevelés óraszámok átlaga 3. Ez az óraszám az általános iskolákra és a gimnáziumokra jellemző leginkább. A szakközépiskolákban már kevesebb ennél, a szakképző iskolákban pedig általánosan heti kettőre csökken. A szabadidős elfoglaltságokon belül a mozgásos tevékenységek aránya, az általános iskolákban és gimnáziumokban 40 – 60% közötti. A szakközépiskolákban és szakképző iskolákban ez az arány átlagosan 60 – 100%-ra emelkedik, bár igen nagy szóródást mutat. Az iskola évenként visszatérő, rendszeresen megrendezésre kerülő

rendezvényei között a legnagyobb arányban az általános iskolákban találtunk mozgásos, sportos programokat. A középiskolákban ugyanez nagyobb szóródással 35-62% között szerepel az iskolai programokban. Az alacsony tanórai óraszámhoz 60%-ban a szabadidős sportolási lehetőségek magas aránya járul. Ugyanakkor a magas testnevelési órással dolgozó iskolák között találhatóak arányaiban kevés, illetve jelentős szabadidős sportolási lehetőségeket biztosító iskolák is. Az iskolai testnevelés céljai, az ismert iskolás koron belüli célok mellett, alapvetően a jövőbe mutatnak. A felnőttkori - önállóan szervezett, társasági élményeket, felüdülést nyújtó - sportoláshoz szükséges ismeretek és tanácsok kialakításának szintere, egyenlő hangsúlyal a tanóra és az iskola által nyújtott szabadidős sportolási alkalmak.

A FIZIKAI TERHELÉS HATÁSA AZ IMMUNRENDSZERRE

Ékes Erzsébet – Győre István – Nemeskéri Veronika – Zakariás Géza – Dékány Miklós – Pucskó József
Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest
Széchenyi István Egyetem Testnevelési és Sportközpont, Győr

Az immunrendszer fő feladata, hogy fenntartsa a szervezet optimális alkalmazkodását a környezethez. A szabályozás neurohumorális úton történik. Közepes intenzitású fizikai aktivitás javítja, hosszú ideig tartó, intenzív terhelés viszont rontja az immunfunkciót. A vizsgált célja volt intenzív, hosszú ideig tartó versenyszerű felmérés során tanulmányozni, vérből és vizeletmintákból egyes anyagcsere-mutatókat és az immunoglobulinok változását. A vizsgálatban 15 élvonalbeli triatlonista vett részt, akik versenyszerű körülmények között teljesítették 1500 m úszótávot, ezt egy óras restitution követte, majd 10000 m futás következett. A kapilláris vérmintákat nyugalomban, úszás után, az 1 óras pihenőt követően és futás után vettük. Vizeletminta vételére nyugalomban, valamint az úszó és a futóteszt után került sor. Terhelés hatására a Hgb, Htkrit és az immunoglobulinok kismértékű, nem szignifikáns emelkedése volt megfigyelhető. A fehérvérsejtszám a nyugalmi $5,74 \times 10^9/L \pm 1,28$ -ról $9,29 \times 10^9/L \pm 2,15$ -re nőtt az úszás és $13,37 \times 10^9/L \pm 4,3$ -ra nőtt a futást követően ($p < 0,001$), amit a granulocita szám növekedése okozott. A limfocitaszám és trombocitaszám mindkét terhelés után szignifikánsan nőtt, de az egyórás pihenő után szignifikánsan alacsonyabb volt a nyugalmi értékhez képest. A plazma IgA/IgG aránya a teszt során végig emelkedett volt a nyugalmi értékhez képest. A vizeletben a mikroralbuminuria, a transzferrin és IgG ürítés folyamatosan, szignifikánsan nőtt. A szintet teljesítő az úszótesztet kisebb anaerob erőkihasználással végezték, plazma IgG értékük nőtt, míg a nem teljesítőknél nagyobb anaerob erőkihasználást figyeltek meg és IgG értékük nem változott, emellett fehérvérsejtszám növekedésük és a vizelettel ürített transzferrin és IgG értéke is magasabb volt. Véleményünk szerint az intenzív fizikai aktivitást követő jelentős fehérvérsejtszám változásáért feltehetően a katekolaminok, míg a terhelést követő limfocitaszám változásáért a kortizol tehető felelőssé. A vizeletben mért anyagok kiválasztása molekulásúlyuktól függetlenül, ún. nem-szelektív módon történt. A rendszeresen végzett, kimerítő fizikai aktivitás a vizelettel jelentős mennyiségű transzferrin és IgG kiválasztást okoz, mely a vér transzferrin és IgG szintjének csökkenését eredményezheti.

A FIZIKAI AKTIVITÁS HATÁSÁNAK LONGITUDINÁLIS VIZSGÁLATA PREPUBERTÁSKORÚ GYEREKEK TESTI FELÉPÍTÉSÉRE ÉS ÁLLÓKÉPESSÉGI TELJESÍTMÉNYÉRE

Faludi Judit – Zsidedh Miklós – Farkas Anna – Petrekanits Máté – Mészáros János
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Égésztudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest,
BHSE Humet Klinika, Budapest

Az öt éves követéses vizsgálat során elemezni kívántuk egy olyan tanulói csoport testi fejlődését és állóképességi teljesítményének változását, mely csoport jó körülmények között, a főváros egyik budai kerületében él és tanul. A megkeresett tanulók önként, szülői beleegyezéssel vettek részt a programban 1997 és 2002 között. A követéses vizsgálatban összesen 42 tanulónál gyűjthettünk adatokat minden alkalommal. A testösszetétel jellemzésére szakirodalmilag elfogadott antropometriai eljárásokat alkalmaztunk (Conrad 1963, Drinkwater és Ross 1980, Parizkova 1961), a gyermekek biológiai fejlettségét Mészáros és Mohácsi (1983) javaslatai alapján becsültük. A terhelés alatti gázanyagcsere jellemzőket Jaeger m-DATASPIR analizátorral regisztráltuk. A kimerülésig tartó teszt terhelést (előzetes gyakorlás után) futószalag-ergométeren (Jaeger 6000 LE) hajtották végre a vizsgáltak. A vizsgált antropometriai és terhelés maximumán mért élettani jellemzők mintánkénti átlagai statisztikailag egyformák voltak az első adatfelvétel alkalmával, így az iniciális különbségek nem korlátozhatják a különböző mennyiségű fizikai aktivitás következményeinek elemzését. A vizsgált antropometriai és terheléses élettani jellemzők az öt év alatt

kialakult változások és mintánkénti különbözőségek alapján két csoportba rendezhetők. A rendszeres fizikai aktivitás hatásaként (tehát a második adatfelvétel időpontjától) csökkent az aktív gyermekek relatív testzsíraránya és nőtt relatív izomtömege. A terheléses élettani változók közül az aktív csoportban nagyobb volt az abszolút és a relatív percventilláció, az oxigénpulzus és a testtömegre vonatkoztatott aerob teljesítmény. Az aktív gyermekek fizikai teljesítménye és fizikai munkavégzésének gazdaságossága is az utolsó öt adatfelvétel alkalmával jelentősen meghaladta a nem aktívakét. Ezekben sem feltételezhető a mintafüggő jelenség torzító hatása, mivel a csoportok kialakításakor a kezdeti élettani és fizikai teljesítmény nem volt szempont. Az aerob teljesítmény fejlesztése nem lehet öncélú. Még a nagyon kiemelkedő aerob teljesítmény-mutatókhoz sem szükségszerűen társul jó vagy kiemelkedő fizikai teljesítmény. Az értelmezés tehát akkor helyes, ha az élettani alapokat és a végeredményt (a leadott fizikai teljesítményt) együttesen elemezzük és minősítjük.

TÁPLÁLKOZÁSI SZOKÁSOK, ÉLETMÓD ÉS TESTALKATI JELLEMZŐK KOSÁRLABDÁZÓ FIÚKNÁL

Farkas Anna – Szmodis Márta – Szóts Gábor – Prókai András
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Égésztudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

A vizsgálatban összesen 70 fő kosárlabdázó fiú töltött ki kérdőívet, valamint 23 sportoló testalkati paramétereit vizsgáltuk, közülük 21 fiú kérdőívet is kitöltött. A vizsgált gyerekek 10-11 éves naptári életkorú, a MAFC egyesületben kosárlabdázó fiúk voltak. A kérdőívben szereplő adatokat a táplálkozással, testmozgással, szabadidős tevékenységekkel kapcsolatos kérdések alapján értékeltük. A testalkati paramétereiket 24 alapadat felhasználásával, testalkati mutatók segítségével jellemeztük. A vizsgált fiúk testmagassága egyértelműen magasabb az átlagosnál, ami részben szelekciós hatásnak is tekinthető. A testalkati vizsgálatban részt vett fiúk többsége a kérdőívben a testmagasságát túlbecsülte, míg a testsúlyát inkább alacsonyabbnak. A kérdőív alapján a táplálkozási kép igen vegyes, ami azonban egyértelmű, hogy gyakorlatilag nem, vagy csak néhányan fogyasztanak halat, és a húst sem mindenki jelölte meg. Kedvezőnek tűnik, hogy senki sem jelölte meg a zsírt, ami feltehetően annak is betudható, hogy tudják, nagy mennyiségben kedvezőtlen hatású lehet. A fiúk nagy része átlagosnak, megfelelőnek tartja a testsúlyát, szinte kivétel nélkül egészségesnek érzi magát. Egészségük érdekében legtöbbször a sok mozgást, gyümölcs és vitamin fogyasztását tartják fontosnak. Még azoknál is igaz ez, akik egyébként túlsúlyal rendelkeznek, testzsírarányuk az átlagnál magasabb. Valószínűleg tudják, hogy mi a helyes, de nem biztos, hogy mindig be is tartják azt. Sajnos a kérdőívet jó néhány esetben a szülő töltötte ki, ami nemcsak az írásmódból, de a válaszokból is egyértelműen kitűnik.

NORMÁL TESTTÖMEGŰ ÉS TÚLSÚLYOS KISISKOLÁSOK MOTORIKUS TELJESÍTMÉNYÉNEK ÖSSZEHASONLÍTÓ VIZSGÁLATA

Farmosi István – Gaál Sándor
Tessedik Sámuel Főiskola, Pedagógiai Kar, Szarvas

Négyszázhuszonhat 9-10 éves iskolai tanulót - 221 fiút és 205 lányt - vizsgáltak a szerzők. Két csoportot alakítottak ki, a hazai referencia 90-es percentilisével számított testtömeg index (BMI) felhasználásával. A nem túlsúlyosok közül kiemelték a kis súlyúakat a 10-es percentiliséből számított BMI alapján. A teljes minta 18,3 %-a kis súlyú, a normál testtömegűek aránya 56,3 %, míg a túlsúlyosaké 25,4 %. A motorikus tesztekkel a gyorsaságot a gyorsasági erőt, az állóképességet, a ritmusváltás képességét és az összelettel motorikus ügyességet vizsgálták. Az összehasonlítás F próba után t, illetve d próbával végezték, 5 % hibavalószínűségi szinten. A csoportba sorolásból következően igen erősen szignifikáns ($p < 0,001$) különbség adódott mindkét életkori csoportban, a fiúknál és a lányoknál egyaránt a BMI index átlagai között. A motorikus tesztek közül szignifikáns differencia ($p < 5\%$) az akadálypálya tesztnél jelentkezett szisztematikusan valamennyi csoportnál. A 6 perc futás teszt átlagai ugyancsak szignifikánsan különböztek a 10 éves fiúknál és lányoknál. A többi motorikus tesztnél, így pl. a vágta- és ritmusváltásos futásnál, a helyből távolugrásnál és a medicinlabda dobásnál szignifikáns különbség nem adódott.

EGY EURÓPA-BAJNOK BIRKÓZÓ SZEMÉLYISÉGÉNEK JELLEMZŐI AZ EZREDFORDULÓN

Fodor Tamás – Nagykáldi Csaba
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék, Budapest

A képzett szakemberek előtt már régóta ismert, hogy a sportteljesítmény a személyi komplex teljesítménye és mindazt, amit az edzéses sorozatával fejlesztett és begyakorolt, a személyisége hangolja össze. Ezért rendkívül fontos, hogy az egyént mindinkább megismerjük. Azok

az edzők, akik a technikai és erőnléti fejlesztés mellett lemondanak a versenyző egyéniségének megismeréséről, valósággal bezárják a versenyzőjüket egyfajta teljesítményhatárba. Munkánkban kísérletet teszünk egy birkózó élversenyző személyi profiljának megajzolására teljesítmény-közelítő helyzetben. A tanulmány méréseken alapul és kiterjed az önbizalom, önrhatékonyság, dominancia, kockázatvállalás, küzdőképesség, az önértékelés fizikai, motoros és motivációs faktoraira, továbbá a szorongás különféle teszt-változóira. A jellemzőket nagyobb statisztikai háttér segítségével értelmezzük.

EURÓPAI INTEGRÁCIÓ: NYERTESEK ÉS VESZTESEK A SPORTBAN?

Földesiné dr. Szabó Gyöngyi
*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék, Budapest*

Magyarország közeli csatlakozása az Európai Unióhoz vegyes fogadtatásra talál a lakosság körében, egyaránt kíséri szkepticizmus és lelkesedés, aggodás és reménykedés. Noha az EU sportpolitikájában axióma a tagállamok autonóm sport modelljeinek, hagyományainak tiszteletben tartása és a sportot a nemzeti identitás megőrzése fontos színterének tekintik, úgy tűnik, hogy a magyar sportban az ambivalencia fokozottabb, mint a kultúra más területein. Az előadás első részében a szerző a magyar sport jelenlegi állapotának és az Európai Unió sportot - közvetlenül vagy közvetve - érintő, meghatározó dokumentumainak vizsgálatát alapján tárgyalja, mi ad okot bizakodásra és mi indukál félelmeket a hazai sportban az európai integráció kapcsán. Az előadás második részében a szerző egy survey módszerrel végzett kutatásra építve azt tanulmányozza, hogyan vélekednek a jövő szakemberei a sportot érő kihívásokról és saját lehetőségeikről. A felmérés néhány fővörös, valamint vidéki főiskola és egyetem sportszakos (testnevelő tanár, edző, sportmenedzser) hallgatói körében zajlott, intézményenként a teljes populációban. Az adatgyűjtést standardizált interjúval végezték. Az eredmények interpretálása és összegzése alapján a szerző javaslatokat tesz az európai integráció és a sport problémáinak intenzívebb és hatékonyabb kommunikálására mind makro- mind mikroszinten.

A MAGYAR SPORTTUDOMÁNY HELYZETE ÉS TÁVLATAI

Frenkl Róbert
*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Égéséstudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest*

A sporttudomány multidiszciplináris, integrált, fiatal tudományterület. Meghatározott fejlődési folyamat eredménye a terminológia egységesítése, annak alapvető eleme a sporttudomány fogalmának elfogadása. A sporttudomány egyfelől számos társadalom- és természettudományi ág - sportszociológia, sportpedagógia, sportpszichológia, sportélettan, sportbiomechanika... - alkalmazott tudományterülete. Másfelől a sportági módszertani kutatások a sporttudomány leginkább sajátos területeit jelentik, természetesen ezekben is sokféle tudományág ismeretei ötvöződnek. A sporttudományos kutatások felölelik a sport gazdag társadalmi feladatrendszerének egészét. Mind a sport egészségvédő, egészségfejlesztő szerepe az urbanizált társadalomban, mind a versenysport-élsport fejlődése, mind a sportélet társadalmi-gazdasági összefüggései igénylik a tudományos háttérrel, az új ismeretek feltárását. A sporttudomány hazai fejlődésében, elismertetésében lényeges mozzanat volt a kutatók utánpótlását biztosító Nevelés- és Sporttudományi Doktori Iskola akkreditálása a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán. Hasonlóan jelentősek a Magyar Tudományos Akadémia szervezetében megjelent bizottságok (Sporttudományi Bizottság, Sportpedagógiai Szekció). A hazai sporttudomány az általánosságban jellemző szerény feltételek ellenére is létezik, igyekszik lépést tartani a hazai tudományfejlődéssel és, köszönhetően néhány személyiségünk törekvéseinek, nemzetközi elismertségnek és tekintélynek is örvend. A jelenlegi helyzet alapján a sporttudomány fejlesztésének kulcsa: a nemzetközi trendeknek, a magyar sport érdekeinek és a hazai társadalmi-gazdasági viszonyoknak megfelelő fejlesztési és finanszírozási stratégia kialakítása és annak megvalósítása. A finanszírozás korszerűsítése, jelenlegi problémáinak megoldása pozitív változást eredményezhet a sporttudomány, a kutatás feltételeinek fejlesztésében.

ELŐTANULMÁNYOK
A RENDFENNTARTÓ ERŐK STÁTUSÁRÓL A HAZAI
LABDARÚGÓ MÉRKŐZÉSEK RENDBONTÁSAINAK TÜKRÉBEN
Freyer Tamás
Rendőrtszti Főiskola, Budapest

Az előadás kísérletet tesz arra, hogy bemutassa a magyar labdarúgó mérkőzések biztosításában résztvevő szereplőket. A rendvédelmi erők - rendőrök, rendezők - feladata a sportrendezvények rendbontás-

mentes lebonyolítása. Munkájukat sok kritika éri, melynek alapja a stadionok és környezetük egyre romló biztonsági helyzete. Ennek egyik lehetséges oka, az állami (rendőrség) és a magán (biztonsági cégek) szervezetek együttműködésének hiányos koordinációja. Az előadás célja, hogy bemutassa a rendőrség és a magán biztonsági cégek munkáját. Felvázolja jogi környezetüket, oktatásukat-felkészítésüket és infrastrukturális hátterüket. A szerző következtetéseiben megállapítja, hogy ezeknek az eltérő struktúrájú szervezeteknek az együttműködése csak partneri alapokra helyezett folyamatos kommunikáció és koordináció útján lehetséges. Felvázol néhány modellt, melyeknek megvalósítása hatékonyabbá tehetné a rendvédelmi szakemberek munkáját, a sportrendezvények biztosítása során.

PÁLYAALKALMASSÁG, KÉPZÉSI ALKALMASSÁG TESTNEVELŐ TANÁRKÉPZÉSRE JELENTKEZŐK KÖRÉBEN

Fügedi Balázs - Rigler Endre
*Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelés Tanszék, Eger
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék, Budapest*

Bizonyos egyetemeken, főiskolákon a nagy jelentkezési létszám miatt próbálják a legjobbakat kiszűrni egy felvételi eljárás során. Így van ez mérnök, orvos, közgazdász, jogász-képzéssel foglalkozó intézményekben. Mióta azonban a kormány egyre több embert enged be a felsőoktatásba, néhány egyetem nem preferálja az ilyen felvételeit, hanem a kétszintű érettségi felé tekintet, mely a legújabb rendeletek alapján elfogadottnak tekinthető. De nem így van ez, ahol az ismeretanyag elsajátítására nem mindenki képes - a festészettel, táncsal, a képzőművészettel foglalkozó iskolákban, és bizonyos értelemben a sportintézményekben is. A képzési anyag elsajátítása is már egy sajátos készséget kíván. Felméréseinkben ezúttal döntően a gimnasztika és torna mozgásanyagára fókuszáltunk, hiszen itt igen változatos mozgásformákat és az ezekhez szükséges képesség-háttérrel találunk. Mervadónak fogadtunk el a mozgástanulás szempontjából egy 64 ütemű gimnasztikai gyakorlatláncot, melynek bemutatásánál kritériumok szerint minősítettük, s az esetleges hibákat egy speciális hibakála alapján mértük. Meghatározónak tekintettük még a sportági felvételin szertornából nyújtott teljesítményeket, hiszen a mozgáskultúráról, a koncentrációt igénylő mozgáselsajátítási, -végrehajtási készségekről ezen mozgások rengeteg információval szolgálnak. A kapott eredmények alapján véljük úgy, hogy realitásabb képpel szolgálhatunk a motoros képzés követelményeinek objektív meghatározásához, valamint a leendő testnevelő tanárok ifjúságnevelő, egészségfejlesztő munkájához.

SAJÁT NEVELÉS VAGY ÁTIGAZOLÁS? - CSAPATÉPÍTÉS A KERÉKPÁRSPORTBAN

Fülöp Tibor
Zerge Team Sporttudományi Szakosztály, Tatabánya

A címben feltett kérdés megválaszolása nem egyszerű. Egy sportág hosszú távú eredményes működésének alapfeltétele az utánpótlásbázis megléte, a tudományos kiválasztás és a szakszerű nevelőmunka. Azonban az élsport eredménykényszere nem feltétlenül kedvez a költséges, bizonytalan megtérülésű és hosszantartó megoldásoknak. Egy dolgot le kell szögezni: a csapatépítés nem érzelem vagy szimpátia kérdése. A csapattal szemben támasztott szponzori, sportvezetői vagy szurkolói elvárásoknak való megfelelés, a győzelem a tét. Tehát egy új sportoló csapatba építése egyetlen fontos kérdést vet fel: nyерünk rajta valamit, vagy veszítünk? A saját nevelésnek és az átigazolásnak is megvannak az előnyei és a hátrányai. Hogy mikor melyiket alkalmazzuk, az a rendelkezésre álló körülményektől, a sportegyesület és a szakosztály rövid-, közép- és hosszú távú terveitől, az anyagi lehetőségektől valamint a tárgyi és személyi feltételektől függ. A két módszerben rejlő előnyök és hátrányok ismertetése után az átigazolással történő csapatépítés néhány problémáját elemzem, majd egy tesztprotokoll modell kerül bemutatásra, melynek segítségével alaposan feltérképezhetjük az átigazolási kívánt sportolót, és ezzel jó eséllyel kíméljük meg a sportegyesületet, magunkat és a sportolót is az esetleges későbbi csalódástól, a „szákbamacska” effektus veszélyeitől. Az átigazolással történő csapatépítés sem egyszerű vagy gyors folyamat. Fel kell tenni magunknak néhány kérdést: miért, milyen szerepre, milyen feltételekkel és milyen elvárásokkal szeretnénk valakit leigazolni. Ha ezekre a kérdésekre már tudjuk a választ, akkor jön a következő: ki lehet az, aki a szakmai elképzeléseinknek leginkább megfelel, és ami még ennél is fontosabb, hogy mennyire tud azonosulni ezekkel az elképzelésekkel? Ha pedig megfigyeltük, kiválasztottuk az illetőt, saját érdekünk a lehető legalaposabban megvizsgálni őt orvosi, pszichológusi és edzői szempontból. Rövidtávon az átigazolás, hosszútávon pedig a saját utánpótlás nevelése és a tervszerű átigazolás együttesen hozhatnak eredményt.

5-10 ÉVES ÓVODÁSOK ÉS KISISKOLÁSOK SZOMATIKUS FEJLETTSÉGE ÉS MOTORIKUS TELJESÍTMÉNYE

Gaál Sándoré – Farnosi István

Tessedik Sámuel Főiskola, Pedagógiai Főiskolai Kar, Szarvas

A címben jelezett korosztályból 1843 gyermeket, 940 fiút és 903 lányt vizsgáltak a szerzők Magyarország déli, dél-keleti régiójában a testi fejlettség és a motorikus teljesítmény szempontjából. A szomatikus fejlettség jellemzésére a testmagasságot és a testtömeget mérték, és a korosztályos átlagadatokat összevetették a hazai referencia értékekkel. Az összehasonlítás eredményeként megállapítható, hogy az egyes életkorokhoz tartozó középértékek meghaladják a hazai referencia 50-es, esetenként a 75-ös percentiliséit. A motorikus tesztekkel az egyes kondicionális és koordinációs képességeket vizsgálták. Így a gyorsaságot a 20 m-es vágtafutással, a gyorsasági erőt a helyből távolugrással és az előre medicinlabda dobással (2 kg), az állóképességet a 6 perc futással, az egyensúlyozó képességet az Oseretzky-féle egy lábon állással, a ritmusképességet a ritmusváltásos futással, a téri tájékozódó képességet pedig a bumerángthatással és egy akadálypálya teljesítésével tesztelték. Az egymást követő életkorok átlagadatainak az összevetése azt mutatja, hogy a legnagyobb különbségek a 7-8 éves kor között figyelhetők meg. Mivel a testmagasság és testtömeg adatok között is ekkor a legnagyobb a differencia, a szomatikus és motorikus változások összefüggnek. Jellegetesnek mutatkozott, hogy az akadálypálya tesztnél, amely komplex motorikus ügyességet igényel, az 5-6 éves kor között is jelentős a változás.

A BERZSENYI DÁNIEL FŐISKOLA A TESTKULTÚRA SZOLGÁLATÁBAN

Gadányi Károly

Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely

A szombathelyi főiskola a tanítóképzés hagyományait megőrizve a kezdetektől a testkultúra magas szintű ápolását képviseli. A tanárképzés 1971-es megindulásakor a 4 alapító szak egyike a testnevelő tanárszak volt. Az első években matematika-testnevelés, majd népművelés, orosz, szlovén, horvát, biológiai, földrajz és számos más szakpárban képeztünk testnevelő tanárokat. A kezdeti 12-15 fős csoportok 80-100 fős évfolyam létszámra duzzadtak, amelynek kiszolgálására a 90-es évek elején a főiskolai sportcsarnok jó létesítményi feltételeket biztosított. A Berzsenyi Dániel (Tanárképző) Főiskola szellemisége kedvezett az egészséges életmódot hirdető és a nagyfokú sportbeli aktivitást szorgalmazó testnevelőknek, akik testnevelő tanárjelölteken túl a tanító szakosok, a bölcsész és természettudományi szakok hallgatói közül is sokat megnyertek a testkultúra ügyének. Nagy értéke a szombathelyi képzésnek a gyakorlat orientáltság, amelyet az egyik legnagyobb felsőoktatási sportegyesület 14 szakosztálya támogat, valamint az intézmény kiterjedt kapcsolatrendszere, amellyel mind a magyar egyetemi-főiskolai sportban, mind a helyi és regionális sportéletben jelentős szerepet játszik. Számos kiváló sportoló tanult és tanul falai között, akik jövőbeli segítésére a Magyar Olimpiai Bizottsággal kötött szerződést intézményünk. Az intézmény erőssége a tudományos szervezés, amely a sporttudomány területén is országos és nemzetközi rendezvényekben nyilvánul meg. Ezeknek köszönhetően rendezhetjük a IV. Országos Sporttudományi Kongresszust.

PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH ISSUES OF WOMEN IN HUNGARY

Gáldi Andrea

Semmelweis University, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Budapest

Being a woman in our world today is an immense challenge, which is hard to respond to. There has been an increase in the tasks of the female population both in the family and in the society. Women are playing several roles daily as mothers, wife, employees or employers. In order to manage the tasks expected by those roles and maintain harmonic standard of living they must maintain good health and good fitness condition. Based on the most recent statistics the first half of the study analysing the health conditions of Hungarian women, life expectancy, mortality data, death causes, and sickness rates. The health problems mentioned reasoned the need for the special program of the Ministry of Youth and Sports, called "Women in Sport" in the year of 2000. The goal of the program was to provide equal opportunity for women of all abilities in all area of sport, to enhance women's participation in all areas of sport, to emphasize the health preventive and health promotion functions of sport, to emphasize the role of media, to call attention to changes to be made in physical education, to ensure a safe sporting environment for women, and to provide funding for women in sport programs and research. The second part of this paper is analysing the content of the "Women in Sport" program and the effects of its implementation since the start of the program. Besides elabora-

ting on the questions of how the effectiveness of the program can be enhanced, what changes must be implemented in physical education and what role of the media can play, this paper is focusing on the possible methods provided by sociology through which the program could be monitored and the results can be measured.

A SPORT IRÁNTI ÉRDEKLŐDÉS ÉS A SPORTÁGVÁLASZTÁS INDÍTÉKAI SZOMBATHELYI TANULÓK KÖRÉBEN

Gál László

Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely

25 évvel korábbi vizsgálataink nyomán fogalmaztuk meg kutatási programunkat. Feltételezzük, hogy megváltozott az elmúlt másfél évtizedben a tanulók (és a lakosság) sport iránti érdeklődésének erőssége, iránya, sportági preferenciája. A tanulók új sportágakkal és mozgásformákkal ismerkedtek meg az elmúlt években, s ez követeli a sportági szerkezet, a sportági menedzselés és támogatás megváltozását. A sport iránti érdeklődés korosztályonként, lakóhely-típusonként, országonként, kontinensenként stb. jelentős eltéréseket mutat. Erősségét, forrásait, hatását érdemes időben és térben feltárni, mert értékelése információkat adhat az önkormányzatok, iskolák és a sportszervezetek vezetőinek. Az egyes sportágak kedveltsége, a tanulók sportágválasztása befolyásolhatja az iskola, a település vagy a megye sportpolitikái, koncepcionális döntéseit. Ennek feltétele a megfelelő minta. A kutatás számítógépes programmal és adatfeldolgozással támogatott kérdőíves vizsgálat elemzésére és összegzésére irányul. Elemezni szükséges – a kutatás témájának figyelembe vételével – Vas megye, Szombathely, városok és a kisebb települések verseny- és szabadidősportjának helyzetét, a kiváló versenyzők és eredményes csapatok, szakosztályok jelenlétét. A kutatómunkát kiterjesztjük a felsőoktatás hallgatóinak több csoportjára is (testnevelés szakosok, tanító szakosok, egyéb szakosok). A vizsgálatba más (elsősorban a környező) megyék településeinek egy részét is bevonjuk – elsősorban az összehasonlíthatóság miatt -, melynek során a minta nagyságát célszerűen kívánjuk meghatározni. A kongresszuson elhangzó előadás a kutatás első szakaszát, a szombathelyi anyag feldolgozását mutatja be. A vizsgálat eredményeinek ajánlás jellegű megfogalmazása hozzájárulhat a vasi megyeszékhely sportkoncepciójának reális megfogalmazásához.

A MAGYAR LAKOSSÁG SZABADIDŐS AKTIVITÁSÁNAK VÁLTOZÁSAI 1963-93 KÖZÖTT, AZ IDŐMÉRLEG-VIZSGÁLATOK TÜKRÉBEN

Gáldi Gábor

ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Testnevelés és Sportközpont, Budapest

Az 1989-es rendszerváltás a sportban is radikális változásokat hozott, de a felszínen érezhető jelenségek mélyebb okairól, a sport lényeges átalakulásáról csak kevés megbízható információval rendelkezünk. Az elmúlt évtizedekben szinte feledésbe merült, hogy a sport a civil társadalom terméke. A rendszerváltás utáni oktatási törvény ugyan kimondja, hogy az iskolák kötelesek sportkort működtetni, de a testnevelés presztízsének csökkenése, valamint a párhuzamos struktúrák nem a kívánt irányba hatottak, így nincs mit csodálni azon, hogy a diákság egy része az iskolán kívüli vonzó, de drága sportkínálatot vette célba. A vállalkozók természetesen csak akkor investálnak a fitness-iparba, ha az várható haszonnal kecsegtet. Az életmóddal foglalkozó kutatások a '80-as évektől feltárták a lakosság egészségkárosító, önpusztító munkacentrikus életmódját, és annak következményeit. A közelmúlt kedvezőtlen gazdasági változásai, a lakosság életkörülményeinek romlása jelenleg sem kedveznek az egészségmegőrzésre irányuló programok kidolgozásának. Magyarországon jelenleg a sport-rekreációs vállalkozások jó részének egyéb investíciókkal nem sport-jellegű tevékenységekkel kell megkísérelni profitot termelni. A probléma tehát adott, egyidejűleg kell a régi struktúra élsport-centrikusságától megszabadulni, ugyanakkor kialakítani az ún. rekreációs sport támogatásának intézményes formáit. Az átalakítás alapjául szolgáló koncepció kidolgozását megnehezíti az ide vonatkozó empirikus adatok hiánya. Előadásomban szeretném felvázolni a magyar társadalom rendszerváltás óta bekövetkezett makrostrukturális változásait, majd bemutatni a lakosság szabadidő-struktúrájára vonatkozó kutatásom főbb eredményeit.

pszichovegetatív funkciók mérésére, a pulzusszám és a szívfrekvencia vizsgálatát alkalmazom. Várható eredmény - mivel korábbi vizsgálatok erre nem vonatkoztak - új nézőpontból megközelítve lehet jellemezni a közép- és hosszútávú futó atléták pszichikus állapotát versenydíszakban. Információkat kaphatunk arra vonatkozóan, hogy a problematikus sportolók típusai, személyiségbeli okai, mennyire befolyásolják a verseny előtti szorongásszintet és az aktuális teljesítményt. A versenyzők "gyenge" pontjainak felderítése után a megfelelő pszichológiai és pedagógiai ráhatások ajánlásai fogalmazódhatnak meg, edzők és testnevelő tanárok számára.

