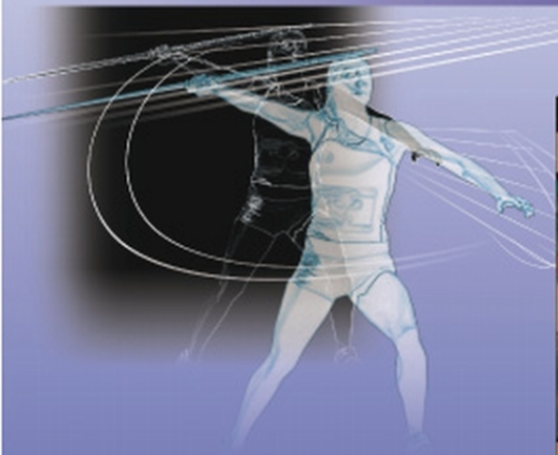


MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE

Hungarian Review of Sport Science



- Nemzeti identitás
globális
sportszíntéren
-
- Rekreációs
szakemberek
elhelyezkedési sikerei
-
- A szabadidősport
megítélése
Magyarországon
-
- Az aikido hatása a
személyiségvonásokra
-
- Erdélyi tanulók
fizikai aktivitása
-
- Sportutánpótlás-nevelés
egy sportegyesület
tükrében

Peking utáni gondok és gondolatok

Magyar sport és nemzeti identitás a globális sportszíntéren

Hungarian sport and national identity on the global sport scene

Dóczi Tamás

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Budapest

E-mail: doczi@mail.hupe.hu

Összefoglaló

A kommunikációs rendszerek fejlődésének, illetve a munkaerő-piaci határok eltörlésének köszönhetően a sportban korábban meghatározó nemzeti keretek halványulni látszanak, és helyükbe egy olyan globális sportszíntér lép, amelyben a nemzet, mint szervező elem szerepe csökkenőben van. A nemzeti identitás sokféleképpen kifejezésre jut a sporteseményeken, a közösségi élmények erősíthetik a nemzeti összetartozás érzését. Jelen tanulmány célja a nemzeti identitás és a sport viszonyának feltérképezése a vonatkozó szakirodalom, illetve a magyar felnőtt lakosság körében, survey módszerrel végzett reprezentatív vizsgálat (n=1027) eredményei alapján. A kérdőív a magyar lakosság sporttal kapcsolatos attitűdjeire, ezen belül a nemzeti identitás különböző aspektusaira koncentrált, Eichberg (2003) tipológiájából kiindulva. Az eredmények rámutatnak arra, hogy a magyar lakosság számára a sportsikerek fontosak, a nemzeti identitás civil társadalomhoz köthető aspektusai ezzel szemben kevésbé jelennek meg, annak ellenére, hogy ezek a versenysport eredményességétől függetlenül is erősíthetik a nemzet integrációját. Mivel – ahogy a pekingi olimpia eredményei is jelzik, – a globális sportszíntéren az élsport sikerességének fenntartása egyre nehezebb, érdemes lenne a versenyhez kevésbé kapcsolódó területeken is kihasználni a sport integráló erejét.

Kulcsszavak: globalizáció, sport, nemzeti identitás

Abstract

Owing to the development of the communication systems, and the internationalization of the labour market, the national contexts, which used to play a significant role in sport, seem to be vanishing and to be replaced by the global field of sport, where the importance of nation as an organizing unit is decreasing. National identity can be expressed in many ways at a sporting event; the common experiences can strengthen the sense of belonging together as a nation. The objective of this paper is to explore the relationship of sport and national identity, based on the related professional literature and on a survey study carried out among a representative sample (n=1027) of the Hungarian adult population. The questionnaire focused on the public attitudes to sport, and within these, the different aspects of national identity as described in the typology by Eichberg (2003). The results show that sporting success is important to Hungarians, but the aspects that can be connected to the civil society are less apparent, in spite of the fact that these have the potential to strengthen the integration

of the nation regardless of elite sport achievement. As it can be seen from the results at the Beijing Olympic Games, maintaining success on the global field of sport is more and more difficult, therefore, the idea of utilizing other integrative elements of sport should also be considered.

Key-words: globalization, sport, national identity

Bevezetés

A kommunikációs rendszerek elmúlt néhány évtizedben tapasztalt fejlődésének következtében a társadalmi élet szinte minden területe alapvető változáson megy keresztül. A globalizáció nemcsak a gazdaság, de a kultúra, és ezen belül a sport területén is érezhető hatását (Giddens, 2000). A sportolók, illetve a sportból élő szakemberek esetében a globalizáció gazdasági hatása elsősorban a munkavállalás területén érhető tetten. A szabad munkaerő-áramlást lehetővé tevő jogszabályi környezet 1995-ben érte el a sport területét az Európai Unió országaiban, azóta a versenyzők és edzők migrációja minden korábbinál intenzívebbé vált (Giulianotti, 1999a). A technikai fejlődés, azaz az információ világméretű terjedése, illetve a migráció, a sportolók szabad költözése együttesen teremtették meg azt a kontextust, amelyben a modern szurkoló erősebb és kevésbé racionális lokális kötődésének helyét átvette a posztmodern fogyasztó-szurkoló racionális, helytől független kötődése (Bornemann és Fowler, 1997; Giulianotti, 1999a; Williams, 2000), mely jellegéből adódóan jóval könnyebben változhat. Mindezen tényezőknek köszönhetően a sport globális jellege (Houlihan, 1997) megerősödni látszik a nemzeti-nemzetközi jelleggel szemben, különösen a csapat-sportágakban.

Az országhatárok átjárhatósága a sportban olyan kereteket látszik szétfeszíteni, amelyek meghatározók voltak a modern sport korábbi alakulására nézve (lokális és nemzeti keretek), ez pedig változásokat hozhat a nemzeti identitás sportbeli jelentőségével, és ezen keresztül a sportfogyasztási szokásokkal kapcsolatban is. A nemzeti identitás sportbeli jelentőségének vizsgálata éppen arra adhat választ, hogy eljött-e az ideje egy másfajta, nemzeteken túlmutató gondolkodásnak, vagy a sportban továbbra is létező, sőt a globalizációnak sikeresen ellenálló erőnek tekinthetjük a nemzeti kereteket.

A nemzet, mint kulturális közösség történeti nézőpontból

A nemzet, mint közösség, illetve a nemzeti identitás története évszázadokra nyúlik vissza. A nemzeti érzés alapjául egyfelől az úgynevezett intézményes örökség szolgál, amelyet a modern államszervezet hoz létre, másfelől pedig a kulturális örökség, amely az egyéni emlékezés közösségi szintre való emelésén alapul, ilyen értelemben tehát „alulról felfelé” építkezik (Sonkoly, 2001). A kulturális örökség azonban – épp természeténél fogva – nemcsak az állam monopóliuma,

hiszen annál kisebb, vagy akár nagyobb közösségnek (faluk, régiók, illetve Európa) is lehet közös kulturális öröksége.

A sport, mint identitásformáló örökség

A sport, mint identitásformáló örökség lehet intézményes (egy nagy siker, pl. a 6:3 50. évfordulója), de éppúgy lehet kulturális örökség is (Horak és Spitaler, 2003), mert bizonyos – akár pozitív, akár negatív – eseményekre a nemzet nagy része emlékszik. Mivel a magyar sport sok szempontból az állam, illetve a politika foglya, a nemzeti identitásra gyakorolt hatása is elsősorban intézményes (intézményesített) formában jelentkezik.

A nemzeti identitás alakulásának szempontjából kulcsfontosságú kollektív emlékezet a magyar társadalom esetében szinte napról-napra egyre több sporttal kapcsolatos eseményt tárol. A nagy olimpiai sikerek, válogatott győzelmek éppolyan fontos, közös élménynek számítanak, mint a kultúra más területeiről származó emlékek, ráadásul a sport, mint kulturális terület társadalmi beágyazottsága – más területekhez viszonyítva – nagyon széles, amely a sport erőteljes mediatisáltságának köszönhető. Az esetleges kudarcok, és még inkább a botrányok azonban kollektív szégyenkezést is kiválthatnak, melyet a médiában megjelent visszhangok ugyancsak erősíthetnek (Jackson, 1998; 2004).

Elméleti keret

A nemzeti identitás és a sport viszonyának mélyebb értelmezéséhez Henning Eichberg, dán sporttudós (2003) tipológiáját használom. A szerző háromféle nemzeti identitást különböztet meg, melyek a sport más és más aspektusához köthetők. Az első – az olimpiai sportokkal összefüggésbe hozható –, az identitás (identity of production) szempontjából a versengés és az eredmény (eredményesség) kulcsfontosságúak. Ausztria esetében például a második világháború után a nemzeti identitás újjáalakításához az ötvenes évektől kezdve a labdarúgásban, valamint az alpesi síben szerzett sikerek is erőteljesen hozzájárultak (Horak és Spitaler, 2003). Az identitás másik típusa az integrációt helyezi előtérbe (identity of integration), amely a közös sportolás, illetve a fejelem köre szerveződik. Az integrációs identitást Eichberg itt példaként (többek között), a szovjet szpartakiádákat említi, de a nagy világesemények megrendezése is ezzel a típussal hozható összefüggésbe. Amikor egy adott ország megnyitóünnepséget rendez, a rendező ország nemzeti kultúráját és történelmét több száz, sőt, több ezer statisztika segítségével mutatja be. A harmadik, karneváli identitás (popular identity) voltaképpen a népi játékokból, az ünnepekből eredeztethető és a közös, fesztelen együttlét érzéséhez kötődik. A karneváli identitás lényegét Richard Giulianotti (1999b) a skót futballszurkolók híres csoportja, a Tartan Army esetében azonosította. A területet agresszívan védelmező huligán szubkultúrával ellentétben, a karneváli szubkultúra inkább vidáman ünnepli nemzeti identitását. E „posztmodern” szurkoló-típus ma már uralja a világ nagy sportünnepeinek lelátóit, és közel áll a magyar kézilabda és vízilabda-rajongói szubkultúrához is. Bár a nemzetközi sportversenyek a karneváli szurkolói kultúra és a globális sokszínűség ünnepevé nőttek ki magukat, David Rowe (2003) felveteti annak lehetőségét is, hogy a sport társadalmi alrendszere olyan

mértékben támaszkodik a nemzeti kultúrák különbözőségére, hogy emiatt ellenálló lesz a globalizált kultúra terjedésével szemben. Így létrejön a paradoxon; bár a sport a globalizáció egyik motorjának számít, a rendszer mégis belülről gátolja saját globalizálódását (Wong és Trumper, 2002). A paradoxonból adódó kérdés a jövőre nézve az, hogy a sport narratíváit a sokszínűség (diversity), vagy a különbözőség (difference) fogja-e meghatározni.

A magyar sport társadalmi kontextusában az említett három identitástípus közül az első jelentőségét hosszú évtizedek óta minden (sport)politikai útkeresés felismeri és felhasználja, a versenysport sikeressége a gyakorlat szintjén mindenkor prioritást élvezett (Bakonyi, 2007), és identitás-építő hatását a sportstratégiák a mai napig kiindulópontnak tekintik. A második típus ennél lényegesen kevésbé jellemző, de a nagyobb világversenyek rendezése alkalmával a szervező önkéntesek tapasztalhatják ezt a fajta nemzeti érzést. A harmadik, a karneváli identitás egyfelől bizonyos szurkolói csoportokkal hozható összefüggésbe – ám itt korántsem független az adott sportág eredményességétől –, másfelől pedig azon ritka civil mozgalmásokon érzékelhető, amelyek éppen az állam, illetve a piac irányába próbálnak nyomást gyakorolni. Bár a rendszerváltás után a centralizáltság jelentősen csökkent, és a civil szervezetek alapítása is újra lehetőségessé vált, a civil társadalom nem rendelkezik azokkal az anyagi és emberi erőforrásokkal, illetve az önkéntes szemlélet társadalmi beágyazottságával, melyek együttesen lehetővé tennék a civil szféra aktívabb és sikeresebb részvételét a sport szervezésében (Andorka, 1996; Földesiné et al. 2002; Hankiss, 2002; Bakonyi, 2007).

Anyag és módszer

A fenti elméleti keretből kiindulva jelen tanulmány – empirikus adatokra támaszkodva – a magyar lakosság sporthoz kötődő nemzeti érzéseire koncentrálna. A vizsgálat során survey-módszert alkalmaztunk. A kérdőív kérdéseit a Semmelweis Egyetem Testnevelési- és Sporttudományi Kar, Társadalomtudományi Tanszékének munkatársai állították össze. A szerző által készített kérdéssor lényege annak feltárása volt, hogy a magyar lakosság sporttal kapcsolatos attitűdjeiben mennyire érvényesülnek a nemzeti identitás különböző aspektusai. Az adatfelvételt a TÁRKI végezte 2007. decemberében, a vizsgálatot az ÖTM Sport Szakállamtitkársága támogatta. Alkalmazott mintavételi eljárásuk valószínűségi, rétegzett mintavétel volt, tehát minden felnőtt magyar lakosnak azonos esélye volt a mintába (n=1027) való bekerülésre. Így a minta segítségével begyűjtött adatokból levont következtetések – a statisztikai mintahiba mértékén belül – általánosíthatók a teljes populációra.

Eredmények

A jelen közlemény keretei nem engedik az eredmények teljes körű bemutatását, így a következőkben csak a legfontosabbnak tartott eredményeket tárgyaljuk. Fontos megjegyezni, hogy a 2004-es Eurobarometer felmérés adatai arra utalnak, hogy a magyar lakosság számára a nemzet, mint referenciacsoport nagy jelentőségű. Mivel a hazai közszereplők és a média által meghatározott diskurzusban a sportnak nagy szerepet tulajdonítanak a nemzeti identitás erősítésében, feltételezhető volt, hogy ez az erős kapcsó-

lat a válaszokban is megmutatkozik majd. Várakozásainkkal ellentétben a megkérdezettek mindössze 60%-a válaszolt igennel arra a kérdésre, hogy szurkol-e magyar sportolóknak. Az összefüggések alaposabb elemzéséhez az elméleti keretben bemutatott, Eichberg (2003) által használt dimenziókat használtuk.

Az eredményesség identitása

Az élsport eredményességének nemzeti identitásra gyakorolt hatása, illetve az összefüggés jelentősége a különböző társadalmi csoportokban az alábbi két kérdés alapján kerül bemutatásra: (1) Mennyire büszke a magyar sportolók eredményeire? (2) Mennyire csalódott a gyenge sportolói szereplés miatt? Mindezek mellett külön kérdésekben foglalkoztunk az athéni doppingesetéről alkotott véleményekkel, hiszen ezekben mutatkozhat meg leginkább a versenysport negatív hatása a nemzeti büszkeségre. A két – szemantikai szempontból ellentétes – alapkérdésre adott válaszok eloszlása különbözik. A sikerekből fakadó büszkeséggel lényegesen többen azonosultak, hiszen a válaszadók fele nagyon büszke, további 35%-uk büszke a magyar sportolók sikereire (1. ábra). Az esetleges kudarcok miatt érzett csalódottság ezzel szemben kevésbé jellemző: 41% semleges választ adott, további 20% pedig nem, vagy egyáltalán nem csalódott a sportolók kudarcra esetén, ami azt jelzi, hogy sikerelenség esetén az azonosulás is csökken (2. ábra). Felvetődik tehát a kérdés, hogy a sportsikerekhez köthető identitás valójában mennyiben a sporthoz és mennyiben inkább a sikerekhez köthető.

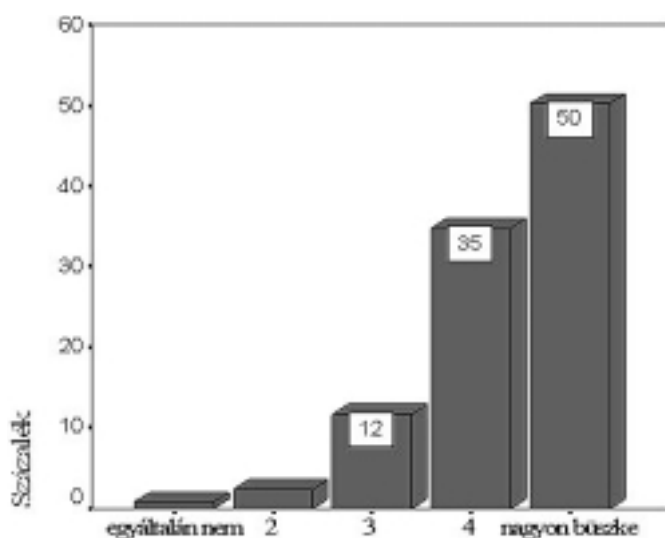
A különböző társadalmi csoportok sportsikerekre és kudarcokra vonatkozó attitűdje nem egyforma. Kevésbé meglepő adat, hogy a férfiak intenzívebben viszonyulnak a sportsikerekhez is és a kudarcokhoz is. A férfiak 57, a nők 45%-a nagyon büszke ($\chi^2 = 15,534$; $df = 4$; $p < 0,005$), míg a nagyon csalódottak aránya 22, illetve 13% ($\chi^2 = 17,566$; $df = 4$; $p < 0,005$). Az életkor alapján nem szignifikáns a különbség, ezzel szemben az iskolai végzettség meghatározó tényezőnek tűnik. A legmagasabb iskolai végzettségűek 65%-a érez erős büszkeséget, míg a legfeljebb általános iskolát végzettek esetében ez az arány mindössze 40%. A to-

vábbi három köztes csoport viszonyulása átlagos ($\chi^2 = 35,239$; $df = 16$; $p < 0,005$). Elképzelhető tehát, hogy a társadalom alacsonyabb státuszú csoportjai a mindennapi életfenntartás nehézségei során a nemzettel, mint posztmaterális értékkel már nem tudnak azonosulni.