A MAGYAR KÖZOKTATÁS TESTNEVELÉSI ÓRASZÁMAI TÖRTÉNETI ÉS EURÓPAI ASPEKTUSBÓL

Hamar Pál – Derzsy Béla

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Torna Tanszék, Budapest

Tantervelméleti szakemberek és gyakorló testnevelő tanárok körében egyaránt örök (vita)téma, hogy megfelel-e a szakmai elvárásoknak az az időkeret, amit az éppen aktuális tantervi dokumentumok biztosítanak a testnevelés egyre szerteágazóbb céljainak és feladatainak megvalósításához. Napjainkban a kerettantervek három évfolyamon történő bevezetése kapcsán újfent előtérbe került ez a kérdéskör. Ennek - vélhető - oka, hogy a kerettantervekben megfogalmazott, kétévesnél hosszabb feladatoknak és egyre összetettebb feladatoknak a megvalósításához szükséges időkeretet biztosít a kerettantervi rendelet. A testnevelés és sport heti óraszám az általános iskola 1-6. osztályában 2,5, a 7-8. osztályban és a középiskolákban heti 2 tanóra. Ez, a heti költött összórászámot figyelembe véve, az alsóbb osztályokban 11-13 % -nyi, a felsőbb évfolyamokon pedig mindössze 7-7,5 % -nyi minimális testnevelés órát jelent. A szomorú összképen még az sem enyhít, hogy a rendelet nem zárja ki plusz testnevelés és sport órák beállítását. Ez a jelen. De miként alakult a testnevelés - korábban testgyakorlás - óraszámja az elmúlt több mint száz évben? Milyen óraszámok találhatók egyes európai országok testnevelési dokumentumaiban? A jelenlegi testnevelésre szánt időkeret a korábbi magyar és az európai tantervekhez képest sok vagy kevés? Ezeknek a kérdéseknek a megválaszolására törekszünk előadásunkban, nem felelve, hogy a rendelkezésre álló óraszám önmagában még nem garancia a hatékony tanításra, tanulásra. Emelhetjük ugyanis a testnevelés óraszámát bármilyen magasra, ha az nem párosul a tanárok áldozatkész, szakmailag hiteles és gyermekszertető munkájával.

A SPORTOLÓK FIGYELEMZAVARAI

Harasztiné Sárosi Ilona

Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest

Az élsportolók pszichológiai szűrővizsgálatának része a figyelemének vizsgálata. A figyelem terjedelmének csökkenése - mennyiségi-, és a koncentráció képességének - minőségi-zavarai a sportteljesítményt erősen rontják, amely az élsportolók esetében alapvető jelentőségű. 118 élsportoló figyelmét a Pieron-tesztel vizsgálva az alábbiak állapíthatók meg. A figyelem terjedelme és a figyelemlkoncentráció az egyéni jellemzőkön túl sportáganként is változik. Például a birkózók 63,25%-ot, amíg a partjelzők 95,87%-ot érnek el a figyelem terjedelmének vizsgálatában. A figyelemlkoncentráció minősége a sportoló éberségének, motivációjának és szorongásának kölcsönhatásában változik, és okozhat figyelemzavart. A túlmotivált, túlabicionált sportoló figyelme beszűkül és olyan ingereket hagyhat figyelmen kívül, amely nélkülözhetetlen a kitűzött teljesítmény elérésében. Az alulmotivált állapotban eleve hiányzik a beállítódás, amely a figyelem fókuszálásának alapfeltétele lenne. Az éberség részben a beállítódás függvénye, de a fizikai fáradtság - pl. a túledzettség - is befolyásolja. A teljesítményhelyzetben megjelenő szorongás - a sportoló személyiségének egyik jellemző tulajdonsága - ugyancsak rontja az összpontosító képességet. A figyelemlkoncentráció zavarai jól elkülöníthetők egymástól a tesztbeli hibázások helye és mértéke alapján, de értelmezésüket többnyire csak egyéb pszichológiai vizsgálatok teszik egyértelművé (pl. a motiváció vizsgálata, szorongás vizsgáló tesztek, stb.). Gyakran tapasztalható, hogy sorozatos csúcsteljesítmény elérése után a sportoló fáradt, kiégett, amelyet jól jelez a tesztben megjelenő rendszertelen, szétszórt, magas számban megjelenő hibaszám. Hasonló tesztteredmény mutat például a tartósan fennálló szorongás, de utalhat idegrendszeri zavarra is (hyperaktivitás). A tesztteredmények értelmezése ilyenkor feltétlenül csak egyéb vizsgálatokkal összevetve - beleértve a sportolóval felvett interjút is - differenciálható. A feladat elején tömegevel megjelenő hibák a feladat kezdetét jellemző szorongás valószínűsítik, és ha a feladat további része hibátlan, akkor az a szorongás oldódását jelzi. A fáradtság természetes folyamatát a feladat végén megjelenő hibázások mutatják. Néhány élsportoló esetében ezek el is maradnak. Az ismertett figyelemzavarok a legjellemzőbbek az élsportolók teljesítményét gátló tényezők sokasága között. Jelentőségüket

azért emelhetjük ki ezek közül, mert különböző módon, formában, időszakban szinte a legtöbb sportolónál megjelennek. Továbbá, ha tartósan fennállnak és akadályozzák a tehetség, az egyéniség kibontakozását, már nemcsak a sportoló teljesítményét gátolják a versenysportban, hanem életterét is jelentősen beszűkíthetik.

AZ ALKALMAZKODÁS A SPORTBELI FELKÉSZÜLÉSBE

Harsányi László

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A sportbeli felkészülés során elérhető teljesítménynövelés az alkalmazkodás törvényszerűségeire támaszkodik. Ezért ezek számbavétele időről-időre szükségessé válik. E céljal készült e tanulmány is. Az alkalmazkodás törvényszerűségeit a szakirodalom és a gyakorlati tapasztalatok alapján a mozgásingerekkel edzésen és a versenyen kiváltható terhelésekre korlátozóan elemeztük. Azt tapasztaltuk, hogy ha a terhelés tervszerű, rendszeres, folyamatos, fokozatos, ugrás- és hullámszerű, mennyiségi és minőségi alapon váltakozó, s kb. 3-4 hetente pihenővel jár, akkor hatékonyak bizonyul. Mindezek mozgástechnikai, anyagcsere, alakotani és működési területen jelentkeznek és teljesítményjavulásban ösztönöznek. Az alkalmazkodás rövidtávon kb. egy héten belül, középtávon kb. 4-6 hetes mezocikluson belül, illetve a tartósan késleltetett edzészathatásnak megfelelően 12-13 hetes időtartam alatt, és végül hosszú távon egy és többéves viszonylatban jelentkeznek. Ezen kívül az élet és edzéskor, öröklet, terhelés, igénybevétel, alkalmazkodás, teljesítményfokozás, formaidőztetés szorosan összefüggő rendszert alkotnak, s az edzés tartalmának, mennyiségének, minőségének, szervezésének befolyása alatt állnak. Azt reméljük, hogy ezzel az áttekintéssel hozzá lehet járulni a tervszerű, jól megalapozott teljesítményfokozáshoz.

CONTRIBUTION OF THE STATE AND THE CIVIL SECTOR TO UNIVERSITY SPORTS CULTURE IN SOME DEVELOPED EUROPEAN COUNTRIES AND IN HUNGARY IN THE 1990's

Hédi Csaba

Magyar Egyetemi- és Főiskolai Sportszövetség, Budapest

Besides the appearance of modern sport at the end of the 19th century, world university sports movement evolved as well. In spite of the fact that these university clubs were set up in countries with different political, economic, and cultural background, their common feature is that all of them were founded and run as civil organisations. Since the first decade of the 20th century - though to different extents - state contribution can gradually be observed. At first Hungarian university sport developed in a similar way, but during the so called socialistic regime over 40 years it was nationalized. It regained its autonomy after the political system change in 1989-1990. In this paper the author studies the structure of English, Danish, and Hungarian university sport in the 1990's. Response is sought to the questions that under a practically similar historical and economic situation at the beginning of the 20th century what was the share of state and civil contribution to university sport, and in what way the political situation after WW II hindered the development of Hungarian university sport. It is also discussed possibilities the political changes in 1989 offered to reshaping the Hungarian university sport, and how they were exploited. Comparison is made between the given countries' university sport systems as a result of social development in the past ten years. The present paper is based on document analysis and interviews with sports leaders of the countries concerned. Key words: University Sport, Civil Sector, State Participation, Democratisation, Sports Organisation, Friendship

SPORTOLÓINK SZEREPLÉSE AZ OLIMPIÁK HOLTVERSENYEIN

Hencsei Pál

Az olimpiai játékokon számos esetben előfordult, hogy azonos eredménnyel többen is az élen végeztek. A különböző sportágak szabályainak megfelelően ilyenkor vagy mindegyik sportoló aranyérmet kapott, vagy a holtversenyt újabb versenyyel, hosszabbítással, illetve más módon döntötték el. Az előadásban áttekintjük azokat a holtversenyeket, amelyekben a magyar sportolók érdekelték voltak az egyes olimpiákon. A legtöbb holtverseny vívásban következett be. Az éles azonos győzelemmel végzett vívók újabb csörtékben döntötték el a végső sorrendet. Vívóink kettős, hármas és négyes holtversenyben egyaránt harcoltak az érmeért. Sportlövészetben egyes versenyszámokban az azonos eredményt elért sportolók között szétlövés döntötte el az érme sorsát. 1904-ben az 50 yardos gyorsúszás bajnoki címe újrászásban dönt el Halmay Zoltán javára. 1936-ban női magasugrásban az egyformán 162 cm-t elért három versenyző egy újabb (negyedik) kísérletben döntötte el az aranyérem sorsát. Csák Ilyona negyedikre átgugotta a 164 cm-t, vetélytársai hibáztak, így övé lett az első hely. 1936-ban díjugratásban Platthy József összetetésben szerepelt

meg a bronzérmes a hármas holtverseny eldöntése során. A különböző csapatsportágakban válogatottjaink 7 alkalommal döntetlenül végeztek és a továbbjutás, illetve a végső sorrend miatt hosszabbításra került sor.

AZ ATLÉTIKA HELYZETE A TESTNEVELŐ TANÁRKÉPZÉSBEIN – FELMÉRÉSEK TÜKRÉBEN

Herlicska Károly – Tóvári Ferenc

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A testnevelő tanárképzésben az utóbbi időszakban jelentős változások történtek és várhatók a későbbiekben is (pl. minden képző intézmény létérdeke a szupramaximális hallgatói létszám biztosítása, de ugyanakkor ebből is adódóan egyre több azok száma, akiknek alapvető fizikai képességbeli problémái vannak és ez az atlétikában fokozottan előtérbe kerül, a kreditrendszer bevezetése is több problémát vet fel az atlétika oktatása kapcsán). Kérdés: mindezek alapján a „hogyan – tovább” a képzés szintjén az atlétika oktatása során? Munkánkban négy egymást követő felmérés eredményei alapján igyekszünk a problémákat bemutatni, illetve a megoldásra lehetséges alternatívákat továbbgondolásra adni. A felmérések közül kettő – 1995. 1999. – a már többéves gyakorlatlallal rendelkező kollégák ez irányú véleményét tükrözi, míg a másik kettő a még hallgatói státuszban lévő diákokét.

TORNÁSZOK MENTÁLIS EDZÉSÉNEK PEDAGÓGIAI ASPEKTUSAI

Honfi László – Vass Miklós*

Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelés Tanszék, Eger –

**Pécsi Tudományegyetem TTK, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs*

A mentális edzést sokféleképpen nevezik ma a világon (szellemi gyakorlat, gondolatban való gyakorlást, ideomotorikus aktus, ideomotorikus edzés, ideomotorikus szeánsz, burkolt gyakorlás, imagináció). Élettani háttere az, hogy ha egy olyan tevékenységre gondolunk, amelyről van kinesztetikus elképzelésünk, akkor akaratlanul is végrehajtjuk a mozgást. Az agykéreg kinesztetikus pályái, amelyeket a perifériáról mozgással ingerelünk, ingerületbe kerülhetnek központiag is, és a megfelelő pályán impulzusokat küldhetnek a periférikus szervek felé, ahol mikromozgások figyelhetők meg és mérhető az izmok bioelektromos hullámainak változása is. Magyarországon kevesen használják, ezt pedig edzésen mozgástanuláskor, versenyszituációk kezelésében és sérülés utáni rehabilitációban igen hatásosan alkalmazható. Ez az edzésen és a versenyen használatos feladatokból, módszerekből összeállított pedagógiai, didaktikai programot ismertettünk, a mentális edzés gyakorlati megvalósítását illusztrálódó. A vizsgálat célkitűzése, hogy bebizonyítsa, a mentális edzést is végző sportolók egy bonyolult szerkezetű mozgást gyorsabban, pontosabban és tartósabban tanulunk meg, továbbá a mentális edzés hatékonysága fokozható azzal, hogy előzőleg egy könnyebben elsajátítható ellazulástechnikát (Lindemann-féle pszichohigiénikus tréning) megismertettünk a sportolókkal. A minta: 100 fő tornász (I-II. osztályúak). Módszerek: (1) kérdőív; (2) kísérlet: egy bonyolult szerkezetű mozgás elsajátításának gyorsaságát és pontosságát mérjük idővel és pontozással, valamint egyhónapos edzésszünet után a mozgás minőségét pontozással értékeljük (tartósság). A kutatás eredménye felhasználható a sportolók pedagógiai-pszichológiai felkészítéséhez. A kutatást a jövőben a változó mozgásszerkezetű sportágakban, nyílt készségben (labdajáték, küzdősportok) is célszerű lenne elvégezni.

NŐI VÍZILABDÁZÓK KONDITIONÁLIS ÁLLAPOTÁNAK JELLEMZÉSE

Horváth Patrícia – Petridisz Leonidasz – Kispéter Zsófia –

Kneffel Zsuzsanna – Sidó Zoltán* – Pavlik Gábor

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,

Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest,

**Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest*

A sportolók kondicionális állapotát általában spiroergometriás vizsgálattal mérjük, mint a legelterjedtebb vizsgálati módszerrel. A labdajátékosoknál azonban felmerül annak az igénye, hogy olyan tesztek alkalmazunk, ami az adott sportág mozgásanyagának megfelel. Vonatkozik ez főleg olyan sportokra, ahol futással vagy kerékpározással nem modellezhető a mozgás. A vízilabdázóknál az úszótesztet eddig csak férfiaknál végeztünk, most nőknél is adaptáltuk a módszert. Az eredményeket össze kívánjuk hasonlítani más, kondicionális állapotot jellemző eredményekkel, tehát spiroergometriával végzett futóteszttel, valamint az állóképességi teljesítmény kulcsát alkotó szív echokardiográfiás vizsgálat eredményeivel. A teszt női vízilabda válogatott játékosoknál áll 30 méteres gyorsulás időeredményéből, 6X30 méteres ismétléses gyorsulás átlagos időeredményéből, az ismétléses úszást követő négyperces időtartam összpulzusszámából, és a megnyugvás első és második félpercében mért pulzusszámok különbségéből. A kü-

lönöző eredményekből matematikai átalakítással számolunk közös indexet, az átalakítás elve, hogy az abszolút értékeket relatív értékeké alakítjuk az (X-Xátlag)/s.d. képlet alapján. Echokardiográfiás és spiroergometriás mérést csak egyszer, maximum kétszer végeztünk egy-egy játékosnál, úszótesztet azonban minden játékosnál évente többször, tehát ez utóbbiból jóval több eredmény áll rendelkezésre. A női vízilabdázók relatív aerob kapacitása rosszabb volt, mint válogatott állóképességi és gyorsasági versenyzőké, a szív morfológiai edzettségi jeleiben (rel. balkamra izomtömeg, falvastagság) nem volt számottevő különbség az edzett csoportok között, a szív funkcionális és regulációs paramétereiben (diasztolés tágulékonyosság, pulzusszám, rel. perctérfogat) a vízilabdázók – az állóképességi sportolókkal hasonlóan – mutatták a leginkább edzett értékeket. Eredményeink szerint tehát a futószőnyeg terheléssel mért relatív aerob kapacitás női vízilabdázóknál sem a legalkalmasabb a kondicionális állapot ellenőrzésére, helyette a férfiaknál is használt 6 x 33 méteres úszótesztet és az azt követő pulzuszámot javasoljuk.

JÁTÉKOS KÉPESSÉGFEJLESZTÉS A 6-10 ÉV KORBAN, A DIÁKOLIMPIA JÁTÉKOS SPORTVERSENYE ALAPJÁN

Horváth Zoltán Péter

Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely

A mozgásos testnevelési játékok anyagára épülő, Diákolimpia játékos sportverseny, szakmai és szervezési fejlődését kívánom bemutatni. 1989-től napjainkig mint aktív szakmai irányító és szervező rengeteg tapasztalatot gyűjtöttem ezen a területen. Az előadás kiemelten foglalkozó a játékokban rejlő mozgásos cselekvéstanulással és képességfejlesztő hatásával. A játékos gyakorlatok különböző típusaival, a versenyszerű körülmények közötti alkalmazásával, előtérben kerül a teljesítmény motiváció. Az életkori szakaszok meghatározó feladata az eredmények elérése, a győzelem, a másokkal való összehasonlítás, az értékelés és az önértékelés elsajátítása. Ezek a sajátosságok szorosan összefüggnek a játék tartalmának változásával. A játék motívuma is változik. A motívumok kialakítását, elsajátítását a környezeti tényezők is jelentősen befolyásolják. A személyiségfejlesztés különös területe a játék, sajátos jellemformáló cselekvések szintere a verseny, mely az iskolai élet más területén szinte elő sem fordul. A mozgásos testnevelési játékokban a testi képességek és mozgáskészségek fejlesztése mindig összetett módon történik, azaz több képesség és készség egyidőjű – komplex – tökéletesítésére van lehetőség. A motoros tanulás hatékonyságának fokozása egyértelműen indokoltá teszi az adaptív játékok széles skálájának, életkori szakaszok szerinti alkalmazását. A pedagógiai és pszichológiai összefüggésben is rávilágít a dolgozat a játékos versenyek nevelési lehetőségeire, tapasztalati ajánlásokkal pedig a műveltségtartalom színvonalának emelését kívánom elősegíteni.

A TESTALKATI JELLEMZŐK ÉS AZ IZOMTÖMEG KAPCSOLATA 9-10 ÉVES FIÚKNÁL

Ihász Ferenc – Király Tibor – Völgyi Eszter*

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskolai Kar, Győr

**Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest*

A felnőtt és a még növekedésben lévő szervezet nemcsak funkcionális jellemzői alapján különböző, hanem a testet felépítő szövetek mennyisége (néhány esetben minősége) vagy egymáshoz viszonyított aránya is a növekedés, fejlődés és érés folyamatában éri el a relatív stabilnak tekinthető felnőttkori szinteket, amelyeket a humánbiológiában általában viszonyítási alapnak tekintünk. Alapvető tétel, hogy a szervezetben található izom-, csont- és zsírtömeg szoros kapcsolatban van a működési jellemzőkkel, vagyis ilyen alapon a fejlődő gyermekek, valamint a gyermekek és felnőtt korúak fizikai és élettani teljesítmény-különbségei részben magyarázhatók, továbbá a népesség egészség-kilátásai prognosztizálhatók.

ELIXÍR-E A SPORT? (PREVENCIÓ – REKREÁCIÓ – REHABILITÁCIÓ)

Jakabházy László

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Rekreáció Tanszék, Budapest

Hazánk népegészségügyi helyzete mára kritikussá vált.

Rövid történeti visszatekintés:

Kultúra – testkultúra – rekreáció – wellness kapcsolata.

A Wellness mozgalom nemzetközi – hazai fordulópontjai.

(Nemzetközi Szövetség, Európai Sport for All Akadémia, Magyar Wellness Szövetség, Wellness Akadémia)

I. fejezet címe: „Sikoly”; a jelenlegi tarthatatlan helyzet bemutatása
II. fejezet címe: „Lelkiismeret”, a parlament, a kormány felelőssége

III. fejezet címe: Elixír – e a sport; a rekreáció történelmi szerepe a XXI. században

IV. fejezet címe: Rekreáció szakemberképzés: alapfokú sportoktatói, OKJ-s tanfolyam középfokú menedzser – edző, OKJ-s tanfolyam felsőfokú rekreáció (főiskolai) rekreáció-menedzser (főiskolai) rekreáció-edző főiskolai) rekreáció-testnevelő tanár (egyetemi) levelező rekreáció (főiskolai) levelező rekreáció-menedzser (főiskolai) Egyetemi rekreáció képzés (2004) PhD képzés (rekreáció)

CSONTANYAGCSERE MARKEREK LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATA EGÉSZSÉGES EGYETEMISTÁKON

Jósfay Loránt – Szóts Gábor* – Györe István – Martos Éva

Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest, *Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

A csontanyagcsere vizsgálatánál azon markerek mérése a fontos, melyek a csontfelépítésre és lebontásra jellemzőek. Ilyenek markerek a szérum és vizelet CrossLaps, az osteocalcin, calcitonin, parathormon, D-vitamin receptor, alkalikus foszfatáz és csontspecifikus alkalikus foszfatáz, szérum és vizelet calcium és foszfor. Szerzők a fenti markerek közül a szérum CrossLaps, a csontspecifikus alkalikus foszfatáz, parathormon, calcium, foszfor, vizelet calcium valamint összfehérje, TSH és Oestradiol, értékeit mérték le. A csontspecifikus alkalikus foszfatáz (BAP) az osteoblastok membránjáról "dimer" formában szabadul fel és kerül a keringésbe. A BAP feltehetően a felépítő folyamatokban és a mineralizációban játszik szerepet, így gondosan ellenőrzött feltételek között megbízható marker a csontfelépítésnek. A vizsgálatot 19-23 éves, egészséges, gyógyszerrel nem szedő egyetemista nőknél végezték. A vizsgált személyeket vita maxima futószalagos terhelésnek vetették alá, és a futás ideje szerint két csoportra osztották.

Szerzők választ kerestek arra, hogy:

1. Befolyásolja-e a fizikai terhelés a csontfelépítést és leépülést?
2. Mutatnak-e eltérést a normál értékektől a csontanyagcsere markerei?
3. Van-e szignifikáns eltérés a két csoport átlagértékei között?
4. Mire utal az oldódási szorzat értéke?

Szerzők az elvégzett vizsgálatok eredményeiből az alábbi következtetésekre jutottak:

1. A fizikai terhelés befolyásolja a csontfelépítést és a leépülést.
2. A csontanyagcsere markerek a normál értéktartományon belül, egy irányban mutató értékei annak egyensúlyára utalnak.
3. A két csoport között a szignifikancia nem értékelhető.
4. A vizelet és szérum oldódási szorzatai hányadosának értékei szignifikáns eltérést mutatnak.

AZONOSSÁGOK ÉS KÜLÖNBΣÉGEK A SPORTÁGI PROFILOKBAN (RÖPLABDÁZÁS ÉS ÜLÖRÖPLABDÁZÁS)

Kálbi Katalin – Rigler Endre

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Sportjáték Tanszék, Budapest

Az ezredfordulóra a röplabdázás valóban meghódította a világot: látványossága, izgalmassága folytán az egyik legkedveltebb labdajátékká vált. A test-test elleni küzdelem kiiktatása, a nagyfokú ügyességet, gyors reagáló képességet kívánó akciók élményt adnak mind a játékosnak, mind a nézőnek. Feltehetően a sportág kedvező jellegzetességeire figyeltek fel a mozgáskorlátozottak is akkor, amikor a csapatjátékok köréből szinte elsőként választották a röplabdázást és kialakították a számukra is kedvező változatát, az ülöröplabdázást. A poszteres prezentációban arra tesznek kísérletet, hogy sorra vegyék a „kétféle röplabdázás” mégiscsak azonos, majd ezzel párhuzamosan mégiscsak eltérő jellegzetességeit. A szakmódszertani összehasonlítás a játékosállományra, a játék közben alkalmazott technikák típusára, gyakorlására, a támadó és védekező harcmódor jellemző megnyilvánulásaira és néhány a küzdelem nagyságára utaló momentumra terjed ki.

MULTIMÉDIÁS OKTATÁSTECHNIKAI ESZKÖZÖK SPORTPEDAGÓGIAI MINŐSÉGVIZSGÁLATA

Katona György

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Benedek Elek Pedagógiai Főiskolai Kar, Pedagógia Tanszék, Sopron

Az oktatási intézményekbe járó gyerekek digitális kompetenciája egyre nagyobb, olyan információszerzési technikának a birtokosai, melyet a pedagógikum nem használ fel és ki az oktatási folyamatban. Ugyanakkor egyre több interaktív, multimédiás eszköz, CD-ROM jele-

nik meg a pedagógiai médiapiacra. A pedagógiai gyakorlatban viszont a ténylegesen használt és felhasznált interaktív eszközök száma minimális. Különösen igaz ez a sportpedagógia területére. A kutatásom célja az volt, hogy feltérképezzem a mai magyar és külföldi interaktív pedagógiai CD-ROM piac sportpedagógia szegmensét, választ keressék a kínálat és kereslet összetételére és ezek hátterére, az elérhető anyagokat pedagógiai szempontból értékeljem és elemezzem. A fellelhető források és dokumentumok elemzéséből kiderült, hogy a magyar sport CD-ROM kínálat messze elmarad mind mennyiségében, mind minőségében az elvártól és főleg a magyar sport súlyához viszonyítva. A többi tudományterületet képviselő tantárgyokhoz kapcsolódó CD-ROM kínálat mindegyikénél szegényebb a sporttudományhoz kapcsolható választék. A nemzetközi sportpedagógiai CD-ROM kínálat az adott ország digitális kultúralságának fokától függően változó képet mutat, de mindenképpen bőségebb a hazánknál. A magyar pedagógusok és sportpedagógusok részben kompetenciahiányból, részben a lehetőségek szűkösége miatt nem élnek az interaktív multimédia alkalmazásával, így nem teremtenek piacot az egyébként világszintvonalon álló hazai szoftvergyártóknak. Ugyanakkor a magyar internet-nemzedék sem jelez olyan testkulturális igényeket, melyek keresletként elősegítenék ilyen termékek megjelenését, pedig a sport témájú számítógépes játékok roppant népszerűek ebben a korosztályban. A CD-ROM-ok minőségi szempontok szerinti vizsgálatok szem előtt kell tartani annak többrétűségét. Ilyen rétegek a pedagógiai, az esztétikai, a strukturális-kommunikációs és a programozás-technikai minőségi rétegek. Ezek közül a pedagógiai rétegbe sorolhatjuk a pedagógia cél milyenségét és a cél megvalósulásához alkalmazott pedagógiai, pszichológiai módszereket, az alkalmazás üzenetét, melyet a felhasználó felé közvetít vagy a pedagógiai folyamatba illeszthetőség megvalósulását. A piacon beszerezhető sport témájú CD-ROM-ok között bár akadnak értékes szoftverek is, melyek az adott sportág edzéselméleti szempontjait követve készültek, de többségük pedagógiailag vagy értéktelen vagy alkalmazhatatlan. Pedagógiai hatékonyságuk messze elmarad a technikában rejlő lehetőségektől, amit pedig a játékok programok készítői kiválóan alkalmaznak és a felhasználók elvár-

SPORT ÉS SZOCIOLÓGIA AZ EZREDFORDULÓN

Kincses Kovács Éva

Debreceni Egyetem, Debrecen

Globalizálódó és integrálódó világunkban az elektronikai és a technikai fejlődés felgyorsulása következtében nem ismerünk határokat többé. A média, az Internet és egyéb égi és földi csatornák közvetítése révén a világ bármely pontján bekapcsolódhatunk a világméretű eseményekben, minden eddigi évezred teljesítményét túlszárnyalva az emberiség legjelesebb eredményeiről, vívmányairól akár egyidejűleg szerezhetünk tudomást. Nem csodálkozhatunk azon, hogy a 21. század előjvetelével, az új évezred küszöbén a sport iránt erőteljes érdeklődés mutatkozik, sőt Budapest hivatalosan is bejelentette igényét a 2012-ben esedékes olimpiai rendezési jogának elnyerésére. „Az olimpiai eszme egy olyan életfilozófia, amely a test, az akarat és a szellem tulajdonságainak kiegyensúlyozott egységét helyezi előtérbe. Az olimpiai eszme célja szerint a sportot mindenütt az ember harmonikus fejlődésének szolgálatába kell állítani annak érdekében, hogy bátorítsa egy békés, az emberi méltóság megőrzésén munkálkodó társadalom kialakítását. Az olimpiai mozgalom a saját lehetőségeinek határában belül, egyedül vagy kis szervezetekkel karöltve, a békét előmozdító tevékenységek mellett kötelezi el magát.” Az alapelvek rögzítik továbbá, hogy a sport gyakorlása emberi jog. Minden egyének rendelkeznie kell azzal a lehetőséggel, hogy szükségleteinek megfelelően sportolhasson. „Az olimpiai mozgalom célja az, hogy minden megkülönböztetés nélkül, az olimpiai szellemben üzött sporton keresztül nevelje az ifjúságot egy békés, jobb világ megteremtése érdekében. Ehhez kölcsönös megértésre van szükség, a barátság, a szolidaritás és a fair play szellemében.” Az ötkarikával szimbolizált játékok eszméje, az újkori olimpiai játékok felújításának terve először Pierre de Coubertin „Renaissance Olympique” című előadásán hangzott el Párizsban, a Sorbonne-on, 1892. november 25-én. Az ötlettől a megvalósulásig csaknem két év telt el, míg végül ugyancsak Párizsban, a Sorbonne-on hivatalosan megalakított Nemzetközi Olimpiai Bizottság (rövidítve a NOB) 1894. június 16-23 között tartott kongresszusán elfogadták az olimpiai játékok felújításának tervét. A NOB első elnöke az ókori európai olimpiai sportjátékok országából emelkedett a magas és fontos pozícióba. Így P. de Coubertain báró titkársága a görög író, Demetriosz Vikelaszt üdvözölhette alapító elnöként: „Az öt egybefonódó karika által jelképezett olimpiai mozgalom egyetemes és folyamatos, kiterjed az öt földrészre. Az olimpiai mozgalom akkor jut el tevékenysége csúcspontjára, amikor egybegyűjtja a világ sportolói a nagy sportfesztiválon, az olimpiai játékokra.” – rögzíti az Olimpiai Charta. Az olimpiai ötkarika színei felül balról-jobbra: kék, fekete, piros, alul: sár-

ga és zöld, ezt a szimbólumot és a zászlót jelvényt először 1920-ban Antwerpenben használták és itt tettek először esküt a résztvevők, bár maga az ötkarika szimbólum már 1914 óta a NOB hivatalos jelvénye volt. Eddig 27 olimpiai sorszámot viselő játéokra került sor, a legutóbbit 2000-ben Sydneyben rendezték meg, a következő olimpia színlelye pedig az ókori európai bölcső, a görögországi Athén lesz 2004-ben, majd 2008-ban Pekingre, Ázsiára figyel az egész világ. Mindezek az eszmék nemcsak a testi, fizikai sportokra, hanem a szellem művelésére is vonatkoznak. A Magyar Olimpiai Bizottság (MOB) élén Schmitt Pallal és Aján Tamással a Magyar Olimpiai Akadémiával együttműködve méltón képviseli hazánkat az olimpiai mozgalomban, s remélhetjük, hogy 2012-ben ismét Európa szívében zajlanak majd a játékok.

TESTMÉRETI ÉS TESTÖSSZETÉTELI ADATOK ÖSSZEHASONLÍTÁSA RENDSZERESEN NEM SPORTOLÓ 9-10 ÉVES GYŐRI GYERMEKEKNÉL

Király Tibor – Ihász Ferenc – Völgyi Eszter

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskolai Kar, Győr

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

A testalkat megfigyelésének és különféle szempontból vett leírásának hosszú története érdekes ívet irt le az egyedüli az általánosig és vissza az egyedihez. A morfológiai alkat és a testösszetétel kapcsolata elsősorban a felnőttek mintáinál szemléletes. Környezetünkben is gyakran találunk olyan embereket, akik szembetűnően nem korlátozóak táplálék felvételüket, fizikai aktivitásuk sem rendszeres és testösszetételükben a raktárzsír aránya vagy abszolút mennyisége mégis kicsi. Az ellenkező példa talán azért gyakoribb (vagy csak gyakoribbnak tűnik), mert napjainkban az írott és a nyomtatott média egyaránt azt sugallja, hogy a felesleges mennyiségű raktárzsír az egészséget veszélyeztető tényező. Ezzel együtt környezetünkben valóban sok az olyan ember, aki állandóan fogyókúrázik, jelentősen korlátozza a felvett táplálék mennyiségét, és mégis folyamatosan fennáll túlsúlya vagy kisebb-nagyobb mértékű kövérsége. A két szélsőséget képviselő állapot háttérben elsősorban az anyagcsere folyamatok különbözősége áll, de mint ez ismeretes, a folyamatok intenzitása és gazdaságossága szoros kapcsolatban van többek között a testalkattal is. Gyermekeknel és az összefüggés nem ilyen egyszerű, hiszen a morfológiai alkat végleges formájának kifejlődése is csak a késői posztpubertásra tehető. Az alapjelenségek azonban az egyedfejlődés viszonylag korai szakaszában felismerhetők, mi több előre is vetíthetők. Több humánbiológus ennek megfelelően a testösszetételt befolyásoló tényezők között hangsúlyal említi a testalkatot is.

DIASZTOLÉS FUNKCIÓ ÉS PULZUSSZÁM ÖSSZEFÜGGÉSEI

Kispéter Zsófia – Kneffel Zsuzsanna – Horváth Patrícia – Sidó Zoltán – Pavlik Gábor

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest,

Országos Sportegészségügyi Intézet, Kondicionáló Osztály, Budapest

A szív funkcionális edzetségi jelei közül a diasztolés funkciót jellemző E/A hányados rendszeres edzés hatására egyes szerzők szerint javul, mások szerint nem. Megnehezíti az E/A hányados értékelését, hogy egyértelműen függ a pulzusszámtól. A rendszeres edzésnek egyértelmű hatása, hogy alacsonyabb a pulzusszám, nehéz tehát elkülöníteni, hogy az E/A változása az edzés önálló hatása-e vagy az alacsonyabb pulzusszámnak a következménye. Vizsgálatainkban ezért 1004 edzett és nem edzett férfiben néztük meg az E/A hányadost a pulzusszám függvényében, valamint megnéztük, hogy van-e szignifikáns különbség az E/A hányadosban azonos pulzusszámú edzett és nem edzett férfiak között. Eredményeinket három korcsoportban analizáltuk. Serdülő és ifjúságiaknál nem volt különbség az edzett és nem edzett csoportok között, az E/A hányados a növekvő pulzusszámmal azonos mértékben csökkent. 19-30 év között szintén nem volt különbség az azonos pulzusszámú edzett és nem edzett férfiak között, a két görbe azonban különbözőképpen viselkedett, a növekvő pulzusszámmal az E/A hányados az edzett csoportban szignifikánsan csökkent, a nem edzeteknél azonban nem. 30 évesnél idősebb férfiaknál az azonos pulzusszámú edzett férfiaknak szignifikánsan magasabb E/A hányadosa volt, mint a nem edzeteknek. Eredményeink szerint tehát az E/A hányados értékelésében mindig figyelembe kell vennünk a pulzusszámot is.

A MOTOROS KÉPESSÉGFEJLESZTÉS HATÁSA A MOZGÁSOS CSELEKVÉSTANULÁSRA A NŐI TORNÁBAN

Kiss Gábor

Berzsenyi Dániel Főiskola, Sportági Tanszék, Szombathely

Munkámmal szeretnék rávilágítani a motoros képességfejlesztés fontosságára a női sporttornában. Ennek főként kezdeti szakaszán tűztem ki fő feldolgozási területnek az óvodás és a kisiskolás kort:

- Motoros képességfejlesztés az óvodástornán
- Sportági mozgások oktatása az óvodástornán
- Motoros képességek fejlesztése alsó tagozatban a női sporttornában
- Technikatanítás alsó tagozatban a női sporttornában

Vizsgálatom másik fő kérdése a motoros képességfejlesztés és az eredményesség összefüggései. Ezek alapján, akik a képességfelmérésben a csoport legjobbjai közé tartoznak, ők a technikai tudásban is a többiek fölé emelkednek. Mindezek eredményét szeretném saját csoportommal végzett felmérésekkel igazolni.

AZ ISKOLAI TESTNEVELÉS SZÍNVONALÁNAK MEGÍTÉLÉSE A NEMZETI ATLÉTIKAI PROGRAM VERSENYEIN NYÚJTOTT TELJESÍTMÉNYEK ALAPJÁN

Kiss Gábor

Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Tanárképző Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Szeged

A Nemzeti Atlétikai Program (N.A.P.) 1999-ben nemzeti mozgásprogramként kezdte el működését. 2003-ra a NAP Diákolimpiai versenyszisztém, valamint az iskolák és a szakosztályok támogatási elvének tapasztalatai alapján a MASZ (GYISM) új alapokra helyezte a működés rendszerét és célkitűzéseit. A továbbiakban az atlétika utánpótlásának megteremtése a fő célkitűzés, ezt kell szolgálja a támogatott iskolák és a szakosztályok megfelelő együttműködése, a - NAP edző munkája. A NAP versenyek eredményeinek adatait az elmúlt 4 évben a számítógépes feldolgozás követően elemeztük. Különösen nagy előrelépést jelentett a többpróba versenyek számítógépes értékelő programjának teljes körű bevezetése. A programnak és az adatbázis célzott kezelésének köszönhetően jól szembevető az iskolák, a körzetek és esetleg megyék teljesítmény különbségei. Minek köszönhetőek a nagy teljesítmény különbségek? - amikor a versenyek versenyszámjai kivétel nélkül mind a tananyag tartalmában megjelenő atlétikus képzettségre támaszkodnak! A vizsgálat a teljesítmény különbségek okainak feltárására irányul. Bemutatja a személyi és tárgyi lehetőségek különbségét az egyes iskolákban, az atlétikus képzés, az atlétikai mozgásanyag oktatása területén.

Munkahipotézisem az alábbiakban fogalmazható meg:

Feltehető, hogy a tanulók számára az általános iskola testnevelés óráin nem a tananyag tartalmának és az adott korosztály életkori követelményeinek megfelelő terhelést biztosítják a testnevelő tanárok. A következő kérdésekre keresem a választ.

1. Milyen személyi és tárgyi feltételek állnak a különböző teljesítmények mögött?
2. Milyen kapcsolat van az iskolák sportági profilja és a N.A.P. versenyek eredményessége között?
3. Milyen mértékben befolyásolja az iskolák atlétikai eredményességét a bázis szakosztályok megléte vagy hiánya, a szakosztályok támogatottságának foka?

SPORTOLÓK ECHOKARDIOGRÁFIÁS MUTATÓI KÉNYSZERPIHENŐ ALATT

Kneffel Zsuzsanna – Horváth Patrícia – Kispéter Zsófia – Petridisz Leonidasz – Petrekantits Máté – Pavlik Gábor
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

Az edzett szívre meghatározott morfológiai, funkcionális és regulációs eltérések jellemzők. Ezek a rendszeres edzés hatására visszafejlődnek, pl. a hipertrófia visszafejlődése jellemző az edzett szívre de nem jellemző a kóros hipertrófiára. Saját régebbi vizsgálataink és mások vizsgálataira arra mutatnak, hogy a különböző edzetségi jelek a rendszeres edzés abbahagyása után nem azonos időtartam után fejlődnek vissza. Ez a „szünet” befolyásolja a fent említett jellemzőket. Vizsgálatunkban arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen mértékben változnak az edzett szívre jellemző paraméterek az idő múlásával. Aktív sportolók edzett szívét hasonlítottuk össze a kihagyás különböző időpontjaiban mért adataikhoz. Eredményeink azt mutatják, hogy a szív valamennyi vizsgált paramétere változik a pihenőidő alatt, de nem egyforma mértékben és nem egyforma időtartam alatt. A leggyorsabban a szív szabályozásából fakadó paraméterek változnak elsősorban a szimpatikus aktivitással összefüggésben, legkésőbb a szívre jellemző balkamra hipertrófia fejlődik vissza. A változások mértékét az időtartam valamint a sportolók edzetségi állapota és a sportág jellege is befolyásolja.

EDZŐKÉPZÉS A HAZAI FELSŐOKTATÁSBAN, A KÉPZÉS PERSPEKTÍVÁI

Kovács Etele – Keresztesi Katalin – Kovács István
Semmelveis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Atlétika Tanszék, Budapest

A rendszerváltást követő időszak nagy változásokat hozott Magyarországon a sportéletben. A politikai-, gazdasági élet változásai, mindezekkel együtt az egyesületek gazdasági, szervezeti és társadalmi munkáját érintették. Megszűnt a sport központi állami irányítása, a finanszírozás új formái kerültek előtérbe. Természetesen ezek a változások nagyban befolyásolták az edzői munkát, megváltoztatták az edző szerepét, társadalmi presztízsét, munkaerő-piaci pozícióját, általában elmondhatjuk, hogy az edző szerepe leértékelődött. Az edzőképzésre irányított, kiemelt figyelmet ezek a jelentős változások indokolják, amelyet a nemzetközi versenysportban bekövetkezett fejlemények is alátámasztanak. Az előadás egy olyan kutatás eredményeit ismerteti, amely áttekinthető, objektív helyzetelemzést adja a szakedzőképzés minőségéről, tartalmi színvonaláról, a képzés folyamatáról alkotott vélemények alapján. A vizsgálatban részt vett a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar szakedzői hallgatóinak II-III. évfolyama. Az eredmények értékelésével a kutatók hozzá kívánnak járulni a szakedzőképzés korszerűsítéséhez és fejlesztési feladatainak megoldásához.

CIVILIZÁCIÓS ÁTKOK – REKREÁCIÓS VÁLASZOK – IRÁNYZATOK

Kovács Tamás Attila
ELTE Pedagógia – Pszichológia Kar, Testnevelés és Sportközpont,
Budapest

Az előadás értő követéséhez - de már címének megértéséhez is - tisztázandó a rekreáció fogalmának totális értelmezése. Eszerint a rekreáció a civilizációs fejlődés kihívásaira adott válasz-tevékenység, amit elsősorban szabadidőnkben végzünk. A „kihívások” alatt az ártalmakat, a fejlődés negatív, az emberek életminőségének romlását okozó hatásokat értjük. Az emberiség történelmének hatalmas fordulópontjai a társadalmi (termelési és életmódbeli) forradalmak voltak. A változások (negatív) hatásainak manifesztálódása kezdetben mintegy évszázadnyi váratott magára, ez napjainkra néhány évre csökkent. A tömegesen jelentkező szükséglet (szükséglet-élmény) jellegzetes válasz-tevékenységekben nyilvánult meg. Ezeket a jellegzetes rekreációs magatartásokat, tevékenységeket nevezük irányzatoknak. A nagy fordulópontok és az azokra adott tipikus válaszok, azaz irányzatok a következők:

1. Ipari Forradalom (1750-1780). Legjelentősebb életmódváltó hatása a hatalmas ipari városok megjelenése (urbanizáció). Válasz: „ki a szabadba”, vissza-menekülés a mesterséges környezetből a természetbe. Irányzatként: outdoor.
 2. Tudományos Technikai Forradalom (1900 környékén). Urbanizált, kényelmesedő élet. Válasz/irányzat: fitness, wellness.
 3. Információs Forradalom (~1975). Urbanizált, kényelmesedő élet vezet az ülő életmódhoz (Homo sitting). Válasz: stresszoldó, élménykereső tevékenységek (extrém, fun, kaland sportok).
 4. Globalizált Világ (~2000). Urbanizált, ülő életmódú emberiség a teljesítménykényszer keresztjére fesztive. Válasz: ???
- Az előadás ennek a több évszázados - és napjainkon jóval túlnyúló - folyamatnak bemutatását-értelmezését kísérel meg.

A BODY-TERROR HATÁSA HALLGATÓINKRA

Kovács Tamás Attila
ELTE Pedagógia – Pszichológia Kar, Testnevelés és Sportközpont,
Budapest

A fitness rekreációs irányzattal egyidejűleg - részben annak egyik hajtóerejeként, de még inkább „vadhajtásaként” - az 1970-as évek elejétől egyre erőteljesebben fejt ki hatását egy jellegzetes test-ideált, az egyre magasabb és egyre vékonyabb (könnyebb) - elsősorban női - figurát eredményező body-terror. A média és a kíméletlen reklámok által sulykolt, ezáltal a társadalom kultúrideáljába szervesült imázs-elvárás (ideál) az emberek zöme által semmiképp el nem érhető mintát követni kívánó tömegek frusztrálódnak. A posztmodern, túlfogyasztó, egyre jellemzőbben ülő életmódot folytató emberének mindinkább élet-halál kérdéssé váló feladata a tudatos életvitel (életmód), azon belül is a test-kontroll kialakítása. A fogyókúra jójó, illetve az egyre „divatosabbá” váló anorexia- és bulimia nervosa a jellemző kísérőjelenségek. Az utóbbi években föltűnt, hogy nő-hallgatóink egyre vékonyabbak, mikor bekerülnek a felsőoktatásba, aztán nem ritkán tovább küzdenek valamiféle eszmei soványagság felé. Ezért áttekintettük az elmúlt évtizedben felvételizettek antropometriai adatait, valamint összevettük felsőbbéves nők felvételizéskori és mostani adatait. Vizsgálódásunk elsősorban a testtömeg indexre (BMI) és a derék és csípő arányra tért ki. Adódott a kérdés, vajon a body-terror mennyire érhe-

tő tetten hallgatóink testméreteiben, illetve mennyire jelenik meg életmódjukban. Előadásunkban a kapott eredményeket ismertettük.

A SPORTOLÓK SZÁMVITELI ÉS PÉNZÜGYI ÉRTÉKELÉSÉNEK KÉRDÉSEI

Kozma Miklós
BKÁE Vállalatgazdaságtan tanszék, Budapest

Prezentációmban azt kívánom bemutatni, hogy miért és hogyan merül fel az igény a sportban a sportvállalkozást működtető gazdasági társaság állományában lévő játékosoknak a számviteli információs rendszerben való szerepeltetésére, valamint hogy milyen elvi szempontokat kell megfontolni az ennek gyakorlati megvalósítását célzó folyamat során. Régi probléma - különösen a labdarúgásban - a játékosok számviteli méreletben való szerepeltetésének kérdése. Ha nincsenek a méreletben, az nyilvánvaló hiba, mert a társaság üzleti sikere nagymértékben függ a mérközéseken nyújtott teljesítménytől, melynek ugyanakkor legmeghatározóbb tényezője a játékosállomány minősége. Ez a minőség kifejezhető számszakilag az érintett játékosok piaci értékének összességével. A szám ugyanakkor a számviteli szabályozás adta keretek között nem feltétlenül jelentethető meg a hivatalos pénzügyi jelentésben. A mai napig a világon sehol sem sikerült a sport érintettjeinek megfelelő, stabil számviteli információs rendszert alkotni. A sport üzletként való értelmezése Európában ugyanis csupán a huszadik század utolsó negyedében, de leginkább utolsó évtizedében terjedt el, a médiából érkező nagyobb összegű megrendelések, illetve befektetések eredményeképpen. A számviteli szabályozáson keresztül megfogalmazott szigorú elvi követelményeknek a sportvállalkozást működtető gazdasági társaságok csak abban az esetben tudnának megfelelni - és ezzel egy megbízható számviteli információs rendszer számára együttműködő alanyként szerepelni - , ha az egyes sportágak működésének alapos közgazdasági értelmezése, a megszokott gazdasági-gazdálkodási fogalmak értő alkalmazásával, a kívánt definíciók megszületését eredményezné.

SPORTOS ÉLETMÓD ÉS A MEDENCEI SZERVEK VÉDELME

Kriston Andrea
Női Egészségműhely, Budapest

Csupán tudatos egészségnevelő munka segíthet abban, hogy a nők a vázizomzat edzésén és a sporttevékenység érdekében végzett tréningen túl fontosnak tartásuk testük „előkészítését” a szexualitással, várandóssággal, szüléssel, menopauzával járó változásokra. Szervezetünk egyetlen vízszintes, akaratunktól független működő izma, mely nevelésünkben adódóan szeméremmel fedett, és a jólneveltség érdekében sorvadásra ítélt terület. Működési képessége meghatározza komfortérzetünket. Funkciói közé tartozik a zárás, kiengedés és a medencei szervek tartása. A 18 évesek 50%-a már tapasztalta az akaratlan vizeletvesztés tünetét, mely a húgycső izmainak gyengülését jelzi. Ez a szegénytelen gyakorta akadályozza a lányokat a fizikai teljesítményük kiteljesítésében. A kérdőíves felmérés segítségével kiderült, hogy a vizelet megtartásának képzetlensége sokszor fordul elő futásnál, ugrálásnál, szökdelésnél. Az izomzat zárófunkciója mellett alulról tartja a húgyhólyagot, méh és a belek súlyát. A támasztó izomlemez terheltségét fokozza minden fizikai munka, így egyes sportmozgás is. A lányok, nők sportjában érdemes végiggondolni, miként tudjuk teljesítményüket úgy növelni, hogy az a későbbiekben nem csökkenti az alhas szerkezeti stabilitását, illetve a záróizmok tréningjével fokozzuk azok terhelhetőségét. Ideális lenne, ha a sportolók tudatos életvezetésének része lenne a hasi szervek védelme a szakszerű INTIM TORNA® alkalmazásával.

A REKREÁCIÓS SZAKEMBEREKRE VALÓ IGÉNY VÁLTOZÁSA AZ ÜZLETI REKREÁCIÓS TERÜLETEN 2001-2003 KÖZÖTT

Lacza Gyöngyvér
Semmelveis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Rekreáció Tanszék, Budapest

A kutatás célja a rekreációs szakemberekre való igény megismerése minőségi megközelítésben az üzleti rekreációs területen továbbá a 2001-2003-as időszakban esetlegesen bekövetkezett változások felmérése. Távlati célja, hogy tantárgyi szinten alapot nyújtson a főiskolai rekreációs képzés fejlesztéséhez. A kérdés időszerejét az adja, hogy a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karán idén elindult az önálló rekreáció képzés emellett további kilenc intézmény adott be szakindítási kérelmet, azonban a valódi piaci igényekről előtanulmányok, sem általánosan sem területi szinten, nem készültek. A kutatás első része 2001-ben az üzleti rekreációs területről 10 kulcsember megkérdezéséből állt strukturálatlan interjú formájában egy meghatározott ellenőrzőlista alapján. Az eredmények egyértelműen arra utaltak, hogy növekvő igény van jól képzett rekreációs szakemberekre. Az idegenforgalomhoz kapcsolódó területen kiemelték az általános

turisztikai ismereteket, az animáció, vagyis csoportok aktivizálásával foglalkozó terület valamint az idegen nyelv ismeretének fontosságát. A vállalati rekreációs területen kiemelt fontosságot kaptak a marketing és menedzsment ismeretek. Az adatok azt mutatták, hogy nagy jelentősége van a szervezési, vezetési képességeknek és a különböző korosztályok, speciális igényű csoportok rekreációjával kapcsolatos módszerek megismerésének. A megkérdetettek hangsúlyozták a gyakorlat, a tapasztalat jelentőségét. Mindemellett vitathatatlanul megjelent egy általános probléma, miszerint a rekreációs szakemberekre való igény bár létező de csupán látszen van jelen a piacon. Meghirdetett pozíciók alig vannak. A felmérés e része egyértelműen rámutatott a személyiségfejlesztés és az 'önmenedzsment' fontosságára. Természetesen ennek tantervi vonatkozásai is vannak, a csoportvezetői szerep gyakorlása kiemelt szerepet kell, hogy kapjon a felsőfokú rekreációs szakemberképzésben. Továbbá azt a következtetést vonhattuk le, hogy a képzés hatékonyságát nagyban segítené a rekreációs, de nem sportági gyakorlat tantervi súlyának növelése. A 2003-as évben a korábbi kutatás reprodukciójára és kiterjesztésére törekedtünk. Felméréseinkből kiderült, hogy a korábban inkább rejtett álláslehetőségek mára jobban letisztultak, igaz a probléma részben jelenleg is fennáll. Számos újabb potenciális munkaadó jelent meg a piacon. A rekreációs szakemberek felé támasztott elvárások jóval specifikáltabbak, mint korábban. Az eredmények gazdag információt nyújtanak a rekreációs képzés felsőoktatási tanterveivel főként tartalmi szempontból. Az üzleti rekreációs területről gyűjtött adatok iránymutatók és általánosságban a rekreáció további területein is felhasználhatók.

AZ ÚSZÓVÁLL MEGELŐZÉSÉNEK LEHETŐSÉGEI

Lakatos Orsolya – Karsai István

Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar, Mozgástani Intézet, Pécs

Irodalmi adatok, valamint versenyúszó gyermekeken végzett korábbi felméréseink eredményei azt mutatják, hogy fokozott figyelmet kell fordítani az úszókon előforduló válszerűségekre. Ezért az „úszóváll” korai jeleinek felismerése céljából folytattuk vizsgálatainkat. Összesen 18 (13.00±1.16 éves) gyermeket vizsgáltunk, akik 7.39±2.79 éve úsznak versenyszerűen. A vizsgálatok menete a következő volt:

- Anamnézis, beleértve az úszástechnikára vonatkozó adatokat is.
- Fizikális vizsgálat.
- Erőmérés.
- A mozgásterjedelem mérése.

Az anamnestikus adatok alapján öt, fizikális vizsgálattal tíz pozitív esetet találtunk. A vállfájdalom gyorsúszó gyermekeknél fordult elő a leggyakrabban (4 esetben), a mellúszók között nem volt pozitív eset. Nem találtunk nemi különbséget. A mozgáselemzés során kiderült, hogy a berotatio szélső szögértéke meghaladta a kirotatio mértékét. A korábbi vállfájdalomról beszámolóik körében a berotátor izmok ereje szignifikánsan (jobb oldalon: $p < 0.039$, bal oldalon: $p < 0.0025$) meghaladta a panaszmentes úszóknál mért értékeket. Mindkét csoportban a berotátorok ereje számottevően nagyobb volt, mint a kirotátor izmoknál mért erő. Eredményeink azt mutatják, hogy a helytelen úszástechnikából eredő erőegyensúly megbomlása, valamint a túlzott ízületi mozgékonyosság a legfontosabb kockázati tényező a válszerűségi kialakulásában.

TESTNEVELŐ TANÁRI VÉLEMÉNYEK AZ ÁLTALÁNOS ISKOLAI TESTNEVELÉS TANTERVI VÁLTOZÁSÁJRÓL

Leibinger Éva

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Torna Tanszék, Budapest

Az elmúlt tíz év Európában a keret jellegű szabályozás évtizede volt. Magyarország 2004. májusában az Európai Unió tagállama lesz, ezért a hazai közoktatás-politika és oktatásirányítás az európai dimenziókat helyezte, illetve helyezi előtérbe. Az eurokonform tudást megalapozó tartalmak fő tényezői ugyanis azok a kulcskompetenciák, amelyek növelik a tanulók munkaerő-piaci esélyeit. A szakírók (Ballér Endre, Biróné Nagy Edit, Hamar Pál, stb.) abban teljes mértékben egyetértenek, hogy a NAT és a kerettanterv által biztosított tartalmi kiszélesedésre szükség van. Ugyanakkor nem elhanyagolható kérdés: hogyan éli meg ezt a folyamatot a magyar pedagógus társadalom a többlet feladatok tükrében? Vizsgálatainkat a pedagógusok egy rétegére, nevezetesen a testnevelő tanárok körére szűktítettük le. Keresztmetszeti vizsgálat keretében mértük fel, hogy a testnevelő tanárok milyen véleményt formálnak az iskolai testnevelés céljaival, tartalmával, módszereivel kapcsolatban. Kérdőívünk névtelen válaszadást tett lehetővé. Az anamnézis során a válaszadó nemére, életkorára, iskolai végzettségére, lakóhelyére kérdeztünk. A 18 állítást tartalmazó kérdőívet több mint 100 testnevelő töltötte ki. A statisztikai feldolgozás és az értékelés az ötfokozatú Likert-skála felhasználásával történt.

A TESTTÖMEG ÉS A MOTOROS KÉPESSÉGEK KAPCSOLATA AZ ISKOLAI TESTNEVELÉS TÜKRÉBEN

Lelovics Zsuzsanna

Kaposvári Egyetem, Csokonai Vitéz Mihály Pedagógiai Főiskolai Kar, Kaposvár

Mindennapos tapasztalat és számos tudományos vizsgálat is egybehangzóan igazolja, hogy a testtömeg is és a motoros viselkedés is nagymértékben befolyásolja az egyén erőnlétét, fizikai teljesítőképességét, s általában egészségi állapotát. Keves adat van azonban a testtömeg (s általában az alkat) és a motoros képességek kölcsönkapcsolatára. Így még arra az egyszerű kérdésre sem könnyű a válasz, hogy azért kövér-e az egyén, mert nem mozog eleget, vagy fordítva, azért nem mozog eleget, mert kövér? Az előadás választ ad arra, hogy van-e és mekkora kapcsolat a testtömeg és a motoros képességek között a vizsgált – középiskolás – korosztályban? Feleletet keresünk arra az egyszerűnek tűnő kérdésre, hogy a testtömeg befolyásolja-e az egyén mozgásait, vagy az egyén motoros viselkedése formálja a testtömeget, avagy dinamikus kölcsönkapcsolat van közöttük? Vizsgálati módszereink között szerepel szociometria, sportéletlani vizsgálatok, kérdőíves felmérés, motoros próbák, mozgáskoordináció elemzése, erőmérés, erő-állóképesség elemzése.

A MAGYARORSZÁGI CÉLLÖVŐ SZÁMSZERIJÁSZAT TÖRTÉNETE 1993-TÓL NAPJAINKIG KÉSZÜLT A MAGYAR SZÁMSZERIJÁSZ SZÖVETSÉG FENNÁLLÁSÁNAK 10. ÉVFORDULÓJÁRA

Lénárt Ágota – Palotai Gyula

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Pszichológia Tanszék, Budapest

Magyar Számszerijász Sportszövetség, Budapest

A tanulmány bemutatja a számszerijászat sportversenyezésben használatos ágait, a match, a field és a sport kategóriát. Rövid áttekintést ad a nemzetközi szövetség (IAL) megalakulásától (1956) - a legfontosabb eseményeken át - az Európa- és Világbajnokságok, Európa-kupák történetéről. Ismerteti a legfőbb versenyzési szabályokat. Részletesen bemutatja a magyarországi számszerijas lövészet előzményeit, a magyar szövetség (MSZSZ, később MSZS) megalakulását, működését és az általa fémjelzett nemzetközi versenyeket, többek közt az azóta is rekordrészvételnél számító 1998-as Larus világbajnokságot és a három HÜMET Európa-kupát. Elemzi a nemzetközi fejlődésvonalat, és ebben elhelyezi a magyar sportolók szerepét és eredményeit. Végül néhány számszerijas történeten keresztül életközelségbe hozza az olvasó számára ezt a sportágot, mely az íjászat és a lövészet között helyezkedik el.

A FIELD SZÁMSZERIJÁS LÖVÉSZET NÉHÁNY PSZICHOLÓGIAI JELLEMZŐJE

Lénárt Ágota

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Pszichológia Tanszék, Budapest

A magyar számszerijász válogatott (10 fő) vizsgálata során az volt a cél, hogy megállapíthatók legyenek azok a pszichológiai jellemzők, amelyek fontos szerepet játszanak a versenyeredményességben. A pszichológiai vizsgálat a következő tesztek tartalmazta: STAI-FX1, STAI-FX2, AAI-H, SLM, CPI, PIK, ACSI-28/2. A vizsgálatot két élettani paraméterrel (MVV és verseny közbeni adrenalin szint monitorozás) egészítettük ki. Szignifikáns összefüggés mutatkozott a versenyeredmények és a csapásokkal való megküzdés (ACSI-28/2 1. faktor), a szinkronizáció (PIK 12. faktor), a sikerorientáció (SLM 4. faktor) és a stressztolerancia (SLM 5. faktor) között ($p < 0,05$). A vizsgált sportolókat további két csoportra osztottuk eredményeik alapján. Szignifikáns különbség van a csoportok között az intellektuális hatékonyság (CPI/IE) (fordított), az érzelmi kontroll (PIK 15. faktor), az MVV és az első versenynap végi adrenalin szint (fordított) tekintetében. Tendenciászerű összefüggés figyelhető meg az empátia (CPI/EM) (fordított), a kontrollézés (PIK 2. faktor), a szociális mobilizáció (PIK 10. faktor) és a szinkronizáció (PIK 12. faktor) terén. Az eredmények szerint a jó versenyeredmények együtt járnak a jó megküzdési képességekkel, a szinkronizációval, a sikerorientációval, a stressztoleranciával és az érzelmi kontrollal. A faktorok egymáshoz való viszonyát részletesen elemezzük. A kapott adatok további segítséget nyújtanak a céllövő versenyszámok részletesebb megismeréséhez és a tehetségesek kiválasztásához és gondozásához.

AZ ISKOLAI TÁNCOS MOZGÁSMŰVÉSZET MÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI LEHETŐSÉGEI

Lévai Péter

Magyar Táncművészeti Főiskola, Budapest

A művészi testmozgás kifejező eszköztárában már nemcsak a ritmikus sportgimnasztika, a műkorcsolya és hasonló sportművészetek találhatók, hanem a hagyományos "testkultúra" a népi művészet testen megjelenő mozgásformái, azaz a művészileg megfogalmazott táncok, a táncművészet adaptációi is megjelennek. A mai magyar iskola-rendszerben megtalálhatók a formális iskolai csoportok mellett az informális – ám teljesen iskolai rendszerben működők is. Ezek a művészeti iskolák a mai napig közel 260.000 diákot oktatnak és nevelnek. Ezekből mintegy 180.000 tanul táncolni, vagyis a táncművészet három legfontosabb ágát művelik: a klasszikus baletet, a társas táncot és a néptáncot. Ezek az arányok, illetve létszámok is mutatják, hogy olyan – felfutóban lévő művészetoktatás zajlik napjainkban, amely mindenképpen közelebbi vizsgálódásra ad indokot. Nem szabad azonban megfeledkezni egy igen fontos aspektusról. Mivel ezek a "csoportok" iskolaként működnek – komoly állami támogatást tudva maguknak, az értékelési rendszerük is megkívánja az iskolai formákat. Ebben azonban komoly lemaradások, illetve szereptévesztések jelentek meg napjainkban. Poszterem témájául tehát a művészeti iskolai néptánc oktatásnak az értékelési lehetőségeit kívánom bemutatni, összehasonlítva más művészetoktatási értékelési rendszerrel, jelesül a zeneoktatás, a képzőművészet és a sport területén napjainkban meglévő értékelési és minősítési rendszerekkel. A százhalombattai művészeti iskola néptánc tagozatán már harmadik éve folyik egy speciális mérési-értékelési szisztéma, három korcsoportban, kontroll csoportokkal, amely nem a teljesítményre koncentrálnak elsősorban, hanem a humán mozgásfolyamatok reprezentációjának, visszaadási formáinak esztétikai és kognitív lehetőségeit és ezek mérési problematikáját igyekszik feltárni.

KORFBALL: EGY IDEÁLIS KOEDUKÁLT SPORTÁG

Majoross Kinga

Semmelweis Egyetem, Testnevelési- és Sporttudományi Kar, Pszichológia Tanszék, Budapest

A korfball a világon az egyetlen olyan labdás csapatsport, ahol a hivatalos szabályok szerint férfiak és nők együtt játszanak. Ez a sportág, bár kevesen ismerik, immáron 100 éves múltra tekint vissza szülőhazájában, Hollandiában. Emellett a világ számos országában rendeznek nemzeti bajnokságokat és nemzetközi versenyeket. A koedukált sportolás hatásait vizsgálva a korfballt egy sportmozgásokat tekintve hasonló sportággal, a kosárlabdával hasonlítottam össze. Vizsgálatomban mindkét sportágból 50 sportoló vett részt (N=100) (mindkét csoportból 25 férfi és 25 nő). Kérdőívvel (mely tartalmazott nyitott kérdéseket is) és megfigyeléssel kerestem a választ arra, hogy a koedukált sportolásnak milyen pszichológiai hatásai vannak, különös tekintettel a mentális egészséggel való kapcsolatára. Az eredmények alapján a korfballosok magasabb önbizalommal ($p < 0,05$), jobb kooperációs-készséggel ($p < 0,05$), és erősebb csapathoz való tartozással jellemezhetők ($p < 0,01$), mint a kosárlabdázók. Ugyancsak a koedukált formánál találtam nagyobb csoportkohéziót ($p < 0,01$), alacsonyabb szorongás- ($p < 0,01$) és agresszió-szintet ($p < 0,05$), valamint kisebb csapattársakkal szembeni irigységet ($p < 0,01$). Összegezve kutatásom eredményeit arra következtetésre jutottam, hogy a koedukált sportolás terén megfigyelhető jobb szociális légkör kedvező pszichológiai hatásai révén jobb mentális egészséget eredményez.

INTERNATIONAL FUNSPORT IN EUROPE AND ITS EFFECT ON SCHOOL PHYSICAL EDUCATION EXEMPLIFIED BY BEACH-TENNIS

Mensing, Eberhard

Technische Universität München, Deutscher Tennis Bund, Hamburg

FunSport is that kind of sports which in the original meaning of the latin word "disportare" (to spend free time) is quite similar to the roots of sports spirit. Still the motivation of the actives isn't limited by the fun-character. They are still eager to work hard. The fun, especially the beach-sport mainly represented by Beachvolleyball has played such an important role since the Olympic Games of 2000 in Sidney, that traditional Volleyball has been left behind. Almost every other sport e.g. Handball and Soccer has followed this example set by Beachvolleyball. Sometimes even the Sumo-Wrestlers fight on sand. Beach-Tennis which received its own rules in 1999 is being played in many forms all around Europe. Its typical character is not different from the other kind of sports where the roots can be tracked back to traditional sport which have been transported to the sand. The boom is not as big as in Beachvolleyball. Still due to the fact that it is easy to learn and due to its velocity in pro-gaming Beachtennis was able to achieve within five years

its own segment. Further more the free market has started to take a closer look at the new game. The number of competitions has raised a lot since 1999. By the end of the year of 2003 about 200 competitions will have been played on the beach, in the city-courts, in sports clubs or in about 30 special beach-gyms. Sociological grows a new community of actives. 80% are under the age of 25 and 40% of them had never played tennis before, but other kinds of sports. In combination with Pop-Music, own style of clothing, cool behaviour and typical messages mark these events. Even school noticed this new trend. Beach-Tennis is a good workout for the legs in combination with a lot of fun. The method is really easy and the game as well. Quite frankly the students participate with a lot of fun and high motivation. These days the gifted sportsmen participate in FunSports with high enthusiasm. Therefore they lack in the traditional sports, where you have to work hard and without music. For the first time during school vacation the Bavarian Ministry of Education offered a trainee weekend for 60 sport teachers on the beach fields of the University of Würzburg / Germany. They had lots of fun and were sore from running, jumping, hitting and diving in the sands. Their students will make the same experience in 2004.