Érdekes, hogy szignifikáns a különbség a településtípusonkénti, sőt a régiónlenti válaszok gyakorisága között. Úgy tűnik, hogy míg a megyeszékhelyen élők lelkesebben, a fővárosiak sokkal kritikusabban ítélik meg a sport eredményességét a különböző világversenyeken. A megyeszékhelyeken élők 59%-a nagyon büszke ($\chi^2 = 25,365$; $df = 12$; $p < 0,05$), viszont mindössze 11%-uk nagyon csalódott ($\chi^2 = 39,114$; $df = 12$; $p < 0,001$), ezzel szemben a budapestiek büszkesége átlagos, míg csalódottságuk messze átlag feletti, 28%-uk rosszul fogad egy-egy sportbeli kudarcot. Regionális viszonylatban ezzel összecsengve a Közép-Magyarországi régió lakosainak 27%-a érez nagyfokú csalódottságot, amely eredmény messze a legmagasabb, miközben a Nyugat- és a Közép-Dunántúli régió (62%) „büszkeségi mutatói” a legmagasabbak ($\chi^2 = 56,723$; $df = 24$; $p < 0,001$). Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a magyar élsport szurkolói bázisát elsősorban a „vidéki fellegrákokban” érdemes keresni.

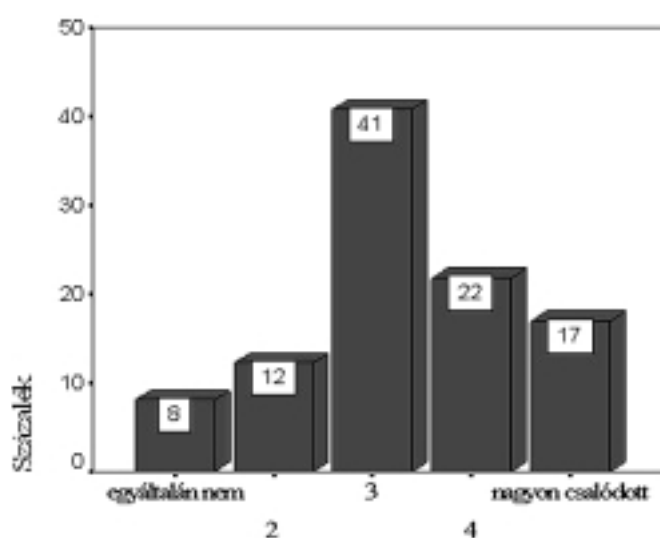
Az athéni doppingbotrány fogadtatása

A válaszadók negyötöde hallott az athéni doppingesetéről, és túlnyomó részük (87%) egyetértett azzal, hogy a botrányok rossz fényt vetnek az országra és valamivel kevesebben (76%) vélték, hogy a doppingüggyek lejáratják a magyar sportot. Az adatokból kiviláglik, hogy noha a válaszadók 72%-a szerint a sportolók hibát követtek el, mégis azon a véleményen vannak, hogy az esetnek káros hatása van a magyar sport, sőt az ország megítélésére. A mások által Magyarországról alkotott kép tehát láthatóan foglalkoztatja a magyar lakosság nagyobb részét, társadalmi státusztól függetlenül. Ugyanakkor érdekes, hogy a budapesti lakosok például sokkal visszafogottabbak a sportolók hibáztatásában, mindössze 57,5%-uk értett egyet a vonatkozó állítással, miközben minden más csoportnál magasabb volt a bizonytalanok aránya. A



1. ábra. Mennyire büszke a magyar sportolók eredményeire?

Figure 1. How proud are you of Hungarian competitive sport achievements?



2. ábra. Mennyire csalódott a gyenge sportolói szereplés miatt?

Figure 2. How disappointed are you in case of below-par performance?

többi csoport 10-11%-ával szemben, a budapestiek 24,5%-a nem akart véleményt formálni a kérdésben ($\chi^2 = 19,847$; $df = 6$; $p < 0,005$). Ennek oka talán az, hogy a nyilvános diskurzusban megjelenő értelmezések pluralitása a fővárosban jobban érzékelhető volt.

Az integráció identitása

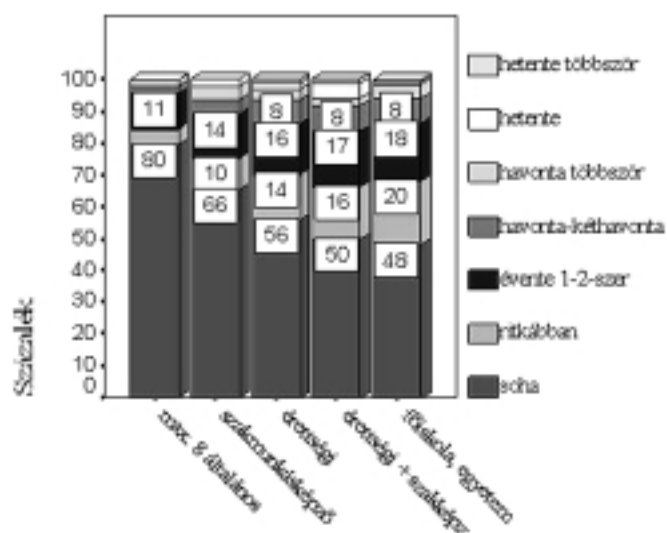
A nemzeti identitás második dimenziójának operacionalizálása nehezebb feladat volt, hiszen a lakosság túlnyomó többségének nincs olyan élménye, amely kifejezetten párhuzamba állítható lenne Eichberg (2003) ideáltípusával. A kérdés, amelyen keresztül talán valamivel közelebb juthatunk a dimenzió megismeréséhez, a nemzetközi sportversenyek rendezésének támogatásának, illetve ellenzésének indokaira koncentráltak. Bár a párhuzam vitatható, abból a szempontból elfogadhatónak tűnt, hogy egy nagyobb esemény vendéglátójaként egy közösség, egy város, vagy akár egy egész ország is közvetetten felelős a rendezvény sikerességéért, ez pedig megköveteli, és a munka során bizonyosan erősíti a közösségi, és adott esetben a nemzeti integrációt is. A probléma megértéséhez nem elsősorban a támogatók, illetve az ellenzők egymáshoz viszonyított aránya, hanem azon érvek vezethetnek el, amelyekkel a támogatók véleményüket alátámasztották. Mivel itt nyílt végű kérdéseket alkalmaztunk, a válaszadóknak nagyobb mozgástere lehetett, sőt több indokot is megjelölhettek, ezzel együtt a válaszok többsége két fő téma, a gazdasági bevétel (40%), illetve az ország külföldi elismertsége (47%) köré épült. Figyelemreméltó ugyanakkor, hogy bár a nyitott kérdések nagy mozgásteret biztosítottak, a válaszok viszonylag kevés témakört érintettek és a megkérdezettek mindössze 5,8%-a utalt arra, hogy ezáltal a magyar szurkolók közös sportélményekkel gazdagodhatnak. Ebből az adatból egyértelműen megállapíthatjuk, hogy a nemzeti identitás e dimenziója közel sem olyan jelentős, mint az eredményességé.

A karneváli identitás

A nemzeti identitás harmadik formájának társadalmi beágyazottságát a sportesemények látogatásán keresztül vizsgáltuk. Az eredmények alapján arra a következtetésre juthatunk, hogy a magyar lakosság túlnyomó része soha, vagy legalábbis nagyon ritkán látogat ki valamilyen sporteseményre. Fontos megjegyezni, hogy a pozitív válaszok mögött a nemzeti kötődések mellett lokális kötődések is húzódnak, mivel a kérdés nem csak válogatott mérkőzésekre és nemzetközi versenyekre vonatkozott. A nemzeti identitás ezen aspektusa, amely Eichberg (2003) tipológiája szerint leginkább a civil társadalomhoz köthető, kevésbé látszik érvényesülni. Amennyiben elfogadjuk, hogy a helyszíni sportélménynek integratív ereje van, úgy érdemes megfontolni, hogyan lehetne a nemzeti identitás e jelenleg kevésbé érvényesülő forrását jobban kihasználni.

A sportesemények látogatásában jelentős különbségek láthatók nem, életkor, régió és iskolai végzettség tekintetében is. Előbbi kettő nem meglepő információ, utóbbi kettőről azonban érdemes néhány konkrétumot említeni. A mai magyar társadalom esetében érvényes státuszmérőnek tekinthető iskolai végzettség arra enged következtetni, hogy a legalacsonyabb státuszúak kezdenek kiszorulni ebből a szabadidős tevékenységből (3. ábra). A válaszadók 11%-a anyagi okokkal magyarázta távolmaradását a sportrendezvényektől, miköz-

ben a leginkább aktív csoport a középrétegekből kerül ki. A sportesemények látogatása, mint kulturális fogyasztás tehát Magyarországon is középosztályosodni látszik, ehhez azonban a kínálatnak is alkalmazkodnia kell; noha a lakosság egyharmada (33%) távolmaradását azzal indokolta, hogy nem érdekli a sport, nem kevesen (18%) hivatkoztak arra, hogy nincs olyan sportesemény a közelben, ami érdekelné őket. Szintén érdekesek a regionális eltérések, amelyek feltehetően összefüggnek az adott régió csapatainak eredményességével és létesítményhelyzetével. Ebből a szempontból a Közép-Magyarországi régióban volt a legnagyobb (76%) azok aránya, akik soha nem látogatnak sporteseményeket, míg a Nyugat-Dunántúli régió lakossága messze átlag felett teljesítményt nyújtott, hiszen körükben ugyanez az arány 44% ($\chi^2 = 105,352$; $df = 36$; $p < 0,001$), feltehetően elsősorban a régió országos és nemzetközi szinten eredményes kézi- és kosárlabdacsapatainak köszönhetően.



3. ábra. Sportesemények látogatása, iskolai végzettség szerinti bontásban (%).

Figure 3. (Frequency distribution of visiting sporting events by educational level)

Megbeszélés és következtetések

A sikeres élsport és a nemzeti büszkeség közötti összefüggést már sok rendszer próbálta legitimációs eszközként használni. A sportban rejlő más identitás-teremtő lehetőségeket azonban legtöbbször figyelmen kívül hagyták. Jelen elemzés arra tett kísérletet, hogy történeti kiindulópontból, az elméleti keret segítségével rámutasson a nemzeti identitás sokrétűségére, és arra, hogy milyen módokon lehet a nemzet-alapú társadalmi integrációt elősegíteni. Az empirikus adatok arra engednek következtetni, hogy a magyar lakosság számára az elégedettség dimenziója fontosabb, mint a másik két dimenzió, amelyekben azonban rengeteg lehetőség rejlik. Az eredmények megmutatták, hogy a kudarcok és a botrányok negatív hatást váltanak ki, éppen ezért az élsport valóban csak a sikeresség fenntartásával táplálhatja a nemzeti büszkeséget. A pekingi olimpiai játékok ideje alatt megfigyelhető volt, hogy a „sportnemzeti” diskurzust felépítő politikai és médiaszereplőknek nehéz dolguk volt az eredmények értékelése során. Láthatóvá vált, hogy a globális sportszintéren nehezebb sikereket elérni, mint a korábbi világrendekben, ezért a nemzeti közösség erősítéséhez

más, a versenyhez kevésbé kapcsolódó területeken is érdemes felismerni a sport integratív erejét. A nemzeti identitás civil aspektusainak erősödéséhez elengedhetetlen feltétel az önkéntes, civil szemléletmód további terjedése, valamint a nemzeti identitás diskurzusának demokratizálódása, ami a sport esetében a politika befolyásának csökkentését jelentené.

Felhasznált irodalom

Andorka R. (1996): *Merre tart a magyar társadalom?* Antológia, Lakitelek.

Bakonyi T. (2007): *Állam, civil társadalom, sport.* Kossuth, Budapest.

Borneman, J., Fowler, N. (1997): Europeanization. *Annual Review of Anthropology*, **26**: 487-514

Eichberg, H. (2003): Playing and Displaying Identity – About Bodily Movement, Political Ideologies and the Question of Olympic Humanism. In: Pawlucki, A. (ed.): *Postmodernity and Olympism*. Academy of Physical Education and Sport, Gdansk, 57-78.

Eurobarometer, EB60 – CC-EB 2003.4. Letöltve: 2008. október 20. http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/cceb/2003/cceb2003.4_comparative.pdf

Földesiné Sz. Gy., Jakabházy L., Nagy J. (2002): Hungary: The Development of Sport for All in a Sporting Nation. In: DaCosta, L., Minagaya, A. (eds.): *Worldwide experiences and trends in Sport for All*. Meyer and Meyer, Oxford, 449-474.

Giddens, A. (2000): *Elszabadult világ: Hogyan alakítja át életünket a globalizáció?* Perfekt Kiadó, Budapest.

Giulianotti, R. (1999a): *Football: a sociology of the global game*. Polity Press, Cambridge.

Giulianotti, R. (1999b): Hooligans and Carnival Fans: Scottish Football Supporter Cultures. In: Armstrong, G. and Giulianotti, R. (eds.): *Football cultures and identities*. Basingstoke ; London : Macmillan & Co. 29-40

Hankiss E. (2002): *Új Diagnózisok*. Osiris Kiadó, Budapest.

Horak, R., Spitaler, G. (2003): Sport Space and National Identity. Soccer and Skiing as Formative Forces: On the Austrian Example. *American Behavioral Scientist*, **46**: 11. 1506-1518.

Houlihan, B. (1997): *Sport, Policy and Politics*. Routledge, London.

Jackson, S. (1998): Life in the (mediated) faust lane. *International Review for the Sociology of Sport*, **33**: 227-238.

Jackson, S. (2004): Exorcizing the ghost: Donovan Bailey, Ben Johnson and the politics of Canadian identity. *Media, Culture and Society*, **26**: 121-141.

Rowe, D. (2003): Sport and the Reputation of the Global. *International Review for the Sociology of Sport*, **38**: 281-294.

Sonkoly G. (2001): A kulturális identitás új kerete: a kulturális örökség. In: Bárdi N., Lagzi G. (szerk.): *Politika és Nemzeti Identitás Közép Európában*. Teleki László Alapítvány, Budapest, 9-25.

Williams, J. (2000): Fact Sheet No. 7: Fan "Power" and Democracy in Football, University of Leicester. Letöltve: 2008. október 15. <http://www.le.ac.uk/snc-cfr/resources/factsheets/index.html>

Wong, L., Trumper, R. (2002): Global Celebrity Athletes and Nationalism. *Journal of Sport and Social Issues*, **26**: 168-194.

A sport és rekreációs szakemberek elhelyezkedési sikerei a turisztikai animáció területén, magyar szállodai körkép – 2007

Market success of sport and recreation professionals in active guest relations (hotel entertainment), Hungarian hotel overview – 2007

Lacza Gyöngyvér, Keszei Réka

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Rekreáció Tanszék, Budapest

E-mail: lacza@mail.hupe.hu

Összefoglaló

A turisztikai animáció a hazai rekreáció egyik dinamikusan fejlődő ágazata, amely a közép-, illetve felsőfok szinten végzett rekreációs és sportszakemberek elhelyezkedési területe lehet. Az elemzés célja az volt, hogy felmérjük, mely hazai 3-5 csillagos szállodákban működik animáció és a szolgáltatásban milyen jelentősége van a sport animációnak. Továbbá, hogy az alkalmazottak milyen végzettséggel látják el ezeket a feladatokat, és a rekreációs végzettséggel rendelkezők mennyire tartják testreszabottnak tanulmányaikat ehhez a feladathoz. Az adatgyűjtésre a telefonos interjú módszerét alkalmaztuk amely, a mélyebb betekintés érdekében kiegészült 12 személyes interjúval. Az eredmények igazolták azt a feltevésünket, hogy a szállodai animáció száma növekszik hazánkban és jelentős számú sport és rekreációs szakember tevékenykedik a területen. Kiderült, hogy a szakemberek felsőoktatásban megszerzett ismeretei csak részben fedik le a területen elvártakat. A sport és rekreációs szakemberek tehát dominánsan jelen vannak a hazai animáció piacán, azonban tanulmányaikon keresztül megszerzhető tudásuk bizonyos területeken kiegészítésre szorul.

Kulcsszavak: rekreáció, rekreációs szakember, turisztikai animáció, sport animáció

Abstract

Hotel guest entertainment is a rapidly developing sector in the Hungarian tourism market, which holds great professional opportunities for qualified sport and recreation professionals with vocational or higher degrees. The purpose of this study was twofold: Firstly, to investigate which 3-5 star hotels offer guest entertainment and what is the importance of sport in entertainment service. Secondly, to find out what kind of qualifications guest entertainers have and to what extent graduates in the leisure profession find their studies appropriate for this job. Research was based on telephone interviews and 12 in-depth interviews with key professionals. Results support our assumption that the number of hotels offering active guest relation services is growing and a number of sport and recreation professionals are working in this field. The official training of recreation professionals is just partly meeting market expectations. In summary, we can say that sport and leisure professionals have a dominant position in the Hungarian job market in hotel entertainment. However, some important market

requirements should be adjusted in the higher education curriculum in order to meet these professional job requirements.

Key-words: recreation, recreation professional, active guest relations/ hotel entertainment, sport programming

Bevezetés

Az utóbbi évek turizmus fejlesztési törekvéseiből egyértelműen kirajzolódik, hogy hazánkban a gyógy és wellness turizmus kiemelt terület. Egy a magyar lakosság utazási szokásaival kapcsolatos felmérésekből (Halassy, 2007) az is kiderül, hogy 2008-ban, belföldön biztosan utazni szándékozó magyarok többsége (mintegy 60%-a), vízparti, gyógy-, vagy wellness utazást tervez. A vízparti és wellness szállodákban pedig egyre gyakoribb kiegészítő szolgáltatás a szállodai animáció. Egy friss felmérés szerint (Magyar, 2008) a turisztikai animációt kínáló szállodák többsége (53,25%) wellness szálloda. Az aktuális trendeket és irányelveket az is jól mutatja, hogy 2007-ben az Önkormányzati Minisztérium pályázatot hirdetett, amelynek célja volt, hogy segítse a balatoni turisztikai régióban működő strandokon és kereskedelmi szálláshelyeken animátorok foglalkoztatását.