TESTSZÍRTARTALOM ÉS SZOMATIKUS FEJLŐDÉS

Mészáros János – Zsiedegh Miklós – Tatár András – Völgyi Eszter – Prókai András – Vajda Ildikó – Mohácsi János
Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

A kövérség és az elhízottság (obesitas) gyakorisága napjainkban gyermek-, serdülő- és fiatal felnőttkorban közel 30% (Mészáros et al. 2001). Ez az arány még kedvezőtlenebb a lakosság középkorú rétegében (Dési 1998). Az okok és magyarázatok között első a megváltozott életmód és az általános jellemző hipoaktivitás. A kövérséggel foglalkozó vizsgálatok száma sokszorosára nőtt az utóbbi 10 év folyamán Magyarországon is és az angol nyelvű szakirodalomban is. Sok vizsgálat eredménye bizonyítja, hogy a tartósan fennálló kövérség vagy elhízottság számos betegség rizikó faktora vagy közvetlen oka, ennek ellenére nincs összhang a kutatók között annak megítélésében, hogy ki minősül kövérnek vagy elhízottnak. A keresztmetszeti vizsgálat célja elemezni az elhízott, az átlagos testszírtartalmú és a sovány fiúk testi felépítését, továbbá a testméretek és a testarányok életkorfüggő trendjét a relatív testszírtartalom alapján kialakított csoportoknál. Az antropometriai vizsgálatban önként jelentkező 7-15 éves gyermekek és serdülők, valamint fiatal felnőtt férfiak vettek részt. A tanulmányozott 10 korcsoportban a teljes elemszám 4500 fő. A Nemzetközi Biológiai Program (Weiner és Lourie 1969) eljárási javaslati alapján mért testdimenziók ismeretében kiszámolták a növekedési típust (Conrad 1963, Szmodis et al. 1976) bemutatott metrikus és plasztikus indexet, és Parizková (1961) módszerével becsülték a test szírtartalmát. Lohman (1992) gondolatmenetét követve az elhízott kategóriába került minden olyan vizsgált, akinél a becsült test-szírtartalom nagyobb volt, mint 30%. Soványan minősültek azok a vizsgáltak, akiknél a relatív testszírtartalom kevesebb volt, mint 12%. A testméretek és a testi felépítés korcsoportonkénti átlagai közötti különbségeket egyszempontos variancia analízis után F-próbával elemezték. Az elhízott gyermekek és serdülők minden korcsoportban magasabbak, mint az átlagos testszírtartalmú vagy sovány kortársaik, de az átlagok különbsége nem szignifikáns a fiatal felnőttek mintájában. Az elhízottak testi felépítése következetesen piknomorf-hiperplasztikus, a soványak növekedési típusa kifejezetten leptomorf. Mivel a metrikus index egyéni értékeiben a bőrredővastagságok "torzító" hatása lényegesen kisebb, mint az átlagok különbsége, a morfológiai alkat következetes mintánkenti különbözősége részben magyarázható az öröklött tulajdonságokkal. Fejlődésbiológiai és egészségnevelési megfontolások után nehezen értelmezhető viszont az elhízott gyermekek és serdülők magasabb termete, amelyben Frenkl és munkatársai (1988), Malina és Bouchard (1991) valamint Bouchard (2000) értelmezése szerint a biológiai akceleráció hatásai a legkézenfekvőbbek.

VERSENYSPORTOLÓK EGÉSZSÉGMAGATARTÁSA

Mikulán Rita

SZTE JGYTFK Testnevelés és Sporttudományi Intézet, Szeged

Az utóbbi években közismertté vált a rendszeres testmozgás protektív hatása. A vizsgálatok bizonyították, hogy a megfelelő intenzitású és gyakoriságú fizikai aktivitás, mint egészségmagatartás, csökkenti számos felnőttkori megbetegedés rizikóját, illetve pozitívan befolyásolja számos esetben a betegek életminőségét is. Más kutatások a fiatalok sportolási szokásait, illetve annak az életmódjukra, egészségükre gyakorolt hatásait tanulmányozta. Ezek eredményei rámutattak arra, hogy a rendszeresen sportoló fiatalok mentálhigiénés státusza, pszichoszociális egészsége kedvezőbb nem sportoló társaikénál. A rizikómagatartásra gyakorolt hatást viszont befolyásolhatja az a tény, hogy amennyi-

ben bizonyos sportágakban való részvétel a fokozott rizikóvállalás megnyilvánulása, akkor ebben az esetben más magas rizikójú magatartásmintákkal (alkoholfogyasztás, drog kipróbálása) fordulhat elő. Az említett és egyéb szakirodalmi adatok alapján felmerül a kérdés: milyen a versenyszerűen sportolók egészség- és rizikómagatartása, pszichoszociális egészsége. Találhatóak-e összefüggések a versenyzők neme, kora, sportága, a versenyzés szintje és a pszichoszociális egészségük, valamint egészség- és rizikómagatartásuk között. Előadásomban ennek a felmérésnek az első részeredményeiről számolok be.

MONGÓLIA SPORTTÖRTÉNETE ÉS SPORTPOLITIKÁJA AZ 1920-AS ÉVEKTŐL NAPJAINKIG

Mizerák Katalin

Károli Gáspár Református Egyetem, Filozófia Tanszék, Budapest

Az előadás célja, hogy bemutassa a belső-ázsiai mongolság 20. századi történetét, valamint az ehhez kapcsolódó kulturális hagyományokat, a nomád lakosság mindennapjaiban oly fontos tradicionális versenyjátékok és vallási indíttatású táncok továbbélését, valamint Mongólia sportpolitikájának szociológiai hátterét az 1920-as évektől napjainkig. A mongol sportpolitika kialakulása szorosan kötődik a tisztavág életű teokratikus mongol állam bukásához. 1911-től az átmenet nélküli történelmi, társadalmi és gazdasági változások szerepet játszottak a mongol sportpolitika megszületésében és átalakulásában is. A testi-lelki kiválóságot követelő tradicionális sportünnepélyek a mongol népet területekre szemet vető kommunista nagyhatalmak (Kína és a "nagytestvér": a Szovjetunió) számára mindig egy potenciális fegyveres felkelés lehetőségét rejtették magukban. A helyi politikai vezetés fél évszázada megfelelő lehetőségek és anyagi háttér hiányában csak a tradicionális sportok életben tartására, esetleg élsporttá való fejlesztésére tett kísérletet. Mongólia esetében a nádom, férfiak hármas játéka (ijász - birkózó és lovasverseny), jelentette azt az alapot, amire az 1964 óta a nemzetközi játékokon is szereplő ország válogatottja támaszkodhatott. Az újkori olimpiák éremtáblázataiból kiolvasható, hogy a mongol sportolók őseikhez hasonlóan az erő - és a küzdősportokban jeleskedtek leginkább. Speciális eredményeik hátterében tisztán fel lehet ismerni a szomorú tényeket: az állam gazdasági elmaradottságát, az infrastruktúra teljes hiányát, amely évtizedekig hermetikusan elzárta a nomád pástörnépet a modern testkultúra általános reformja, és ez által a nemzetközi olimpiai játékok elől. 1992-től, a demokratikus fordulat után Mongólia megpróbálta megkeresni azt az utat, amely leginkább megfelel az ország arculatának. Dél-Korea óriási segítséget nyújtott a mongol sport intézményrendszerének a korszerűsítéséhez, az iskolai sportélet megszervezéséhez.

GYERMEKEK TESTSÍRTARTALMA ÉS AEROB TELJESÍTMÉNYE

Mohácsi János - Petrekanits Máté* - Zsidegh Petra - Ihász Ferenc - Mohácsi Ágnes - Tatár András - Prókai András

Semmelweis Egyetem Budapest, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

*BHSE Hu-met Klinika, Budapest

A kövér és elhízott gyermekek bizonyítottan gyengébb (a különböző motorikus próbák eredményeivel jellemzett) fizikai teljesítőképessége több munkacsoport visszatérő eredménye (Bouchard 2000, Othman 2001, Frenkl és Mészáros 2002, Mészáros et al. 2002). Alapvetően a nagy testsírtartalomból eredő, az átlagosat értékelhetően meghaladó testtömeg és a gyengébb fizikai teljesítmény kapcsolata a nem sportolók mintáiban kézenfekvő. A vizsgálat célja elemezni a kövér és elhízott gyermekek spiroergometriai változókkal jellemzett élettani teljesítményét. Az antropometriai és terheléses élettani vizsgálatban 2002 tavaszán 97 önként jelentkező, rendszeresen nem sportoló, budapesti fiú vett részt, a Helsinkii Nyilatkozat vonatkozó előírásainak megfelelően szülői beleegyezéssel. Naptári koruk 9,51 és 10,50 év között volt. A Parizsková (1961) javaslata alapján becsült testsírtartalom ismeretében a teljes mintát 3 csoportra osztották és egyenként kiszámították a sovány testtömeget (LBM).

1. csoport: F% < 24,9, n = 41;
2. csoport: F% = 25,0-29,9, n = 35;
3. csoport: F% > 30,0, n = 21.

A vizsgálat morfológiai alkotátát a Conrad-féle (1963) metrikus indexszel jellemezték, amely mérőszám a mellkas mélységének és szélességének a testmagassággal korrigált aránya. A lépcsőzetesen növekvő intenzitású és kimerültség tartó fizikai terhelést futószalag ergométeren hajtották végre a gyermekek. A terheléses gázanyagcsere jellemzőket Jaeger m-DATASPIR analizátorral mérték. Az elemzés során csak a terhelés maximumán jellemző fizikai és fiziológiai adatokat hasonlították össze. A három csoport relatív testsírtartalma nyilvánvalóan különböző volt. Az elhízott gyermekek szignifikánsan magasabbak voltak, mint nem elhízott kortársaik, továbbá a metrikus indexszel jellemzett testi felépítés ebben a csoportban volt a legkerekdedebb. Az elhízott fiúk testi felépítése kifejezetten piknomorf. Az abszolút aerob

teljesítmény (l ¥ min⁻¹) az elhízottak csoportjában volt a legnagyobb, viszont a testtömege vagy a sovány testtömege vonatkoztatott adat (ml ¥ kg⁻¹ ¥ min⁻¹) ebben a csoportban volt a legkisebb. A terhelés maximumán jellemző szívfrekvencia (ütés ¥ min⁻¹), oxigénpulzus (ml ¥ ütés⁻¹), abszolút percventilláció (l ¥ min⁻¹) csoportonkénti átlagai statisztikailag egyformák voltak, de a nagyobb testtömeg következményként a relatív percventilláció (l ¥ kg⁻¹ ¥ min⁻¹), a légzés intenzitásának egyik jellemzője a 3. csoportban volt a legkisebb.

A KREDITRENDSZER TAPASZTALATAI

Nádasiné Sipos Zsuzsanna

Berzsenyi Dániel Főiskola Sportági Tanszék, Szombathely

A szombathelyi Berzsenyi Dániel Főiskola Tanácsa 2000. februárjában engedélyt adott a testnevelés szakon a kreditrendszerű képzés bevezetésére és kipróbálására. Ezzel egy kicsit megelőztük a Kormány 200/2000. (XI.29.) Kormányrendeletét, a felsőoktatási tanulmányi pontrendszer (kreditrendszer) bevezetéséről és az intézményi kreditrendszerek egységes nyilvántartásáról, s mire országosan bevezetésre került az újfajta képzési rendszer, mi már bizonyos tapasztalatokkal rendelkezünk. Tapasztalataink a 2002. szeptemberi intézményi bevezetést is segítették, valamint a kreditrendszerű képzés új tantervének a rendelkezések megfelelő kialakítását is. Előadásomban az új képzési rendszer tapasztalatait, buktatóit, valamint a különböző rendeletek és rendelkezések illesztési nehézségeit, az átjárhatóság biztosításának lehetőségeit és módozatait taglalom, választ és kiutat keresve az előírások rengetegéből a különböző szintű képzések és szakok között.

SPORT ÉS SPORTTUDOMÁNY AZ EURÓPAI UNIÓBAN

Nádori László

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

Az Európai Konvent Alkotmányos Szerződés tervezete az Unió és a tagállamok megosztott hatáskörű területei közé sorolta – többek között – a kutatásfejlesztést, a fejlesztési együttműködést, az oktatást, szakképzést, a fiatalok, a sport ügyét és a kultúrát. Az alkotmánytervezet tartalmazza továbbá azt is, hogy az Uniónak ösztönöznie kell a kutatást, mindenekelőtt a kutatási központok, egyetemek magas színvonalú tevékenységét. Európai törvény írhatja elő a több tagállam részvételével és hasznosításával folyó kutatóprogramot. A forrásokra a Barcelona Európai Tanács (2002) ajánlása a mérvadó. Eszerint kutatásra, fejlesztésre, valamint innovációra fordított összegnek 2010-ig el kell érnie a GDP 3%-át. Az Unió Alkotmányának III. rész 182. cikkelye első bekezdése így szól: „Az Unió a sportnak a társadalomban és a nevelésben betöltött szerepére tekintettel hozzájárul az európai sport támogatásához.” A cikkely g.) pontja szerint prioritást élvez:

- az európai sport átfogó fejlesztése,
- a sportversenyek tisztaságának és a sportszervezetek közötti együttműködésének elősegítése, és
- a sportolók, különösen a fiatalok fizikai – szellemi épségének védelme.

Az uniós csatlakozást követően a kutatásfinanszírozásban két pozitív fejleménnyel találkozhatunk:

- javulnak a kutatást érintő allokációs mechanizmusok, javul a pályázati rendszer átláthatósága, jobban érvényesül az elszámoltatás, tüzetesen vizsgálják a ráfordítások célszerűségét,
- lehetőség nyílik a K+F szektorban, a tervezés és értékelés terén, az egységes K+F statisztikák, mutatók (Science and technology indicators) hazai bevezetésére.

Az uniós csatlakozás erős hatással lesz a magyar sportkutatás tematikai struktúrájára, befolyásolja a témaválasztást.

AZ IRONMAN TRIATLON HATÁSA A TESTTARTÁS KONTROLLRA

Nagy Edit - Tóth Kálmán* - Kovács Gyula - Janositz Gábor - Fehémé Kiss Anna - Horváth Gyöngyi**

SZTE, EFK Fizioterápiás Tanszék Szeged -

**SZTE, AOK, Élettani Intézet Szeged -

*Hollós József Megyei Kórház, Ortopédiai Osztály, Kecskemét

A testtartás kontroll egy komplex rendszer, ami magába foglal különböző szenzoros és motoros komponenseket. Jelen tanulmány célja megvizsgálni az ironman atléták poszturális kontroll jellemzőit az állóképességi verseny előtt és után. 10 egységleges normál személy, mint kontroll csoport (control: C) és 10 ironman (I) vett részt a vizsgálatban. A test kilengését (body sway) Stabilométer (ZWE-PII) segítségével határoztuk meg az állóképességi verseny (3,8 km úszás, 180 km kerékpározás, 42,195 km futás; időtartam: 9-12 óra) előtt (Pre) és után. A verseny végén a résztvevők mindegyike szédülésről számolt be, ezért a stabilometriás méréseket 15 perccel a verseny után kezdtük (Post 1) és 5 perccel később megismételtük (Post 2). A testtartás kontrollt nyugodt állás során, Romberg helyzetben a lengési út (sway

path anterior-posterior A/P és medial-lateral M/L irányban) alapján lemeztük. A tesztet nyitott és csukott szemmel is elvégeztettük. Variáció analízist alkalmaztunk a két csoport kilengései közti különbségek meghatározására, illetve a verseny által okozott változások tisztázására. A $p < 0,05$ értéket tekintettük szignifikáns eltérésként. Eredményeink a következők. Az életkort (C: $33 \pm 2,4$; I: $33 \pm 1,3$ év), a testtömeget (C: $74 \pm 2,3$; I: $78 \pm 2,8$ kg) és a testmagasságot (C: $175 \pm 2,2$; I: $175 \pm 1,5$ cm) tekintve, nem mutatkozott szignifikáns különbség a két csoport között. A lengési út (sway path) mindkét irányban és a teljes út (total path) szignifikánsan alacsonyabbak voltak vizuális kontroll nélkül az ironman csoportban, a kontroll csoporthoz képest. A szem becsukása szignifikáns növekedést okozott a kontroll csoport esetén a lengési útból, mindkét irányban, szemben az ironman csoporttal, ahol egyáltalán nem történt változás. A verseny átmeneti, enyhe növekedést okozott a lengési útból mindkét vizuális feltételnél, mindkét irányban és ez a növekedés csukott szemmel, A/P irányban volt szignifikáns. Hasonlóan szignifikáns volt a teljes út növekedése, csukott szemmel a verseny után, mindkét mérés esetén. Az eredményeink azt mutatják, hogy az ironman sportolóknak szignifikánsan jobb a poszturális stabilitása csukott szemmel, mint a normál, egészséges kontroll csoportnak, felvetve, hogy az ironman atléták testtartásuk kontrollozza kevésbé függ a vizuális információktól. Megállapítjuk, hogy a poszturális stabilitás fenntartás képessége átmeneti, de szignifikáns csökkenést mutat a verseny után.

A TÁVOLSÁG LEKÜZDÉSÉNEK PSZICHOLÓGIAI PROBLÉMÁI

Nagykálldi Csaba – Komondi Bálint

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Küzdősportok Tanszék, Budapest

A hosszú ideig tartó sporttevékenység különleges terhelést ró a sportolókra. Az aktivitási formák, illetve sportágak közül a leggyakoribb a hosszú távú futás, a maraton és szupermaraton számok, továbbá az ironman versenyek. A résztvevők nagy száma mutatja, hogy ezek a versenyek világszerte népszerűek. A távolságok leküzdéséért főként a légzési-vérkeringési rendszer a felelős, de nem kizárólag. A futással kapcsolatos motivációnak, a pozitív attitűd kialakulásának és a távolság leküzdésére irányuló kitarásnak óriási szerepe van. Ezek pedig pszichés tényezők. Ebben a munkában kísérletet teszünk arra, hogy a távolság leküzdésének képességét, az ún. asszertivitást megvizsgáljuk. Első feladat, hogy alkalmazható, új mérő módszert fejlesszünk ki. Egy új 30-tételes kérdőívet mutatunk be, amely foglalkozik a futás közbeni nehézségekkel kapcsolatos attitűddel. Magas értéknél ez kedvező és alacsony értéknél kedvezőtlen. A kérdőív objektívabb, mint a megfigyelés és a tesztmértés alapján $R=0,89$ korrelációjú megbízhatóságot találtunk. Bemutatjuk az első női és férfi eredményeket is.

EDZÉSTERHELÉSEK HATÁSA A MÉRKŐZÉSTELJESÍTMÉNYEK ALAKULÁSÁRA TENISZ SPORTÁGBAN

Nemes Gábor

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Sportjáték Tanszék, Budapest

A tenisz világméretű terjedése immár több évtizede tart. Ennek jeleit a játékosok számának növekedésében, a média a sportág iránt mutatott felfokozott érdeklődésében, valamint a nemzetközi tornák és az itt szereplő játékosok kiemelt díjazásaiban egyaránt látjuk. Ugyan kevesen jutnak fel a piramis csúcsára, de komoly szakmai és tudományos kutatások szerveződnek a teljesítmények növelése, a sztár-játékosvá válás folyamatának vizsgálata irányában. A mérhetőség kérdése minden labdajátékban izgalmas feladat, ugyanis még a párharcra épülő egyéni labdás sportágokban is meglehetősen nehéz a teljesítmény objektív mutatóit feltárni, a teljesítmény összetevőinek struktúráját feltérképezni. A közvetlen írásos mérkőzés megfigyeléseket végző szakember számára nagy segítséget jelentett a hordozható számítógépes megjelenése. A különböző szoftverek már csaknem elégséges biztonságú tükrözik a lejátszott történéseket, sőt mi több a diszkrét adatok statisztikai feldolgozását adva azonnal segítséget nyújtanak a nagy valószínűségben és nagy gyakoriságban bekövetkező játékmomentumokról, egyéni megoldásokról. A poszter-prezentációban mi is arra vállalkozunk, hogy nyomon kövessük a teljesítményt meghatározó momentumok alakulását a világ és a hazai legjobb ifjúsági versenyzők játékában. Az adatokból különösen azokat az értékeket szeretnénk felfedni, amelyekben a későbbi kimenetel, azaz a győzelem, illetve vereség már előzetesen tükröződik. Reméljük, hogy a számunkra fontos szakmai információk egyre több a tenisz iránt érdeklődő számára is érdekességgé szolgálnak majd.

ÓVODÁSKORÚ GYERMEKEK MOTOROS KÉPESSÉGÉNEK FEJLŐDÉSE JUDO FOGLALKOZÁSOK HATÁSÁRA

Németh Endre – Potyi Gábor

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Küzdősportok Tanszék, Budapest

Fejlődéstani ismereteink szerint a motorikus fejlődésnek meghatározó jelentősége van az óvodáskorú gyermekeknek. Akit megfelelő módon foglalkoztatnak, azok biztos előnyre tesznek szert az inaktív társaikkal szemben. A motorikus fejlődés mértékét judo foglalkozások hatására több évig vizsgáltuk. Hét, egyszerűen végrehajtható fizikai próbát alkalmaztunk óvodásoknál (hátsó függés, helyből távolugrás, fekvőtámasz, felülés hanyattfekvésből törzsemelés hanyattfekvésből, nyolcas-futás és törzshajlítás előre padon). Egy "judos" csoportot és egy azonos korú kontroll csoportot rendszeresen összehasonlítottunk. Eredmények: egyrésztől évről évre több próbában szignifikáns fejlődés volt a judos csoportban, másrésztől a nem judos csoporttal szemben 5 próbában volt szignifikánsan magasabb teljesítmény az azonos korú judos csoport javára.

A MAGYAR NEMZETI BAJNOKSÁG TELJESÍTMÉNY ELEMZÉSE RÖPLABDA SPORTÁGBAN

Németh Lajos – Jókay Zoltán – Rigler Endre

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Sportjáték Tanszék, Budapest

Közhely, hogy a labdajátékokban az egyéni teljesítményt meghatározni nem egyszerű. A különböző jegyzetelési technikák is főleg a csapat (az ellenfél) ellenében mutatott szereplést fejezik ki. A bajnokság fordulói alatt tapasztalt ingadozó csapat szereplést is nehéz kifejezni, szakmailag kommentálni, hiszen a teljesítmény hullámzása egyrészt a csapat formaingadozása és az ellenfél eltérő játéktudása alapján egyaránt bekövetkezhet. Nem véletlen tehát, hogy az egész bajnoki rendszer hatékonyságának vizsgálatáról a kétségtelen szakmai igény ellenére, igen szórványosak az eddigi próbálkozások. A szerzők prezentációjukban arra tesznek kísérletet, hogy a férfi és a női NB I-es bajnokság teljes mezőnyének 2002/2003. versenyévéadában mutatott küzdelmeinek összefoglaló analízisét adják a csapatok szereplése, a győztes és vesztes mérkőzések, játszmák és pontok száma, a küzdelmek effektus értéke alapján.

EDZŐI VEZETÉSI STÍLUSOK VIZSGÁLATA AZ INTERAKCIÓ TÜKRÉBEN AZ UTÁNPÓTLÁSKORÚ LABDARÚGÓ CSAPATOKNÁL

Németh Zsolt

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelési- és Sporttudományi Intézet, Pécs

Az edző-játékos kapcsolat kölcsönös viszonyának egymásra hatását saját tapasztalataimokon keresztül, több korosztálynál is módomban állt átélni. Megfigyeltem, hogy a mozgásos tevékenységek tanítása, oktatása közben alkalmazott pedagógiai és pszichológiai ráhatások, valamint az ezekre adott visszajelzések értékelése, elemzése a mozgások végrehajtásának kivitelezésében, eredményességében fontos szerepet játszanak. Ezt az interakciót azonban számos belső és külső befolyásolja, amelyek hatással vannak az edző vezetési stílusára. Véleményem szerint az edző játékos közötti harmonikus kapcsolat az edző vezetési stílusra döntően befolyásolja. Ez a kapcsolat azonban korosztályonként minőségében eltérő képet mutat. Az edzőknek jó kapcsolatot kell kialakítani a játékosaival, a vezetőség tagjaival és a fiatalabb korosztályokkal a szülőikkel. A nehézség abban rejlik, hogy az elvárások különbözőek, de az edzőknek mindegyiknek meg kell felelnie. Előadásom célja, hogy rávilágítsam a szakemberek figyelmét arra, hogy a megfelelően alkalmazott vezetési stílus az eredményeket pozitív irányba tolhatja el. Tisztában kell lenni azzal, hogy az egyes korosztályok, nemek, különböző jellegű edzések, az edzéseken belüli szerkezetek más és más vezetési stílus igényelnek. Ezeket azonban mindig a célnak megfelelően, és ha lehet, személyekre szólóan, tudatosan kell alkalmazni.

AZ ISKOLAÉRETTSÉG MOTOROS KRITÉRIUMAI

Némethné Tóth Orsolya

Berzsenyi Dániel Főiskola, Testnevelési és Művészeti Főiskolai Kar, Sporttudomány-elméleti tanszék, Szombathely

Kutatásomban összehasonlítottam a különböző óvodákból érkező gyermekek eredményeit a figyelem, az emlékezet, a finomkoordináció, az egyensúly, a mintamásolási készség, a szem-kéz koordinációs képességek terén, végigkísérve őket a középső csoporttól a nagycsoporton keresztül első osztályos korukig, mindezt az iskolaérettiséggel kapcsolatban, megállapítandó egyfajta, az iskolaérettiséggel szorosan összefüggő mozgás-érettégi szintet. Végző célokat a mozgás - mint módszer - jelentőségének bizonyítása az iskoláskori tanulás sikerességének megalapozásában. A mért eredmények a „Ministat” nevű szá-

mitógépes programmal kerültek feldolgozásra. Az alapstatisztikák elvégzése után a mért faktorok közötti lineáris korrelációt vizsgáltam, külön az iskolaérettek és a nem iskolaérettek körében.

A SZABADIDŐSPORT MEGJELENÉSE A HAZAI NYOMTATOTT MÉDIÁBAN

Neulinger Ágnes

*Budapesti Közgazdaságtudományi és Államigazgatási Egyetem
Marketing Tanszék, Budapest*

Az előadás egy jelenleg is folyó kutatás eredményeit mutatja be, amelynek célja a hazai nyomtatott médiában megjelent, szabadidősport témájú cikkek nyomon követése, elemzése. A kutatás fő kérdése, hogy a média miként mutatja be a szabadidősporttal összefüggő kérdéseket, mennyire a valóságnak megfelelően foglalkozik a témával, vagy éppen tipikusan milyen torzításokkal él. Az alkalmazott kutatási módszer a nyomtatott médiában megjelent cikkek tartalomelemzése. Az elemzés foglalkozik többek között az előfordulás gyakoriságával, pl.: hány darab szabadidősporttal foglalkozó cikk van, milyen ezek terjedelme, mik az egy cikkben belül szereplő témák, a műfaj, a cikk címének, tartalmának érzelmi töltése, tartalma. Továbbá kitér arra, hogy a bemutatott kép mennyire fedti a valóságot, (sportágak, sportolási szokások megjelenése, gyerek – férfi – nő arány a cikkekben és a valóságban stb.), milyen képi illusztráció kíséri a szöveget, szabadidő és fedett sportok milyen arányban szerepelnek, milyen ideál kép (férfi és női) jelenik meg, hogyan történik a problémafelvetés és az esetleges megoldási javaslatok megfogalmazása, milyen sztereotípiák, morális elvek, értékek vannak a cikkekben. A bemutatott eredmények hozzájárulhatnak ahhoz, hogy a médiából érkező, szabadidősporttal foglalkozó üzeneteket jobban megértsük.

EGYÉNISÉGEK SZEREPE A KOLLEKTÍV TELJESÍTMÉNY KIALAKÍTÁSÁBAN, EGY KÉZILABDA CSAPAT PÉLDÁJÁN

Ökrös Csaba

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék, Budapest*

A labdajátékok világméretű fejlődésének és elterjedésének jogosságát aligha lehet vitatnunk, hiszen népszerűségével egyetlen más sportág-csoport sem tud konkurálni. Látványosság, lüktetés amely jellemzi, s az egyszerű majd bonyolult mozgások különféle kapcsolata, megjelenítése és változatossága mutatkozik minden pillanatában. Ugyanakkor a küzdelem fokozódása vagy akár a kikapcsolódás örömteli játéka teszi egyre vonzóbbá az egész világon. A mérkőzések menetét és végső kimenetelét döntően a külső (ellenfél, játékvezető, helyszín, stb.) és belső tényezők határozzák meg. Ebben a munkámban a belső komponensekre irányítottam figyelmem, mely egyrészt az individuum játékban elfoglalt helyzetét tisztázza, másrészt a kollektívval fenn álló kapcsolatrendszerére enged következtetni. Poszter-bemutatóm a Magyar Férfi Ifjúsági Kézilabda Válogatott teljesítményvizsgálatába nyújt betekintést, az idei ifi Európa Bajnokságon produkált szereplésük kapcsán. Vizsgálatom célja az volt, hogy bemutassam az egyes játékosok teljesítményének mutatói (támadásban, védekezésben), hogyan alakítják ki a végső kollektív eredményt. Az összteljesítmény kialakítását a csapatban belül szervezett posztok (védők, támadók, szélsők, átlövők, stb.) és a kiosztott szerepek („társadalmi pozíciók”) jelenléte és kölcsönhatása irányítja. Az egyéniségek, vagy más szóval kulcsjátékosok szereplése, produktuma döntő a csapat szempontjából, s ezeket számadatokkal is bizonyítom. Az alkalmazott mérkőzés-megfigyelési eljárással párhuzamosan, szociometriai vizsgálatokat végeztem a kialakult státuszok felderítésére, majd összevettem az egyén csoportban elfoglalt helyét a játékban mutatott teljesítményével.

6-18 ÉVES LEÁNY TANULÓK MOTOROS KÉPESSÉGEINEK VIZSGÁLATA TELEPÜLÉS NAGYSÁG SZERINTI MEGOSZTLÁSÁN

Oláh Zsolt - Makszin Imre

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelésmélet és Pedagógia Tanszék, Budapest*

A 2000–2003-ig terjedő időszakban mintegy 200 000 tanuló EURO-FIT tesztrendszerrel mért motoros eredményeit gyűjtöttük össze és dolgoztuk fel különböző aspektusokból. Régi közhely az „elsatnyult városi és belevaló vidéki gyerek” fogalma a fizikai teljesítőképességet illetően. Vajon helytállóak ezek a sztereotípiák az új évezred elején is? Jelen dolgozatunkban arra voltunk kíváncsiak, vannak-e jellemző különbségek leány tanulók képességeiben lakóhelyük lélekszáma alapján csoportosítva őket? Ha igen, a képességek mely területén jelentkeznek leginkább az eltérések és mely település nagyságok javára? Változnak-e az esetlegesen tapasztalható eltérések az életkor előrehaladtával? Úgy érezzük, eredményeink sokak számára gondolatébresztőek lehetnek, és sok válaszra váró kérdést vetnek fel, a generális okokat illetően.

MOTOROS KOMPETENCIÁK A KÉPESSÉGEK ÉS KÉSZSÉGEK KAPCSOLATRENDSZERÉBEN

Oszváth Károly

*ELTE Tanító és Óvóképző Főiskolai Kar, Testnevelés Tanszék,
Budapest*

A pedagógiai szakirodalomban és a szakmai közéletben egyre gyakrabban találkozunk a különféle „kompetenciák” említésével. Ezek közül igen sok esetben a „kompetencia” fogalomkörét egyszerűen a „képesség” szinonimájaként használják, jóllehet a helyzet ennél kissé összetettebb. Ez az egyre izmosodó pedagógiai irányzat, amely a képességeket és készségeket sajátos vonatkoztatási rendszerben kezeli, a testnevelés és sport területére még nem igazán tört be, bár a terminológia használata egyre gyakoribb a nemzetközi és hazai szakirodalomban. A elméleti alapok az értelmi, kognitív képességek vonatkozásában viszonylag kidolgozottabbak. Hazai vonatkozásban Nagy J. 2000-ben megjelent könyvében átfogóan tárgyalja a kérdéskört. Nagy J. után: „A kompetencia meghatározott funkció teljesítésére való alkalmasság. Az alkalmasság döntések és kivitelezések által érvényesül. A döntések feltétele a motiváltság, a kivitelezések pedig a képesség. A kompetencia valamely funkciót szolgáló motívum- és képességrendszer.” Az elmélet kiemeli, hogy a motívum és képességrendszer együtt, egységben működik. A képességrendszerbe beépülő komponensek a készségek, rutinok, ismeretek. A több ezres nagyságrendű készségek a képességekbe épülve, azokon keresztül jutnak érvényre valamely kompetenciában, a készségek a képességekben „működnek”. Ez a megközelítési mód a készségeket tanult pszichikus rendszereknek tekinti, amelyek eszközjellegűek és aktiválásukat a motívumrendszer végzi. Az előadásban a motoros kompetenciák egy lehetséges megközelítési módját kívánom körvonalazni. A köznyelvben az optimális működésbeli rátermettséget, az eredményes magatartást vagy a célul kitűzött dolgokhoz való alkalmasságot és hatáskört, a követelményeknek való megfelelést értjük a kompetencia fogalma alatt. A kompetencia mindig egy viszonylagos szerkezet, amit a környezeti hatások és a rendelkezésre álló, mobilizálható erőforrások eredményeznek. A motorikus kompetenciák sem általános – helyzeteken és egyéneken túlmutató – szerkezeteket ábrázolnak, hanem mindig helyzethez mért és személyre jellemző tényezők határozzák meg őket. Egy sportoló akkor kompetens motorikusan, ha sportágára vonatkozóan teljesítőképes, a követelményeknek és situációknak megfelelően viselkedik, valamint az esetek többségében sikeres. A motoros kompetencia tehát egy viszonylagos szerkezet, ami a környezeti hatások összességéből és az egyén rendelkezésre álló erőforrásokból adódik. A motoros kompetenciák ennek megfelelően magukba foglalják a motoros képességeket és készségeket, melyek az adott situációnak megfelelően mobilizálódnak, egyfajta „párhuzamosan megosztott hálózatot” alkotva. Az erő, a gyorsaság és az egyensúly példáján kísérletet teszek a különböző szempontok szerinti megközelítésre. Egyúttal a situációtól függő értelmezést kívánom hangsúlyozni, ami által a motoros kompetenciákat a motivációs bázis alapján a képességek és készségek kapcsolatrendszerében körülírhatónak tartom.

KÜLÖNBÖZŐ SPORTÁGAKHOZ TARTOZÓ FIÚK TESTÖSSZETÉTELE A SERDÜLŐKORBAN

Pápai Júlia

Nemzeti Útánpótlás-nevelési Intézet, Budapest

A vizsgálat alanyai az utánpótlás korosztály legkiválóbb sportolói, a Héraléksz programban részt vett fiatalok voltak. Jelen előadásban a testösszetételre vonatkozó adatokat mutatjuk be. Az abszolút testösszetevőket a Drinkwater-Ross (1980) féle négykomponensű antropometriai módszerrel határoztuk meg, a relatív testösszetevőket a testtömeg arányában fejeztük ki. Az eredmények szerint a nagyobb abszolút méretekkel és testtömeggel bíró sportolók – mint a dobó atléták, a cselgáncsosok, a kakaj kenusok és a labdajátékosok – abszolút testösszetevői jelentősen nagyobbak a norma adatoknál. A többi csoport csont- és izomtömegének középértékei az átlagos variációtérjedelmén belül helyezkednek el, zsírtömegük azonban a futókat, ugrókat és az öttusázókat kivéve lényegesen meghaladja a standardot. Ez azt mutatja, hogy a különböző sportágakhoz tartozó fiatalok egy jelentős része nagyobb zsírtömeggel rendelkezik az elvárhatónál. A testtömeg arányában kifejezett összetevők értékei szerint a futóknak, az ugróknak, a cselgáncsosoknak és az aerob sportágakhoz tartozó sportolóknak az életkorra jellemző, arányos testösszetételük van. Az öklölvivők, a labdajátékosok és a dobó atléták testének szöveti összetételére arányában az átlagos csont- és reziduális tömeg, a relatív kevés izomtömeg, valamint az igen magas testzsírtartalom jellemző, ami kedvezőtlen testösszetételre utal.

A MAGYARORSZÁGON GYAKOROLT KUNG-FU HARCműVÉSZETEK PEDAGÓGIAI HATÁSAI

Pavlicsek Zsolt

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Küzdősportok Tanszék, Budapest

A magyarországi kung-fu sportolókön szándékozom igazolni, hogy az asszertivitás kérdőív alkalmazása során nem az agresszivitás, hanem a magas szintű küzdőképesség jellemzi őket. Bemutatom a harcművészetek kapcsolatrendszerét a neveléssel, vizsgálom a harcművészeti ágak neveléstartalmi elemeit céljait, módszereit és értékeit. Részletes elemzésnek vetem alá az intrapszichés jellemzőket, értelmezem a ritualizáltságot és a beavatás fontosságát. Igazolom a kung-fu metódusoknak az önnevelésre, az agresszív viselkedés etikai alapú meghaladására való messzemenő alkalmasságát a konstruktív életvezetés megalapozásában és fejlesztésében betöltött fejlesztő jelentőségét. Érintem a pedagógiai transzfer-hatásrendszerét, amely az élet minden területére hatást gyakorol. A leírtakat adatokkal támasztom alá.

SPORTOLÓK ECHOKARDIOGRÁFIÁS ADATAI

Pavlik Gábor – Kneffel Zsuzsanna – Horváth Patrícia – Kispéter Zsófia – Petridisz Leonidasz – Sidó Zoltán

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest, Országos Sportegészségügyi Intézet, Kondicionáló Osztály, Budapest

Az echokardiográfia, mint non-invazív diagnosztikai eljárás alkalmas sportolók szívének rendszeres vizsgálatára. Tanszékünkön 1994 óta közel 1000 sportoló és nem-sportoló fiatal felnőtt férfi és nő (19-30 év) végeztünk kétdimenzionálisan irányított M-mód és Doppler echokardiográfias méréseket. A szív méreteit a testfelületre (BSA) olyan indexekkel vonatkoztattuk, amelyekben a számláló és a nevező hatványkitevője megegyezett. A relatív balkamra izomtömeg (LVMM/BSA^{3/2}) jelentősen emelkedett volt sportolóknál. A falvastagság (LVWT/BSA^{1/2}) nagyobb növekedést mutatott, mint a belső átmérő (LVIDD/BSA^{1/2}), így a LVWT/LVIDD arány nagyobb volt a sportoló csoportokban, de nem volt kifejezett különbség az egyes sportoló csoportok között. A diasztolés funkciót jelző E/A hányados enyhén emelkedett volt a sportolóknál, a nyugalmi pulzusszám és a relatív perctérfogat (CO/BSA^{3/2}) alacsonyabb volt a sportolóknál. Edzetségi jelek szerint az élvonalbeli sportolóknál a következő sorrend volt látható: állóképességi versenyzők – labdajátékosok – ugrók-sprinterek – erősportolók. A szív edzetségi jeleiben csak kis különbség volt a válogatott és első osztályú sportolók között, lényegesen kisebb mértékben mutatkoztak az edzetségi jelek alacsonyabb osztályú és szabadidő sportolóknál, és nagy volt a különbség a rendszeres edzést egyáltalán nem végző emberekhez képest. Női sportolók kisebb relatív szív méreteket és magasabb E/A hányadost mutáltak, mint a férfiak, a sportoló és nem-sportoló nők között a különbség hasonló volt, mint a férfiaknál.

ÓVODÁSOK ÉS KISISKOLÁSOK ALKATI FEJLŐDÉSE

Pécsi Andrea – Wilhelm Márta

Pécsi Tudományegyetem TTK, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A gyermekek testi fejlettségére, biológiai állapotára döntő mértékben hat a genetikai tényező mellett, a civilizáció minden előnye és hátránya, a család életvitele és környezete. Fontos továbbá az óvoda és az iskola felelőssége, hiszen a harmonikus testi fejlettség érdekében ezekben az oktatási intézményekben kiemelt programot kell megvalósítani. Megfelelő mozgásingerek hiányában ugyanis a gyermekek egészséges testi fejlődésében törés következhet be. Vizsgálatunkban arra a kérdésre kerestük a választ, hogy milyen különbségek mutatkoznak a testméreteknél, a szomatotípusban és a testösszetételben a mai, és a korábbi évek 4-8 éves korosztálya között. Méréseinket két pécsi és kalcsoi óvodában végeztük, középső és nagycsoportos gyermekek bevonásával (n=187). Összehasonlításként egy első és egy második osztályt is felmértünk (n=42). Az adatok kiértékelése még folyamatban van, az eddigi eredmények alapján megállapítható, hogy egészséges, általános, esetenként kifejezetten lineáris populációt vizsgáltunk (BMI 13,12-15,87). A testzsír-százalékok meghatározásánál is hasonló tapasztalatokra jutottunk (16,35-22,7%). A 4,5-5 éves korban bekövetkező első komolyabb megnyúlási szakasz által okozott testarányváltozásokat jól tükrözik a kapott szomatometriai adatok. A testülső és a testmagasság fejlődését figyelembe véve megállapítható, hogy a tendenciák megegyeznek a szakirodalmi adatokkal. Az életkoronkénti eredmények azonban minden életkorban magasabbnak bizonyultak, mint a korábbi felmérésekben. Ez azzal magyarázható, hogy az összehasonlítás alapjául szolgáló vizsgálatok az 1980-as évekből származnak, a mai gyermekek pedig az egyre javuló életkörülményeknek köszönhetően erősen akceleráltak, testi fejlődésük felgyorsult.

ÓVODÁSOK MOTOROS FEJLŐDÉSE A KÜLÖNBÖZŐ NEVELÉSI CÉLOKAT MEGFOGALMAZÓ ÓVODÁKBAN

Pécsi Andrea – Wilhelm Márta

Pécsi Tudományegyetem, TTK Testnevelés és Sporttudományi Intézet, Pécs

A mai gyerekek általános motoros „ügyetlensége” a megfelelő koordinációs képességek hiányára utal. A koordináció fejlesztésének szenzitív időszaka a kisgyermekkora tehető. Az ekkor elmulasztott lehetőségek már csak nagyon nehezen, vagy egyáltalán nem pótolhatók. Eppen ennek ismeretében tűnik nagyon veszélyesnek az a nevelési irányzat, amely az óvodák saját hatáskörébe rendeli a mozgás-fejlesztést. Ennek tükrében vizsgálatunkban arra a kérdésre kerestük a választ, hogy (i) milyen különbségek tapasztalhatók az eltérő nevelési célokat megfogalmazó óvodákba járó gyerekek koordinációs képességeiben, és (ii) milyen eredményeket értünk el a mai óvodások a rendszerváltás előtti évek iskolaérettségi tesztjein. Méréseinket négy különböző óvoda középső- és nagycsoportosaival, összesen 187 fővel végeztük. A durva motorika mérésére három korábbi iskolaérettségi teszt (egy lábön állás, labdaelkapás, labdapattogatás), valamint egy öt részfeladatból álló akadálypálya (szökdelés, egyensúlyozás, kúszás, labdagurítás, célba dobás) szolgált. A finom motorika vizsgálatára a kezek váltakozó nyitása-zárása (korábban iskolaérettségi teszt volt) mellett a gyerekek hétköznapijából jól ismert játékokat, a gyöngyfüzést, a gyöngyrakást és a toronyépítést választottuk. A kapott adatok alapján megállapítható, hogy a különböző nevelési céloknak megfelelően eltérőek az eredmények. A finom motorika tekintetében az eltérések nem jelentősek. Ennek magyarázata, hogy a vizsgált óvodákban a gyerekek finom koordinációs képességeit közel azonos módszerekkel fejlesztik, és a naponta erre fordított idő is megegyezik. Összességében megállapítható, hogy a mai nagycsoportosok nem felelnek meg a korábbi évek iskolaérettségi tesztjein. Különösen érintettek a durva-motoros képességek, melyek elhanyagolása valamennyi vizsgált óvodában észrevehető.

A MAGYAR NŐI KÉZILABDASPORT GAZDASÁGI ALAPJAI

Péntek András

Budapesti Közgazdaságtudományi és Államigazgatási Egyetem, Vállalatgazdaságtan Tanszék, Budapest

Az előadás alapjául szolgáló kutatásom során az egyik hagyományos magyar sikersportág helyzetét vizsgáltam a 2000/2001-es idényben. Ez az idény különösen érdekes volt, hiszen a Dunafer SE 1999-es Bajnokok Ligája győzelme, valamint a női válogatott Sidneyben szerzett olimpiai ezüst- és Romániában szerzett Európa-bajnoki aranyérme a sportág felé fordította sokak érdeklődését. Kiemelt fontosságot kap az előadásban a sportág eladása a három vevői csoportnak: a nézőknek, a médianak és a szponzoroknak. Az előadás ezen részében részletesebben kitérek a látványsportok eladhatóságával kapcsolatos számos kritérium közül a legfontosabbak hazai teljesülésére, melyek a következők: a bajnokság kiegyensúlyozottsága, az egyes mérkőzések végkimenetelének bizonytalansága, a helyszíni nézők számának alakulása, a televíziós nézettség alakulása, a sportág nemzetközi gazdasági helyzete. A fenti elemzés során olyan speciális kérdéseket is érintek, mint a Bajnokok Ligája azóta megvalósult átalakítása, az olimpiai és Európa-bajnoki sikerek hatásai, az azóta szintén megvalósult rájátszással kapcsolatos kérdések. Az általános jellemzők megismerésén kívül esettanulmányként bemutatom a magyar mezőnyből kiemelkedő négy klub: a Herz-FYK, a Győri Graboplast ETO, a Dunafer SE és a székesfehérvári Cornexi-Alcoa helyzetét, finanszírozásukban, gazdálkodásukban és működési környezetükben tapasztalható eltéréseket. A hazai helyzet értékeléséhez támpontként megvizsgáltam a sportág helyzetét Dániában is. Itt ugyanis a hasonló eredményességű sportág teljesen más alapon nyugszik. A dán eset vizsgálata azért különösen fontos, mert a magyar klubcsapatoknak nem csak a nemzetközi kupaküzdelmekben, hanem a nemzetközi játékos-piacon is az egyik legnagyobb vetélytársaik az északi ország klubjai. Dániában a női kézilabdában lényegesen több pénz mozog, mint hazánkban, és ez nem kizárólag a magasabb életszínvonalnak köszönhető. Szerepet játszik ebben azon tényezők jobb teljesülése, melyeket a sportág hazai eladhatóságával kapcsolatban már elemeztem. Több, jelentős csapatot működtető gazdasági társaság részvényeit a dán értéktőzsdén is jegyzik, ezért az adatok is hozzáférhetőbbek, mint a magyar csapatok esetében. Ezen vállalkozások közül az Ikast Boarding csapatát működtető részvénytársaság esetéről kívánok bővebben szólni, ezen keresztül egy rövid betekintést nyújtan a dán női kézilabdásport működésére.

FOGYASZTÓI ELÉGEDETTSÉG MÉRÉSE TESTNEVELÉS ÉS NEM TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK KÖRÉBEN A SZABADIDŐSPORT SZOLGÁLTATÁS TERMÉKRE VONATKOZÓAN

Perényi Szilvia

Semmelweis Egyetem, Testnevelés és Sporttudományi Kar, Társadalomtudományi Tanszék, Budapest

Az előadás célja, hogy elemezze a sportolási szokások és a szabadidősport szolgáltatás termék marketing tevékenységének összefüggéseit, illetve feltárja a szabadidősport szolgáltatás termékre vonatkozó fogyasztói intenzitást és fogyasztói elégedettség kapcsolatát. A vizsgálatot egyetemi és főiskolai hallgatók körében végeztük el. A szabadidősport szolgáltatás termék értékelése céljából a marketingben általánosan használt 4P (7P) modell (McCarthy), hívtuk segítségül, azt alkalmaztuk a szabadidősportra, mint a piacon mindenki által igénybe vehető szolgáltatás termékre. Vizsgálatunk során választ kívántunk kapni azon kérdésekre, hogy Magyarországon jelenleg elérhető szabadidősport kínálatra mennyire fogadóképes a lakosság, pontosabban a fogyasztó; hogy ez a kínálat mennyire felel meg a fogyasztók különböző csoportjai (pl. társadalmi csoportok, nemek, korosztályok, stb.) által támasztott igényeknek, a keresletnek; hogy a kínálat mennyire hatékony a sportolási szokások kialakításában és változtatásában, hogy a fizikailag aktív és passzív népességek szokásai kialakulásában hogyan befolyásolja a szabadidősport területén kifejtett marketing tevékenység. Jelen vizsgálat a sporttal és a nem sporttal kapcsolatos szakokon tanulmányaikat végző egyetemi és főiskolai hallgatókat vizsgálta kérdőíves módszerrel. A minta egyszerű véletlenszerű mintavételi módszerrel került kiválasztásra mind két csoportból (N=400). Vizsgálatunk eredménye szerint a hallgatók véleménye a szabadidősport szolgáltatás termékről közepes illetve közepes alatti szinten maradt. Az adatok azt mutatják, hogy a szabadidősport szolgáltatás termék tervezettségében, elérhetőségében, árában, és kommunikációjában messze alul marad a minta fogyasztói elvárásainak. Eredményeink tükrében javaslatokat kívánunk tenni a szabadidősport szolgáltatás termék marketing munkájának tervezésére és megvalósítására.

ECHOKARDIOGRÁFIÁS JELEK IFJÚSÁGI KORÚ RENDSZERESEN SPORTOLÓ ÉS NEM SPORTOLÓ FIÚKNÁL

Petridis Leonidasz – Horváth Patrícia – Kispéter Zsófia –

Petrekánits Máté – Sidó Zoltán – Pavlik Gábor

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest, Országos Sportegészségügyi Intézet, Kondicionáló Osztály, Budapest

A rendszeres edzések már egészen fiatal korban a szív adaptációját váltják ki. Manolax és mtsai (Acta Physiol. Hung. 88 259. 2001) 9-20 éves korosztályban már 11-12 éves kortól különbséget találtak edzett és nem-edzett fiúk között, nem vizsgálták azonban különböző sportágak hatásai között a különbségeket. Jelen munkánkban 15-18 éves sportoló és nem sportoló fiatalokat vizsgáltunk kétévenkénti bontásban. A sportolókat sportági csoportjuk alapján további három csoportra osztottuk (állóképességi sportágak, erősportok, és labdajátékok). A bal kamra morfológiai adatai hipertrofiát mutattak ki. A rel. falvastagság és a rel. izomtömeg a 15-16 éves korosztályban az erősportolóknál a legmagasabb, őket követik a labdajátékosok, valamint az állóképességi sportolók. 17-18 éves korosztályban az állóképességi sportolók elérik, valamint meg is előzik az erősportolók és a labdajátékosok értékeit. A kontroll csoport értékei mindkét korosztályban szignifikánsan elmaradtak valamennyi sportolói csoportnál. A pulzusszám tekintetében az edzés bradycardia a labdajátékosoknál a legjellemzőbb, őket követték az állóképességi sportolók. Az erősportolóknál magasabb értékeket tapasztaltunk az állóképességi és a labdajátékosokhoz képest, az erősportolók és a kontroll csoport között alig volt különbség. A bal kamra diasztolés funkciójára utaló E/A hányados a 15-16 éves korosztályban a labdajátékosoknál a legmagasabb, azonban a 17-18 éves korosztályban az erősportolók és az állóképességi sportolók értékei megelőzik a labdajátékosok értékeit.

A SPORTOLÁS HELYE ÉS SZEREPE A FIATALOK ÉLETSTÍLUSÁNAK ALAKULÁSÁBAN

Pikó Bettina

Szegedi Tudományegyetem, Pszichiátriai Klinika Magatartástudományi Csoportja, Szeged

Az életmód olyan hasznos tevékenységekből tevődik össze, amelyek tükrözik az egyéni magatartási döntéseinket, valamint csoportbeli és társadalmi azonosságunkat. Az életmód egyik meghatározó kerete a szabadidő eltöltésének módja, amelynek része a sportolás is. A fiatalok körében kiemelten fontosak azok a sportszociológiai vizsgálatok, amelyek a sport szerepét és helyét elemzik életmódjuk, életstílusuk alakulásában, ez ugyanis megalapozhatja további pszichoszociális fejlődésüket.

Vizsgálatunk célja középiskolás fiatalok életsiluscsoportjainak statisztikai meghatározása volt, s ezen belül megnéztük, milyen életmódformáló szerepe van a sportolásnak. A vizsgálatot (OTKA T 042490) 14-19 éves szegedi középiskolások körében végeztük (n=600). Az adatgyűjtéshez önkéntes kérdőíves módszert alkalmaztunk, amely kiterjedt a szociodemográfiai tényezőkre, a sportolási szokások megismerésére, életmódbeli elemekre és szabadidő eltöltési tevékenységekre. Faktoralízis segítségével életstílus-csoportokat hoztunk létre. Az első csoportot kortárs- és fogyasztásorientált életstílusnak neveztük el, amelyre jellemző volt a barátokkal eltöltött szabadidő dominanciája, a beszélgetés, bulizás, zenehallgatás, csavargás, illetve bevásárlóközpontok látogatása. A második csoport az intellektuális életsilus elnevezést kapta, és főként olyan szabadidős tevékenységeket foglalt magában, mint a mozi, színház, koncertek, olvasás. A harmadik életstílus konzervatív-hagyományos életvitelt követő, amelybe a következő szabadidős tevékenységek kerültek bele: olvasás, hobbi, házimunka, sport és vallás. Végül, a negyedik életstílus elsősorban a számítógép köré szerveződött. Eredményeink arra utalnak, hogy a sport a fiatalok életvitelében fontos szervezőerő, meghatározó módon illeszkedik más tevékenységükhöz.

„ÉP TESTBEN ÉP LÉLEK” – KÖZÉPISKOLÁSOK ÉRTÉKRENDJE FIZIKAI AKTIVITÁSUK TÜKRÉBEN

Pluhár Zsuzsanna – Keresztes Noémi* – Pikó Bettina

Szegedi Tudományegyetem, Pszichiátriai Klinika

Magatartástudományi Csoportja, Szeged

**Szegedi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar, Szociológiai Tanszék, Szeged*

Számos kutatás bizonyította már, hogy az egészséges testi fejlődés szempontjából mennyire fontos a rendszeres fizikai aktivitás. A serdülők pszichoszociális fejlődése különösen kritikus e tekintetben, hiszen ebben az időszakban formálódik identitásuk, értékpreferenciájuk. Jelen kutatásunk célja az volt, hogy megismerjük a rendszeres sport hatását a fiatalok pszichoszociális fejlődésre, különösképpen a rekreációs tevékenységre és a fiatalok értékpreferenciájára. A vizsgálatot (OTKA T 042490) 14-19 éves szegedi középiskolások körében végeztük (n=600). Az adatgyűjtéshez önkéntes kérdőíves módszert alkalmaztunk, amely kiterjedt a szociodemográfiai tényezőkre, a sportolási szokások megismerésére, illetve a megkérdezett fiatalok rekreációs tevékenységére és értékpreferenciájára. A megkérdezettek 3,5%-a soha, 27,1%-a alkalmanként, 69,4%-uk pedig rendszeresen végez fizikai aktivitást. A mintát varianciaanalízisnek alávetve a következő eredményeket kaptuk: akik rendszeresen sportolnak, többet vannak barátaikkal. Azok viszont, akik soha nem végeznek fizikai aktivitást, szignifikánsan több időt töltenek számítógépes játékokkal, mint aktívan sportoló társaik. A rendszeresen sportolók inaktív társaiknál többre értékelik a belső (pszichomateriális) értékeket, mint a lelki béke, az egészség, a becsületesség, a barátság és a család. Tehát megállapíthatjuk, hogy a sport nemcsak az egészséges testi, hanem az egészséges pszichoszociális fejlődés szempontjából is elengedhetetlenül fontos.

TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK KONDICIONÁLIS MUTATÓINAK VÁLTOZÁSA AZ ATLÉTIKAI GYAKORLATI KÖVETELMÉNYEK TELJESÍTÉSE TÜKRÉBEN 1989-TŐL NAPJAINKIG A BERZSENYI DÁNIEL FŐISKOLÁN

Polgár Tibor

Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely

A médiában egyre gyakrabban találkozunk a fiatalok kondicionális állapotának szerény mutatóit közlő adatokkal. Kevesen választják szabad idejükben a sportolást, az igazolt versenyzők száma pedig folyamatosan csökken. Hasonló tendenciát figyelhetünk meg a főiskolás hallgatók körében. A gyakorlati követelmények teljesítése sokak számára okoz gondot, a gyenge teljesítmény az érdemjegyekben tükröződik. Tapasztalatom szerint a hallgatók hozzáállása, felkészülésük színvonala összefüggésben van az elért eredményükkel, ez irányú kutatást azonban nem végeztem. Vizsgálatomban három számonkérési anyag 14 éven keresztül felmért eredményeinek a változását elemeztem. A gyorsaságot a 60 méteres síkfutás, az erőt a kétkezes súlydobás, az állóképességet az 1500 méteres és a 3000 méteres síkfutás eredményeivel próbáltam tetten érni. Az elemzésben a II. évfolyamos hallgatók adatait vettem alapul, az eredmények ismeretében a feltételezésem beigazolódt, mely szerint 14 év távlatában a hallgatók eredményei csökkenő tendenciát mutatnak.

GÖNDOLATOK A TESTNEVELÉS ÓRAI KOMMUNIKÁCIÓ SAJÁTOSÁGAIROL

Prisztóka Gyöngyvér – Köninger Viktor – Vass Miklós – Papp Gábor
Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A kommunikáció mindennapi életünk része, hiszen megszületésünk pillanatától kezdve számos formáját alkalmazva cserélünk információ-

kat, alakítjuk kapcsolatainkat, s gyakran nem csupán tudásunkon, hanem „kommunikációs intelligenciánkon” is múlik sikerességünk. Véleményünk szerint különös hangsúlyt kap ez a fajta tudás az iskolai keretek között, hiszen ebben a környezetben – s egyben a tanulás folyamatában is – lényeges, hogy milyen minták alapján sajátítja el a tanuló ezeket az ismereteket. Nem mindegy, hogy milyen kommunikációs képességekkel rendelkező pedagógusok foglalkoznak a diákokkal, hiszen a „kommunikációs zavar” eredménytelenné teszi az együttműködést, és komoly konfliktusok forrása is lehet. A testnevelési órák tekintetében még fokozottabban érdekes a téma, hiszen ott sajátos interakció zajlik tanár és diák között, mivel a verbális kommunikációra motoros válasz érkezik, s itt még fontosabb egymás gyors megértése. Vizsgálatunk alapján célunk az volt, hogy információkat gyűjtsünk arra vonatkozóan, hogyan ítélik meg a tanulók testnevelő tanáraik kommunikációs szokásait, s ez alapján megállapíthatók-e lényeges különbségek, amelyek eltérnek a közismereti szakos tanárok leggyakrabban alkalmazott kommunikációs eljárásaitól. A vizsgálat leggyakoribb módszerrel zajlott egy tatabányai középfokú intézmény 120 végzős (12. osztályos) tanulóival, amely szóbeli interjúval is kiegészült. A kapott adatok matematikai-statisztikai módszerek alapján kerültek feldolgozásra. A vizsgálat egy iskola tanulóira korlátozódik, így általánosítások megállapítására nincs lehetőség. Ugyanakkor úgy véljük, az információk alapján képet kaphatunk arról mennyire fontos a testnevelők kommunikációs magatartása egyrészt a tanulás folyamatában, másrészt a tanár-diák viszony kialakításában, esetleg hiányosságai, pozitívumai is felszínre kerülnek. Összességében a vizsgálat alapján bizonyíthatóvá válik, hogy rendkívül nagy szükség van a kommunikációs kultúra elsajátítására még a felsőoktatási intézményekben, azaz a testnevelő tanárképzés programjába iktatott önálló tantárgy keretében fel kell készíteni a leendő tanárokat a kommunikációs zavarok elkerülésére, leküzdésére és megelőzésére.

RELATÍV TESTZSIRTARTALOM ÉS MOTOROS TELJESÍTMÉNY

Prókai András – Völgyi Eszter – Tatár András – Zsidedh Miklós – Úvacssek Martina – Mészáros János

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

Az elmúlt 25 év folyamán bekövetkezett életmód változások egyik hatása a testösszetételben a relatív zsirtartalom növekedése és következményesen a fizikai teljesítőképesség csökkenése (Szabó 1977, Mészáros et al. 2001). A kövér és elhízott gyermekek és serdülők aránya napjainkban már eléri vagy meg is haladja a 30%-ot (Frenkl és Mészáros 2002). A test zsirtartalmának fizikai teljesítményt csökkentő hatása bizonyított, de a kövérség és az elhízottság megítélése különböző lehet, ha humánbiológiai (egészségnevelési) vagy fizikai teljesítmény-alapú a megközelítés. Farmosi (1990) hangsúlyozza, hogy az a testszirtartalom tekinthető még elfogadhatónak, amely nem rontja a fizikai teljesítményt. Lohman (1992) és Bouchard (2000) megfogalmazása szerint a humánbiológiai értékelés a megengedőbb. A vizsgálat célja statisztikai eljárásokkal meghatározni azt a legnagyobb relatív testszirtartalmat, amelynek már nincs értékelhető hatása a serdülőkorú fiúk gyorsasági és állóképességi teljesítményére. A vizsgálatban 12 éves ($n=400$) és 14 éves ($n=357$) átlagos fizikai aktivitású fiútanulók adatait elemezték. A bőrredőméretet ismeretében Parizkóvá (1961) módszerrel becsülték a test zsirtartalmát. A gyorsaságot a 30 m futás, a kardiorespiratorikus állóképességet az 1200 m futás idejével jellemezték. A fizikai teljesítménymutatók és a test zsirtartalmának statisztikai kapcsolatát lineáris korrelációs együtthatókkal jellemezték. A test nagyobb zsirtartalma és a gyengébb fizikai teljesítmény kapcsolata következetesen szignifikáns. A kövérség hatása erősebb a gyorsaságra ($r=0,41-0,44$), míg a két változó közös varianciája „csak” 10% körüli ($r=0,32-0,33$) az 1200 m futás és a testszirtartalom kapcsolatában. Nincs ilyen éles különbség a kritikus testszirtartalom esetében. A 22%-nál kisebb zsírmennyiség hatása a vizsgált motorikus teljesítményekre már nem szignifikáns. Ez a zsírarány viszont kevesebb, mint a 2003-ban jellemző átlag +0,5 szórás, vagyis ilyen megítélés alapján a vizsgált gyermekek több, mint 40%-a túlsúlyos, kövér vagy éppen elhízott. Ez azt jelenti, hogy testük zsirtartalma kisebb vagy a többségénél nagyobb mértékben csökkenti a futóteljesítményeket, melyek csoportonkénti átlaga bármilyen értékskála alapján gyenge.

SPORTGENOMIKA, GÉNDOPPING, ÉS A HUMÁN REKOMBINÁCIÓS ERYTHROPOIETIN (RHU EPO)

Pucsek József – Dékány Miklós – Harbula Ildikó
Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest

A genetika fejlődése, a teljes emberi génkészlet megfejtése a jelen és a jövő kutatásaiban, így a sportéletben és a sportorvostan területén is nagy szerepet kap. A molekuláris biológia, különböző gének funkciójának elemzése kapcsán és egyes génszakaszok működésének azonosításával a sportgenomika is új távlatokat jelent. A teljesítmény növe-

lés és diagnosztika területén a jövőben fokozottan tanulmányozni kell a genom szintjén jelentkező eltéréseket, amelyek alapján újabb adatokkal szolgálhatunk a sportoló teljesítményére vonatkozóan. Az egyes génszakaszok DNS szekvenciáinak variabilitásai felelősök lehetnek a sportolóktól eltérő állóképességi teljesítményéért. A sportgenomika lehetővé teszi, hogy a teljesítményt olyan gén bejuttatásával módosíthatjuk, amely hat az izomanyagcserére, az izmok vérellátására. Állatkísérletekben számos sikeres próbálkozás történt, amely a gén-expresszió révén szabályozza az izomsejt, az izomglikogén raktárainak működését. Az erythropoietin (EPO) gén ismeretében rekombináns adenovírus vektorral elérhető az EPO gén expressziója és a vérképző rendszer működésének fokozása, a vörös vérszövetek, a hemoglobin és a hematokrit érték emelkedésével. Az rHu EPO különböző izoformáinak vizsgálata a modern antidopping ellenőrzés eszköze, amellyel lehetővé válik a különböző mesterséges EPO készítmények kimutatása és az endogén és exogén eredetű EPO elkülönítése. A géndopping első eredményeihez tartozik az EPO-gén expressziója és azáltal a tiltott génmnipuláció révén külsőleg befolyásolható teljesítményfokozás elérése.

AZ AKÚT FIZIKAI TERHELÉS HATÁSA A SAV-BÁZIS, A LAKTACIDÚRIA ÉS A SZTEROID PROFIL ALAKULÁSÁRA SPORTOLÓKNÁL

Pucsek József Márton – Györe István – Dékány Miklós
Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest

Akút fizikai terhelés hatását vizsgálták 20 férfi és 10 nő válogatott cselgáncsozónánál, a tejsavürítésre és a vizelet szteroid profiljának változására. A tejsav-ürítést a terhelés előtt és után mérték. A sav-bázis egyensúlyt nyugalomban és terhelés után kapilláris vérből határozták meg. A vizelettel ürülő szteroid profilt gázkromatográffal kombinált tömeg-spektrométerrel mérték (GC-MS). Tanulmányozták a terhelés intenzitásával összefüggő sav-bázis változást és tejsav-ürítést. A szteroid profil analizálásánál az anabolikus és katabolikus hormonokat egyaránt mérték. Megállapították, hogy a mellékvese eredetű dehydroepiandrosteron (DHEA) terhelés hatására értékelhetően változott férfiaknál. Ugyanakkor nőknél a DHEA mennyiségében a terhelés hatására nem találtak különbséget. A tejsav-ürítés mértéke férfi sportolóknál kifejezettebb volt. Úgy tűnik, hogy a terhelés intenzitásának mértéke a tejsav-ürítésnél fokozódása mellett a vizelet DHEA koncentrációjának változásával is jellemezhető, elsősorban férfi sportolóknál.