Könnyen felmerülhet a kérdés, hogy kerül a csizma az asztalra, a rekreációs szakembereknek vajon mi köze lehet a turisztikai animációhoz? Egyáltalán mit értünk e fogalom alatt? A turisztikai animáció könnyen definiálható. Finger és Váczy (2002) turisztikai animáció meghatározása a következő: „Az animáció az üdülés, és szabadidő alatti közös tevékenységre való ösztönzés, biztatás, felhívás.” Magyar Márton jegyzetében (2003) a turisztikai animációt tágabb értelmezésben használja, és az alábbiakat határozza meg: „Kereskedelmi szálláshelyeken, szabadidő centrumokban, sportlétesítményekben és egyéb idegenforgalmi helyszíneken megvalósuló szolgáltatás, melynek célja a vendégeknek maradandó élményt nyújtani emberek közötti kapcsolatok kiépítésén és játékos programok lebonyolításán keresztül. Ennek érdekében a közös tevékenységekre való ösztönzést, biztatást, felhívást tűzi ki elsődleges feladatául.

A turisztikai animációval foglalkozó szakember maga az animátor, akit magyarul játékmesternek is nevezhetünk. A rekreációs irodalomban az animáció, a rekreáció egyik lehetséges kimenete (Kovács, 2004). A definícióra építve megállapíthatjuk, hogy az animáció akár a rekreáció egy speciális területeként is kezelhető. Az animációnak alapvetően három nagy területe különíthető el. A gyermek, a sport és a szórakoztató, vagy show animáció (Lacza, 2008). Amennyiben a konkrét programokat vizsgáljuk a gyermek animáció jelentős része, főként testnevelési játékokra épülő játékos sportfoglalkozás (Grosz és Váczy, 2003). A nap-

közbeni, felnőtt animáció mindegy 80%-a külföldön és a hazai gyakorlatban is, sporttevékenység. Ebből adódóan a sportos alapképzettség mindenképpen előny az animációs területen, sőt mára előírás is a különböző sporttevékenységeket levezető animátorok számára (Kormányrendelet, 2004). Korábbi kutatások alapján (Magyar, 2003) egyértelműen kiderült, hogy Magyarországon a három fő területen, nagyon gyakran csak egy animátor dolgozik, így nagyon sokoldalúan képzett szakemberre van szükség.

Elemzésünk célja az volt, hogy felmérjük, mely hazai szállodákban van animációs szolgáltatás valamint, hogy ezeket a feladatköröket végző animátorok milyen végzettséggel rendelkeznek. Továbbá, felmértük azt, hogy a felsőfokú rekreációs képzettség mennyiben nyújt megfelelő felkészültséget ezen munkakörök betöltéséhez.

Anyag és módszerek

A vizsgált minta a magyarországi három, vagy annál több csillagos szállodák összessége volt, amely a szállodai animáció potenciális színtere lehet. A felmérés alapjául az érintett hotelek a Magyar Szálloda Szövetség honlapján (Magyar, 2008) publikált összesített listája szolgált. Az elemzés elsődleges célja volt, hogy felmérjük, mely hazai szállodákban van animációs szolgáltatás valamint, hogy ezekben állandó vagy szezonális programról beszélhetünk-e. A felmérés következő lépése, hogy kiderítse ezen belül gyermek, sport vagy szórakoztató (show) animáció működik-e a szolgáltatónál. Továbbá, hogy az adott feladatköröket egy, vagy több fő végzi-e és az animátorok rendelkeznek-e szakirányú végzettséggel. Sport animációban a sportoktatói, valamint a testnevelő tanári és a rekreáció szakos végzettséget tekintettük szakirányú végzettségnek. Animátori végzettségnek a minimum egy, vagy két féléves animáció tantárgy elvégzését (rekreáció szakon vagy turizmus- szabadidő menedzser szakon), vagy külső cég esetében a saját felkészítő tanfolyamon való megfelelést fogadtuk el.

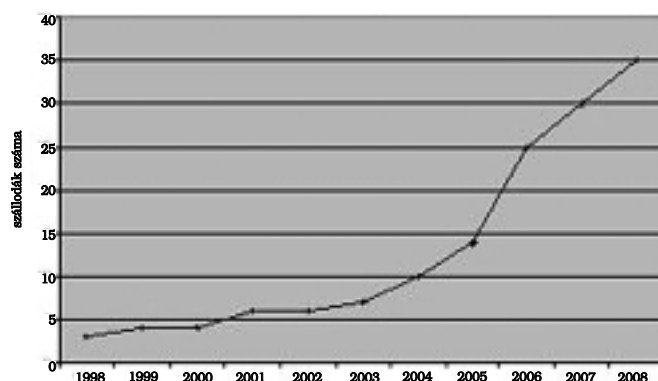
A vizsgálat módszere telefonos interjú volt. A fent említett lista alapján teljes mintáról (261 szállodáról) gyűjtöttünk adatokat. A telefon interjúk és az egyéb adatok feldolgozása analitikus módszerekkel történt. A felmérés kiegészült továbbá, 12 mélyinterjúval. Ennek során, a témában kulcsbereknek számító szállodai szakemberek (3 fő), az animátorokkal kapcsolatos elvárások és igények témában, illetve az animációs szolgáltatást biztosító külső cégek vezetéséből is 3 fő adott felvilágosítást az animátor képzéssel kapcsolatosan, továbbá 6 gyakorló rekreációs végzettségű animátor, a tapasztalataikról. Az interjúk alatt egy ellenőrző lista kérdéssora alapján dolgoztunk.

Eredmények

Az eredmények igazolták azt a feltevésünket, hogy a szállodai animációk száma növekszik hazánkban valamint, hogy a vizsgálatban szereplő 261 szállodából összesen 54 szállodában működik ilyen szolgáltatás. Ebből 10 szálloda nem adott információt, 8 nem volt elérhető, de a honlapjukról kiderült, hogy ezekben van animáció. Egy szállodában csak ebben a szezonban indult a program, így tapasztalataikról még nem tudtak beszámolni. Összesen 35 hotel adott részletes információt. A vizsgált szállodák regionális eloszlása egyértelműen mutatja, hogy jelenleg ilyen szolgáltatást elsősorban a Balaton környéki hotelek, valamint

a gyógyvizek közelében működő gyógy- és wellness szállodák nyújtanak. A fürdővárosok esetében a nyugati országrész és az Északi-középhegység túlsúlya jelentős.

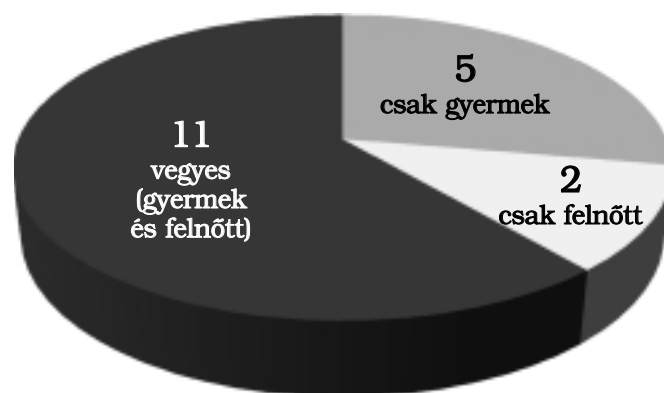
Felmérésünkben kiderült, hogy az utóbbi 10 évben jelentős fellendülés tapasztalható az animációs téren. Amíg 1998-ban csupán 3 szállodában volt ilyen szolgáltatás mára ez a szám 50 fölé emelkedett (ebből 35 válaszolt az általunk feltett kérdésekre). Az 1. ábrán jól látható, hogy ez a szám évről-évre gyorsuló ütemben növekszik.



1. ábra. A szállodai animációs szolgáltatást nyújtó hotelek számának változása Magyarországon 1998-2008 között.

Figure 1. Number of hotels offering guest entertainment between 1998-2008.

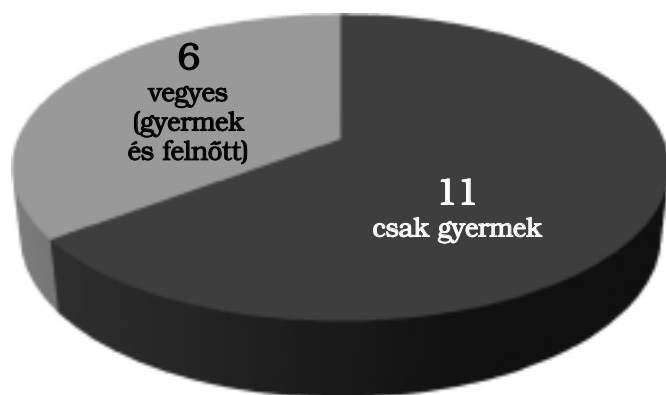
A vizsgált hotelek több mint felében (18 szállodában) állandó és 17 szállodában szezonális jellegű az animációs szolgáltatás. A szezonális animációt nyújtó hotelek, mintegy kétharmada elsősorban gyermek animációval foglalkozik és csupán 6 szállodában van vegyes, azaz felnőtt és gyermek animáció egyaránt (2. ábra).



2. ábra. Az állandó animációt nyújtó szállodák tevékenység szerinti megoszlása.

Figure 2. Distribution of hotels with ongoing guest entertainment services by type of activity.

Az állandó szolgáltatást nyújtó hotelek esetében ez az arány sokkal kiegyensúlyozottabb (3. ábra). Az időszaki programszervezést ajánló hotelek többsége a Balaton-partján helyezkedik el, míg állandó szolgáltatást inkább a wellness és termál jellegű szállodák biztosítanak.



3. ábra. A szezonális animációt nyújtó szállodák tevékenység szerinti megoszlása.

Figure 3. Distribution of hotels with seasonal guest entertainment services by type of activity.

Az alábbiakban a szállodák által nyújtott programok láthatók a teljesség igénye nélkül. A sporttevékenységek a felnőtteknek nyújtott programok mintegy 80%-t teszik ki.

A heti programok között rendszeresen szerepelnek különböző versenyek, házi bajnokságok a táblázatban megjelölt sportágakból, például, vízi olimpia vagy „soklabda” bajnokság. Emellett sokszínű, játékos (sport) vetélkedők és más programelemek is megjelennek, például, családi vetélkedők, kalandtúrák, fáklyás kirándulások, lovagi játékok, vagy középkori játékok. A felnőttek esti programjainak megszervezése komoly kihívást jelent az animátoroknak. Ezek között a következők szerepelhetnek: ismerkedési est, karaoke, bingo, kvíz, marokkó bajnokság, óriás activity, táncest, folklór műsor, grill-parti, gasztronómiai est, nemzeti estek, pontgyűjtő verseny, borkóstoló, zenés est, táncbár, kaszinó, kártyaparti stb.

A gyermekeknek általában fél napos sportprogramokat szerveznek, amelyek leginkább testnevelési és népi játékok. Gyakori programok az úgynevezett témamanapok is, amikor a sport és a kézműves tevékenységek egy adott témához kapcsolódnak. Ilyen például a „kalózkaland”, vagy a „varázslók napja”. A gyermekprogramok második nagy csoportját a kézműves programok képviselik, általában fél napos szervezésben. Ilyenek pl.: ablakmatrica, üvegfestés, gyurmázás, gyöngyfüzés, agyagozás, arcfestés, bábkészítés, lufi-hajtogatás, lepedőfestés, aszfaltrajz készítés. Ezek kiegészülhetnek szezonális tevékenységekkel, mint a tojásfestés, karácsonyfadísz-készítés, sütőtök

lámpás készítés. Az esti gyermekprogramok között a többség a gyermek-diszkót, a bábjátékot és a mesejátékot említette.

Érdekes kérdés, hogy átlagosan hány animátor dolgozik ma Magyarországon egy szállodában. Felmérésünkéből kiderült, hogy ez a szám 1 főtől, 13 főig terjed az alábbi megoszlás szerint.

7 szállodában: 1 animátor,
12 szállodában: 2 animátor,
6 szállodában: 2-3 alkalmazott (szezontól függően),
5 szállodában: 3-5 alkalmazott (szezontól függően),
4 szállodában: 5-7 alkalmazott (szezontól függően).

Fontos kérdés továbbá, hogy a hazai szállodák hogyan szervezik meg programjaikat. Képzett animátort keresnek-e, külső cégtől rendelik-e meg a szolgáltatást, vagy a külföldi gyakorlathoz hasonlóan saját animátor képzésük van. A többség (21 szálloda) maga végzi az animációs szolgáltatást. Ebből 1 szállodának saját animátor képzése is van. Az intézmény „saját animátorai” mellett animátor cég segítségét is igénybe veszi 5 szálloda, 9 helyen pedig csak külső cég adja a szolgáltatást. Ezek a cégek az animációs piacon jól ismert, szállodai- és rendezvény-animációval foglalkoznak. A személyes interjúkból kiderült, hogy a megnevezett cégeknek saját, belső animációs képzése van, amelyben játékmestereiket felkészítik a gyermek, valamint a felnőtt animációra is. Fontos információ az is, hogy a szállodák által megnevezett cégekben alapvetően sport-animátornak kizárólagosan csak szakirányú végzettséggel rendelkezőket vesznek fel.

A végzettség szerinti besorolásnál a szállodák animátorként neveztek meg mindenkit, aki külső cégtől jött, valamint megfelelő végzettséggel bírt. Az interjúk alapján mi a külső cégek alkalmazásában lévőket, valamint a rekreáció, vagy a turizmus, szabadidő-szervező szakon végzettestek az „animációt tanult” csoportba soroltuk, mert ők biztosan hallgattak animáció tantárgyat. Az elmondottak alapján az animátorként dolgozók 45%-a tanult animációt. Az alkalmazottak mintegy 20%-a sportoktató. Az állandó munkaviszonnyal rendelkezőknél ez az arány kevesebb, csupán 25% tanult animációt és 25 rendelkezik valamilyen sportoktatói végzettséggel. Ennek az okai a külső cégek állandó animációban való kisebb jelenlétére vezethetők vissza, mivel ezek a munkáltatók minden esetben biztosítanak animációs képzést a foglalkoztattak részére. Elenyésző számban szállodai alkalmazottakat (6%), pedagógusokat (4%) és testnevelőket (2%) is foglalkoztatnak a területen.

1. táblázat. A szállodai animációban gyakorolt sporttevékenységek
Table 1. Various sport activities in hotel entertainment

Outdoor tevékenysége	Zenés-táncos mozgásformák	Labdajátékok	Útós-golyós játékok	Kocsmai sportok	Technikai sportok	Szellemi sportok
erdei séta	aerobic	strandröplabda	tollas	teke, bowling	quadozás	óriás sakk
túrázás	aqua aerobic	vízi röplabda	asztalitenisz	biliárd	motorcsónakázás	
tájékozódási túra	magyar néptánc tanulás	vízi foci	lengőteke	darts	jet-ski	
kerékpár túra		kispályás labdarúgás	petang	csocsó	bobozás	
kajak-kenu túra		óriás élő csocsó	mini golf		sárkányrepülés	
íjászat						

A szállodák vezetőivel készült interjúkból kiderült, hogy általában először nem volt ismert számukra a rekreációs végzettség, bár a kifejezést hallották már, de nem volt konkrét elképzelésük arról, mit takar ez pontosan. Animátorokat elsősorban ismeretség, valamint ajánlások útján találták. A rekreációt végzettség sportszakmai tudását egy 5-fokú skálán maximálisnak ítélték. Hiányosságokat elsősorban az önálló szervezéssel, a pénzügyi tervezéssel és az esti animációval kapcsolatosan említettek.

A szállodai animációban foglalkoztatott, rekreáció szakon végzett (felsőfokú végzettséggel) szakemberekkel készült interjúk alapján összefoglaljuk, hogy a rekreáció képzés legnagyobb erősségei animátori szempontból a következők:

- a sportági ismeretek széles köre,
- a megfelelő elméleti háttér (egészségügyi, edzéstan ismeretek),
- a testneveléssel szakpárban végzettek (4 fő) kiemelték iskolai tanítási gyakorlatuk alatt szerzett tapasztalataikat a gyermekekkel való foglalkozás terén.

A képzés legnagyobb hiányosságaként a megkérdezettek egybehangzóan a valós szakmai gyakorlatok rövid időtartamát, vagy teljes hiányát emelték ki. Továbbá 5-en megemlítették, hogy nehézségbe ütköztek diplomájuk elismertetésével, azaz meg kellett magyarázniuk mit takar a rekreációs végzettség. A programok szervezésében és levezetésében a legnagyobb kihívást mindenkinek a toborzás és az esti animáció, a színpadi műsorvezetés, szereplés és a mikrofonozás jelenti.

Következtetések

A felmérés egyértelműen igazolta, hogy a szállodai animáció egy dinamikusan fejlődő rekreációs terület, amelyben más szabadidős tevékenységek mellett a sport domináns szerepet játszik. A hazai szállodai animációban jelenleg is sok sport és rekreációs végzettségű szakember dolgozik főállásban, és a munka-

helyek száma egyre növekszik. Az interjúkból kiderült, hogy a rekreáció szakon végzettek egyértelműen megfelelő bemenetnek érzik diplomájukat ehhez a munkakörhöz. Ez alátámasztja azt a feltevésünket, hogy az animáció a rekreáció szakon végzett hallgatók egyik potenciális munkaterülete lehet. Amennyiben ezt elfogadjuk, képzésünkben sokkal nagyobb hangsúlyt kell fektetnünk a szakmai gyakorlatokra és ezeken keresztül az intézmények piaci kapcsolatainak erősítésére. Ez nagymértékben hozzájárulhatna a rekreáció szakok ismertségének, elismertségének javításához.

Felhasznált irodalom

Finger C., Váczy S. (2002): *Az animáció alapjai*. Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár, 5-16.

Grosz P., Váczy S. (2003): *Gyerek animáció*. Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár, 41-50.

Hallasy E. (2007): A magyar lakosság és a vízi, a vízparti, valamint a gyógy- és wellness-turizmus kapcsolata. *Turizmus Bulletin*, 4: 2-12.

Kovács T.A. (2004): *A rekreáció elmélete és módszertana*, Fitness Kft., Budapest, 124-130.

Lacza Gy. (2008): Az animáció fogalma, kapcsolata a rekreációval, turisztikai és rendezvényanimáció. *Kalokagathia*, 1. 134-154.

Magyar M. (2003): *Turisztikai Animáció*. Budapesti Gazdasági Főiskola Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Kar, Budapest, 18-20.