A TÉRDFESZÍTŐ IZOMCSOPORT HATÁSFOKA KÜLÖNBÖZŐ SZINTŰ NYÚJTÁSI ENERGIÁK ESETÉBEN

Rácz Levente – Tihanyi József

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Biomechanika Tanszék, Budapest

Az alsó végtagok robbanékony erejének fejlesztésében egyik leggyakrabban alkalmazott gyakorlat a mélybeugrásból felugrás. Számos kutatás foglalkozott annak meghatározásával, hogy a sportolók számára milyen leugrási magasság optimális. Még nincs teljes egyetértés abban, hogy mely paraméter használható legjobban az optimális magasság meghatározásához. A leugrási magasság fokozatos növelésével valójában az izmot érő nyújtási energiát növeljük. Tovább emelve ezt a magasságot a nyújtási energia elérhet egy olyan szintet, amelynél a fellépő gátlási reflexfolyamatok következtében a munka hatásfoka csökken. Jelen tanulmányunk arra irányult, hogy megvizsgáljuk a nyújtási energia hatására bekövetkező nyomatek és ízületi szögváltozásokat excentrikus, illetve az azt azonnal követő koncentrikus kontrakció alatt. Azt feltételeztük, hogy az izom számára egy bizonyos nyújtási energia szint optimális, amelynél az izom mechanikai hatásfoka a legnagyobb. Huszonhárom egészséges, edzett, férfi egyetemista hallgatót választottunk ki, mint vizsgálatunk alanyait (kor: $25,5 \pm 4,7$ év, testtömeg: $80,3 \pm 8,5$ kg, testmagasság: $1,85 \pm 6,34$ m). A vizsgálati személyeknél először a térdfeszítőknél maximális izometriás nyomatekét mértük meg $50 \times 60 \times 70$ és 80 os hajlásszögben, egy computer által vezérelt dinamométeren (MULTI-CONT II). Ezt követően a vizsgálati személyeknek a lehető leggyorsabban kellett kifejtetniük a maximális izometriás forgatónyomatekuk 50%-át 50 os hajlásszögben. Amint elérték a megfelelő feszülést a dinamométer motorja a program beprogramozott energia mennyiséggel (60 J, 90 J, 120 J, 150 J or 180 J), és $5,2$ rad/s kezdő szögsebességgel azonnal megkezdte az ízület behajlítását. A vizsgálati személyeknek a lehető legnagyobb ellenállást kellett kifejtetniük a dinamométer mozgásával ellentétben. Amint a nyújtási energia felemészlődött, a lehető leggyorsabban a kiinduló helyzetbe kellett mozgatni a dinamométer karját. A maximális izometriás nyomatekét (M_0), az ízületi szögváltozást (ISZ), az excentrikus csúcsnyomatekét (Mec) mérésével, a negatív és pozitív munkát (Wneg, Wpoz), valamint a mechanikai teljesítményt (P) és hatásfokot (Eff) számítással határoztuk meg. Az alapstatisztikai számításokon kívül

(átlag, SD), átlagok közötti különbséget Student t-teszt, az egyes paraméterek közötti összefüggés vizsgálatát korreláció számítás alkalmazásával végeztük. Az térdizület behajlításakor mért szögváltozás lineárisan növekvő tendenciát mutatott ($4.7 \pm 2.4^\circ$ és $18.4 \pm 5.5^\circ$ között) az alkalmazott energia mennyiség tükrében. Az M0 345.1 ± 55.0 Nm volt 50°-os hajlásszögben, amelyben a térd behajlítását kezdtük. A legnagyobb maximális izometriás nyomatókat 60°-os hajlásszögben találtuk. Az izometriás csúcnyomaték az alkalmazott nyújtási energia függvényében fokozatosan nőtt, 60 J energiánál 396 ± 27.6 Nm, míg 180 J esetében 433 ± 56.2 Nm volt. A M0 és Mec változók között szignifikáns kapcsolatot találtunk. A Wneg., Wpoz és a P paraméterek szintén lineáris növekedést mutattak a nyújtási energia fokozatos növelése során. Az excentrikus fázis alatt a mechanikai teljesítmény nagyobb növekedése volt megfigyelhető, mint a koncentrikus fázis alatt ugyanakkora nyújtási energia szinteknél. A mechanikai hatások 60 J energia szintnél szignifikánsan alacsonyabb volt, mint a többi nyújtási energia esetében. A 90 J feletti energiák következtében a hatások stagnáló tendenciát mutatott. Hipotézisünkkel ellentétben nem tudtuk meghatározni az optimális nyújtási energia szintjét, amely alkalmazása során az izommunka hatások a legnagyobb. A nyújtási energiának egy olyan tartományát találtuk (90-180 J), amelyben az izommunka hatékonysága nem változott, azonban a mechanikai teljesítmény, a pozitív és negatív munka lineáris növekedést mutatott.

CAN EXERCISE SLOW DOWN THE AGING PROCESS?

Radák, Zsolt

Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Semmelweis University, Budapest, Hungary

The oxidative stress theory argues that senescent phenotype, the intrinsic physiological and biochemical decline with age that results in decreased survival, results from the accumulation of oxidative damage to cellular components. Environmental interactions that increase the ability of an organism to either decrease the production of reactive oxygen species (ROS) or increase the activity and effectiveness of antioxidant systems, have the potential to increase the average and/or maximal life span. One such environmental intervention that remains equivocal with respect to its effects on ROS production and aging is regular physical exercise. The data of our and others studies suggests that aging is associated with a shift in redox state towards an oxidized milieu and clearly demonstrates that regular exercise attenuates the age-related increase in cellular ROS concentration. The balance between ROS generation and elimination occurs at higher levels of ROS production, which could be associated with an increased level of oxidative damage of macromolecules. The chronic shift in the cellular redox state might mean a significantly reduced ability to cope with oxidative stress, due to a decreased mobility of a buffering system, which naturally involves the thiol system. Therefore, the fact that regular exercise decreases the rate of ROS production and prevents the age-associated shift in redox milieu provides a molecular explanation for the beneficial effects of regular exercise. Moreover, the age-related increase in the DNA binding activity of NF- κ B and the associated transcription, are also attenuated by exercise training, which underscores the importance of this natural elixir.

OXIDATÍV STRESSZ ÉS MOZGÁS: A PREVENCIÓ OKA?

Radák Zsolt

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

A reaktív oxigén species (ROS) szerves részei az aerob folyamatoknak. Hagyományosan az a hit volt elfogadott, hogy a ROS-ok rosszak, károsak és jelentősen veszélyeztetik a létfontosságú életfolyamatokat, ám manapság már tudjuk, hogy a ROS-ok szükséges bizonyos élettani jelenségekhez, mint pl. sejtosztódás, hypertrophia, gyulladás, stb. ROS-ok kémiai reaktivitásuk miatt, rendkívül gyorsan lépnek reakcióba zsírokkal, fehérjékkel és DNS-sel. A ROS-ok a DNS-en számos szerkezeti változást hozhatnak létre, több mint húsz regisztrált változást azonosítottak és számos változás, mint például 8-hydroxydeoxyguanosine, vagy apuric/aprimidic sérülés mutációt, rákot és sejt halált is okozhat. Ezért jól szervezett DNS sérülésjavító rendszer alakult ki, hogy megelőzze ezen végzetes folyamatokat. A mozgás bizonyos intenzitás és terjedeleme felett oxidatív DNS sérülést és intenzívebb változást okozhat. A sérülés szükségesnek látszik ahhoz, hogy javítás történjen. A mozgás ROS képző hatására létrejövő adaptáció, kulcs mozzanata lehet a mozgás preventív hatásának, mely csökkenti számos életmód-függő betegség előfordulását, mint pl. szív és vérkeringési betegségek, agyvérzés, cukorbetegség és bizonyos típusú rákbetegségek.

A KÉTSZINTŰ TESTNEVELÉS ÉRETTSÉGI BEMUTATÁSA

Reigl Mariann – Szabó Béla – Vékásné Dobos Zsuzsanna –

Gömbösné Csabay Annamária

Semmelweis Egyetem Testnevelés és Sporttudományi Kar, Sportjáték Tanszék, Budapest, Eszterházy Károly Főiskola, Eger, Szilágyi Erzsébet Gimnázium, Budapest,

Trefort Ágoston Gimnázium, Budapest

A testnevelésnek és a sportnak egyedülálló szerepe van a mozgatórendszernek, a mozgásszabályozásnak a fejlesztésében, a civilizációs ártalmak megelőzésében, a mozgásszervi elváltozások javításában. Hozzájárul a személyiség harmonikus fejlesztéséhez, az egészséges életmód megalapozásához. Széleskörű elméleti és gyakorlati ismeretek, képességek, és készségek célszerű viselkedésbe integrálásával elősegíti a tanulók szocializációját. Előmozdítja a belső erőforrások mobilizálását, pozitívan befolyásolja az erkölcsi, akaratit tulajdonságokat, az élet minőségét. Segíti a helyes önértékelés kialakítását, a teljesítménynek, mint értéknek a felismerését. Napjainkban, amikor a fiatalok testi-lelki egészsége, a mozgásszervi életmód következtében romló tendenciát mutat, örvendetes tény, hogy a testnevelés bekerült a választható érettségi tárgyak közé. A testnevelés tárgya ezzel a lehetőséggel rendelti szinten is elfoglalja azt a helyet a tantárgyak sorában, amely jelentőségénél fogva már régen megillette. A testnevelés az „ép testben ép lélek” gondolatra építetten olyan társadalmilag fontos értékeket közvetít, amelyeket semmilyen más tárgy nem tud helyettesíteni. A poszteren a kétszintű érettségi egymásra épülő anyagát, a próba érettségi tapasztalatait szeretnénk bemutatni, kiegészítve a felkészítésre, a lebonyolításra vonatkozó javaslatokkal. A gyakorlati és szóbeli érettségi követelmények kidolgozása és bevezetése új szemléletű testnevelés oktatást kíván meg a testnevelő tanároktól és tudatosabb befogadást, feldolgozást a tanulóktól. Ennek megfelelően kiemeljük az újnak számító oktatási területeket.

A testnevelés érettségi követelményrendszerének tudatos feldolgozása segítheti az érettségire készülő tanulókat és az őket felkészítő testnevelő tanárokat.

MÉRT SPORTOLUNK?

Rétsági Erzsébet – Mayer Krisztina

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés és Sporttudományi Intézet, Pécs

Vizsgálatunk alapötletét személyes élmények adták. Mindkét szerző - korukból adódóan különböző ideje - rekreációs célú foglalkozásokat tart hölgyek számára, akik saját elhatározásukból és rendszeresen vesznek részt a zenés alakformáló tornán, illetve az aerobik órákon. Kíváncsiak voltunk, mi motiválja őket, miért vállalják az erőfeszítéseket, milyen tényezők játszanak szerepet abban, hogy kitartóan és fáradhatatlanul edzenek. A résztvevők a rekreációs eszme és gyakorlat képviselői. Olyan jellegű sporttevékenységet gyakorolnak, amelynek célja a jó közérzet biztosítása, ezáltal az élet minőségének javítása. De sajnos ez ma még csak kevesekről mondható el. Bár növekszik a szabadidősportot űzők száma és egyre szélesebb körű a kínálat, a statisztikák mégis azt mutatják, hogy hazánk lakosságának alig több mint 10 % használja ki a sportrekreáció kedvező hatásait. Szükséges tehát a társadalom aktivizálása a sportos életmód iránt. De hogyan? Vizsgálatainkban a lehetséges válaszokat kerestük.

Vizsgálatunk céljai:

- Kíváncsiak voltunk arra, hogy Pécsen milyen sportrekreációs lehetőségek közül választhatnak a mozgani vágyók. A lehetőségek feltérképezése képezte egyik kutatási célunkat.
 - Milyen motívumok állnak a rendszeresen sportoló különböző életkorú hölgyek rekreációs tevékenységének hátterében? A vizsgálat középpontjában a motívumok megismerése áll.
 - A kapott eredmények alapján javaslatokat kívánunk megfogalmazni a sportszakemberek számára.
- Vizsgálatainkba 250 sportoló hölgyet vontunk be. A sportrekreációs lehetőségek felderítése megfigyelés és szóbeli kikérdezés segítségével történt. A motívációk fajtáit ankét módszerrel vizsgáltuk (28 állítást tartalmazó hétfokozatú Likert skála). Az adatfeldolgozás módszere: SPSS programcsomag. Eredmények:
- Átfogó képet kaptunk a sportrekreációs lehetőségek pécsi tárházáról.
 - Megismertük a különböző életkorú hölgyek sportolásának legfontosabb viselkedéshatásoló intrinszik és extrinszik tényezőit.
 - Módszertani ajánlásokat fogalmaztunk meg a rekreáció elmélete és gyakorlata számára

ÉLETMÓD VIZSGÁLAT TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK KÖRÉBEN

Rétsági Erzsébet – Wilhelm Márta – Demeter Andrea

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés és Sporttudományi Intézet, Pécs

A decentralizált tantervek 1998-as bevezetése óta csökkent az iskolai testnevelés órák száma Magyarországon. Tanulói fűségünk megromlott egészségi állapotának ismeretében ezt elhibázott lépésnek tartjuk. Joggal feltételezhető, hogy az óraszámcsökkentés tovább rontja a tanulók - diákok egészséges testi fejlődésének, motorikus képességeik fejlesztésének, mozgásműveltségük kialakításának és egészséges életmódjuk megalapozásának esélyeit. Vizsgálatunk célcsoportja a 2001-ben tanulmányait megkezdő, illetve az évenként belépő testnevelés szakos hallgatók. A leendő testnevelő tanárok már az új tantervek szerint tanultak, és pályaválasztásuk alapján joggal feltételezhető, hogy elkötelezettek az egészséges életmód értékei iránt. Arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen életmódbeli ismeretekkel rendelkeznek, és ténylegesen milyen életmódot folytatnak. A vizsgálat céljai: követéses vizsgálat által átfogó képet kialakítani a pécsi egyetem testnevelés szakos hallgatóinak életmódbeli szokásairól, különös tekintettel a testedzésre és a sportolásra, valamint tájékozódni az egészséges életmóddal kapcsolatos ismereteikről, és azok gyakorlatba való átültetéséről. A vizsgálat 2001-ben 73, 2002-ben 110 fő testnevelés szakos hallgatóra terjedt ki.

Kérdőívünk a következő főbb kérdésköröket tartalmazza:

- Mennyi időt töltenek tanulással, sportolással, pihenéssel és szórakozással?
- Melyek a domináns szabadidős tevékenységeik?
- Milyen sportolási szokásokkal rendelkeznek?
- Vannak-e káros szenvedélyeik?
- Hogyan étkeznek?
- Milyen tudatos lépéseket tesznek fittségük érdekében?
- Hogyan gondolkoznak a rendszeres testedzés és az egészséges életmód viszonyáról?

Az eredmények alapján következtetni lehet arra, hogy a kívánatosnak tartott ismeretekhez a megfelelő magatartásformák társulnak-e. Feltárulnak tehát a „gondolatok és tettek” összhangjára, illetve diszharmóniájára utaló jelenségek. Ezek megismerése azért fontos, mert nem „csupán” a jövő értelmiségeik, hanem a testkultúra leendő szakembereinek életmódjáról, illetve ezzel kapcsolatos ismereteiről kapunk információkat. A feltárt jelenségek alapján lehetőség nyílik ajánlások megfogalmazására, amelyek a képzésben hasznosíthatók és ezen keresztül a tanulók/diákok, a leendő felnőttek életmódját befolyásoló tantárgy közvetítésére pozitív hatást gyakorolhatnak.

LABDARÚGÓK RÚGÁSPONTOSSÁGA ÉS RÚGÁSBIZTONSÁGA TÁVOLSÁGBECSLÉSÜK ALAPJÁN

Rigler Endre – Bartha Csaba

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék, Budapest

A labdarúgók közös vonása, hogy az eredmény pozitív alakulása előre megjelölt célok, felületek minél többszöri eltalálása révén valósul meg. A számos technikai megoldás és a pályán, taktikai szándékból végzett mozgás ügyis felfogható, hogy általuk kedvező célzási pozíció megszerzése válik lehetségessé. Különösen izgalmas e témakör a labdarúgásban, ahol az ügytelenebbnek tartott alsó végtaggal kell a célfelületet eltalálni oly módon, hogy az ember - labda kontaktus csupán egy pillanatszerű érintésre redukálódik. A találat sikere a cél helyzetének pontos megítélésétől, a rúgás helyétől, a rőppálya hosszától és a felület elhelyezkedési síkjától függ. Gyakorlatból ismeretes, hogy különböző nehézséget támaszt az álló, illetve mozgó labdának a célba juttatása. A kijelölt cél érzékelése minden bizonnyal csak az egyik fontos komponens. A másik elvárás a próbázó rúgás közben kifejtett erejének pontos érzékelése, majd a feladat kívánta erőadagolás jelentheti. Az előadásban (poszterben) arra vállalkozunk, hogy a labdarúgásban különböző jártasságot mutató játékosok mintáján megvizsgáljuk a célzási feladatok teljesülésének egyéni és csoportbeli változatosságát.

LÉGZÉSFUNKCIÓS MUTATÓK ÖSSZEHASONLÍTÁSA DOHÁNYOS ÉS NEM DOHÁNYOS KÖZÉPISKOLÁS FIÚKNÁL

Rostás Katalin^{*} – Sziva Ágnes^{**} – Petrekanits Máté^{**} – Szabó Tamás^{**} – Mészáros János^{**}

^{*}Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest,

^{**}Nemzeti Útánpótlás-nevelési Intézet, Budapest

A felnőttkortól kezdődően az életkor előrehaladtával a nyugalmi légzésfunkciós mutatók mindkét nemnél csökkennek. Ezt a tendenciát a több éve tartó rendszeres dohányzás bizonyítottan felgyorsítja (Camilli és munkatársai 1987, Xu és munkatársai 1994). Ugyanakkor az is ismeretes, hogy a terhelés alatti légzési térfogat nem független a vitális kapacitástól. A jelen vizsgálatban arra kerestük a választ, hogy középiskolás fi-

úknál a pár éve tartó dohányzás statisztikailag kimutatható mértékben csökkenti-e a légzésfunkciót összehasonlítva a nem dohányos korosztállyal. A vizsgálatban 17 éves dohányos (n = 44) és nem dohányos (n = 41) tanulók vettek részt. A két csoport testalkat (metrikus index, plasztikus index) és testösszetétel (relatív testzsír tartalom) átlagai szignifikánsan nem különböztek egymástól. A nyugalmi légzésfunkciós vizsgálatot Micro Medical Printer Spirometerrel végeztük. A maximális légzési térfogat meghatározásához vita-maxima típusú futószalagos vizsgálatra vállalkoztak a fiúk, amelynek során az adatokat Jaeger m-Dataspir gázanalizátor segítségével kaptuk. A nyugalmi légzésfunkciós vizsgálat eredménye alapján nem találtunk statisztikai különbséget az FVC (vitális kapacitás), a FEV1 (vitális kapacitás első másodpercre eső értéke), a FER (FEV1 az FVC %-ában kifejezve) a maximális áramlási sebesség, az F50, F25 (az áramlási sebesség az FVC 50 és 25%-ánál) csoportonkénti átlagai között. A maximális terhelés végén mért légzési térfogat a két csoportban azonos volt. A maximális légzési térfogat mindkét csoportban összefüggésben volt a nyugalmi vitális kapacitással, és a FEV1 értékeivel. A korrelációs együttható az FVC esetében 0,40, a FEV1 esetében 0,47 volt. Eredményeink alapján ugyan statisztikai különbséget nem találtunk a pár éve dohányzó középiskolás fiúk és társaik nyugalmi légzésfunkciója között, de a numerikus különbségek jelzik az esetlegesen később kialakuló nagyobb differenciát, amelyet több kutató közleménye is alátámaszt (Tager és munkatársai 1985, Xiping és munkatársai 1992). A kisebb vitális kapacitás pedig kisebb terhelés alatti percventillációhoz illetve következményesen kisebb aerob teljesítményhez vezethet.

A TESTÖSSZETÉTEL ÉS A FIZIKAI TERHELHETŐSÉG ALAKULÁSA RENDSZERES GYÓGYÚSZÁS SORÁN KÖVÉR GYERMEKEKNÉL

Rugási Endréné – Török Katalin – Molnár Dénes

Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar,
Mozgástani Intézet és Gyermekklinika, Pécs

Korábbi klinikai vizsgálataink egyértelműen igazolták, hogy a kövér gyermekek fizikai teljesítőképessége messze elmarad a normál súlyú kortársaiktól, különösen ha súlyos halmazott kardiovaszkuláris rizikófaktorral. Tapasztalatunk szerint a kövér gyermekek számára elérhető mozgáslehetőségek szegényesek, ezért szerveztük meg a Gyermekklinika gondozott elhízott gyermekek számára a gyógyúszást. Jelen vizsgálatunk során túlsúlyos gyermekek testösszetételének, fizikai terhelhetőségének alakulását hasonlítottuk össze féléves, rendszeres gyógyúszás hatására. A gyermekeknél antropometriai méréseket és terheléses vizsgálatokat végeztünk az úszásprogram elején és végén. A vizsgálatban 38 elhízott gyermek vett részt (életkor (átlag±SD): 12,8±2,3, testtömeg: 72,4±16,7 kg, testmagasság: 158,5±11,9 cm). A lemorzsolódás miatt 22 gyermek vizsgálati eredményeit tudtuk összehasonlítani. A félév során a testsúly nem csökkent szignifikánsan, de a fizikai terhelhetőséget jellemző paraméterekben javulást tapasztaltunk.

A CSÍPŐPROTÉZIS BEÜLTETÉS HATÁSÁNAK VIZSGÁLATA VIDEOELEMZÉSSEL

Sándor Kinga – Barabás Anikó – Szilágyi Tibor – Sólyom László^{*}

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Biomechanika Tanszék, Budapest,

^{*}Semmelweis Egyetem, Ortopédiai Klinika, Budapest

A csípőizület az emberi test egyik legnagyobb izülete, mely a test összerendezett mozgásában és egyensúly fenntartásában vesz részt. Ezen ízületen belül nagyon sok panasz jelentkezhet. Ezen panaszokra a végső megoldást a csípőprotézis beültetése jelenti a betegek számára. Hipotézis: Feltételezem, hogy a vizsgálati személyek járása, mozgásmintája a csípőprotézis beültetése után sokkal simább, panaszmentesebb és hasonlít a normál járásmintához. Módszer: A vizsgálatban 30 személy vett részt, akiknek mind csípőizületi panaszuk volt. A vizsgálati személyekről műtét előtt és műtét után is videokamerás járásfelvételt készítettünk és ezután egy lépésciklusukat az APAS rendszer segítségével ki-elemeztek. Eredmények: Az eredményeim az ábrákon tekinthetik majd meg, melyek igazolják a hipotézisünket és igaz, hogy a vizsgálati személyek járásmintája nagyon sokat javult a műtét előtti járásmintájukhoz képest. Következtetés: Az elvégzett videoelemzéses módszerrel arra a következtetésre jutottunk, hogy a vizsgálati személyek járásmintájában és életminőségében is pozitív változást hozott a csípőprotézis beültetése. A vizsgálati személyek járása könnyedebb, gördülékenyebb műtét után.

A MAGYAR ÉLVONALBELI ÚSZÓK HÁROM MAKROCIKLUSÚ FELKÉSZÜLÉSI RENDSZERÉNEK ALAPELEMEI

Sántics Béla

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

Az úszó élversenyzők éves edzéstervezése, versenyzetése némileg eltér a ciklikus sportágakban megszokott, alkalmazott felkészítés módszereitől. A csúcspont optimalizálásához az éves edzésrendszer folya-

matában az alábbi alapelemek járulnak hozzá döntően: makrociklus, mezociklus, edzőtáborok, versenyszisztéma. Az általam leglényegesebbnek ítélt alapelemet, a mezociklus szerénem részletesebben értelmezni előadásomban. A szervezetet egy meghatározott intervallumban ért edzés terhelés által kiváltott adaptációs jelenségek vizsgálatával a TF tudományos munkacsoportja (Sós-Szóts-Petrekénits-Frenkl) már foglalkozott. A mezociklus során adaptálható kondicionális képességek, pszichikai összetevők teljesítményre gyakorolt hatásának változása, ezen tendenciák felismerése nagymértékben gazdagította az úszók felkészítésével, formába-hozásával, versenyztetésével kapcsolatos ismereteinket. A ciklus során lezajló élettani, pszichikai változások – amelyeket edzői munkám során magam is tapasztaltam – elsősorban gyakorlati megfigyeléseken alapulnak. A versenyzők kondicionális képességeinek jellegzetes változásait adekvát módon történő nyomkövetését terveztem munkatársaim segítségével. Alkalmazott módszerek: módosított Bruce-protokoll, hematológiai vizsgálatok, terhelés során végzett vérsav vizsgálatok. A vizsgálat eredményei és a sportgyakorlati munka tapasztalatai egyértelműen alátámasztják, együttesen igazolják az úszók felkészülési rendszerének helyességét.

A SPORTTORNA TECHNIKAI ELEMEINEK VÉGREHAJTÁSÁT SEGÍTŐ SPECIÁLIS KÉPESSÉGFELJESZTÉS A BERZSENYI DÁNIEL FŐISKOLA TESTNEVELÉS SZAKOS NŐI HALLGATÓINÁL

Sárai Gabriella

Berzsenyi Dániel Főiskola, Testnevelési és Művészeti Főiskolai Kar, Sportági Tanszék Szombathely

„Hagyományos” sportágot nem hagyományos módon oktatni. 16 éve tanítom a Berzsenyi Dániel Főiskola női hallgatóinak az iskolai testnevelés és testnevelő tanárképzés alapját képező tantárgyat, a sportornát. A kezdeti időszakban a tárgy követelményeinek teljesítése jóval kevesebb gondot okozott, mint az utóbbi időszakban. Tapasztalataink szerint az iskolai testnevelésben visszaszorult e sportág oktatása, ezen belül elsősorban a szereken végzett gyakorlatok. Emiatt a tantárgyhoz szükséges átlagos képességszint is alacsonyabb. Vizsgálataink elsősorban a támaszhelyzetekre, az elrugaszkodásra, a relatív erőre vonatkoztak. Ezek fejlesztésére kidolgoztunk egy speciális képességfejlesztő programot, amelyet az 1998/99. tanévtől alkalmazunk a követelmények eredményes teljesítése érdekében.

Előadásom az elmúlt öt év eredményeit mutatja be.

VIZSGÁLATOK FANTÁZIATÖRTÉNETEK MOZGÁSOS MEGJELENÍTÉSÉBEN AZ ÓVODÁS KORBAN

Sáringemé Szilárd Zsuzsanna – Rigler Endre*

Mozgássérültek Pető András Nevelőképző és Nevelőintézete, Budapest

**Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Sportjáték Tanszék, Budapest*

A motorikus fejlesztés kisgyermekkorban perdöntő folyamat. A hatások részben a pedagógusok célirányos előírásai szerint, részben a gyermek spontán aktivitásaként jelentkeznek. Szakirodalomból ismert (Bakonyi, Győri, Kunz), hogy minél fiatalabb a kisgyermek, annál szívesebben fogadja a szülőitől, tanártól, azaz a felnőtől jövő feladatokat különösen akkor, ha azok játékkal kapcsolatosak és a fantáziába építetten fogalmazódnak meg. Előadásunkban (poszterünkben) arra teszünk kísérletet, hogy a döntően koordinatív képességeket igénylő feladatokat egy mesebe illesztve fogalmazzuk meg és megvizsgáljuk ezek teljesülését annak alapján, ahogy a történet a gyermeki fantáziában megfogalmazódik. Ennek megfelelően az alábbiak képezik a mese elemeit: vonalon végigmegy (ösvény), átbújós feladat (alagút), fordított ferde padon felfelé-lefelé járás (hegyre fel-lejárás), célabdobás (kavicsdobás a tóba), átugrás (sárban köviken átugrás), egyensúlyozó járás (kidőlt fán járás), fel-leugrás padra (kidőlt fára fel-leugrás), felugrások lufi érintéssel (almaszedés fáról). A feladatok zöme a meseben a gyermek képzeletben való tükröződését, majd a megjelenítést rögzíti. Az értékelésben külön a részfeladatok teljesítését, - majd az egész „mese” - mozgásos bemutatását vettük alapul. Az időbeliséget, a kivitelezési módot és a fellelhető hibákat kritériumok alapján megállapított pontértékkel minősítettük. Anyagunkban a korosztályra vonatkozó jellegzetes teljesítmények kimutatása mellett az egyéni végrehajtásokra és az esetenként már megmutatózó egyéni stílusvariációkra is rámutatunk.

KIK TANÍTJÁK – TANÍTHATJÁK - A TESTNEVELÉST AZ ÁLTALÁNOS ISKOLA ALSÓ TAGOZATÁN?

Sebőkné Lóczi Márta

Szent István Egyetem Jászberényi Főiskolai Kar, Testnevelési Tanszék, Jászberény

A testnevelés oktatásával foglalkozó szakemberek körében vitákat vált ki ez a kérdés. A szakmai elit leginkább a testnevelő tanári diplo-

mával rendelkező pedagógusokat tartaná alkalmasnak. A közoktatás gyakorlatában azonban sokkal árnyaltabb a kép annál, mint amit a szakmai elit preferál. Mivel feltételeztük, hogy többnyire az osztálytanító oktatja a testnevelést is, felmerültek a következő kérdések:

- Milyen a tanítóképzés rendszere?
 - Hogyan készíti fel a tanítóképzés a tanítójelölteket a testnevelés tanítására?
 - A tanítójelöltek értékrendszerében, attitűdjeiben a testnevelés pozitív vagy inkább negatív előjellel jelenik meg?
- Az előadás célja, hogy a felmerült problémákat feltárjuk, és a felmerült kérdésekre a választ megkeressük. Ezért vizsgálatokat végeztünk,
- hogy a közoktatás gyakorlatában bemutatassuk a testnevelés oktatásának problémáit,
 - hogy feltárjuk a tanítóképzés feltételeit, lehetőségeit a hallgatók testnevelés oktatására való felkészítésében,
 - és hogy bemutathassuk a tanítóképzés hallgatók értékítéleteit, attitűdjét a testnevelés és sport iránt.

A vizsgálatban részt vevők:

- 107 általános iskola a SZIE-JFK beiskolázási körzetéből.
- A tanítóképzést folytató főiskolák testnevelési tanszékei a tanszékvezetők, vagy a testnevelés tantárgypedagógiáját oktató kollégák, 15 intézményből.

• A tanítóképzés hallgatók alapsokaságából vett minta, N=396.

Vizsgálati módszerek: kérdőíves anket és interjúk. A közoktatásban a testnevelés oktatásának tárgyi feltételei javultak a rendszerváltozás után. A heti óraszámok sajnos csökkentek, és a személyi feltételek sem javultak. A testnevelés megítélésében a tantestület részéről még mindig tapasztalható negatív tendencia. A tanítóképzés hallgatók értékítéletei jók a mozgásos tevékenységek iránt, az attitűdjeik viszont változóak, hiszen 37% szabadidejében nem végez mozgásos tevékenységet. A tanítóképzést folytató intézmények feltételei is kivánivalólag hagynak maguk után, mind az eszközellátottság, mind a rendelkezésre álló óraszámok tekintetében. Így a képesítési követelményekben megfogalmazott elvárások sem teljesíthetők igazán.

A GYÓGYTESTNEVELÉS HATÉKONYSÁGÁNAK NÖVELÉSE A PEDAGÓGIA ESZKÖZEIVEL

Simon István

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Benedek Elek Pedagógiai Főiskolai Kar, Sopron

Az utóbbi években Magyarországon egyre jobban nő a mozgásszervi és az allergiás asztmás megbetegedésben szenvedő gyermekek száma. Ezáltal mind fontosabb szerepet kap az iskolai testnevelésben a gyógytestnevelés. Tény, hogy a gyógytestnevelés órára utaltak száma fokozatosan nő, de az óra megítélése a tanulóknál, s valljuk be több testnevelő tanár körében sem a legjobb. Sok dolgozat, publikáció foglalkozott már a tanulók egészségi állapotának felmérésével, a gyógytestnevelés helyzetével, annak fontosságával, de az órai munka hatékonyságának növelésével kapcsolatos vizsgálatok száma kevés még. A szakirodalom elegendő ahhoz, hogy megfelelő mennyiségű is hatékonysági gyakorlatot állítsunk össze a gyermekek számára, de az csak akkor válik gyógytényezővé, ha pozitív hozzáállás, attitűd is párosul a tanulók részéről. Az előadás célja azon ismert és új pedagógiai tényezők feltárása, amelyek befolyásolják az oktatás hatékonyságát. Előadásomban e témakörben az alábbi kérdésekre és hipotézisekre kerestük a választ:

K1. Melyek azok a főbb gyógytestnevelőtanári személyiség jegyek, amelyek pozitívan befolyásolják a tanulók hozzáállását a gyógytestneveléshez?

H1. A megfelelő empátiás készséggel és jó szakmai felkészültséggel rendelkező gyógytestnevelő tanár pozitívan hat a gyógytestnevelés óra hatékonyságára.

K2. Befolyásolja-e a tanuló közvetlen környezete (család, barátok) a gyógytestnevelés órához való viszonyt?

H2. A család és a barátok befolyásolják a gyógytestnevelés órára járó tanulók órához való viszonyt.

A fenti kérdések és hipotézisek megválaszolásához vizsgálati módszernek az írásbeli kikerdezést használtam, amelyhez a mintát 65 fő 8 – 17 éves lány és fiú tanuló képezi.

ÉLETVITEL, TÁPLÁLKOZÁS, VERSENYKÉSZSÉG SENIOR KORÚ SPORTOLÓKNÁL

Simon József – Szabó S. András

Szent István Egyetem, Élelmiszertudományi Kar, Budapest

Amíg megszokták és megkedvelték a rendszeres sportmunkát, az edzések, versenyek, edzőtáborok, utazások légréteg, azok visszavonulás után is igénylik ezt, életük szerves részének tekintik. A veterán sport sikerélményt nyújt az idősebb embereknek is, s segíti őket abban, hogy ne szakadjanak ki a megszokott sportlársadalomból. Az előadás rámutat az aktív életvitel választásának szükségességére (a kulturális szint fontosabb, mint a gazdasági helyzet), az idős korú embe-

rek táplálkozásának speciális kérdéseire (pl. ízérzékelés romlás) valamint a tréningrendszer módosításának (pl. hosszabb, alaposabb bemelegítés) fontosságára.

MOTIVATIONAL IMPACTS ON HUNGARIAN AND BRITISH ELITE SWIMMERS

Soós István^{*} - Whyte Ian^{**} - Biddle Stuart^{**} - Chatzisarantis Nikos^{***} - Karsai István^{****} - Sántics Béla^{****}

^{*}University of Sunderland, UK; ^{**}Loughborough University, UK;

^{***}University of Exeter, UK; ^{****}University of Pecs, Hungary

This study was a preliminary investigation to compare the motivational orientations of Hungarian and British elite swimmers with the aim of informing the development of a hypothetical model. Hypothesis 1: There are major differences in the motivation orientations between elite swimmers from Hungary and Great Britain. Hypothesis 2: Motivational orientations are influenced by parental sports' experiences. Hypothesis 3: Motivational orientations are influenced by school performances (progress in learning) and swimming results/performances. The study was founded on the self-determination theory with data being collected using Pelletier et. al's (1995) Sport Motivation Scale (SMS). Demographic data was also gathered. Data analysis included descriptive statistics, independent samples T-test and univariate analysis of variances (one-way ANOVA). Sample: Data were collected from two sources: 258 elite Hungarian swimmers 10-18 years of age in Hungarian swimming clubs; 36 elite British swimmers, contributed by Loughborough University, UK. Following analysis of variances, it was found that, paradoxically, Hungarian swimmers demonstrated greater intrinsic ($p < 0.01$) and extrinsic ($p < 0.01$) motivation while also showing higher levels of amotivation ($p < 0.01$) than those from Great Britain. Based on current results: Hypothesis 1 was accepted as it was proven that differences existed between the two samples; Hypothesis 2 was rejected as there was no indication that parental sporting backgrounds had influence on the present day swimmers' motivational orientations and; Hypothesis 3 was accepted, as there was a significant correlation between school performance (progress in learning) and motivational orientation. The results contrasted with recent literature as Hungarian swimmers exhibited higher levels of all motivational orientations than the British swimmers. Higher levels of motivation might offer Hungary, as an international swimming nation, an advantage in retaining talented swimmers. Conversely, with the Hungarian sample also recording higher levels of amotivation, the opposite may also be true as this may predict early sport dropout. However, there may be reasons for this apparent conflicting result. The Hungarian sample was drawn from a large base of elite swimmers from a 10-18 years age band, whereas the British swimmers were older and therefore likely to exhibit more stable responses. Additionally, the British sample were experienced international swimmers, whereas the Hungarian squads included mainly young people who had yet to experience European and world class competition. Thus, the results might reflect this diversity of standards.

PROFESSZIONÁLIS LABDARÚGÓKLUBOK STRATÉGIÁI SZEMLELETŰ VEZETÉSE

Szabados Gábor

Sportgazdaság Online, Budapest

Az előadás a professzionális keretek között, látványsport-vállalkozásként működő labdarúgóklubok stratégiai választásait tekinti át és felvázol egy lehetőséget az azokhoz rendelhető eszközökre. Napjaink labdarúgásában öt stratégiai alaptípust lehet elkülöníteni, amelyek markánsan jellemzik egy-egy klub gazdasági működését. Bemutatásra kerülnek e stratégiák, jellemezzük kialakulásuk okát és főbb vonásait, példákkal illusztrálva. (A példák elsősorban a nemzetközi labdarúgásból származnak, de szóba kerülnek magyarországi klubok is.) E stratégiákhoz igazodva kerül vázlatos ismertetésre a kiegyensúlyozott stratégiai mutatószámrendszernek (balanced scorecard, BSC) nevezett vezetési eszköz labdarúgóklubokra alkalmazott változata.

A TÁPLÁLKOZÁSELETTAN OKTATÁSÁNAK JELENTŐSÉGE A HUMÁNKINEZIOLÓGUS KÉPZÉSBEN

Szabó S. András

Szent István Egyetem, Élelmiszertudományi Kar, Budapest

Az előadás rámutat a TF-en folyó humánkineziológus képzés keretében oktatott 2 féléves táplálkozáselettan c. tárgy fontosságára, az adott szintű táplálkozástudományi ismeretek elsajátításának szükségességére, a sporttudománnyal, egészségtudománnyal és korszerű életvitellel kapcsolatos témakörök jelentőségére. Ismerteti a képzés tematikáját - elméleti és gyakorlati témakörök - amely egyrészt szervesen kapcsolódik az életten és biokémia tárgyak ismeretanyagához, kiegészítve és kibővítve azokat, másrészt korszerű ismereteket nyújt a

sporttáplálkozásról, a táplálék-kiegészítők alkalmazásáról, az életkori igényekhez igazodó táplálkozásról, a magyarországi táplálkozási szokásokról és ezek egészségügyi kihatásairól és számos egyéb érdekes témakőről (pl. a táplálkozás és a testösszetétel összefüggései, a vegetáriánus táplálkozás hiányosságai).

UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉS ÉS TUDOMÁNY

Szabó Tamás

Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet, Budapest

A magyar sport sikereinek egyik záloga az utánpótlás-nevelésben rejlik. A rendszerváltás után a sportban tapasztalható átalakulás, erőző a fiatalok sportját és érintette. A tudományos kutatás, a gyakorlati étellel kapcsolatos kutatási tevékenység (szolgáltatás) a versenysportban egyre nagyobb szerepet kapott. A nemzetközi versengésben előjárók nagy erőforrásokat vettek igénybe a sportolók kiválasztásának, felkészítésének folyamatában. A hazai sporttudomány e vonatkozásban napjainkban érdekes képet mutat. A problémák, feladatok jelentősen változtak, ezért a tudományos munka irányai is módosultak. Korábban főként az egyén teljesítmőképességének megítélése, a prognózis állt a vizsgálatok középpontjában. Ezen a területen a hazai szakemberek magasszintű munkát végeztek. Napjaink utánpótlás-neveléssel kapcsolatos tudományos problémái főként új rendszerek létrehozásának, a lehetőségek tudományos modellezésében jelentkeznek. Azok a társadalmi hatások, amelyek a versenysport terjesztéséhez nagyban hozzájárultak, szükségessé teszik új kutatási irányok kialakítását. Előadásunkban ezekről a törekvésekről számolunk be. A Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézetben belül az alábbi területeken folynak kutatási munkák:

1. A gyermeksport makro, és mikro társadalmi környezet.
2. Tehetségazonosítási rendszerek hatékonysága (sportágfejlesztési programok, Hétkélész Program, egyesületi modellek).
3. Hatékony diagnosztikai, predikációs módszerek.
4. A nagymennyiségű és intenzitású edzőmunka problematikája fiatal korban.

TESTALKAT, TESTÖSSZETÉTEL ÉS AZ AEROB TELJESÍTMÉNY-VIZSGÁLATOK TAPASZTALATAI FÉRFI FŐISKOLAI HALLGATÓKNÁL

Szakály Zsolt - Ihász Ferenc - Király Tibor

Nyugat-Magyarországi Egyetem, Apáczai Csere János Tanítóképző Főiskolai Kar, Győr

Jelen tanulmány egy hosszsmetszeti vizsgálat első, második és harmadik adatfelvételének az eredményeit mutatja be. Az első vizsgálat során a célnak a kiindulási állapot objektív meghatározása volt, a második és harmadik vizsgálat alkalmával a képzés során történő változásokat regisztráltuk. A vizsgálat során a következő célokat tűztük ki: (1) a főiskolások testalkatának, testösszetételének és ezek változásának a meghatározása, (2) a vizsgált személyek aerob teljesítmény változásának a meghatározása, (3) a testalkat, a testösszetétel és az aerob teljesítmény változás összefüggéseinek a feltárása. A testalkatot Conrad (1963), a testösszetételt Drinkwater és Ross (1980) eljárásait követve vizsgáltuk. A Cooper-tesztet (1970) az aerob állóképesség mérték. A mért paraméterek az életkorilag elvárható értéket nem érték el, mérés során kapott nagy szórásértékek hallgatóink testalkatának, testösszetételének és aerob teljesítményeinek a jelentős különbözőségére utal. A vizsgálat eredményei alapján levonható az a következtetés, hogy hallgatóinknál mind a kardiorespiratórikus rendszer, mind az elhízás rizikófaktorai megtalálhatóak, melyek előrevetítik az egészségi állapot kedvezőtlen változásait. A problémát tovább súlyosbítja, hogy a főiskoláról kikerülő tanítók, szociálpedagógusok és művelődésszervezők fontos feladatai közé fog tartozni az egészségnevelés, az egészséges életmód igényének a kialakítása.

VÉGZŐS TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK KONFLIKTUSMEGOLDÓ KÉPESSÉGÉNEK VIZSGÁLATA EGY TESTNEVELŐ TANÁRI SZEREJÁTÉK TÜKRÉBEN

Szatmári Zoltán

Szegedi Tudományegyetem, JGYTFK Testnevelés és Sporttudományi Intézet, Szeged

A pedagógusképzés és benne a testnevelő tanárképzés fejlesztése szinte közhelynek számít. Az oktató-nevelő munka minden területén és szintjén erőteljes hangsúlyt kap a nevelés, a teljes személyiség- és magatartásfejlesztés fokozott érvényesítésének szükségessége, hatékonyságának fokozása. Alaputatásomban a testnevelés szakos hallgatók személyiségét vizsgálom a nevelési stílusok tükrében. A kutatásnak egyik fontos területe a végzős testnevelés szakos hallgatók nevelési stílusjegyének vizsgálata, melynek eredményeképpen megállapítható, hogy a képzés végén a konfliktusmegoldó képesség színvonala mennyire felel meg a testnevelő tanári szakma követelményeinek. Munkám célja, hogy a testnevelő tanári hatékonyság emelése érdeké-

ben olyan módszert vázoljak fel, amellyel a leendő pedagógus nevelő munkája egy konkrét osztály, csoport vonatkozásában a tanulóira gyakorolt hatás tükrében vizsgálható legyen. Véleményünk szerint ennek a vizsgálatnak a testnevelés órai konfliktushelyzetek megoldó képességének vizsgálata felel meg legjobban. Az eddigi tapasztalatok figyelembevételével a végzős hallgatók nevelési stílusának a konfliktusos nevelési helyzetek megoldásában kimutatható jellemzők megragadására alkalmasnak látszik egy olyan ötdimenziós séma, amelynek tengelyein az agresszív, restriktív, kooperatív, inerciás és az indifferens magatartás adatai, valamint ezek keverékei, variánsai helyezkednek el. Munkahipotézisem az alábbiakban fogalmazható meg. Feltehető, hogy ha az általános iskola testnevelés óráin tipikusnak tekinthető nevelési konfliktusokat ismertetem, és felkérem a vizsgálati személyeket annak elképzelésére, akkor az összesített megoldások alapos elemzéséből indirekt módon megállapítható a vsz. nevelési stílus, és választ kapok a következő kérdésekre. a) Lehet-e olyan tükröt tartani a leendő testnevelő tanár elé, melyben felismeri saját nevelési stílusát, annak valamennyi pozitívumával és hiányosságával együtt? b) Dominánsan mutatkozik-e a szervezőkészség, kooperációs készség, vezetői képesség ill. egyéb a testnevelő tanári szakma birtoklásához és műveléséhez szükséges személyiség jellemző? c) Kimutatható-e, hogy milyen eltérő stílusokkal tevékenykednek a hallgatók a tanulók körében, és mely vezetési stílus a dominánsabb a vizsgálati csoportban?

SPORT AND SUSTAINABLE DEVELOPMENT IN EUROPE

Szegerné Dancs Henriette

Berzsenyi Daniel College, Szombathely, Semmelweis University, Budapest, Hungary

The paper is divided into 4 main parts: the first part will present a short summary about the integration processes in the contemporary Europe; the second part will discuss the essence of sustainable development; the third part introduces the different levels and the multifunctionality of modern sport; the fourth part will discuss the effects and the possibilities of how sport might take its share in the sustainable development. The Eastern enlargement of the European Union is already a historical fact, we have the ratification procedure behind us. The new European Union will include (and still including) countries that are very different with respect to their economic and social backgrounds, not to mention their disparate traditions and culture. The globalisation and the integration processes will be the cause of different affects in each an every country. Modern sport has become a global phenomenon that has considerable effects, not only in the economy, but also in the political life in the most countries. International sport events are shown everywhere throughout over the world live on the TV and on the Internet. Modern technology and communications significantly reduce the dimensions of the whole population of the planet. Without doubt, sport has an increasingly important place in society and in our age. For society to continue developing in the way it has done in the past, we need to pay more attention to our environment. How this is best achieved is often a matter of opinion rather than a fact, dependent upon different perspectives of the environment and views of nature. Recently, a concept has emerged that has attempted to bring together the best aspect of these different viewpoints and to harmonise the development of mankind with the protection of nature. This is the concept of „Sustainable Development”. It is suggested that sport can contribute to sustainable development” in the following ways: support the regeneration of the community, region; help create more jobs; support healthy lifestyles; support life long learning; develop the cultural life of the community, region; help tackle crime; help create a high quality living environment; help create equality of opportunity, social justice and social inclusion; help provide quality services and opportunities; creates opportunities for young people and older people. It was included that modern sport as „creative culture” occupies a more and more important place in the post-modern society and could become even more important in the ways of tackling different social problems. Moreover it has the potential to serve as an important factor between the different nations to bring them together and serve the business of the common European idea in the future. Sport can achieve so much in promoting the ideals of the „common culture”, it might be a significant factor in the success of the sustainable development connecting health and environment protection, it could strengthen the communication between different nations and be a supporting factor in the social integration of all Europe. But it can only fulfil these functions, if the fundamental values, orientations, and principles of its authorities are prioritised and held firm so that they can succeed as exemplary functions. Further research is planned into assessing the attitudes of those most involved in the sport across Europe towards the role that sport can play in sustainable development in all levels of the European community.

KÜLÖNBÖZŐ SPORTÁGAK ÉLVONALBELI FIATAL SPORTOLÓINAK KARDIORESPIRATORIKUS JELLEMZŐI

Sziva Ágnes – Szabó Tamás

Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet, Budapest

A hazai sportéletben ismét fellángolt a vita az alapvető, nem sportág specifikus képességek szerepéről. Intézetünkben nagyszámú adatgyűjtés folyt az aerob állóképesség aktuális állapotának megállapítására. Kérdésfeltevésünk a problémával kapcsolatban a következő volt:

1. Vannak-e jól leírható különbségek sportágak, sportági csoportok között a kardiorespiratorikus teljesítőképességben?

2. Ha igen, ezek a különbségek minek köszönhetőek? A szelekciós szempontok vagy a képzési anyag eredményezi a tapasztalt különbségeket?

Vizsgálati módszerek: Bx8 technikával gyűjtött gázcsérés mutatók futószalagos terhelés alatt.

Eredmények. Markáns különbségek mutatkoznak a különféle sportágak között. A terhelés alatt mért fizikai teljesítmény (futásidő), mögött álló szív-keringségi adatok arra hívják fel a figyelmet, hogy a szelekciós szempontok erőteljesebben érvényesülnek mint az korábban feltételeztük. Az adaptációs lehetőségek a sportágak egy részénél sokkal korlátozottabbak a kívánatosnál. Ezek a korlátok nagyrészt alkati mutatókra is visszavezethetők. A jelzett probléma az állóképességi minősítés miatt a csapatsportágakban nehezen tanulmányozható, a kevert típusú állóképességi követelmények ismételt felvetik az aerob-anaerob energiaellátó rendszerek kapcsolatának természetére vonatkozó kutatások folytatását. Adataink lehetőséget adnak arra, hogy statisztikai módszerekkel csoportokat különíthessünk el élvonalbeli utánpótlás korú versenyzőknél.

A TÁPLÁLKOZÁSI SZOKÁSOK ÉS A TESTSÍR ÖSSZEFÜGGÉSE BUDAPESTI ÓVODÁSKORÚ GYERMEKEKNÉL

Szmodis Márta - Csapó Zsoltne

Semmelweis Egyetem Budapest, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

Vizsgálatunk célja az volt, hogy előtanulmány készüljön a fővárosi óvodáskorú gyermekek táplálkozási szokásairól, testösszetételéről és fizikai aktivitásáról, valamint ezek esetleges összefüggéséről. Az egészséges életmód szokásrendszere, azaz a helyes táplálkozási szokások és a mozgásigény a gyermekkorban alakul ki. Az óvodáskorú gyermekek testösszetételéről, fizikai aktivitásáról és táplálkozási szokásairól kevesebb ismeret áll rendelkezésre, mint az iskolásokról. A Nemzetközi Biológiai Program (1969) ajánlásainak megfelelő antropometriai vizsgálatba 136, budapesti 5-6 éves óvodáskorú gyermeket vontunk be. A gyermekek életmódjáról, azon belül a táplálkozásáról szülők által kitöltött névtelen kérdőív segítségével tájékozódunk. A túlsúlyos vagy kövér gyermekek száma ebben a mintában alacsony. Ugyanakkor a rendszeres fizikai aktivitás mértéke már ebben az életkorban is elmarad a kívánatostól. A szülők megfelelően tájékozottak a korszerű táplálkozással összefüggő ismereteket illetően, ugyanakkor ismertek a kérdőíves adatgyűjtés jelen tanulmányban is fennálló korlátai. Jelentős különbséget sem a két nem között, sem pedig területileg nem találtunk.

A FIZIKAI AKTIVITÁS SZEREPE A CSONTSÚRÚSÉG ALAKULÁSÁBAN

Szöts Gábor – Martos Éva – Farkas Anna – Jósifay Loránt – Györe István – Poór Gyula – Frenkl Róbert

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest –

Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest –

Országos Reumatológiai és Fizioterápiás Intézet, Budapest

Célunk volt megvizsgálni, hogy milyen összefüggést találunk az edzettségi állapot, a fizikai aktivitás, a táplálkozás és a csontsűrűség értékei között 18-24 év közötti nők esetében. Vizsgálatainkban önként jelentkező aktív (sportolók), illetve inaktív (nem sportolók) nők vettek részt. Mértük edzettségi állapotukat (a relatív maximális O₂ felvétel, futás idő stb.), testalkati mutatóikat, csontanyagcsere paramétereiket (TSH, ösztadiol, crosslaps, parathormon, csontspecifikus alkalikus foszfatáz, alkalikus foszfatáz, szérum Ca, P stb.) illetve csontsűrűségüket (BMD) három különböző testtájón (alkar, kar- combcsont és gerinc). A fentiekben kívül értékeltük a résztvevők táplálkozási és fizikai aktivitásbeli szokásait kérdőíves módszer segítségével, illetve a Nutricomp Érték számítóprogrammal. A kapott eredményeinkből statisztikai módszerekkel (Student-féle t-próba, korrelációs számítás) megállapítottuk, hogy szoros az összefüggés a csontanyagcsere jellemző paraméterek, a BMD, a testalkati és az edzettségi paraméterek között. Eredményeinkből azt a következtetést vonhatjuk le, hogy a csontsűrűség alakulásában már ebben a korban is meghatározó szerepe van a helyes táplálkozásnak és a jelenlegi és a múltbeli fizikai aktivitásnak.

KORUNK KULTURÁLIS TRENDJEI ÉS A TESTKULTÚRA

Takács Ferenc

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Társadalomtudományi Tanszék, Budapest

Jövőérzékeny világunkban a kultúra tartalma is változik, ami szükségyszerűen átrendezi az életmódot és ezzel együtt a testkulturális szokásokat is. Hunter szerint eddig két kultúra modell fedte le a témát: 1.) a tradicionális-vallásos kultúra; 2.) a modern – anyagelvű kultúra

Amerikai kutatók (Paul Ray, Schelia Ruth Anderson) értékvizsgálata kimutatta, hogy markánsan jelentkeznek a civilizált világban egy harmadik kultúra is. Ezt kreatív vagy átfogó kultúra néven említik a szakirodalomban, de a hivatelt „kulturális kezdeményezőknél” is nevezik. A hatvanas évektől kezdve alakult ki a „kreatív kultúra” különböző társadalmi mozgalmakból (pl. környezetvédő zöldek, pacifisták, alternatív gyógyítók stb.). Szerintük a régi világkép megkopott, világnézeti válság van. Ebből a totális válságból az új kultúra vezethet ki: – átfogó folyamatemelés, az összefüggések globális vizsgálata,

- fenntartható fejlődés
- természetes összhang, (ökológia), a természet védelme,
- átfogó értékek, értelmes élet,
- a test és a szellem összhangja.

A testkulturát is jelentős mértékben befolyásolja az új kulturális paradigm, ennek néhány részletét elemezzük az előadásban.

SPORTOLÓ ÉS NEM SPORTOLÓ FIÚK TESTI FELÉPÍTÉSE ÉS FIZIKAI TELJESÍTMÉNYE

Tatár András* – Zsidegh Miklós – Prókai András – Vajda Ildikó – Völgyi Eszter – Mészáros János

Gyermek- Ifjúsági- és Sportminisztérium, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

A gyermekek rendszeres és intenzív fizikai aktivitásának mennyisége napjainkban általánosan elmarad a fejlődésbiológiai szempontok alapján szükségesnek ítéltől. A sportegyesületek és/vagy sportiskolai szakosztályok számának csökkenése következtében értékelhetően kevesebb a valóban sportolóknak tekinthető gyermekek és serdülők száma is. A szemléletváltozást jellemzően minősíti Laki és Nyerges (2000) tapasztalata, mely szerint az iskoláskorúak jelentős hányada már rendszeres fizikai aktivitásnak minősíti a havi gyakoriságú kirándulást is. A hazai vizsgálatok eredményei (Szabó 1977, Mészáros et al. 1986, Frenkl et al. 1998) viszont arra utalnak, hogy valódi, tehát fizikai, élet-tani vagy antropometriai jellemzőkkel bizonyítható hatás csak a sport-edzés rendszerességét és intenzitását elérő fizikai igénybevételtől várható. A vizsgálat célja elemezni a rendszeresen sportoló és nem sportoló 10-14 éves fiúk motorikus teljesítményét, testi felépítését és testösszetételét. Az antropometriai és motorikus teljesítmény-vizsgálatot 1509 nem sportoló és 252 sportoló fiúnál végezték el. Ahhoz, hogy a korcsoportonkénti 48-52 fő gyakoriságot a sportolók mintájában biztosítani tudják, az iskolákban mért adatokat ki kellett egészíteniük két sportegyesületben mért eredményekkel is. A testi felépítést a növekedési típus leíró indexekkel (Conrad 1963), a testösszetételt a relatív testsírtartalommal (Parizkova 1961), a motorikus teljesítményt a 30m futás, a helyből távolugrás, a kislabda-hajítás és az 1200 m futás eredménye alapján számított pontértékekkel (Szabó 1977) jellemezték. A sportolók szignifikánsan kisebb testtömege és relatív testsírtartalma továbbá mérésenként nyúlánkbabb (leptomorfabb) testi felépítése mind az öt korcsoportban jellemző. A motorikus teljesítmények közül a legnagyobb a csoportonkénti különbség a kardiorespiratorikus állóképességet becsülő 1200 m futásban. A sportolók átlagosan 70-100 másodperccel rövidebb idő alatt teljesítették a távot. A sportolók átlagos teljesítményei a maximálisan 60 pontos rendszerben 15-21 ponttal jobbak, mint a nem sportolókéi. A 10 éves nem sportolók összteljesítménye csak 48%-a a sportolókénak, míg a legjobban teljesítő 13 éves nem sportolók pontértéke kevesebb, mint 63%. A sportolók általános felkészítésének a hiányosságaira hívja fel a figyelmet az, hogy a robbanékonyt és a koordinációt becsülő próbákban az átlagos teljesítmények értékelhetően gyengébbek, mint a 30 m vagy 1200 m futásban.

ERŐNLÉTMÉRÉSEK MINŐSÍTETT SPORTOLÓKON

Téczy Tamás – Pálfi András – Csatórné Tolnai Klára – Farkas György

Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar, Mozgástan Intézet, Pécs

A minősített sportolók erőnlétének vizsgálatával az volt a célunk, hogy (a) adatokat nyerjünk a sportolók általános egészségi állapotáról, (b) s felmérjük motoros képességeiket és fizikai teljesítőképességüket. Az edzőkkel történt egyeztetés után a vizsgálaton önként résztvevő minősített sportolókat öt csoportba soroltuk: (1) női kézilabdázók, (2) női kosárlabdázók, (3) férfi kézilabdázók, (4) férfi kosárlabdázók, (5) súly-

emelők. Kontroll csoportként szabadidősportot alkalmyszerűen végző orvostanhallgatókat vizsgáltunk. Antropometriai méréseket, statikus és dinamikus motoros próbákat, cardiorespiratórikus méréseket és terheléses ekg vizsgálatot végeztünk. Adataink azt mutatják, hogy az általunk megvizsgált minősített sportolók egészségi állapota általában jó. Mind az általános, mind a sportágspecifikus motoros teljesítményük változó, állóképességük elmarad a kívánatostól. A kapott eredményekről az edző jelenlétében tájékoztatást tartottunk a csoportoknak, amit a további edzőmunkájuk során fel tudnak használni.

IN VIVO IZOMNYÚJTÁS MECHANIKAI ÉS EDZÉSELMÉLETI KÉRDÉSEI

Tihanyi József

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

Jelentős számú kutató mutatta ki izolált állati izmok, hogy ha az aktivált izmot megnyújtják, akkor az nagyobb erő kifejtésre képes, mint adott hosszon izometriás kontrakció alatt, miközben a megnyújtó erő által képviselt energia egy része elasztikus energiaként tárolódik a passzív elasztikus elemekben (Fenn 1924, Cavagna et al. 1968, Bergel et al 1972, Cavagna 1978, Haan et al. 1989, Ettema et al. 1990). Hasonló eredményre jutottak egy izomrost megnyújtásakor is (Edman et al. 1978, 1982). Az erő növekedése a nyújtás során 1.8-2.0-szerese volt az izometriás erőnek. In vivo vizsgálatokban a kutatók ellentmondó eredményre jutottak (Komi 1972, Westing et al. 1989). Vizsgálatainkban mi azt találtuk, hogy az erő növekedés mértéke és rátája attól függ, hogy mekkora volt az izom nyújtás előtti feszülése és az izometriás erő kifejlődésének meredeksége. Ha a kezdeti izomfeszülés 80 % felett volt, akkor az excentrikus erőcsúcs 1.3-1.5-szerese volt a maximális izometriás erőnek. Ha ennél kisebb volt az izmok előfeszülése, akkor az excentrikus erő nem érte el a maximális izometriás erő értékét. Az excentrikus erő mindig nagyobb volt, ha a nyújtás előtti izometriás erő kifejlődés meredeksége a lehető legnagyobb volt. A nyújtások során a nyújtási energia nagyságától függően 120-140 J energia tárolódott az izomban, amelynek mintegy 65-75 %-át lehetett visszanyerni a nyújtást követő koncentrikus kontrakció alatt. Az izomunka hatásfoka 35-45 % között mozgott. Excentrikus edzéssel az excentrikus/izometriás erő aránya, valamint a munkahatásfok növekedett, amelynek következtében az izületi nyújtás sebessége jelentősen nagyobbá vált. Az excentrikus edzés hatására izomfájdalom lép fel, amelyet a szaknyelvben izomlázként említenek. Az izomfájdalom és izommerevség fokozatosan növekszik, amely az edzés követő 48-72 órában éri el a tetőfokát. Az izomfájdalom és merevség okát a kutatók az izom mikrosérüléseinek tulajdonítják, amelyet elektromikroszkopos vizsgálatok eredményei támasztanak alá. Egy másik jellegzetes mutatója a mikrosérülésnek a vér kreatinkináz mennyiségének jelentős megnövekedése, amely szintén 48-72 óra alatt éri el a maximumát. A kutatási eredmények ellentmondóak abban a tekintetben, hogy az izmok mechanikai teljesítményét mennyiben befolyásolja a mikrosérülés. A kutatók bizonyos esetekben azt találták, hogy az izmok munkavégző képessége visszaesik az edzés követő napokban, illetve hetek múlva is kisebb az izmok erő kifejtő képessége. Vizsgálatainkban mi azt találtuk, hogy az izomfájdalom és merevség megléte, illetve a magas vér kreatinkináz tartalom ellenére nem esett vissza az izmok mechanikai teljesítménye, sőt kismértékben javult.

A RENDSZERES AEROBIKOZÁS HATÁSA AZ ÉNKÉPRE KÖZÉPKORÚ NŐKNÉL

Tihanyiné Hős Ágnes – Biróné Nagy Edit

*Étvös Lóránt Tudomány Egyetem, Tanító és Óvóképző Főiskolai Kar, Budapest,**Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest*

Az életkor előre haladtával több ártalom, veszteség és kihívás éri az egyént. A középkorú nők lelki egészségét sajátos biológiai, pszichológiai és szociális tényezők befolyásolják, ezért megfelelőbb alkalmazkodóképességre szorulnak. Calvin és Holtzman (1953) eredményei szerint a pozitív énkép az alkalmazkodóképességgel korrelál, jó alkalmazkodást garantál. Az énkép (énfogalom, self) „önmagunkról alkotott képe” (Hilgard) kognitív struktúra, amelynek kialakulásában döntő szerepet játszanak a siker és kudarcélmények, a szociális környezet verbális és nonverbális minősítőreakciói, az azonos státuszú társakkal történő összehasonlítás és a szociális szerep. Jelentőssége olyan személyiségvonásokban fejezhető ki, amelyekkel a személy azonosítja önmagát (Bertocci). Feltételezhetően a rendszeres fizikai aktivitás, különösen a csoportban végzett sportolás pozitív hatással van az énkép alakulására. Kutatásunkban éppen ezért a rendszeres aerobikozás hatását vizsgáltuk az énkép változására középkorú nőknél. A vizsgálatban 52 egészséges, rendszeres testedzésben részt nem vevő (életkor: 48.6±5.1 év, testmagasság: 162.7±5.4 cm, testsúly: 67.5±11.4 kg)

szellemi foglalkozású nő vett részt. A vizsgálatba bevont személyeket két csoportba osztottuk. Az egyik csoportba azok a személyek kerültek, akik vállalták, hogy egy éven keresztül heti három alkalommal, 1-1 órás aerobik foglalkozásokon vesznek részt (AK csoport). A másik csoport szolgált kontrol csoportként (KT). A két csoport életkor, test-súly és testmagasság átlaga között nem volt jelentős különbség. Az énkép vizsgálatára a 100 állítást tartalmazó Tennessee skálát használtuk. A skála 90 tétele adja a teljes énkép (TE) skálát: testkép (TK), morális énkép (MK), individuális énkép (IK), családi énkép (CK), szociális énkép (SK). Az önkritika (ÖK) skála tíz tételű volt. A vizsgálat megkezdése előtt a két csoport között nem találtunk szignifikáns különbséget a teljes énképben és annak frakcióiban. Az önkritika szintje bár a KT csoportban magasabb volt, a különbség nem szignifikáns. Egy év elteltével az AK csoport szignifikánsan javult valamennyi énképmutatóban, kivéve a CK összetevőt. A KT csoport csupán a szociális énképben mutatott jelentős javulást. A vizsgálat szempontjából legfontosabb mutatók (TK, TE, ÖK) változatlanul maradtak. Az egy éves rendszeres aerobikozás pozitív változást okozott a részt vevő személyek önmagukról kialakított véleményében. A szignifikáns kapcsolatot a testkép, a teljes énkép és az önkritika között azt mutatja, hogy az aerobikozás okozta pozitív változás a testképben pozitívan hat ki a komplex önmagukról kialakított véleményre.

ÁLTALÁNOS ÉN-HATÉKONYSÁG ÉS SPORTTEVEKENYSÉGRE VALÓ KÉSZENLET VIZSGÁLATA 10-15 ÉVES TANULÓKNÁL

Tóth László

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

A sporttevékenységre való készenlet (self-efficacy towards physical exercise) mérésére szolgáló önértékelő skála magyar nyelvű változatának (SEPE-S-H, Sipos, 1993) belső megbízhatóságát és prediktív érvényességét 10-15 éves általános iskolai tanulók mintáján (N=205) teszteltük. A vizsgálatnak 7-fokozatú Likert-skálán (SEPE-S-H) kellett kiválasztani a véleményüket leginkább kifejező választ. A pillanatnyi- és az alkati szorongást a Spielberger-féle STAIC-H 20-20 kérdésével teszteltük. Az általános szorongást és az arousalt az EL-Zahar AAI önértékelő skálával mértük. Az általános én-hatékonyt (Schwarzer, Jerusalem, 2000) a Generalized Self-Efficacy Scale (GSES) magyar nyelvű változatának (Tóth, 2002) 10 tételével vizsgáltuk. A teszt énkép jellemzésére a Tennessee-Self-Concept Scale magyar nyelvű változatának (Dévai, Sipos, M., 1986) megfelelő alskáláját alkalmaztuk. A 10-15 éves fiúknál és lányoknál mind a sporttevékenységre való készenlet átlaga ($x_f=57,66$; $x_l=57,96$), mind az átlagos általános én-hatékonyt (27,66-27,96) hasonló értéket mutatott. A szorongás, az arousalt, és testi énkép értékei a magyar életkori és nemi szterend értékeknek feleltek meg. Az önértékelő skálák belső konzisztenciáját mérő Cronbach-alpha a SEPE-S-H esetében fiúknál (0,87), és lányoknál (0,85) egyaránt magasnak adódott. A rész-egész korrelációk együtthatók a SEPE-S-H teteleinél a nemzetközi szterendnek feleltek meg, a STAIC-H esetében 0,73-0,86 között változott, a lányoknál volt magasabb. A sporttevékenységre való készenlet egy éves teszt-úteszt vizsgálata ($r=0,236$; $p<0,037$) 12-13 éves korban is kelő stabilitást mutatott. A sporttevékenységre való készenlet mérésére szolgáló önértékelő skála prediktív validitása a szorongásra való hajlam pontszámaival kapcsolatban mind a fiúknál, mind a teljes mintán statisztikusan jelentős eredményt hozott: magas szorongásra való hajlam a sporttevékenységre való készenlet alacsony értékével járt együtt. A hosszú ideje használatos STAIC-H mellett a SEPE-S-H változata is megbízható önértékelő skálának mutatkozott. Mindkét skála használatát már 10 éves kortól ajánljuk.