Magyar M. (2008): Turizmus Trend. Felmérés a szállodai animációról, élménymenedzsment a gyakorlatban, Retrieved: 2008. 08. 12. from <http://www.turizmusonline.hu/cikkek/archivum.php>

Kormány Rendelet (157/2004. (V.18.)): A sport területén képesítéshez kötött tevékenységek gyakorlásához szükséges képesítések jegyzékéről. Retrieved: 2008. 08. 14. from <http://www.ipsc.sport.hu/download/157kormr.pdf>

A szabadidősport iránti érdeklődés Magyarországon 1.

– A sportolás megítélése és gyakorlata

Interest toward Leisure Sport in Hungary 1. – Perception and Practice of Sport

Neulinger Ágnes

Budapesti Corvinus Egyetem, Marketingkutatás és Fogyasztói Magatartás Tanszék, Budapest

E-mail: agnes.neulinger@uni-corvinus.hu

Összefoglaló

A sport kiemelkedő szerepet játszik a mai modern társadalomban. Jelentős gazdasági súlyt képvisel, továbbá lehetőséget ad a személyes fejlődésre és a társas kapcsolatok kialakítására, ápolására. Jelen kutatásban a szabadidősport magyarországi helyzetét vizsgáltuk, különös tekintettel az egyént körülvevő társas környezetre a sportrésztételre gyakorolt hatására. A kutatási projekt három szakaszból állt. Elsőként tartalomlemezést végeztünk egyetemi hallgatók sportolásról írt esszéi alapján. Ezt követően került sor az országos adatfelvételre, amely az egyének sportolási szokásait és a környezetük sporthoz való viszonyát mérte fel. Végül páros interjúk egészítették ki és zárták le a kutatási folyamatot. Az eredmények tanúsága szerint a népesség fizikai aktivitási szintje alacsony. A részvétel legfontosabb ösztönzője a társas környezet, azon belül is elsősorban a kortársak és az iskola hatása. Jelen cikk először röviden áttekinti a korábbi kutatási eredményeket, majd a szabadidős sportolás megítélését és a részvételi arányokat mutatja be.

Kulcsszavak: szabadidősport, fogyasztói magatartás, attitűd

Abstract

Sport plays an important role in today's modern societies. It has enormous economic significance and provides opportunity for personal development and for establishing or keeping social relationships. In the recent research we examine the interest toward leisure sport in Hungary. We laid special emphasis on the influence of the social environment on sport participation. In the first phase of the project we used content analysis to examine essays written by university students on sport. After that using national representative data collection we aimed to understand the sporting habits of the individual and the relationship of his or her social environment on sport. In the last phase we conducted paired in-depth interviews. We can conclude that the activity rate in leisure sport is still low in Hungary. Based on our research results it seems that peers and school have the most important impact on participation of physical activity. In this article, first we introduce the literature briefly. Then we establish the evaluation of leisure sport and participation rates of the total population and selected groups.

Key-words: leisure sport, consumer behavior, attitude

Bevezetés

Magyarországon (KSH, 2003) európai összehasonlításban a legkisebb a társas életre és a szórakozásra, ugyanakkor a legnagyobb a tévézésre fordított idő

mennyisége. Az aktív pihenés, a sportolás, a hobbi sem éri el az Európában jellemző arányokat. Ha az egészségi állapotot nézzük, kitűnik, hogy a magyarok a fejlett országokkal összehasonlítva kevesebb egészségben eltöltött évre számíthatnak. Az egészségi állapotot az öröklött és szerzett egyéni tulajdonságok, az életmód, a fizikai környezet és pszicho-szociális tényezők, valamint az egészségügy határozza meg. Az életmód részeként jelenik meg a kockázati magatartás, a táplálkozás, illetve a testmozgás. Vitrai és Mihalicza (2006) szerint a lakosság rossz egészségi állapotáért kultúránk, hagyományaink, életkörülményeink, oktatásunk, az egészségügy, az ország és ezen keresztül a családok gazdasági helyzete hibáztatható. Korunk társadalmában egyre jellemzőbbé válik az ülő, mozgásszegény életmód, jellegzetesen már gyermek- és fiatalok között is. A mozgásszegénység rizikó faktorát jelenti a halálozási és betegségi statisztikákban vezető helyen álló betegségeknek, így a szív- és érrendszeri problémáknak, a kövérségnek és a krónikus mozgásszervi betegségeknek (Somhegyi, 2002). A Szonda Ipsos (2003) 1500 fős reprezentatív felmérése szerint a lakoságnak mindössze 22%-a sportolt az elmúlt egy hónapban, emellett 49% úgy nyilatkozott, hogy sohasem sportol. A legkedveltebb fizikai aktivitás típusok között első helyen szerepelt a kerékpározás, ezt követte a labdarúgás, az otthoni kondicionáló gépek használata, a tornázás, majd a kocogás, futás és az úszás, illetve a fitness. A sportolás fő okai az egészség és a jó kondíció megőrzése (82%), a kikapcsolódás és pihenés (73%), a testmozgás szeretete (72%), a fizikai teljesítőképesség javítása (69%) és a stressz levezetése (62%) voltak. A megkérdezettek azt állították, hogy többet sportolnának, ha több szabadidejük lenne, valamint ha fiatalabbak és egészségesebbek lennének.

Egy korábbi vizsgálatunkban (Hofmeister et al., 2004) a wellness jelenség elemzése kapcsán az egyének sportoláshoz való viszonyát is feltérképeztük. A kutatás több területet is érintett, így az egészséges táplálkozást, a sporthoz való viszonyt és sportolási szokásokat, a természetgyógyászat megítélését, valamint az ápoló – kényeztető szolgáltatásokról alkotott véleményeket. A sportolás kapcsán arra voltunk kíváncsiak, hogy mi befolyásolja a részvételt, mi az, ami akadályozza, illetve ösztönzi a tevékenységet. Az eredmények szerint kulcsfontosságú, hogy a sportolási lehetőség, azaz a sportlétesítmény, sportolásra alkalmas terület/pálya minél könnyebben és egyszerűbben elérhető legyen. A sportolás motivációi megegyeztek a szakirodalomban is megtalálhatókkal, így a nőknél elsősorban az alakmegőrzés, a férfiaknál főleg a kikapcsolódás, a társaság volt fontos. Az Ifjúság 2004 kutatás eredményei (Bauer és Szabó, 2005) alapján, ma Magyarországon a 15-29 év közötti fiataloknak mindösszesen 41%-a végez valamilyen sporttevékenységet kisebb-nagyobb gyakorisággal. Ez az arány a férfiak körében magasabb (48%), a nőknél alacsonyabb (34%) sportrésztételt jelent. Az iskolai végzett-

ség és a sportolás közötti kapcsolatra jellemző, hogy általában minél magasabb iskolai végzettséggel rendelkezik a megkérdezett, annál valószínűbb, hogy sportol. A településtípus és a sportolás között is tapasztalható összefüggés, azaz minél magasabb rangú településtípusban él a válaszadó, annál inkább várhatjuk, hogy szabadidejében sportolni is fog. Az életkorcsoportok közötti különbség esetében kiderült, hogy az életkorral a sportolási valószínűség is szignifikánsan csökken.

Laki és Nyerges (1997) az 1971 és 1980 között született, budapesti és falusi korosztályok sportolási szokásai közötti különbséget vizsgálta és a két csoport között jelentős különbséget talált. A falusi fiatalok elsősorban fociznak, és más labdajátékokat üznek, a budapestiek preferenciája azonban színesebb. Ebben a körben jellemzőbb az új és divatosabbá vált sportágak választása, úgy, mint az aerobic, a fitness, a testépítés, a kerékpározás, a kocogás, az úszás. Ezek mind egyéni sportok, amit magyarázhat a nagyvárosokban nagyobb mértékű individualizáció. Emellett a divatos sportokhoz való hozzáférés Budapesten jóval egyszerűbb, mint falusi környezetben, így a talált különbség nem is meglepő. Egyetemistáknál végzett vizsgálatunkból (Hofmeister-Tóth és Neulinger, 2003) kiderült, hogy a sportolás különösen azok körében volt jellemző, akik környezetében is pozitív volt a sporthoz való viszony, illetve ahol a család, a barátok rendszeres fizikai aktivitása volt jellemző.

Pluhár és munkacsoportja (2003) 600 szegedi középiskolás vizsgálata szerint a megkérdezettek 3,5%-a soha, 27,1%-a alkalmanként, 69,4%-uk pedig rendszeresen végez fizikai aktivitást. Úgy találták, hogy a sportra fordított idő növekedésével szignifikánsan nő a barátokkal töltött idő. A testmozgást egyáltalán nem végzők jelentősen több időt töltenek szabadidejükben számítógépes játékokkal, mint sportoló társaik. Érdekes összefüggés, hogy itt – habár az eredmény nem szignifikáns – azok, akik az alsóbb társadalmi osztályba sorolták magukat, nagyobb arányban sportolnak szinte minden nap. A sport szoros, pozitív kapcsolatban van a jó iskolai teljesítménnyel, az anya iskolai végzettségével, a jelen egészség megítélésével, a jövőorientáltsággal, az önbizalommal és a barátok sportolási szokásaival. A rendszeresen sportolók inaktív társaiknál többre értékelik a belső értékeket, úgymint a lelki békét, az egészséget, a becsületességet, a barátságot és a családot. Azt is kimutatták, hogy az aktívabbak több alkoholt fogyasztanak. Valószínűleg ennek az alkoholfogyasztásnak azonban nem a lerészegedés, vagy az ismeretlen kipróbálása a célja, hanem a baráti beszélgetések, a társas kapcsolatok kialakítását folytatják alkoholfogyasztás mellett.

Az empirikus kutatás módszere

A jelen elemzés a társas környezet befolyásának természetét és mértékét vizsgálta az egyén sportolás iránti keresletére. A munka első fázisában egyetemi hallgatók által írt esszékét dolgoztunk fel tartalomelemzés módszerével. Az esszékben a hallgatók a sporthoz, sportoláshoz fűződő viszonyukat mutatták be röviden. Cél volt, hogy az egyéni élmények, esetek megismerésével feltárhatóak legyenek a vizsgált terület jellemzői. Az eredmények összesítését az esszék kódolását követően az SPSS programcsomag segítségével végeztük. Az esszét írt hallgatók a Budapesti Corvinus Egyetem negyedéves, marketing szakirányos hallgatói és a Se-

lye János Egyetem (Révkomárom) harmadéves hallgatói közül kerültek ki. A férfiak és nők aránya közel azonos (44% és 56%), a résztvevők 21 és 26 év közöttiek voltak. Összesen 80 esszé feldolgozására került sor.

Az ezt követő kvantitatív elemzés célja az adatok számszerűsítése és az általánosítások megfogalmazása volt. Két csoportot vizsgáltunk. Az országos, reprezentatív felmérésből kiderül a teljes lakosság sporthoz való viszonya, a sportnak, mint témának, és mint tevékenységnek a vonzereje, relevanciája. A GfK omnibusz kutatásának keretében lezajlott kérdőíves adatfelvétel a 15-69 éves magyar lakosságra nézve reprezentatív. Kétlépcsős, rétegzett, véletlen mintavételű, személyes, otthoni, CAPI (számítógéppel támogatott) megkérdezés történt. A minta elemszáma 1000 fő, a minta súlyozása többdimenziós. A kérdőív kérdései a sporthoz való viszonyt, illetve a sportolás jellemzőit mérték, a válaszadóra, de a válaszadó környezetére vonatkozóan is. A kérdések között szerepelt, hogy mennyire érdekli a lakosságot a sporthírek, járnak-e sporteseményekre/mérkőzésekre, sportolnak-e, és ha igen, akkor mit, mióta és milyen gyakran. Továbbá megkérdeztük, hogy sportol-e a környezetük (partner/házastárs, szülők, testvérek, barátok), illetve milyen élményeik vannak az iskolai testnevelésről.

A kutatási projekt záró szakaszát mélyinterjúk megkérdezések jelentették. Az interjúk a korábbi két fázis eredményeinek értelmezését támogatták. A beszélgetések középpontjában az egyének sporthoz fűződő viszonya állt, kiemelve a felsőfokú képzésbe való belépés, valamint a munkába állás, mint új életkorszak hatását a sportolásban való részvételre. Két csoporttal készült interjúk (1) a Budapesti Corvinus Egyetem jelenlegi negyed- és ötödéves hallgatóival, valamint (2) korábban az egyetemen végzett, jelenleg az üzleti életben dolgozókkal. Összesen 12 mélyinterjú készült; az első csoportból 4 fővel, a másodikból 8 fővel, férfiakkal és nőkkel egyaránt. Az alkalmazott módszer a páros interjú volt. Esetünkben a páros interjú megközelítést támogatta, hogy a sporthoz kötődő múltbeli és jelenbeli élmények, tapasztalatok ebben a megkérdezési helyzetben könnyebben felidézhetőek voltak. A két válaszadó között kialakuló párbeszéd, az egymásra reagálás dinamizálta a szituációt, informatívabbá tette a beszélgetést, miközben a megértés mélysége nem veszett el.

Eredmények

A sportolás gyakorisága

A sportolás gyakorisága a korábban mértékhez képest nem nőtt, a lakosság 69%-a úgy nyilatkozott, hogy sohasem sportolt nem végzett testmozgást. Az országos reprezentatív adatfelvételtől kiderült, hogy a fennmaradó 31%-ból 14% az, aki legalább hetente sportol. Ez a részvételi arány az elmúlt 10 év alatt gyakorlatilag nem változott; 1998-ban, szintén a GfK által végzett országos reprezentatív vizsgálat is hasonló arányokat eredményezett. Akkor a lakosság 16%-a jelezte azt, hogy legalább hetente sportol. A teljes mintából 24% nyilatkozott úgy, hogy szeret sportolni, 41% pedig kifejezetten nem szereti a fizikai aktivitást. Statisztikailag szignifikáns és szoros összefüggés van a sportolás szeretete és a sportban való részvétel között. ($\phi=0,77$). A sportolni nem szeretőknek mindössze 5%-a vett részt a tevékenységben, jellemzően ritkán, évente néhányszor. Azok közül, akik úgy nyilatkoztak, hogy szeretnek sportolni, 48% sportol heti rendszerességgel, 20% pedig soha.

A sport megítélése pozitívabb a fiatalok körében. A 15-17 évesek 52%-a, a 18-29 évesek 34%-a szereti a testmozgást. Összességében a lakosság férfi tagjai nyilatkoztak nagyobb arányban pozitívan a sportolásról (30% a férfiak, 20% a nők körében a sportot szerető aránya).

Az esszék eredménye ugyanezt mutatja. A fiatalok nagyobb része (60%) nyilatkozott pozitívan a sportról, valamint látható az érzelmi szempontú különbség a két nem között. A férfiak csoportjában erősebb a sport iránt érzett rajongás, lelkesedés, mint a nőkében.

A jelen vizsgálat eredményei megerősítik, hogy a sportban való részvétel szorosan összefügg az életkorral, az iskolai végzettséggel, valamint az iskolarendszerű képzésben való részvétellel.

Az országos átlaghoz képest kiugró eredmény, hogy a 15-17 éves korosztályban 63%, a diákok csoportjában 48% a legalább heti gyakorisággal sportolók aránya. A 18-29 évesek között a hetente sportolók 22%-ot tesznek ki, a 30-39 éves korosztály az országos átlagot képviseli (14%). Az ennél idősebbeknél az arány az életkor növekedésével folyamatosan csökken, 60 év felett már csak 7% számol be heti sportolásról.

Az 1998-ban mért eredményekhez képest két korcsoportban tapasztalható különbség:

A 18-29 évesek korcsoportjában negatív az eredmény, 32%-ról csökkent a legalább hetente sportolók aránya 22%-ra. A 60 év felettek esetében növekedés tapasztalható a részvételben. Nyolc évvel ezelőtt a korcsoportból mindössze 2%-a jelezte, hogy legalább hetente sportol, ez 2006 decemberében 7% volt. Az Ifjúság 2004 kutatás eredményei szerint a 15-29 éves korosztály 59%-a egyáltalán nem végez sporttevékenységet szabadidejében. A mostani kutatás alapján ebben a korosztályban a hetente sportolók aránya 30%, akik egyáltalán nem sportolnak, a minta 47%-át jelentik.

A legalább hetente sportoló csoporton belül a férfiak és nők között nincs szignifikáns különbség. A nők 13%-a, a férfiak 15%-a sportol hetente. Ugyanakkor összességében a férfiak aktívabbak, közöttük az egyáltalán nem sportolók aránya kisebb, 64%, ezzel szemben a nőknél ez az arány 73%. Ez az előny minden korcsoportban fennáll a férfiak javára, kivéve a 60 év feletteket. Itt már nagyon jellemző az inaktivitás, összességében a korcsoport 91%-a sosem sportol. Ezen belül a nők 87%-a sohasem sportol, míg a 60 év feletti férfiak mintájában 97% adott negatív választ.

A felsőfokú végzettséggel rendelkezők a legaktívabbak, ebben a rétegben a legkisebb a sohasem sportolók aránya (46%), illetve legmagasabb a heti rendszerességgel sportolók hányada (23%). A 8 általánost végzettek jellemzően nem sportolnak (79%), de ebben a csoportban a második legmagasabb a legalább hetente sportolók aránya (17%) is. Különbség 1998-hoz viszonyítva csak egy korcsoporton belül tapasztalható, ők az érettségivel rendelkezők. Az akkori 27% heti rendszerességgel sportolóval szemben az arány 2006-ra 15%-ra csökkent.

Akik legalább havonta sportolnak, jellemzően hetente legfeljebb 1,5 órát szánnak a tevékenységre (50%). Mindössze 22% sportol hetente többet, mint 3 óra. Ebben a körben a teljes foglalkoztatásúak (26%) és a nyugdíjasok (32%) körében az átlagnál (teljes lakosság – továbbiakban TL: 19%) jellemzőbb a legfeljebb heti 60 perc, sportolásra fordított idő, míg a diákok között nagyobb a heti legalább 2 órát sportolók aránya (66% vs. 42% TL).

A gyermekkori sportolás jelentősége

A gyermekkor a sportolás szempontjából nagyon jelentős. Ezt jelzi, hogy a rendszeresen sportolók 53%-a gyermekkorában (15 éves kora előtt) kezdett el sportolni, 25 éves kora után mindössze 12% kezdett testedzésbe. Szignifikáns különbség van e tekintetben a két nem között. A nőknél jellemzőbb a rendszeres sportolás idősebb korban való elkezdése. A rendszeres sportolást a férfiak 55%-a kezdte 14 éves kora előtt, míg a nők csoportjában ez az arány 48%. Még szembevetőbb a különbség, ha a 25 év felett sportolni kezdők arányát elemezzük. A férfiak között 3%-kal, a nőknél 14%-kal van jelen ez a csoport. Ezt a különbséget alátámasztják az egyetemisták esszéi alapján készült tartalomelemzés eredményei is.

A sporttal való első találkozás többnyire emlékezetes, jelzik ezt az esszék és a mélyinterjúk. Az esszé írók nagy része (85%) tudott erre az első találkozásra visszaemlékezni. A felidézett első emlék az esetek döntő többségében pozitív volt; a válaszadók együtöde számolt be valamilyen kellemetlen esetről, úgymint erőltetés vagy kudarc. Az első élmény jellemzően társas közegben történik, ahol ott vannak a barátok, az iskolatársak vagy a szülők, testvérek.

Sportágválasztás

A legalább havonta sportolók sportágválasztásában első helyen áll a kerékpározás 36%-al, ezt követi a labdarúgás (32%), majd az úszás (27%) és a futás, kocogás (26%). A megkérdezettek 12%-a említette a kondizást, 18% az otthoni tornát, további 12% pedig az aerobikot. A labdarúgás kivételével a csapatsportok (kézilabdázás, röplabdázás, kosárlabdázás) elsősorban a még tanuló, 15-17 éves korosztályra jellemzők. A labdarúgás hagyományosan erős a férfiak körében. Azok, akik legalább havonta sportolnak 60%-ban említették a labdarúgást a választott sportágak között. A községekben a kerékpározás (48%) és a kocogás, futás (46%) választása gyakoribb, a fővárosban és a megyeszékhelyeken pedig jellemzőbb az úszás (43%; 34%), ami érthető a hozzáférés lehetőségei miatt. A kosárlabdázás gyakoribb a megyeszékhelyeken (12% vs. 6% a TL körében). A legalább havonta sportoló nyugdíjasok és egyúttal az 50 év felettek korcsoportjaiban jellemzőbb az otthoni tornázás, mint a teljes lakosság körében. Az előbbi csoport 42%-a, utóbbi 36%-a jelezte, hogy otthon szokott tornázni. A teljes minta 18%-a jelezte ugyanezt. A gyógytorna gyakoribb 60 év felett, a korcsoport 29%-a számolt be erről. Ez az arány a teljes mintában mindössze 3%.

A sportágválasztásra hatással van az egyén társadalmi státusza, anyagi helyzete. Vannak elitsportok és tömegsportok. A heti gyakoriságú sportolás (együtt a mögötte álló végzettséggel) az alkalmazásban lévő diplomások (25%) és a vezető beosztásúak (18%) csoportjában a leggyakoribb. A sportágak közül a tenisz átlag felett jellemző a vezető beosztásúakra és a vállalkozókra. A teljes mintához képest nagyobb arányban (13%) választják ezt a sportágat. Ugyanez igaz a sielésre, amelyet gyakorlatilag csak a szellemi foglalkozásúak (21%) és a vezető beosztásban dolgozók (12%) jelöltek meg a három leggyakrabban üzött sportágként. A labdarúgás az eltérő státuszcsoporthoz tartozóknak átívelő sportág. Két réteg (alkalmazásban lévő diplomások és vezető beosztásúak) kivételével a többi foglalkozási csoportban minden esetben átlag felett választott a foci.

Összefoglalóan megállapítjuk, a magyar nem sportoló nemzet. A hazai lakosság 69%-a sohasem sportol és ugyanígy a lakosság 69%-a soha nem látogat sporteseményt. Mind a résztvevői, mind a nézői sportrésztétel alacsony, jelenleg hazánkban a sportfogyasztás nem jellemző. Ezzel együtt a lakosság 41%-a kifejezetten nem szeret sportolni. Ezek az adatok azt jelzik, hogy a lakosság még nem ismerte fel a rendszeres sportolás jelentőségét.

Felhasznált irodalom

Bauer B., Szabó A. (2005): *Ifjúság 2004: Gyorsjelentés. Mobilitás Ifjúságkutatói Iroda*, Budapest.

Hofmeister-Tóth Á., Neulinger Á. (2003): Do personal values influence health behavior? Conference Proceedings of the Annual Conference of the Academy of Marketing Aston University, Birmingham, UK. 15.

Hofmeister Tóth, Á., Neulinger Á., Simányi L. (2004): Mit jelent az egészséges életmód és a wellness a fogyasztók számára? Kvalitatív kutatási vizsgálati jelentés. Műhelytanulmány, BKÁE, Marketing Tanszék. 18.

KSH (2003): A „Társadalmi Helyzetkép 2003” főbb eredményeinek összefoglalása, Központi Statisztikai Hivatal, Budapest

Laki L., Nyerges M. (1999): A budapesti és a falusi fiatalok sportolása. *Sporttudomány*, **3**: 3-11.

Neulinger Á. (2007) Társas környezet és Sportfogyasztás. Ph.D. disszertáció, Budapesti Corvinus Egyetem, Gazdálkodástani Doktori Iskola, Budapest

Pluhár Zs., Keresztes N., Pikó B. (2003): "Ép testben ép lélek". Középiskolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **4**: 29-33.

Szonda Ipsos Kutatóintézet (2003): Előzetes adatok. A sportolási szokások Magyarországon 2003-ban c. vizsgálatból.

Vitrai J., Mihalicza P. (2006): Egészségi állapot. In: Kolosi T., Tóth I.Gy., Vukovich, Gy. (szerk): Társadalmi riport 2006. TÁRKI, Budapest

<http://www.socio.mta.hu/konferenciak/Somhegyi%20Annamaria.ppt#274,1>, Gyermek egészségfejlesztése az iskolában, dr. Somhegyi Annamária

Az aikido hatása a személyiségvonásokra egy longitudinális vizsgálatban

Effect of aikido to the characteristics of personality in a longitudinal study

Pintérmé Gazdag Anett, Nagykálldi Csaba

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

E-mail: pintergazdag@yahoo.com

Összefoglaló

A vizsgálat célja, hogy kimutassuk, az aikido rendszeres gyakorlása már két év elteltével pozitívan befolyásolja a személyiség bizonyos jellemzőit (szorongás, önbizalom, önhatékonyság, dominancia). A vizsgált 34 aikidoka a következő kérdőíveket töltötte ki: STAI/AT, AS; CSAI-2/Szo, Ko, Ön; AÖS; FÖK; SOVK; SOÁK; FPI/Do, Kock. Az aikido kitartó gyakorlása szignifikánsan csökkent a kognitív szorongást, illetve növeli a fizikai önhatékonyságot, a sport önbizalomvonás és önbizalom-állapot mutatókat. Így azt mondhatjuk, hogy az aikido, mint egy verseny nélküli fizikai aktivitás, a feladatorientált teljesítménymotiváción, az önmagunk fölött aratott győzelem elvén és a szellemi háttér hangsúlyozásán keresztül képes a személyiségfejlődést pozitívan befolyásolni.

Kulcsszavak: aikido, személyiség fejlődés.

Abstract

The aim of our present study was to prove: the regular practice of aikido influences positively certain personality characteristics already after two years (anxiety, self-confidence, self-esteem, dominance). The studied 34 aikido practitioners have filled out the following tests: STAI/AT, AS; CSAI-2/So, Co, Sc; GSE; FSE; TSCI; SSCI; FPI/Do, Ve scales. We get as result that the persistent practice of aikido significantly reduces the cognitive anxiety respectively increases the physical self-efficacy and the trait- and state sport confidence scales. Therefore we can say that aikido as a non competitive physical activity influences the personality development positively through the task orientated achievement motivation respectively on the principle of the gain a victory above ourselves and the emphasizing of the spiritual background.

Key-words: aikido, personality development

Bevezetés

Az aikido japán eredetű harcművészet (budo), melyet Morihei Ueshiba O'Sensei (1883-1969) alapított az 1900-as évek első felében. Az aikido mozdulatai rávezetik a gyakorlót a mozgással összhangban lévő helyes légzésre (kokyu-ho). A mély alhasi légzéssel tartásunk természetesen és laza lesz, súlypontunk lesüllyed és a „ki” (az egyetemes energia) kiterjed (Werner, 2004), erősítve ezzel a test és a szellem egységét. A technikák a természet törvényeit követik, ahol a körkörös mozgással elkerüljük a szembenálló erővel való összeütközést, mely elősegíti az összhang létrejöttét és ez által a támadót valódi erő kifejtés nélkül tudjuk földre dobni (Uesiba és Uesiba, 2005). A gyakorlás ál-

tal saját gyengéink ismételt próbára tétele segítségével megszabadulhatunk az elemi félelemtől, és átformálhatjuk személyiségünket. A mindennapokban az aikido egyik fő célja, hogy megtanítsa, hogyan őrizzük meg kiegyensúlyozottságunkat a helyzetre való tekintet nélkül, legyen az bármilyen megrázó vagy nehéz (Uesiba és Uesiba, 2005). Mindezek alapján joggal feltételezzük, hogy az aikido fontos eszköze lehet az emberi lehetőségek kibontakoztatásának és ezáltal az önmegvalósításnak, ami nagyobb önállósághoz és a kreativitás fokozásához vezet. Az önmagát megvalósító ember nyitott érzéseire és a világ megismerésére, bízik érzéseiben, értelemmel és kihívással teli izgalmas életet él és még a fájdalomtól sem riad vissza (Carver és Scheier, 2002). Az önmegvalósítók hatékonyan észlelik a valóságot, felismerik, hogy milyen messze járnak a tökéletestől, és teljesen elfogadják önmagukat olyannak, amilyenek, továbbá a körülöttük lévőkhöz is így viszonyulnak (Maslow, 1963). Ez lehetővé teszi, hogy azzá váljunk, amit képességeink lehetővé tesznek, ami a legmagasabb rendű emberi motiváció (Carver-Scheier, 2002). Amennyiben megvizsgáljuk az aikidoban követendő „itt és most” alapelvet rájövünk, hogy az megfeleltethető a csúcslélménynek, vagyis az intenzív önmegvalósítás pillanatának. Ekkor úgy érezzük, mintha össze lennénk kapcsolva környezetünk elemeivel, érzékletünk tisztábbá és élesebbé válik (Privette és Landsman, 1983). Amikor a személy teljesen belemerül a tevékenységbe, akkor az emberi lényét kiteljesíti, és csúcslélményről beszélünk (Carver és Scheier, 2002). Az aikido kerüli az ellenfelet legyőző nyers erő használatát (Uesiba és Uesiba, 2005), ehelyett lehetővé teszi, hogy jellemünket edzőtársainkkal kölcsönös kapcsolatban fejlesszük, és ezáltal megismerjük belső összefüggéseinket. Azaz, hogy az aikido távol tartotta magát a versenyeztől, megtarthatta a budo eredeti célját, mely a magunkkal és a környezettel való harmónia kialakítása. A teljesítménymotiváció szemszögéből az aikido tehát feladatorientált, melyben a technikák csiszolása és mesteri kivitelezése a cél, mely jó alapot nyújt az önbecsülés növelésére (Auweele et al., 1999; Nagykálldi, 1998). Ezáltal pozitív önértékelést biztosít, ahol az egyén fejlődése önmagához mért, és nem egy legyőzendő ellenféléhez.

Vizsgálatunk témájául azért választottuk az aikidot, mert a versengés nélküli harcművészetek, a személyiségre tett pozitív hatásuk ellenére sem kapnak elegendő hangsúlyt a társadalomtudományi kutatásokban. A gazdag irodalmi háttér alátámasztja tapasztalatainkat. Előzetes keresztmetszeti vizsgálatunkból (Pintérmé 2005) kiderült, hogy az aikido hosszú idejű (6 év) gyakorlása növeli az önbizalmat és az önhatékonyságot, illetve csökkenti a szorongást. Ez alátámasztja Fuller (1988) ajánlását, miszerint az aikido a pozitív pszichológiai hatása miatt terápiás célokra javasolható. A tai chi-ről, ami szintén verseny nélküli aktivitás, kiderült, hogy gyakorlása pozitívan befolyásolja az

egyetemisták önbecsülést és mentális egészségét (Wang et al., 2004), továbbá szignifikánsan növelni az önhatékonyaságot és az önbizalmat (Taylor-Piliae et al., 2006), illetve az önbecsülést (Mustian et al., 2004). Németh és Potyi (2003) megemlítik, hogy a judo fejleszti a gyermekek pszicho-motoros képességeit. Reynes és Lorant (2004) a judo edzések haragérzést csökkentő hatására hívja fel a figyelmet. A taekwondo képes csökkenteni a szorongást és növelni a függetlenségérzést (Kurian et al., 1993). A harcművészetek tehát, növelik az önbecsülést, továbbá a relaxációt, a koncentrációt és az asszertivitást (Weiser et al., 1995.). Az önbecsülés és az önbizalom tekintetében, melyek a konfliktus helyzetek kezelésének kulcsfontosságú tényezői, sokat tanulhatunk a keleti harcművészetek filozófiájából (Rew és Ferns, 2005). Mindemellett pedig az aikido edzések csökkentik a tettleges és a verbális rosszindulatot is (Daniels és Thornton, 1992).

A tanulmány célja, hogy longitudinális vizsgálatban kimutassuk: az aikido néhány év gyakorlása után pozitív változásokat hoz egyes személyiségjellemzőkben. Feltételeztük, hogy az aikido 2 éves rendszeres gyakorlása az önbizalom, az önhatékonyaság, a fizikai hatékonyság, a sport-önbizalom és a kockázatvállalás jelentős növekedésével, továbbá a szorongás és a dominancia csökkenésével jár. Az eredményekkel meg kívánjuk erősíteni az előzetes keresztmetszeti vizsgálat eredményeit is, amelyben az 1 évnél rövidebb ideje aikidózó sportolókat hasonlítottuk össze a már több, mint 6 éve edzőkével (Pintérmé et al., 2007).

Anyag és módszerek

A vizsgálatban 34 fő, olyan rendszeresen (heti legalább három alkalommal 1,5 óra) aikidot gyakorló sportoló vett részt, akiknek minősítő fokozata a kezdőtől (fokozat nélküli) a haladó szintig (2 dan) terjedt, az aikidoval töltött évek száma pedig fél évtől 20 évig. Átlag életkoruk 31,5 év (SD =10,8). A mintában 4 nő és 30 férfi volt. Minden aikidoka kérdőíveket töltött ki, melyek megfelelnek a nemzetközi szinten használt teszt kritériumoknak. Az első felmérést a 2004. december 18-án, a másodikat a 2006. december 16-án tartott évváró aikido kyu-vizsgán végeztük. A vizsgálatokhoz a következő személyiségteszteket használtuk:

- Vonás és Állapot Szorongás Skála (STAI) (Spielberger et al., 1970); vonás- szorongás (AT);
- Sportverseny Szorongás Skála (CSAI-2) (Martens et al., 1990; Sipos et al., 1999) szomatikus- (Szo) és kognitív (Ko) szorongás, önbizalom (Ön);
- Általános Önhatékonyaság Skála (AÖS) (Schwarzer, 1992);
- Fizikai Önhatékonyaság Kérdőív (FÖK) (Rickman et al., 1982);

- Sport Önbizalom Vonás- és Állapot Kérdőív (SOVK, SOÁK) (Vealey, 1986);

- Freiburgi Személyiség Leltár (FPI) (Fahrenberg és Selg, 1970) Dominancia (Do) skála;

- Eysenck Személyiség Kérdőív (EPQ) (Eysenck et al., 1968) Kockázatvállalás (Kock) Skála.

Az alkalmazott skálák egyik csoportjába a szorongás-változók tartoznak (AT, Szo, Ko), melyek korrelációja egymással szoros (**1. táblázat**). A skálák konkurens validitását Spilberger (1983), illetve Martens és munkatársai (1990) igazolták. Eredményünk szerint is a szorongás skálák és az önbizalom skálák (Ön, SOVK, SOÁK) között is, szoros pozitív a korreláció. A Martens- (1990) és Vealey (1986) önbizalom skálái szignifikáns negatív kapcsolatban vannak az előzőkkel. Az önhatékonyaságot két skála képviseli (AÖS, FÖK), ezek a szorongás skálák eredményeivel negatív, az önbizalom skáláival pozitív kapcsolatban vannak. A fizikai önhatékonyaság (FÖK; Ryckman et al., 1982) szoros kapcsolatban van az önbizalom skálák eredményeivel, szemben az általános önhatékonyasággal (AÖS; Schwartz, 1992). Ez fontos, mert az utóbbi kivételével a skálákat sport-specifikus kérdések megválaszolására dolgozták ki. A dominancia (Do) skála értéke másokkal nem volt kapcsolatban és így nem illeszkedik a teszt sorozatba. Ezért érvényessége nem biztosított. Ez a skála (Fahrenberg és Selg, 1970) nem a sportban, hanem a klinikai gyakorlatban vált alkalmazottá, és átdolgozásra szorul. A kockázatvállalás (Kock) is szinte független jellemző.

Eredmények és megbeszélés

A személyiségjegyekben bekövetkező változások értékeléséhez, amit az aikido 2 éves gyakorlása eredményezett, a 2004 és a 2006 évi adatok között egymintás *t*-próbát számoltunk. Az aikido kitartó gyakorlása szignifikánsan csökkenti a kognitív szorongást ($p < 0,02$), illetve növeli a fizikai önhatékonyaságot ($p < 0,04$), a sport önbizalmat, mint vonást ($p < 0,02$) és a pillanatnyi önbizalmat ($p < 0,03$) (**1. táblázat**). A további változók esetén az eredmények közötti különbség nem szignifikáns. Így tehát a kognitív szorongás, a sport önbizalom és a fizikai önhatékonyaság tekintetében a hipotézisünk beigazolódtott, míg más szorongás-változók (AT, AS, Szo), a dominancia és a kockázatvállalás terén hipotézisünket elvetettük.