GYAKORLATI KÖVETELMÉNYEK A TESTNEVELŐ TANÁRKÉPZÉSBEN – HALLGATÓI SZEMMEL

Tóvári Ferenc – Prisztóka Gyöngyvér – Vass Miklós

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelési- és Sporttudományi Intézet, Pécs

Napjaink testnevelő tanárképzésének egyik sarkalatos, oktatóknak és hallgatóknak egyaránt problémát jelentő jelensége a szaktárgyi gyakorlati követelmények teljesíthetőségének kérdése. Elsődleges célunk annak megállapítása, hogy testnevelés szakos hallgatóink szerint a gyakorlati követelmények szintje és teljesíthetősége megfelelő-e. Melyek azok a szaktárgyak, amelyek tanulmányaik során problémát okoznak, illetve a legnagyobb nehézséget jelentik. A vizsgálat arra is kiterjed, hogy a hallgatók hogyan képzik el a szintek megállapítását, esetleges módosítását vagy annak szükségességét, az ellenőrzés-értékelés rendjét a testnevelő tanári pályára való felkészülés folyamatában. Nyílt és zárt kérdésekből álló kérdőívet állítottunk össze a témakör vizsgálatára, amelyet nappali és levelező tagozatos testnevelés szakos, alapképzésben résztvevő hallgatók töltöttek ki. (n: 364) Interjú, kikérdezés módszerével egészítettük ki a kapott információkat, amelyben 2003. júniusában záróvizsgát tett hallgatók vettek részt. (n:

35) Dokumentumelemzés során helyzetfelmérést végeztünk a 2003-ban Pécsen lezajlott alkalmassági vizsgák eredményei alapján. (n: 360) Az alkalmassági vizsgákban tapasztalt teljesítmények, valamint a kérdőívek és interjúk kiértékelésével képet kaphatunk hallgatóink képességeiről, a későbbi képzésük során várható eredményeikről. Megállapíthatjuk, hogy melyek a problémát jelentő sportágak és szaktárgyak, követelményeivel és azok számonkérési módszereivel kapcsolatos hallgatói vélemények. Mindezek alapján tükrözni tartva saját értékelési módszereink elé az oktató - hallgató kapcsolatrendszerbe is beleláthatunk a téma vizsgálata kapcsán. Az eredmények értékelése után tisztázható és áttekinthető, hogy kell-e, szükséges-e az értékelési módszerek felülvizsgálata, módosítása, a gyakorlati szintek esetleges átalakítása az egyes szaktárgyaknál? Mindezek következtében a vizsgálat eredménye hatással lehet a képzés tartalmi kérdéseinek alakulására, valamint a hallgatók és oktatók együttműködésének, közös munkájának javítására is.

TESTEDZÉS ÉS INTIM ÉLETRE NEVELÉS

Trényiné Rákóczi Zsuzsa

Szegedi Tudományegyetem Sportközpont, Szeged

Az abortusz-megelőző, a családi- és intim életre nevelő (családtervező) programok, egyre inkább az oktatás- és közművelődés területéhez kapcsolódnak, azaz „kilépnek” a hagyományos egészségügyi ellátó szolgálat kereteiből. A szegedi Diákcentrum Universitas által évek óta szervezett a „Testedzéssel a harmonikus intiméletért” programban olyan egyetemisták vesznek részt, akik különösen érintettek az abortusz elkerülésében, a nyugodt, harmonikus magánélet és a tudatos egészségvédő magatartás kialakításában. Az intim önismereti-önfejlesztő csoport foglalkozása olyan, amelyben a művelődés-szórakozás (kikapcsolódó testedzés a Szexuálgimnasztika) keretébe ágyazza az egészség megővő, megelőző ismeret átadást és a nyitott, őszinte beszélgetést, gyakorlati tanácsadást. A hazai és a nemzetközi testnevelés- és sporttudományban még kevesen próbálták empirikus vizsgálataikra alapozva megállapítani, milyen lényeges helye, szerepe van a szülőknak, a tanároknak és különösen a testnevelőknek, az edzőknek a fiatalok családi nemi felvilágosításában, nevelésében. Ez a tanulmány szegedi egyetemista hallgatóknak (többségében leendő tanárok) iskolai- és családi (egyéb) szexuális nevelését, ismereteit, párkapcsolatát, társas támogatását vizsgálta sajátos társadalmi szempontból. Vizsgálatunk célja az volt, hogy önálló tapasztalati kutatásunk alapján választ keressünk arra, hogy milyen kapcsolat áll fenn szegedi hallgatóknak (580 fő) bizonyos szociológiai karakterisztikumai és nemi tájékozottságuk, szokásaik között. Továbbá kikérdeztük véleményüket, javaslatokat, elképzeléseiket a progresszív szexuális oktatásról, nevelésről a családokban, iskolarendszerünkben és egyéb módon. Kutatásunk tárgya a rendszeres és tervszerű családi életre nevelés lényegi alkotórésze: a szexuális nevelés, annak fontosabb szociális tényezőinek feltárása, különösen a testnevelés és a sport oktatásának szempontjából. Az adatgyűjtéshez önkéntes kérdőíves módszerrel alkalmaztunk. Megpróbáltuk kimutatni - az alkalmazott statisztikai próbákkal -, hogy a foglalkozásainkban résztvevő szegedi hallgatóknak iskolai- és családi nemi nevelése, beállítottsága, szokása, bensőséges viszonya, továbbá javaslatuk a progresszív szexuális felvilágosításról, nevelésről nem független bizonyos társadalmi jellemzőktől.

SPORTOLÓ LEÁNYOK TESTTÁJI ZSÍRMEGOSZLÁSA

Tróznai Zsófia – Pápai Júlia

Nemzeti Útánpótlás-nevelési Intézet, Budapest

Előadásunk a pubertás késői fázisában lévő tehetséges sportoló leányok testtáji zsírmegoszlásával foglalkozik. Kérdéseink a következők voltak:

- A sportoló leányok zsírszázaléka és zsírmegoszlása különbözik-e a hazai standardtól?
- Az egyes sportágakhoz tartozó leányok zsírmegoszlásában van-e különbség?
- Eltér-e az azonos sportágakhoz tartozó fiúk és leányok testtáji zsírmegoszlása?

A leányok a HéraKlész programhoz tartozó sportolók voltak. Összesen 288 fő – 9 sportágot képviselő – leányt vizsgáltunk meg. A hazai standardhoz való hasonlítás érdekében a sportolók zsírszázalékát Durin – Rahaman (1967) és Siri (1956) egyenletei segítségével számítottuk ki. A testtáji zsírmegoszlás összehasonlítása 4 bórredő alapján történt. Az eredmények szerint a ma sportoló leányok zsírszázaléka a sportágak többségében meghaladja 80-as évekből az átlagos magyar lányokra jellemző értéket. A zsírszövet testtáji elhelyezkedése is különbözik, a sportolók a végtagjaikon raktároznak nagyobb mennyiségű zsírt, míg a nem sportolók a törzsükön. A különböző sportágakhoz tartozó leányok zsírmegoszlásának vizsgálatában 8 bórredőre támaszkodtunk. A sportoló leányok – sportágra való tekintet nélkül – nagyobb arányban raktározzák a zsírszövetet a végtagjukon, mint a törzsükön. Különösen jellemző ez a futó és ugró atlétákra, az öttusázókra és a tri-

atlon sportágot képviselőkre. A testtájuk közül a legkevesebb zsírszövetet a mellkason, míg a legtöbbet az alsó végtagon találjuk. Ez utóbbi aránya 32-38% között ingadozik. A csoportok közötti eltérések főleg a medencei és alsó végtagi zsír arányeltéréseiből adódnak. A leányok adatait az elit utánpótláskorú fiúk hasonló értékeihez viszonyítva kimutatható, hogy a fiúknak – a leányokkal ellentétben – a sportágak többségében a törzsön nagyobbak zsírtartalékaik. A testtáji megoszlásban a nemi különbségek elsősorban hormonális eltérésekkel magyarázhatók, de biztosan szerepet játszik benne az érésbeli fáziseltolódás is. Mivel a serdülés idején mindkét nemnél megfigyelhető a centrális típusú zsírfelhalmozódás, úgy tűnik, hogy a sportban eredményes leányok testtáji zsírmegoszlása gyermekibb mind a fiúkénál, mind az azonos korú nem sportoló leányokénál.

TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK TÁPLÁLKOZÁSI ÉS DOPPINGOLÁSI SZOKÁSAINAK VIZSGÁLATA

Szabó Krisztina – Újlaki János

Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Tanárképző Kar, Szeged

Kutatásunk témája a testnevelés szakos hallgatók táplálkozási és doppingolási szokásainak vizsgálata. 100db kérdőívet töltöttünk ki a Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Tanárképző kar testnevelés szakos hallgatóival. A kérdőíven szereplő kérdések közül a következőket emeltük ki.

1. Használtál-e valamilyen doppingszert valaha?
2. Mennyi ideig használtad?
3. Milyen úton szerezed azt be?
4. Milyen típusú doppingszert használtál?
5. Hallottál a doppingolás következményeiről?
6. Szoktál-e táplálék-kiegészítőt fogyasztani?
7. Mit jelent számodra az egészséges táplálkozás?
8. Hallottál már a vércsoport szerinti táplálkozásról?
9. Elégedett vagy testsúlyoddal és tartod-e?
10. Szoktál verseny előtt speciálisan táplálkozni?

A válaszok feldolgozását és elemzését a következő négy csoport szerint különítettük el: férfi, nő, amatőr, versenysportoló.

A KÖVÉRSÉG ÉS AZ ÉLETMÓD ÖSSZEFÜGGÉSEI KÖZÉPISKOLÁS LEÁNYOKNÁL

Úvacssek Martina

Semmelweis Egyetem, Testnevelés és Sporttudományi Kar, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

Jelen vizsgálatban budapesti és hatvani középiskolás leányok testösszetételét vizsgáltuk, értékeltük a BMI-ben kapott eredményeket és a relatív testszírtartalomban talált különbségeket. A 25%-os relatív testszírtartalmat Lohman (1992) alapján kritikus határnak tekintettük, így meghatároztuk a kövérnek minősülő arányát. Adatfelvételünkkel egy időben egy életmód kérdőívet töltötték ki, mely fizikai aktivitásukra, szabadidejük eltöltésére, valamint a kövérségre, mint rizikófaktorra vonatkozó kérdéseket tartalmazott. Az antropometriai vizsgálatban Budapesten 837, míg Hatvanban 140 egészséges, nem testnevelés tagozatos leány vett részt. A kérdőívet Budapesten 582, Hatvanban 169 leány önállóan töltötte ki. A vizsgáltak területenkénti megoszlása 5%-ban reprezentálja az érintett populációt. Eredményeink alapján megállapítottuk, hogy a kövérnek minősülő gyakorisága Budapesten jelentősen kisebb, mint Hatvanban. A rendkívül magas 50%-ot meghaladó hatvani gyakoriságot alátámasztja a jellemzőbb inaktív életmód, a testnevelési óra alól felmentettek nagyobb aránya, valamint a rizikófaktorokra vonatkozó tájékozatlanság.

EGYHETES NYÚJTÁSOS-RÖVIDÜLÉSES EDZÉS HATÁSA AZ IZOM MECHANIKAI ÉS BÍOKÉMIAI MUTATÓIRA

Váczi Márk – Tihanyi József – Rácz Levente – Pucsok József

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Biomechanikai Tanszék, Budapest

– Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest

Számos kutató vizsgálta az excentrikus edzés hatását az izom mikrosérüléseire. A tisztán excentrikus kontrakció azonban kevésbé létezik, azt szinte minden alkalommal megelőzi egy koncentrikus fázis is. A vizsgálat célja az volt, hogy megfigyeljük azokat az izom-morfológiai és biokémiai változásokat, amelyek egy hétig tartó mindennapos nyújtásos-rövidülési kontrakcióval történő edzés hatására következnek be. További cél volt, hogy megállapítsuk, hogy mekkora izomfájdalom, izomláz lép fel az edzések alatt, illetve közvetlenül utána. A vizsgálatban két személy vett részt. A vizsgálat eredményeiből arra a következtetésre jutottunk, hogy az egy hétig tartó intenzív nyújtásos rövidülési kontrakcióval történő edzés mindkét változata jelentős izometriás erőnövekedést váltott ki, de a lassú, hosszabb úton történő nyújtásnak jelentősebb hatása volt, mint a gyors, rövid nyújtásnak. A nyújtásos-rövidülési kontrakció-

ban történő erőnövekedés mindkét vizsgálati személynél csak az alacsony energiával történő nyújtáskor következett be. Kontrollatériális hatás csak a 130 fokos szöghelyzetben mért maximális izometriás erő mérésekor figyelhetünk meg. A megnövekedett CK koncentráció és a fokozott izomfájdalom az izomban mikrosérülések kialakulását jelenthetik.

A KEZDŐ RÚDUGRÓK MOZGÁSTANULÁSI SAJÁTOSSÁGAINAK BIOMECHANIKAI ELEMZÉSE

Vágó Béla

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Atlétika Tanszék, Budapest

Az előadás ismerteti a II. évfolyamos női és férfi (TF-es) hallgatók mozgástanulási modelljét a rúdugrás oktatásánál. Vizsgáltuk a domináns kéz-láb szerepét a technika kialakításának kezdeti szakaszában elemezve, hogy a kéz vagy a láb domináns, vagyis az elugró láb, vagy a felül fogó kéz kiválasztása a meghatározó-e. Ezt önkitöltős kérdőív segítségével döntöttük el. Felmértük a hallgatók véleményét a tanulási-tanítási folyamat speciális gyakorlatainak használhatóságáról. Az eredmények alapján meghatároztuk a rúdugrás oktatásának legfontosabb gyakorlatait és azok sorrendjét. Összefüggés vizsgálatot végeztünk a gyakorlatok eredményei és a rúdugrás teljesítménye között, nagy hangsúlyt helyezve a megszerzett vízszintes sebességmentes átvitelére az elrugaszkodás szakaszában. Így az előadás egy korszerű mozgásközpontú folyamatot ismertet, kezdő rúdugrók biomechanikai jellemzőinek feltárásával.

HAJÓS ALFRÉD „ÚSZÓ UTÓDAI” SZEGEDEN

Varró Oszkár László

Szegedi Úszó Egylet, Szeged

Szegednek a XX. század első évtizedétől napjainkig tartó sikeres, és kitűnő úszósportja volt, és jelenleg is van. Az első szegedi úszóversenyt 1907. év nyarán rendezték meg az úszósport népszerűsítése érdekében. Egy évvel később 1908. június 22.-én városunk polgárai, közép-, kispolgárok és diákok megalakították a Szegedi Úszó Egyletet, a szervezett úszóélet érdekében. A megalakult úszószakosztály nagy kedvvel szervezte és irányította a város vízi életét. A verseny-szerű úszósport beindulásával hamarosan a vidék meghatározó úszóbázisává fejlődött. Első igazán átütő erejű országos sikereket a SZÜE sportolói az 1920-as és 1930-as években érték el. Szinte minden évben a vidék legjobbjai voltak, a megrendezett úszóversenyeken. Hamar felzárkóztak az országos élvonalhoz. Ehhez járult hozzá az Újszegedi Versenyszóda (SZÜE) megépítésének lehetősége, mely Hajós Alfréd építész-mérnök tervei alapján készült el, és 1929. szeptember 29.-én ünnepélyes átadásra került. Ez alkalomból ünnepi úszóversenyt is rendeztek, melyen megjelentek a Magyar Úszó Szövetség vezetői is, akik elismerően szóltak az új létesítményről. A nagyszerű építésnek Hajós Alfrédnak a szegedi úszók azóta is hálásak, hiszen a híressé vált (SZÜE) uszodában fejlődött európai híró úszóvá Wanié András és Rezső, Herendi Ferenc, Maróthy András, Angyal (Engel) György is. Szívós István, id. Knézy Jenő dr., Körösi István, Dobay Gyula dr., Molnár Magda, Littomeritzky Mária, akik később budapesti úszó klubokban (BEAC, ÚTE, BVSC, HONVÉD, Sport Plusz SE) érték el úszóbajnoki, olimpiai helyezéseiket, és olimpiai bajnoki címeket. Hajós Alfréd 1896-os olimpiai bajnoki győzelmének 100. évfordulóján 1996-ban a szegedi születésű Czene Attila olimpiai bajnoki címet szerzett.

A MAGYAR SPORTSZAKEMBERKÉPZÉS AZ EURÓPAI FELSOÓKTATÁSI TÉRSÉG BEN

Vass Miklós – Prisztóka Gyöngyvér – Papp Gábor

Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs

A magyarországi sportszakemberképzés szerkezetének kialakulásában két fontos dátum – 1925 és 1948 – játszott szerepet. E két dátumhoz köthető annak a duális képzési rendszernek a létrejötte, amely a mai napig jellemzi a magyar felsőoktatást, ezen belül a sportszakember-képzést. A Bolognai Nyilatkozat (dekrétum) magyar részről történt aláírása egyben kötelezettség vállalást is jelentett arra nézve, hogy a felsőoktatás duális szerkezetét lineáris modellé alakítjuk át, legkésőbb 2010-ig. Az átalakítás célja, hogy a magyar felsőoktatás is egyenrangú partnere legyen a kialakuló Európai Felsőoktatási Térség résztvevőinek, a diplomák ekvivalenciája révén elősegítve a munkaerő szabad áramlását az Európai Unióban. A felsőoktatás átalakítása kiterjed:

- egy könnyen átlátható és összehasonlítható diploma-fokozati rendszerre, amely elsősorban diploma-kiegészítéssel (supplement) valószínűsíthető; és
- egy több ciklusú – undergraduate, graduate, postgraduate – egymásra épülő képzési rendszerre, amelynek első szakasza a BSC már a

munkaerő piac megkívánta végzettséget ad, a második szakon a MSC fokozat, a harmadik a PhD fokozat megszerzését helyezi kilátásba;

- a kreditrendszer bevezetésére;
- európai kooperációra a minőségbiztosítás területén;
- különböző kooperációkra a kutatás, tananyagfejlesztés, oktatói-hallgatói mobilitás elősegítésére.

Előadásunk azt mutatja be, hogy a fenti elvárások alapján mi módon alakítható át a sportszakemberképzés jelenlegi duális rendszere, olyan lineáris modellé, amelyben megőrizhetők mindazon értékek és hagyományok, amelyek nem kis részben a magyar sport nagyszerű sikereinek a szakember hátterét biztosították.

A JUDO ÉS A KÜZDŐKÉPESSÉG SZEREPE A RENDŐRI MUNKÁBAN

Weisz Marianna – Nagykáldi Csaba

*Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar
Küzdősportok Tanszék, Budapest*

Mindig izgalmas gyakorlati kérdés, hogy a küzdősportoknak van-e szerepe az élet különböző területein. Ezt a kérdést most a hatékony rendőri munka szempontjából tesszük fel. Megvizsgáljuk, hogy a küzdőképességnek, önbizalomnak, dominanciának, kockázat-vállalásnak továbbá a szorongás különféle változatainak van-e jelentősége? Férfi és női rendőri csoportokban több pszichometriai módszerrel mértük az említett tulajdonságokat úgy, hogy judoval foglalkozó és nem judozó alcsoportokat hasonlítottunk össze. A férfi és női összehasonlítás során nem volt szignifikáns eltérés. A judos csoportok azonban rendre kedvezőbb értékeket mutattak, mint a nem judosok. A férfi sportoló csoportnak jelentősen alacsonyabb volt a szomatikus szorongása, női judosoknál magasabb volt az aszertivitás, az önbizalom és alacsonyabb valamennyi szorongásmutató. Megállapítható, hogy egybenhangzón együtt jár a küzdőképesség a magasabb önbizalommal és alacsonyabb szorongással. A nem judos rendőrök ezeket nem tudják kihasználni munkájuk során.

ACHIEVEMENT ORIENTATIONS OF ELITE YOUTH PERFORMERS IN SCOTLAND, UNITED KINGDOM

Whyte Ian – Soós István – Vergeer Ineke

¹Sport & Exercise Sciences Department, University of Sunderland, UK

²Sport and Health Department, University of Durham, UK

Scotland is a small country (population 5 million) that exists within the United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland. As a nation state, Scotland provides its own sports teams for major multi-sport manifestations such as the Commonwealth Games, in addition to delivering athletes for Great Britain Teams for major events such as the Olympic Games and most world championships. Recent changes in policy and funding of Scottish sport makes it imperative that Scottish athletes succeed on the international sporting stage, with sport funding being directed by the successes of the athletes. As a consequence, there is increasing focus on the identification and nurturing of young talented sports people. Yet, evidence exists that up to 53% of talented young athletes drop out of sport annually (Whyte, 1993). In an attempt to understand this phenomenon, this study examined the achievement goal orientations of young athletes to identify if there were any differences between goal orientations of dropouts compared with those of adherers. An adapted Ewing-Roberts Achievement Orientation Questionnaire (Ewing, 1981) was used to elicit information regarding the goal orientations of young (10-21 years), elite, male (N = 63) and female (N = 51) athletes from three sports (Swimming N = 32; Gymnastics N = 60; Basketball N = 22) across 6 factors (ability, victory, mastery, breakthrough, social, teamwork). ANOVA was conducted on the data using General Linear Modelling ($p < .05$). In contrast with other studies, no significant differences were recorded between dropouts and adherers. The lack of evident differences might be explained by the fact that the sample consisted of elite youngsters, whereas previous studies mainly reflected the orientations of recreational athletes. Moreover, other studies utilised older athletes who may provide more stable responses whereas this study included some young swimmers and gymnasts. Notwithstanding, it was found that males scored significantly higher than females on 'ability' and 'teamwork' orientations, while three orientations registered significant differences by sport. Post-hoc analysis offered possible reasons for those differences. Future work should consider age-related variables as well as investigating for comparisons between recreational participants and elite athletes.

A SPORTIGAZGATÁS TÖRTÉNETE MAGYARORSZÁGON A RENDSZERVÁLTÁSTÓL NAPJAINKIG

Woth Péter

Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely

A sportigazgatás, vagy tágabb értelemben a sportjog története az 1700-as évek végéig nyúlik vissza Magyarországon. Ennek a folyamatnak az utolsó szakasza az AISH megszűnésétől egészen a GYISM felállításáig tartott. Ez a rövid időszak azonban több különböző megoldást hozott a vizsgált területen, melyek folyamatosan érzékenyen érintették a magyar sportélet szereplőit. A sportigazgatási feladatokat egy ideig a Művelődési Minisztérium felügyelete alá tartozó szervezet, majd közvetlen kormányirányítás alatt álló hivatal látta el, egészen a szakminisztérium felállításáig. Ezek mellett a helyi (települési, megyei) önkormányzatoknak is voltak sporttal kapcsolatos feladataik, melyeket rendszerint önként vállaltak. Előadásomban azt szeretném bemutatni, hogy a vizsgált időszakban milyen strukturális változások történtek és ezek milyen feladat, illetve hatásköri átrendeződéssel jártak. Néhány települési, illetve megyei önkormányzat sporttal kapcsolatos jelenlegi rendszerének bemutatásával pedig érzékeltetném, hogy milyen heterogén megoldások léteznek helyi szinteken a többnyire önként vállalt sporttal kapcsolatos feladatok szabályozására.

TESTÖSSZETÉTEL ÉS MOTORIKUS TELJESÍTMÉNY NEMZETKÖZI ÖSSZEHOSONLÍTÁS

Zsidegh Miklós – Tatár András – Mészáros János – Völgyi Eszter – Prókai András – Vajda Ildikó – Mohácsi János

Semmelweis Egyetem Budapest, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Kommunikációs-Informatikai és Oktatástechnológiai Tanszék, Budapest

A testméretek, a testarányok és a testi felépítés emberfajta közötti különbözősége már gyermekkorban is lényegesen nagyobb, mint például a testösszetétel vagy a motorikus teljesítmények antropológiai rassz-függése (Carter és Heath 1990, Bouchard 2000). A Földközi-tenger keleti medencéjében élő európai népcsoportok gyermekei értékelhetően alacsonyabbak és piknomorfbabbak, mint a Közép-Európában élőké (Georgiou et al. 2002, Mészáros et al. 2002). A nem sportoló gyermekek testösszetételét alapvetően meghatározó tényező az életmód, vagyis ebben az öröklöttség szerepe szinte teljes mértékben elhanyagolható (Bouchard et al. 1997). Hasonló következtetés fogalmazható meg annak ismeretében is, hogy a hasonló életszínvonalon élő, de antropológiailag nagyon távoli népcsoportok mintáiban hasonló a kövérek és elhízottak aránya (Othman 2001, Lee 2002). A vizsgálat célja összehasonlítani Európa különböző régióiban élő 10-13 éves kövér és elhízott fiúk testi felépítését, gyorsasági és állóképességi teljesítményét. Az összehasonlítást 334 ciprusi és 331 magyar gyermek szerepel. Megegyezően Lohman (1992) javaslatával kövérnek minősítették azokat a fiúkat, akiknél a relatív testzsírtartalom több volt, mint 25%. A testi felépítést a metrikus és plasztikus indexpárral (Conrad 1963) jellemezték, a gyorsaságot a 30 m futás, a kardiorespiratorikus állóképességet az 1200 m futás idejével becsülték. A szélsőségesen nagy testzsírtartalom eredményeként a két népcsoportnál a korábban már bizonyított átlagos termet differencia (Georgiou et al. 2002) nem változott, vagyis ilyen elrendezésben is a magyar gyermekek magasabbak, viszont a kövér és elhízott fiúk mindkét mintában magasabbak, mint a nem kövér kortársaik. A növekedési típus nyúlánkságát (kerekdedségét) bemutató metrikus index átlagok a nemzetiségi hovatartozástól függetlenül jelentősen pozitívabbak, mint a nem elhízottaké, az azonos korcsoportba tartozók átlagainak különbsége humánbiológiailag nem jelentős. A test zsírtartalma alapján végzett csoportosítás eredményeként az etnikai különbözőségekből származó morfológiai differenciák valójában eltűntek. Amennyiben a két futás próba átlagai között a különbség szignifikáns, a magyar gyermekek és serdülők teljesítménye a jobb, de a 30 m futásban kapott 5,7-6,7 s közötti korcsoportonkénti átlagok kifejezetten gyengék, csak a 3-4 évvel fiatalabb, de nem kövérekéhez hasonló. Az 1200 m futás középtértekei 394-454 s között variálnak, a szórások általában nagyok, meghaladják az átlag 15-18%-át. Az időeredmények alapján számolt átlagos sebesség tehát 9,5-11,0 km/h közötti, vagyis lényegében nem is tekinthető futásnak.

Tartalom/Contents

IV. Országos Sporttudományi Kongresszus <i>4th National Congress on Sport Science</i>	3
Fővédnökök, védnökök, bizottságok <i>Patronage, Committees</i>	4
Megnyitó plenáris ülés programja <i>Programme of the Opening Plenary Session</i>	5
Szekció ülések programja <i>Programme of the Sections</i>	6
Előadás-kivonatok <i>Abstracts</i>	11



Közlési feltételek / Guide-lines for Authors

A Magyar Sporttudományi Szemle évente 4 alkalommal jelenik meg, és sporttudományi tárgyú cikkeket közöl magyar vagy angol nyelven. A kéziratokat egy példányban, szimpla sortávolsággal, az A/4-es lap egyik oldalára 12-es betűnagysággal, Times New Roman betűtípussal gépelve kérjük elkészíteni. A közlemény elfogadásának feltétele a teljes anyag papíron és számítógépes adathordozón (lemezen vagy e-mailen) történő megküldése! A dokumentumokat "stílus" alkalmazása nélkül Winword, a táblázatokat Excel formátumban, a grafikonokat, ábrákat sokszorosításra alkalmas nyomaton várjuk. A kézirat, táblázat, ábra azonosításához kérjük az összes információt megadni (könyvtár-, file-, munkalapnév stb.) A kézirat gépelt terjedelme az 5, az ábrák, táblázatok a 3 gépelt oldalt ne haladják meg. A táblázatokat és ábrákat a szövegtől elkülönítetten, táblázatonként és ábránként külön lapokon kérjük 1 példányban mellékelni. A táblázatokat fölül, az ábrákat alul számozással és címmel kérjük ellátni. Az ezeken esetleg szereplő jelek, rövidítések magyarázata is szerepeljen, azaz: a táblázatok és ábrák a szövegtől függetlenül is érthető, értelmezhető legyenek. A táblázatok, ábrák címét mindkét nyelven kérjük megadni (Pl. 1. ábra /Fig. 1.. Térd fesztés, hajlítás/ Knee extension, flexion). A táblázatok és ábrák helyét, ezekre a szövegben hivatkozva (pl. 2. ábra) jelölni kell.

Az első oldal a szerző(k) nevével ("dr" és egyéb titulus nélkül) kezdődjön. Ez alatt a tanulmány (kifejező, de minél rövidebb) címe következzen mindkét nyelven. Ezt kövesse a maximum 20 soros összefoglaló magyar és angol nyelven. Az összefoglaló a kérdésfeltevést, az eredményeket és a következtetést tartalmazza és maximálisan 5 kulcsszóval fejeződjön be. A kulcsszavak magyar és angol nyelven is itt szerepeljenek.

Az összefoglalót kövesse a tanulmány szövege, amelyet célszerű bevezetésre, a módszerekre, az eredményekre, a megbeszélésre és a következtetések fejezetekre tagolni. Az új bekezdések a sor elején kezdődjenek és ezt sorkihagyás jelezze. A lábjegyzetek a szöveg végére kerüljenek. A következő fejezet az irodalomjegyzék. Folyóiratnál: a SZERZŐ(K) neve (Nagy betűkkel), a megjelenés éve, a mű címe eredeti nyelven, a folyóirat neve, a lapszám, a terjedelem: kezdő és befejező oldalszám. Pl. FRIEDMANN, B – BÄRTSCH, P. (1999): Möglichkeiten und Grenzen des Höhentrainings im Ausdauersport. Leistungssport, 3. 43-48. Könyvnlé: a SZERZŐ(K) neve, a megjelenés éve, a könyv címe (eredeti nyelven), a kiadó neve, városa, esetleg a könyv utolsó számozott oldalszáma. Pl: CARL, K. (1983): Training and Trainingslehre in Deutschland. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf. 298 p. A szöveg közben a hivatkozás a szerző(k) nevével és az évszámmal történjen, pl. FRIEDMANN (1999).

Az irodalomjegyzék után kérjük megadni annak a szerzőnek a teljes nevét, titulását, munkahelyének nevét, címét, (telefonszámát, e-mail címét), akit az esetleges érdeklődők további információért megkereshetnek.

A szerkesztő

Magyar Sporttudományi Szemle
Hungarian Review of Sport Science

Megjelenik
negyedévenként
Felelős szerkesztő
Editor-in-Chief
Dr. Mónus András
Szerkesztő
Editor

Bendiner Nóra
Olvasószerkesztő
Editorial Assistance
Dr. Gombocz János
Angol nyelvi lektor
English Editorial Consultant
Dr. Bognár József

Gallov Rezső
Szerkesztő kollégium
Editorial Board

Dr. Apor Péter, elnök
Dr. Ángyán Lajos
Dr. Fehér János
Földesiné dr. Szabó Gyöngyi
Dr. Győri Pál
Dr. Hédi Csaba
Dr. Mészáros János
Dr. Ozsváth Károly
Dr. Pucskó József
Dr. Radák Zsolt
Dr. Sipos Kornél
Dr. Szabó S. András
Dr. Tihanyi József
Dr. Vass Miklós

Kiadja a
Magyar Sporttudományi Társaság
Published by the
Hungarian Society of Sport Science

Elnök
President
Dr. Frenkl Róbert
Tiszteletbeli elnök
Honorary President
Dr. Nádori László
Szerkesztőség
Editorial Office

1143 Budapest, Dózsa Gy. út 1-3.

Tel./Fax: (36-1) 471-4325

E-mail: mstt@helka.iif.hu

Internet: www.mstt.iif.hu

Hirdetésfelvétel

a szerkesztőség címén

Advertising

in the Editorial Office

Borító, lapterv és tipográfia

Somogyi György

Nyomdai munkálatok

PENTI Nyomda, Budapest

ISSN 1586-5428

Támogatja a
GYERMEK-, IFJÚSÁGI
ÉS SPORTMINISZTERIUM
Subventioned by the
MINISTRY OF CHILDREN,
YOUTH AND SPORTS



GYISM
Gyermek-, Ifjúsági és
Sportminisztérium