Ha a kapott eredményeket összehasonlítjuk a keresztmetszeti vizsgálatok eredményeivel (**2. táblázat**), az elvárásoknak megfelelően a fizikai önhatékonyaság növekedése, mely a keresztmetszeti felmérés során nem érte el a szignifikáns szintet ($p < 0,08$), a longitudinális vizsgálatban szignifikáns volt. Viszont az állapot szorongás helyett, mely a keresztmetszeti felmérés

1. táblázat. A változók megbízhatósága és kritérium validitása kiváló és gyenge csoportok között
Table 2. Reliability and criterion validity of variables between excellent and weak groups

Változók	Cronbach	F	p	t	p
Szomatikus szorongás (Szo)	0,95	4,0981	$p < 0,001$	2,0243	$p < 0,001$
Kognitív szorongás (Ko)	0,95	4,0981	$p < 0,001$	2,0261	$p < 0,001$
Önbizalom (Ön)	0,84	4,0985	$p < 0,001$	2,0322	$p < 0,001$
Önbizalom vonás (SOVK)	0,97	4,1131	$p < 0,001$	2,0301	$p < 0,001$
Önbizalom állapot (SOÁK)	0,94	4,1136	$p < 0,001$	2,0311	$p < 0,001$
Fizikai önhatékonyaság (FÖK)	0,96	4,0982	$p < 0,001$	2,0246	$p < 0,001$
Szorongás vonás (AT)	0,95	4,0981	$p < 0,001$	2,0239	$p < 0,001$
Általános önhatékonyaság AÖS	0,78	4,0981	$p < 0,001$	2,0369	$p < 0,001$

2. táblázat. A teszteredmények közötti szignifikáns korrelációk
Table 2. Significant correlations between the results of the used tests

	AT	Szo	Ko	Ön	AÖS	FÖK	SOVK	SOÁK
AT	■							
Szo	0,60	■						
Ko	0,56	0,82	■					
Ön	0,68	0,50		■				
AÖS	-0,42			0,56	■			
FÖK	-0,52			0,77	0,50	■		
SOVK	-0,52			0,75		0,89	■	
SOÁK				0,70		0,84	0,91	■

A rövidítések: AT = vonás-, Szo = szomatikus-, Ko = kognitív szorongás, Ön = önbizalom, AÖS = általános-, FÖK = fizikai önhatékonyság, SOVK = sport önbizalom-vonás, SOÁK = sport önbizalom állapot.
(Abbreviations: AT = trait anxiety, Szo = somatic anxiety, Ko = cognitive anxiety, Ön = self-confidence, AÖS = general self-efficacy, FÖK = physical self-efficacy, SOVK = sport trait self-confidence, SOÁK = sport state self-confidence).

3. táblázat. Statisztikailag jelentős eltérések a 2004 és 2006 évi pszichometriai eredményekben (n=34).
Table 3. Statistically significant differences in the 2004 and 2006 years psychometric results (n=34).

Vizsgálat	2004		2006		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
CSAI-2 Ko	18,18	5,10	16,06	4,41	2,544	0,016
FÖK	92,56	12,97	96,62	11,63	-2,117	0,042
SOVK	83,65	16,75	90,18	13,98	-2,418	0,021
SOÁK	83,15	16,88	89,32	15,13	-2,208	0,034

Rövidítések: CSAI-2 Ko: kognitív szorongás, FÖK: fizikai önhatékonyság, SOVK: sport önbizalom-vonás, SOÁK: sport önbizalom állapot.
(Abbreviations: CSAI-2 Ko = cognitive anxiety, FÖK = physical self-efficacy, SOVK = sport trait self-confidence, SOÁK = sport state self-confidence).

résben szignifikánsan különböző volt, a longitudinális vizsgálatban, a kognitív szorongásban mutatkozott szignifikáns csökkenés.

A harcművészetek személyiségfejlesztő szerepével foglalkozó eddigi munkák csak néhány személyiség-faktorról foglalkoztak, átfogó tanulmány még nem készült az aikido hatásairól. A kutatók előnyben részesítették a versenyorientált harcművészeteket. Eredményeink szerint a verseny nélkül végzett, rendszeres fizikai aktivitás is kedvező változást eredményez a személyiségben. Az aikido-ban végzett előzetes keresztmetszeti vizsgálatunk (Pintérné, 2005) mindezt alátámasztotta, mivel a kezdő és a haladó aikidókák között szignifikáns különbséget kaptunk az előzőekben leírt változókban. Úgy véltük, hogy a korábban kritikusnak tartott 6 évnél kevesebb idő is elegendő a pozitív változások kialakulásához. A jelen longitudinális vizsgálat eredményei megerősítették várakozásainkat, miszerint a rendszeres aikido gyakorlás már 2 év elteltével csökkenti a kognitív szorongást, növeli az önbizalmat és a fizikai önhatékonyságot.

Következtetés

A versenyeket nem tartalmazó aikido rendszeres gyakorlása már két év elteltével képes a résztvevők személyiségében pozitív változást hozni. Tehát a sportolók feladatorientált teljesítmény-motivációja, az elv, hogy „az igazi győzelem a magunk fölött aratott győzelem”, illetve a testedzésen túl a szellemi háttér hangsúlyozása a személyiségfejlődés kibontakoztatásához vezet. A változás a szorongás csökkenésében és az önbizalom, illetve az önhatékonyság növekedésében jelenik meg, melyek Rew és Ferns (2005) szerint a konf-

liktushelyzetek kezelésének kulcsfontosságú tényezői. Tehát az aikido valóban jó eszköz lehet arra, hogy azzá váljunk, amit képességeink lehetővé tesznek. Az aikido gyakorlását fontos személyiségfejlesztő, nevelési eszköznek tartjuk, és alkalmazását javasoljuk.

Felhasznált irodalom

- Auweele, V.Y., Bakker, F., Biddle, S., Durand, M., Seiler, R. (1999): *Psychology for physical educators*. Human Kinetics, Champaign.
- Carver S.C., Scheier F.M. (2002): *Személyiségpszichológia*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Daniels, K., Thornton, E. (1992): Length of training, hostility and the martial arts: a comparison with other sporting groups. *British Journal of Sports Medicine*, **26**: 118-120.
- Eysenck, H.J., Eysenck, B.S. (1968): *Eysenck Personality Inventory Manual*. London.
- Fahrenberg, L. Selg, H. (1970): *Freiburger Persönlichkeitsinventar*. Hogrefe, Göttingen.
- Fuller, J.R. (1988): Martial arts and psychological health. *The British Journal of Medical Psychology*. **61**: 317-328.
- Kurian, M., Caterino, L.C., Kulhavy, R.W. (1993): Personality characteristics and duration of ATA Taekwondo training. *Perceptual and Motor Skills*, **76**: 363-366.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., Smith, D.E. (1990): Development and validation of Competitive State Inventory - 2 (CSAI-2). In: R. Martens, R., Vealey, R.S., Burton, D. (eds): *Competitive anxiety in sport*. Human Kinetics, Champaign, Ill., 117-190

Maslow, A.H. (1963): Self-actualizing people. In: Le-vitas, G.B. (eds.): *The world of psychology* (Vol. 2). Braziller, New York.

Mustian, K.M., Katula, J.A., Gill, D.L., Roscoe, J.A., Lang, D., Murphy, K. (2004): Tai Chi Chuan, health-related quality of life and self-esteem: a randomized trial with breast cancer survivors. *Supportive Care in Cancer*, **12**: 871-876.

Nagykálldi Cs. (1998): *A sport és testnevelés pszichológiai alapjai*. Computer Arts, Budapest.

Németh E., Potyi G. (2003): Óvodáskorú gyermekek motoros képességének fejlődése judo foglalkozások hatására. In: Mónus A. (szerk.): *IV. Országos Sporttudományi Kongresszus II*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 208-210.

Pintérné G.A. (2005): Aikidosok személyiség jellemzőinek első vizsgálati eredményei. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **6**: 44.

Pintérné G. A., Németh E., Nagykálldi Cs. (2007): Analysis of personality characteristics in Aikido and Judo. *Kalokagathia*, XLVII: 115-123.

Privette, G., Landsman, T. (1983): Factor analysis of peak performance: The full use of potential. *Journal of Personality and Social Psychology*, **44**: 195-200.

Rew, M., Ferns, T. (2005): Balanced approach to dealing with violence and aggression at work. *British Journal of Nursing*, **14**: 227-232.

Reynes, E., Lorant, J. (2004): Competitive martial arts and aggressiveness: a 2-year. longitudinal study among young boys. *Perceptual and Motor Skills*, **98**: 103-115.

Rickman, R.M., Robb, M.A., Thornton, B., Cantrel, P. (1982): Development and validation of a Physical Self-efficacy Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, **42**: 891-900.

Schwarzer, R. (1992): *Self-efficacy: Thought control of action*. Hemisphere, Washington, DC.

Sipos K., Bejek K., Kudar K. (1999): A Magyar nyelvű CSAI-2 versenyszorongás skála sztenderdizálása. In: Mónus A. (szerk.): *III. Országos Sporttudományi Kongresszus II*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 293-299.

Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., Lushine, R.E. (1970): *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: A comprehensive bibliography*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California.

Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., Lushine, R., Vagg, P.R., Jacobs, G.A. (1983): *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California.

Taylor-Piliae R.E., Haskell, W.L., Waters, C.M., Froelicher, E.S. (2006): Change in perceived psychosocial status following a 12-week Tai Chi exercise programme. *Journal of Advanced Nursing*, **54**: 313-329.

Uesiba K., Uesiba M. (2005): *Aikikai Aikido I. Alaptechnikák*. Szenzár Kiadó, Budapest.

Vealey, R.S. (1986): Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, **8**: 221-246.

Wang, Y.T., Taylor, L., Pearl, M., Chang, L.S. (2004): Effects of Tai Chi exercise on physical and mental health of college students. *The American Journal of Chinese Medicine*, **32**: 453-459.

Weiser, M., Kutz, I., Kutz, S.J., Weiser, D. (1995): Psychotherapeutic aspects of the martial arts. *American Journal of Psychotherapy*, **49**: 118-127.

Werner, L. (2004): *Enzyklopedie der Kampfkünste/Das Lexikon von Werner Lind*. Libruna Kft., Budapest.

Erdélyi tanulók fizikai aktivitásának és inaktivitásának vizsgálata EMA (Ecological Momentary Assessment) módszerrel

An Investigation into Physical Activity and Sedentary Behaviours
in Transylvanian Students: An Ecological Momentary Assessment

Soós István¹, Hamar Pál², Molnár Győző³,
Biddle Stuart⁴, Sándor Iosif⁵

⁽¹⁾ University of Sunderland, Egyesült Királyság
⁽²⁾ Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar
(TF), Budapest

⁽³⁾ University of Worcester, Egyesült Királyság

⁽⁴⁾ Loughborough University, Egyesült Királyság

⁽⁵⁾ Babes-Bolyai Egyetem, Románia

E-mail: hamar@mail.hupe.hu

Összefoglaló

A túlsúly és az elhízottság a 21. század világméretű problémájává vált, mivel betegségszoport (szív és érrendszeri megbetegedések, cukorbetegség stb.) okozója. Ez nemcsak az életminőség romlását idézi elő, hanem az élettartam megrövidüléséhez is vezet. A fizikai aktivitás, illetve inaktivitás (ülő életmód), a táplálkozási szokásokkal együtt, nagy jelentőségű a túlsúly és az elhízottság kialakulásában, vagy éppen prevenciójában. Kutatócsoportunk 12-18 éves erdélyi fiataloknál (n=508) végzett felmérést az aktív és az inaktív viselkedési formáikkal kapcsolatban. Mérési eszközként egy szabadidőnaplót, és az ezt kiegészítő kérdőívet, azaz az EMA (Ecological Momentary Assessment) elméleten alapuló módszert használtuk. Az EMA a viselkedés természetes környezetben történő megfigyeléséből és a pillanatnyi időmérleg mintavételből (MTS - Momentary Time Sampling) fejlődött ki. A hagyományos önkitöltős, visszaemlékezésen alapuló kérdőíves módszernél jóval pontosabb és részletesebb, ráadásul több olyan információval szolgál, melyek csak az EMA felhasználásával tekinthetők validnak. Eredményeink azt mutatják, hogy – a nemzetközi trendekkel összhangban – a tanulók Erdélyben is napjaik legnagyobb részét egyhelyben ülésel (TV nézéssel, házi feladat készítéssel, motorizált közlekedéssel stb.) töltik. A lányokra jellemzőbb a passzív időtöltés, mint a fiúkra (a hét közbeni aktív közlekedést kivéve). Több aktív és inaktív viselkedési forma – például számítógép használat és aktív közlekedés – negatívan korrelál egymással.

Kulcsszavak: EMA módszer, erdélyi tanulók, fizikai aktivitás, ülő életmód

Abstract

Overweight and obesity have become one of the most urgent global health issues in the 21st century. Being obese does not simply have an effect on the quality of one's life but it may too reduce one's lifespan by leading to a range of illnesses such as coronary heart and cardiovascular diseases and type-2 diabetes. Physical activity or inactivity (sedentary lifestyle), along with eating habits and patterns can have a significant impact on both the development and prevention of obesity. Consequently, we investigated daily, physical activity-related behaviour patterns of 12-18-year-old youths (n=508) in the Transylvania region of Romania. Data were collected via participant-completed research diaries and follow-up questionnaires.

Research diaries were based in the method of Ecological Momentary Assessment (EMA) that had developed out of behaviour-related field observations and Momentary Time Sampling (MTS). The EMA is a more accurate, valid (ecological validity) and detailed method of data collection than recall-based self-administered questionnaires. Our findings are in line with other international trends and indicate that students, even in Transylvania, spend the largest part of their day in a seated position (e.g., watching TV, doing homework, using motorised transportation, etc.). The data also outline that girls tend to spend more time being sedentary than boys, except for active commuting during weekends. It has also been observed that active and inactive behaviour patterns are negatively correlated (e.g., computer usage and active commuting).

Key-words: EMA method, Transylvanian students, physical activity, sedentary behaviours

Bevezetés

Napjaink globális szemléletű egészségügyének egyik központi témája a kóros elhízás. Az általános vélemény szerint a kóros elhízás a posztmodernizmus egyik legsúlyosabb járványa. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) weboldalának adatai szerint egymilliárd túlsúlyos ember él a földön, ebből 300 millió szenved a kóros elhízás tüneteitől. Ez a probléma azonban nemcsak a felnőtteket érinti, hanem a társadalom gyermek populációjára is jelentősen kihat. Napjainkban több az elhízott felnőtt és gyermek, mint öt évvel ezelőtt. Egy nemzetközi felmérés szerint a megkérdezettek 80%-a teljesen egyet értett azzal, hogy az elhízás terjed, és a kormányoknak többet kell tenniük a probléma megoldása érdekében (BBC News, 2006). Azok aránya, akik elhízottnak gondolják magukat országonként eltérő. Szlovákiában például az emberek 25%-a, míg a luxemburgiak 50%-a tartja magát elhízottnak. Általában a nők között nagyobb azok aránya, akik túlsúlyosnak gondolják magukat, ami nem-specifikus, szocio-kulturális folyamatok következménye (Boven, 1994). Egy másik reprezentatív európai felmérésben résztvevők, saját bevallásuk szerint, napi több mint hat órát töltenek egyhelyben ülésel. A fizikai aktivitás nem képezi mindennapjaik részét. Mindössze 22%-uk állítja, hogy jelentős testedzést végzett a megkérdezése előtti héten. Háromból egy személy nyilatkozott úgy, hogy egyáltalán nem végez fizikai aktivitást szabadidejében (BBC News, 2006).

Trost és munkatársai (2001) szerint a fizikai aktivitás fontos tényező az elhízottság megelőzésében. Ugyanakkor Kirby (2006) cáfolja ezt az állítást, és kijelenti, hogy a testedzésnek vajmi kevés szerepe van a kisiskolás gyermekek elhízásának megelőzésében, különösen abban az esetben, ha változatlan az étrendjük. Másként megfogalmazva: A fiataloknál, rövidtávon a fizikai aktivitás önmagában nem elég a

test zsirtartalmának csökkentéséhez, bár a hosszú ideig, rendszeresen végzett testedzés, hatással lehet a testzsirtartalomra. Ezzel egyidejűleg viszont az étrend megváltoztatása, illetve optimalizálása is szükséges. Javasolt, hogy a fiatalok a rendszeres fizikai aktivitás mellett kerüljék a sok telített zsírsavat és cukrot tartalmazó ételeket. Boreham és Riddoch (2001), összevetve a jelenlegi és az ötven évvel ez előtti helyzetet, felvázolták azokat a tendenciákat, amelyek a fiatalok fizikailag inaktívá válásához vezettek. A csökkent energiaszükséglet következményei felnőtteknél jól kimutathatók, ugyanakkor kevés a közvetlen bizonyíték, amely megerősítené a fiatalok inaktivitása és az egészségi állapota közötti összefüggést. Mindazonáltal a gyermekkori fizikai aktivitás haszna alaptételnek tekinthető, mivel közvetlen hatással van a gyermekkori egészségi állapotra. Egyre több a bizonyíték arra nézve is, hogy az aktívabb gyermekeknél általában egészségesebb kardiovaszkuláris profil mutatható ki, emellett erősebb a csontozatuk, amely csökkenti az időskori csontritkulás (osteoporosis) kialakulásának a veszélyét. A rendszeres testmozgásnak biológiai és a viselkedésben kimutatható „átvivő” szerepe is van, hiszen a gyermekkori fizikai aktivitás eredményeképpen az aktívabb gyermekek valószínűsíthetően tevékenyebb és egészségesebb felnőttekké válnak. Számos kutató (Siscovick, Laporte és Newman, 1985; Bar-Or és Baranowski, 1994; Pluhár et al., 2003) egybeesően emeli ki a fizikai aktivitás kockázatsökkentő és betegség-megelőző jellegét. A fiatalok rendszeres testedzés iránti igénye folyamatosan csökken (Hamar, 2005). Ezt erősíti a Mészáros és munkatársai által 2002-ben publikált összehasonlító elemzés is, amely szerint jelentősen csökkent az 1970-es és '80-as évekhez képest a fiatalok rendszeres fizikai aktivitása, valamint terhelhetősége, motoros teljesítőképessége.

Mivel a rendszeres fizikai aktivitás és az egészség megőrzésének összefüggése további tudományos vizsgálatot igényel, ezért kutatási célként azt jelöltük ki, hogy feltárjuk a fiatalok fizikai aktivitással és inaktivitással kapcsolatos viselkedési formáit Európa egy, testkulturális szempontból is speciális részén, nevezetesen Erdélyben. A helyszín kiválasztásának oka kettős. Egyrészt a területen kevés hasonló jellegű kutatás történt, másrészt a tájegység egyedi szocio-kulturális adottságai (például az europánizációs folyamatok perifériális hatása) miatt.

Anyag és módszerek

Az anyag és módszer ismertetése előtt előre jelezzük, hogy a felméréshez használt módszer bemutatása, a tudományos tanulmányok esetében meg szokott hosszabb lesz, az eredményeink rövid ismertetése pedig inkább csak illusztrálja az adatfeldolgozás lehetséges irányait. Ennek oka, hogy a módszer leírására helyezük a hangsúlyt. Egy eredeti módszert mutatunk be, amit Magyarországon és Erdélyben még egyetlen kutató sem alkalmazott, és amit Közép- és Kelet-Európában a kutatócsoportunk vezetett be.

Vizsgálatunkban 508, véletlenszerűen kiválasztott erdélyi tanuló (fiú $n=197$, 39%; lány $n=311$, 61%) vett részt. Első körben 195-en, a másodikban 313-an töltötték ki az adatfelvételre kidolgozott szabadidő naplót, és az ezt kiegészítő kérdőívet. A szabadidő napló

egy pillanatnyi ökológiai mérési módszerrel alapul, amit a Loughboroughi Egyetem „fókusz csoportja” fejlesztett ki. Az adatfelvételre városi és vidéki településeken is sor került. Ez a tény, jelentős eltérésekre derített fényt a válaszadók viselkedésének tekintetében. Különösen vidéken szegényesek a háztartások (például fürdőszoba, csatornázás, TV készülék, elektronikai berendezések stb. hiánya), a végzettség nélküli segédmunka széles körben jellemző, a munkalehetőségek korlátozottak. Ennek következtében a jövedelemszint is alacsony. A jövedelmek leginkább mezőgazdasági munkából folynak be. A kevés jövedelemmel rendelkezők több mint fele (62-65%-a) vidékről kerül ki. Ezek a területek a lakosság több mint 61%-ának közelében nincs közút vagy vasút, és 57%-uknak nincs vezetékcsatlakozás ivóvíz hálózata sem. Gyakori, hogy a fiatalok elhagyják a vidéket, és a jobb munkalehetőség reményében a városba költöznek (Surd, 1998).

A szabadidőnapló különböző földrajzi területeken került kiosztásra. Ez azért is szükséges volt, mert a városi fiatalok kevésbé aktívak, mint a vidékiek. A jobb életkörülmények a városokban több lehetőséget kínálnak a lakosság számára a „hi-tech” használatára, az elektronikus kommunikációra és a különböző automatizált eszközök igénybevételére. Ezek azonban jelentősen növelik az inaktivitást. Ugyanakkor a városi élet több és jobb lehetőséget kínál a sportlétesítmények használatára.

A vizsgálatunkban használt „pillanatnyi ökológiai mérési módszer” (Ecological Momentary Assessment – EMA) többek között arra használható, hogy a vizsgálatot (például a viselkedésüket) természetes környezetükben tesztelje. Ez azért is előnyös, mivel általában nehéz felmérni a mindennapok eseményeit valós, élet-szerű körülmények között. Sok esetben a tudósok laboratóriumi körülmények között modellezik az élethelyzeteket, vagy éppen arra kéri a vizsgálatot, hogy közvetett módon próbáljanak meg visszaemlékezni a múltban velük történetekre. E módszereknek jelentős hiányosságai vannak, melyek a következőkben összegezhetők. A laboratóriumban végzett kutatások jól irányíthatók, ugyanakkor mégsem teljesen valóság-hűek, így az eredmények nem általánosíthatók. A visszaemlékezés alapuló, önkitalós kérdőív adatait könnyű összegyűjteni, de validitásuk „gyenge lábon áll”. A mérések több előre nem látható eseménytől függenek, amelyek elterelik a lényegről a válaszadók figyelmét. E nehézségeket jól hidalja át az EMA módszer, amit a kutatók a természetes környezetben zajló viselkedés és a kognitív folyamatok feltérképezésére fejlesztették ki. Ez a módszer monitorizálja a minta kiválasztás stratégiáit annak érdekében, hogy a jelenségek mérése maximálisan megfeleljen az ökológiai validitásnak, ezáltal kiküszöböli a visszaemlékezésből adódó hibákat. Az EMA módszer tulajdonképpen a hagyományos, természetes körülmények között végzett megfigyelés módszeréből fejlődött ki (Stone és Shiffman, 1994), pontosabban az MTS (Momentary Time Sampling - Pillanatnyi Időbeli Mintavétel) módszerből, amelynek lényege, hogy a megfigyelők természetes körülmények között végeznek összehasonlításokat a viselkedés pontos és teljes időbeli leírása, valamint a pillanatnyi időbeli mintavétel eredményei között. Ehhez az adatgyűjtési típushoz meghatározott időintervallumokat használnak fel. Megnézik a százalékos időbeli megoszlásokat, majd a két mérést össze-

vetik. Az eredeti összetett (többszöri) viselkedési megfigyelési módszert osztálytermi kutatásokhoz tervezték (Saudargas és Zanolli, 1990).

Az EMA további előnye, hogy a résztvevők szabadon számolhatnak be az adott pillanatban zajló tevékenységükről, a helyszínről és a társadalmi környezetükről. Emellett az EMA kimutatja a testedzés és az ülő életmód nemi, illetve életkori eltéréseit, esztünkben a serdülőkori viselkedési minták alapján. Összességében megállapítható, hogy az EMA használata a serdülőkori fizikai aktivitás és ülő életmód értékelésekor csökkenti azon hibák számát, amelyek a hagyományos önkitöltős kérdőíves módszereknél állnak fenn. Az EMA ugyanakkor bővebb információval szolgál a fizikai aktivitás és az ülő életmód részleteit illetően, amelyek nem állhatnának rendelkezésre a visszaemlékezésen alapuló mérési eszközök használatakor. Az EMA módszer sem tökéletes, alkalmazásakor is felléphetnek nehézségek. Ilyen például, ha nem az előírásoknak megfelelően végzik a kitöltést a vizsgált személyek. A másik probléma, hogy (ellentétben a hagyományos és egyszerű „ceruzás” adatfelvételekkel) mintavételi hiányosságok jelentkezhetnek. A tanulók közül „kiválasztódhatnak” olyanok, akiket jobban leköt a felmérés, mivel jelentősebb fizikai aktivitást végeznek, mint társaik, akik viszont inaktivitásukból eredően unalmasnak tartják az adatközlést. Az is előfordulhat, hogy ezek a tanulók nem hajlandók kitölteni a szabadidőnaplót, amire az érvényes etikai előírások szerint, nem is kötelezhetők. További gond lehet, hogy azok a serdülők, akik súlyos pszichikai vagy pszichológiai, netán viselkedési problémákkal küzdenek, esetleg nehéz társadalmi körülmények között élnek, nem képesek arra, hogy az esetenként több napig is eltartó EMA módszer utasításait precízen kövessék (Dunton et al., 2005).

Az adatfelvétel 15 perces időintervallumokban, három véletlenszerűen kiválasztott tanítási és egy hétfői napon történt. A tanítási napokon végzett tevékenységek időtartamát átlagoltuk egy syntax parancssor segítségével, SPSS 15.0 program felhasználásával. Jelen tanulmányunkban a tanulók azon legjellemzőbb tevékenységformáit kívánjuk bemutatni, amelyekkel a napjaik legnagyobb részét eltöltik. A tevékenységek időtartamát percben fejeztük ki, a nemek szerinti különbségeket pedig kétmintás *t*-próbával elemeztük. Biddle és munkatársai (2003) javaslata alapján az aktív és inaktív tevékenységek közötti összefüggést Pearson korrelációval vizsgáltuk.

Eredmények

Eredményeink döntő többsége összhangban áll a nemzetközi trendekkel és az eddig publikált kutatási eredményekkel. Vannak azonban olyan eredményeink is, amelyek ezektől jelentősen eltérnek. Példaként említhetők, hogy hét közben a motorizált közlekedés (autóval vagy tömegközlekedési eszközzel) mindössze napi 9,3 perc, az aktív közlekedés (séta vagy kerékpározás) viszont 44,9 perc. Ezzel szemben a hétfégi adatok: naponta 49,5 perc motorizált és 35,8 perc aktív közlekedés. A tanulók az iskolai kötelezettségeik miatt hét közben kevesebb időt töltenek számítógép használattal (17,2 perc) és számítógépes/videó játékokkal (13,6 perc), mint hétfégén (38,8 perc számítógépezés, illetve 19,3 perc számítógépes/videó játék). Megállapítottuk továbbá, hogy a tanulók a hétközna-

pokon az alábbi tevékenységekkel töltik szabadidejük legnagyobb részét:

1. házi feladat készítés – fiúk 100,8 perc, leányok 95,6 perc
2. TV nézés - fiúk 83,3 perc, leányok 47,2 perc
3. aktív közlekedés – fiúk 41,2 perc, leányok 47,2 perc
4. ülés és beszélgetés – fiúk 26,4 perc, leányok 29,8 perc

A számítógép használat (fiúk 21,4 perc, leányok 14,3 perc) vetekszik az iskolán kívüli olvasás idejével (fiúk 16,8 perc, leányok 21,0 perc). A sport és testedzés kevésbé népszerű tevékenység (fiúk 7,8 perc, leányok 8,6 perc), mint sok más egyéb.

A vizsgált tanulók a hétfégeken az alábbi tevékenységekkel töltik szabadidejük legnagyobb részét:

1. TV nézés - fiúk 128,3 perc, leányok 121,0 perc
2. házi feladat készítés - fiúk 59,3 perc, leányok 50,5 perc
3. ülés és beszélgetés – fiúk 44,3 perc, leányok 59,8 perc
4. számítógép használat – fiúk 42,1 perc, leányok 36,8 perc

Hétfégén a motorizált közlekedés (fiúk 32,3 perc, leányok 37,6 perc) gyakoribb, mint az aktív (fiúk 28,7 perc, leányok 27,8 perc). A zenehallgatás (fiúk 31,4 perc, leányok 35,6 perc), valamint a sport és testedzés (fiúk 28,1 perc, leányok 30,5 perc) hétfégén népszerűbb tevékenységek, mint hét közben. Csakúgy, mint a bevásárlás, vagy a városban „lófrálás” (fiúk 23,0 perc, leányok 31,7 perc), a mozgásos hobbik - a kutyasétáltatás, a kertészkedés, a diszkó stb. (fiúk 25,8 perc, leányok 21,8 perc), vagy éppen az apró házimunkák (fiúk 23,0 perc, leányok 27,2 perc).

Eredményeink néhány, nemek közötti különbségre is rávilágítottak. Ezek: hétköznap a leányok több időt töltenek aktív közlekedéssel ($F=0,12$, $p=0,028$), zenehallgatással ($F=14,0$, $p=0,002$), telefonhasználat (fiúk $F=4,2$, $p=0,005$) és a hétfégén üléssel, beszélgetéssel ($F=5,4$, $p=0,004$), mint a fiúk.

Az összefüggés vizsgálatok (1. és 2. táblázat) összegzésként megállapítható, hogy hétköznap a motorizált közlekedés negatívan korrelál a TV nézéssel ($r=-0,26$, $p<0,01$), ezzel szemben pozitívan a vásárlással, a városban „lófrálással” ($r=0,29$, $p<0,01$). A telefonhasználat szoros kapcsolatban van a zenehallgatással ($r=0,51$, $p<0,01$). A sport és testedzés korrelációja pozitív a kognitív hobbikkal - a kártyajátékokkal, a társasjátékokkal stb. ($r=0,22$, $p<0,01$). Hétfégén a számítógép használat negatívan korrelál az aktív közlekedéssel ($r=-0,27$, $p<0,01$), és a mozgásos hobbikkal ($r=-0,23$, $p<0,01$). A motorizált közlekedés negatívan korrelál a TV nézéssel ($r=-0,24$, $p<0,01$), viszont pozitívan a kognitív hobbikkal ($r=0,29$, $p<0,01$), valamint a sporttal és testedzéssel ($r=0,21$, $p<0,01$).

Következtetések

Az első konklúzióink az, hogy az erdélyi fiatalok szabadidejének legnagyobb részét hétköznap is és hétfégén is a házi feladat készítés és a TV nézés foglalja el. Emellett az ülés és beszélgetés, valamint a számítógép használat járulnak hozzá a legnagyobb mértékben az inaktív életmódhoz. Hétköznap az aktív közlekedés (például az iskola és az otthon között) nagyobb szerepet tölt be az általános fizikai aktivitásban, mint a sport és testedzés. Hétfégén a tanulók jelentős időt töltenek aktív közlekedéssel, illetve sporttal és test-

1. táblázat. A hét közbeni viselkedési formák korrelációja/ Table 1. Correlation between weekday behaviours

		Motorizált közlekedés	TV nézés	Bevásárlás/ lófrálás a városban	Zene hallgatás	Telefonhasználat	Kognitív hobbik	Sport és testedzés
Motorizált közlekedés	Pearson korreláció	■	-,262**	,287**	,174**	,032	,121**	,101*
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,476	,006	,023
	N	508	508	508	508	508	508	508
TV nézés	Pearson-korreláció	,262**	■	,018	,056	,064	-,029	-,042
	Sig. (2-tailed)	,000		,678	,205	,151	,520	,349
	N	508	508	508	508	508	508	508
Bevásárlás/ lófrálás a városban	Pearson korreláció	,287**	,018	■	-,014	-,094*	-,074	,046
	Sig. (2-tailed)	,000	,678		,751	,035	,096	,298
	N	508	508	508	508	508	508	508
Zenehallgatás	Pearson korreláció	,174**	,056	-,014	■	,507**	,043	-,031
	Sig. (2-tailed)	,000	,205	,751		,000	,331	,485
	N	508	508	508	508	508	508	508
Telefonhasználat	Pearson korreláció	,032	,064	-,094*	,507**	■	-,085	-,065
	Sig. (2-tailed)	,476	,151	,035	,000		,054	,144
	N	508	508	508	508	508	508	508
Kognitív hobbik	Pearson korreláció	,121**	-,029	-,074	,043	-,085	■	,223**
	Sig. (2-tailed)	,006	,520	,096	,331	,054		,000
	N	508	508	508	508	508	508	508
Sport és testedzés	Pearson korreláció	,101*	-,042	,046	-,031	-,065	,223**	■
	Sig. (2-tailed)	,023	,349	,298	,485	,144	,000	
	N	508	508	508	508	508	508	508

Jelölések (symbols): * = p<0,05, ** = p<0,01, *** = p<0,001.

2. táblázat. A hétvégi viselkedési formák korrelációja/ Table 2. Correlation between weekend behaviours

		Motorizált közlekedés	Aktív közlekedés	TV nézés/ Számítógép használata	Aktív-hobbik	Kognitív hobbik	Sport és testedzés
Motorizált közlekedés	Pearson korreláció	■	-,359**	-,201**	,137**	-,129**	,286**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,002	,004	,000
	N	508	508	508	508	508	508
Aktív közlekedés	Pearson korreláció	-,359**	■	-,155**	-,268**	,219**	-,114*
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,010
	N	508	508	508	508	508	508
TV nézés	Pearson korreláció	-,201**	-,155**	■	,137**	,028	-,157**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,002	,531	,000
	N	508	508	508	508	508	508
Számítógép használata	Pearson korreláció	,137**	-,268**	,137**	■	-,225**	,069
	Sig. (2-tailed)	,002	,000	,002		,000	,123
	N	508	508	508	508	508	508
Aktív hobbik	Pearson korreláció	-,129**	,219**	,028	-,225**	■	-,137**
	Sig. (2-tailed)	,004	,000	,531	,000		,002
	N	508	508	508	508	508	508
Kognitív hobbik	Pearson korreláció	,286**	-,114*	-,157**	,069	-,137**	■
	Sig. (2-tailed)	,000	,010	,000	,123	,002	
	N	508	508	508	508	508	508
Sport és testedzés	Pearson korreláció	,205**	-,095*	-,068	,015	-,183**	■
	Sig. (2-tailed)	,000	,032	,128	,738	,000	,004
	N	508	508	508	508	508	508

Jelölések (symbols): * = p<0,05, ** = p<0,01, *** = p<0,001.

edzéssel. Ez arra enged következtetni, hogy a hétköznapi kötelezettségek miatt – ami főként az iskolai követelményekből fakad – a testmozgás legjelentősebb részét az aktív közlekedés képezi. A vizsgálatban résztvevő diákok szabadidő eltöltési szokásai azt is megmutatták, hogy a hétvége több időt, ezáltal nagyobb lehetőséget biztosít a szervezett vagy nem szervezett keretek között zajló testmozgásra. Természetesen a lehetőségek minősége és mennyisége a földrajzi elhelyezkedés és a rendelkezésre álló jövedelem függvényében értendő.

A nemek közötti különbségek azt bizonyították, hogy a lányok hétköznap és hétvégén egyaránt több időt töltenek inaktív („sedens”) tevékenységekkel (például zenehallgatás, telefon használat, ülés és beszélgetés), mint a fiúk, ám bár az aktív közlekedésre több időt fordítanak. Ennek az eredménynek történelmi, szocio-kulturális okai vannak, amelyek a nyugati és keleti kultúrákban kialakult nemenként eltérő nevelési elvekre vezethetők vissza (Lever, 1978).

A összefüggés-vizsgálatok azt mutatták, hogy a motorizált közlekedés fontos szerepet játszik az erdélyi fiatalok életében. Érdekes módon a motorizált közlekedés hétköznap és hétvégén is időt vesz el a TV nézéstől (egy másik inaktív viselkedéstől), ugyanakkor ez kínál lehetőséget arra, hogy a fiatalok hétköznap eljussanak a városba bevásárolni, hétvégén pedig elmehessenek sportolni és edzeni. Megállapítottuk, hogy hét közben a számítógép használat elveszi az időt az aktív közlekedéstől és a mozgást igénylő hobbitól.

Megállapítottuk, hogy a „modern kor technológiája” (Giddens, 2006), kettős szerepet játszik az egészség megőrzésében és az ezzel összefüggő habituációs formák kialakulásában. A technológia új, testmozgást nem igénylő szabadidős tevékenységek (például videó játékok) és helyváltoztatási metódusok (motorizált közlekedési eszközök) kialakulásához, illetve megszállásához vezetett. Másrészt, új utakat nyitott a betegség felismerésben és megelőzésben is (például számítógépes detektorok), és az egészség megőrzésében és megszerzésében (például szabadidő központok létesítése) is. A bemutatott adatok azonban, bár korrelációs kapcsolatok kimutathatók, nem tájékoztatják, hogy ez a kettős funkció milyen hosszú távú hatást gyakorol a vizsgált környezetben. Következésképpen, eredményeink arra ösztönöznek bennünket, hogy vizsgálatunkat tovább folytassuk, és feltárjuk azokat a körülményeket (például a helyi hagyományok, a kulturális háttér, osztálytársadalmi különbségek, vagy a város és vidék kínálati lehetőségek eltéréseit), amelyek a további okai lehetnek a fiatalok viselkedési formái különbségeinek kialakulásakor. Az elkövetkező elemzések adhatnak választ arra a kérdésre is, miszerint: a helyi társadalmi és természeti környezet akadályozza, vagy éppen elősegíti azt, hogy az erdélyi fiatalok egészséges életmódon éljenek.

Felhasznált irodalom

Bar-Or, O., Baranowski, T. (1994): Physical Activity, Adiposity, and Obesity among Adolescents. *Pediatric Exercise Science*, **6**: 348-360.

BBC News (2006): Europeans see obesity increasing. November 9, from <http://news.bbc.co.uk/go/pr/fr/-/1/hi/world/europe/6133946.stm> Megjelent: 2006/11/09 17:28:07 GMT. Letöltés: 2008. szept. 15. 11:38

Biddle, S.J.H., Gorely, T., Marshall, S.J., Murdey, I., Cameron, N. (2004): Physical activity and sedentary behaviours in youth: Issues and controversies. *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, **124**: 29-33.

Boreham, C., Riddoch, C. (2001): The physical activity, fitness and health of children. *Journal of Sport Sciences*, **19**: 915-929.

Boven, S. (1994): *The Forbidden Body: Why Being Fat is Not a Sin*. Pandora, London.

Dunton, G. F., Whalen, C.K., Jamner, L.D., Henker, B., Floro, J.N. (2005). Using Ecologic Momentary Assessment to Measure Physical Activity During Adolescence. *American Journal of Preventive Medicine*, **29**: 281-287.

Giddens, A. (2006): *Sociology*. 5. kiadás. Polity Press, London.

Hamar P. (2005): A rendszeres testedzés helye és szerepe a serdülőkorú lányok életvitelében. *Új Pedagógiai Szemle*, **10**: 68-75.

Kirby, J. (2006). Exercise 'does not prevent obesity in pre-school children'. from <http://www.independent.co.uk/life-style/health-and-wellbeing/health-news/exercise-does-not-prevent-obesity-in-preschool-children-418884.htm> Letöltés: 2008. szeptember 17:20

Lever, J. (1978): Sex Differences in the Complexity of Children's Play and Games. *American Sociological Review*. **43**: 471-483.

Mészáros J., Szabó T., Mohácsi J., Lee Chee P., Tár A. (2002): A motorikus szekuláris trend. Prepubertás- és pubertáskorú fiúk fizikai teljesítménye. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **3**: 4-7.

Pluhár Zs., Keresztes N., Píkó B. (2003): „Ép testben ép lélek” - Középiskolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **4**: 29-33.

Saudargas, R.A., Zanolli, K. (1990): Momentary Time Sampling as an Estimate of Percentage Time: A Field Validation. *Journal of Applied Behavior Analysis*. **23**: 533-537.

Siscovick, D.S., Laporte, R.L., Newman, J.M. (1985): The Disease-specific Benefits and Risks of Physical Activity and Exercise. *Public Health Reports*, **100**: 180-187.

Stone, A.A., Shiffman, S. (1994): Ecological Momentary Assessment (EMA) in Behavioural Medicine. *Annals of Behavioural Medicine*, **16**: 199-202.

Surd, V. (1998). *Introducere in Geografia Rurala*. Targu-Mures Kiadó, Marosvásárhely.

Trost, S.G., Kerr, L.M., Ward, D.S. (2001): Physical activity and determinants of physical activity in obese and non-obese children. *International Journal of Obesity*, **25**: 822-829.

Köszönetnyilvánítás

A szerzők megköszönik Prof. Georghe Roman (†) és Prof. Flavia Rusu nagylelkű támogatását, melyet a kutatási projektjükhez nyújtottak. Ugyancsak köszönettel tartoznak Georghe Predescu úrnak, aki a szabadidő napló román változatának nyelvhelyességét ellenőrizte. Az adatfelvétel és feldolgozás sikeréhez nagy segítséget nyújtott Boros-Bálint Iulianna és Szabó Péter, akiket ezért szintén köszönet illet.

A kutatási projektet, az első szerző egyetemén, a 2005-2006-os tanévben, a HEFCE (Higher Education Funding Council in England) támogatta.

Társadalmi változások a magyarországi sportutánpótlás-nevelésben egy sportegyesület tükrében

Social background of young athletes in a national sport talent-care program

Velencei Attila, Kovács Árpád, Szabó Tamás,
Szabó Attila

Nemzeti Utánpótlás-nevelési és Sportszolgáltató Intézet
Utánpótlás-nevelési Igazgatóság, Budapest

E-mail: velencei.attila@nupi.hu

Összefoglalás

A sportszociológiai kutatások csak elvétve foglalkoznak az utánpótlás-korú sportolók társadalmi helyzetének vizsgálatával, kutatásunkkal ezen a hiányon próbáltunk enyhíteni. A külföldi kutatások rávilágítottak arra, hogy bár a sport a legdemokratikusabb környezetnek tűnik, az induló esélyek ezen a területen sem kiegyenlítettek, élversenyzők körében a közép- illetve a felsőbb társadalmi osztályból kikerülő sportolók aránya nagyobb, mint az alsóbb osztályokból érkezőké (Coackey, 1997; Eitzen és Sage, 1997). Célunk az volt, hogy egy hazai sportegyesületen keresztül feltárjuk a magyar versenysport utánpótlásában megjelenő gyermekek társadalmi pozícióját és megismerjük, következtek-e be, és ha igen, milyen irányban társadalmi elmozdulások. Módunkban állt egy harminc évvel ezelőtti vizsgálat során felhasznált kérdőívet hasonló mintán felvenni, a két adatsort – fenntartásokkal kezelve – egymással összehasonlítani. Az adatok értelmezéséhez az adott kor hivatalos statisztikáit citáltuk. Arra az eredményre jutottunk, hogy a KSI-be jellemzően a közép és felsőosztályba tartozó szülők gyermekei járnak, de a sportágak között bizonyos különbséget tapasztalhatunk, a legjobb környezetből az öttusázók és a vízilabdázók érkeznek. Úgy tűnik, hogy a versenyszintű sportoláshoz a megfelelő társadalmi háttér egyre inkább, szelekciós tényezőként jelenik meg.

Kulcsszavak: utánpótlás-nevelés, társadalmi háttér, sportegyesület, versenysport

Abstract

Sociology of sports lacks information on the proper demographics description of athletes who are selected into a national sport talent care program. Therefore, the current study attempted to fill the gap in this area. Research from abroad has demonstrated that whilst sports appear to be a democratic social environment, the initial opportunities are not exactly equal. A majority of the elite athletes come from the upper-middle class rather than the lower social classes (Coakley, 1997; Eitzen & Sage, 1997). The objective of the current study was to identify the social status of young athletes, from the Central School of Sports in Budapest, who took part in a Hungarian government sponsored national sports talent care program. Another objective of the study was the assessment of possible changes on the social ladder with time. We were able to address the second issue through the examination

of data collected 30 years ago in the same milieu and compare – with certain precautions – with a similar dataset obtained in the course of the current work. The interpretation of the data was based on the statistical analysis of the examined periods. The main findings indicate that most athletes in the Central School of Sports come from upper-middle class social backgrounds, but there were some differences in the various types of sport. For example, pentathletes and water polo players come from the most advantaged social class. It appears that, membership in a given social class is more important than the fair skill-based selection process.

Key-words: talent-care system, social background, sport-clubs, professional sport

Bevezetés

Magyarországon immár közel 20 éve olyan társadalmi átalakulások indultak el, melyek eredményeként átalakultak a politikai és gazdasági viszonyok, ezek a hirtelen és drasztikusan lezajló változások a társadalom bizonyos alrendszeribe csak későn, vagy szinte egyáltalán nem hatoltak be. A kutatók egyetértenek abban, hogy a sport egy sajátos mozgatórugók mentén változó társadalmi alrendszer (Bakonyi, 2007; Egressy, 2005), ezen alrendszerben bekövetkező társadalmi átalakulásokat a legátfogóbban Földesiné dr. Szabó Gyöngyi (1996) vizsgálta. Megállapítása szerint az államszocialista rendszer sportjában – bár számos privilégiummal rendelkezett – jelen voltak az osztálykülönbségre jellemző feszültségek, a szféra erőteljes politikai és központi fennhatóság alatt működött. Az 1989-1990-es rendszerváltás után a lezajlott társadalmi, politikai, gazdasági fordulatok a sportban nem vagy csak jelentős késéssel mentek végbe (Földesiné, 1992; 1996; 1999, 2000).

A mindenkor versenysport utánpótlás-nevelése olyan kiemelkedő területe a szférának, amely méltán jelen van a kutatók érdeklődési körében. A kutatók jellemzően az eredményes felkészülés és versenyzés fiziológiai és pszichikai hátterét vizsgálták és vizsgálják, csak elvétve találunk olyan munkákat, amelyek ezen közeg társadalmi jellemzőit tárnák fel.

Amíg a modern sport megszületésekor, egészen az 1920-as évekig a kiemelkedő sportteljesítmények eléréséhez a természetes képességek önkéntelen megnyilvánulása is elegendőnek tűnt (Harsányi, 2000), addig tudjuk, hogy az eredmények fejlődése, a sport szerepének változása miatt a sportsikerek eléréséhez a XX. század közepétől már tudatos fejlesztésre van szükség. A múlt század közepétől az úgynevezett sport-nagyhatalmak – élén az NDK-val (Kupper, 1991) – komoly tehetségkutató rendszer alapjait fektették le. Ekkor vált elterjedté az a nézet, hogy a sporttehetségek felkutatása és menedzselése csak nagyon komoly, több éves kutatómunkával valamint átfogó, minden

részterületre kiterjedő utánpótlás-nevelési rendszerrel vezethet eredményre. A sport értékeinek megváltozása, az eredmények folyamatos javulása, az egyre inkább elterjedő olimpiai eszme, a professzionalizmus térhódítása oda vezetett, hogy növekedett a világversenyeken induló sportolói létszám, ez pedig nyilvánvalóvá tette, hogy csak olyan, kiemelkedő adottságokkal rendelkező sportolók „érhetnek oda”, akik kiválógatásuk után az egyes életszakaszokban megkapták az optimális fejlődésükhöz elengedhetetlen terhelést. Az eredménykényszer egyre inkább meghatározó jellemzője lett a versenysportnak, a befektetett források csak akkor térültek meg, ha kellően megalapozott tehetségkutatásra, illetve kiválasztó rendszerre épülnek. Magyarországon a versenysport szervezeti keretei a sportegyesületek (Szabó, 2002), ezek alkották és alkotják mind a mai napig a versenysport alapjait. A múlt század közepére az egyesületek és az akkori sportvezetés részéről is egyértelműen megfogalmazódott az igény, hogy a tehetségek felkutatására, a kiválasztási folyamatok lebonyolítására és a tehetséges fiatalok megfelelő edzésére illetve versenyztetésére épüljön ki egy olyan önálló rendszer, amely hosszú távon biztosítja a tehetségek áramoltatását a sportegyesületekbe. 1963-tól megalakultak az első, kizárólag gyermek-, illetve serdülőkorúakat foglalkoztató sportiskolák, amelyek kifejezetten a tehetség-menedzselés új koncepciója mentén kezdték meg működésüket (Harsányi 2000). A Magyar Testnevelési és Sportszövetség (MTS) 1963-ban hozott határozatot a hazai utánpótlás-nevelés egységes rendszerének kialakítására, megszervezésére, ennek eredményeképpen 1963 májusában megalakult a Központi Sportiskola (KSI). A sportiskola elsődleges szerepe az volt, hogy a tehetségeket felkutassa, olyan kiemelkedő képességű versenyzőket neveljen, akik sikerre viszik a magyar színeket a nemzetközi porondon is. A sport utánpótlás rendszerének – többek között – kedvezőtlen demográfiai változásokkal kellett szembenéznie. A népszámlálási adatok tanulsága szerint míg 1970-ben, a 5-19 évesek száma megközelítette a 2,4 millió főt, addig ez 1980-ban már alig haladta meg a 2,1 milliót. A negatív trend a 1990-es adatok szerint megváltozott és a releváns népességszám növekedett (2,28 millió fő), azonban az ezredfordulón ismét drasztikusan csökkent a magyar fiatalok száma (1,87 millió). A demográfiai változások mellett a társadalmi átalakulás markánsan érintette a sport utánpótlás-nevelési rendszerét. A későbbi kutatások rávilágítottak arra, hogy a 90-es évek elején illetve közepén a magyar sportéletben nagyfokú szervezeti és szakmai erózió következett be (Földesiné, 1996; Frenkl és Gallov, 2002), az anyagi források folyamatosan csökkentek (Frenkl és Gallov 2002; Szabó, 2002), jelentős mértékben csökkent a fiatalok sport iránti érdeklődése (Laki – Nyerges, 1999, 2001; Fábri, 2002). Kijelenthetjük tehát, hogy Magyarországon a demográfiai változások mellett olyan társadalmi átalakulás ment végbe a 80-as évek végén és a 90-es évek elején, amely meghatározta a sport utánpótlás szervezeti struktúrájának változásait is. Kutatásunk ezen harminc év alatt egy, az utánpótlás-nevelés területén mindig is etalonnak számító sportegyesület tükrében vizsgálja meg a gyermekek társadalmi közegét, annak változásait. A KSI Módszertani Osztálya 1976-ban survey módszerrel szociológiai kutatást végzett, amelynek keretében felmérték a próbaidős sportolók társadalmi hátterét, valamint a szülők

sporthoz való viszonyrendszerét. Az elemzések azonban csak szűk körben kerültek publikálásra. Ezt a kérdőívet használtuk fel 2007-ben és ismételtük meg a kérdőíves felmérést. A régi kérdőív szerkezetét az összehasonlíthatóság miatt alapvetően megtartottuk, csak azokon a kérdéseken változtattunk, amelyek elmentésben álltak a 21. század társadalomtudományának módszertani szabályaival (például az eredeti kérdőívek névvel kerültek begyűjtésre, szerepelt rajta a gyermekek pontos laccíme, a szülők pontos keresete és foglalkozása).

Anyag és módszerek

A fiatalok társadalmi pozícióját szüleik helyzete határozza meg, kutatásunk célja, hogy feltárja egy kiemelten eredményes utánpótlás-nevelő egyesületben a sportoló gyermekek társadalmi közegét, megvizsgálja annak változásait az elmúlt harminc évben. Hipotézisünk szerint a KSI-ben sportoló gyermekek családjainak társadalomban elfoglalt státusza jelentősen nem változott, az amúgy is magas pozíciót megtartották, úgy gondoljuk, hogy az itt sportoló gyermekek 1976-ban és 2007-ben is az átlagosnál magasabb társadalmi helyzetű családokból érkeztek. Ez a magasabb státusz tetten érhető (volt) az iskolai végzettségi, a foglalkozási-, a képzettségi-, a kereseti-, a vagyoni-, valamint a lakáshelyzetben is.

Az 1976-os kutatás elemzésekor nem találtunk kapcsolatot a szülők társadalmi státusza és a gyermek sportágválasztása között. Úgy gondoljuk, hogy ma vannak olyan szakosztályok a KSI SE-ben, amelyekben gyakorlatilag homogén társadalmi helyzetű gyermekek sportolnak és társadalmi hátszáguk élesen elkülönül más szakosztályok sportolóiétól.

A kutatás 2007-ben is önkítöltős kérdőíven alapult, a kérdőíveket személyesen, edzéseken adtuk át a gyermekeknek, akik hazavitték, valamelyik szülőjükkel kitöltették és egy gyűjtőládába dobták. Kérdőívünk 34, többségében feleletválasztós kérdésből állt, amelyek két alfejezetben, a szülők társadalmi helyzetét, valamint a sporttal és a gyermekek sportjával kapcsolatos szülői véleményeket tárták fel.

Az egyesület taglétszáma csökkent, amíg a harminc évvel ezelőtti vizsgálat mintája a 660 próbaidős tag volt (felsőbb évfolyamokban a piramisrendszerű kiválasztási mechanizmusnak megfelelően csökkent a létszám, de összességében ebben az évben a KSI-ben közel 2200 fiatal sportolt), ma összesen 830 gyermek jár rendszeresen edzésekre. A 2007-es adatfelvételben ez a 830 gyermek képezi vizsgált mintát (nem alkalmaztunk mintavételi eljárást, hiszen az egyesület minden tagja könnyen elérhető volt, a kérdőíveket a szakosztályvezetők és az edzők támogatásával edzéseken, személyesen osztottuk ki). A kiosztott 830 kérdőívből két hét múlva 644 (77,6%) érkezett vissza. Bár a két időszakban kis mértékben eltér a sportágak köre, ez nem befolyásolja a következtetéseinket, hiszen mi a változások kimutatására törekedtünk. Az adatokat SPSS 14.0-ás szoftver segítségével elemeztük, hipotéziseink vizsgálatára jellemzően nem-paraméteres eljárásokat végeztünk.

Eredmények

Kutatásunk a szülők társadalmi hátterét vizsgálta, igyekeztünk több dimenzióban is felmérni őket. Az alábbiakban az egyes szintereken mért eredményeket mutatjuk be.

Iskolai végzettség

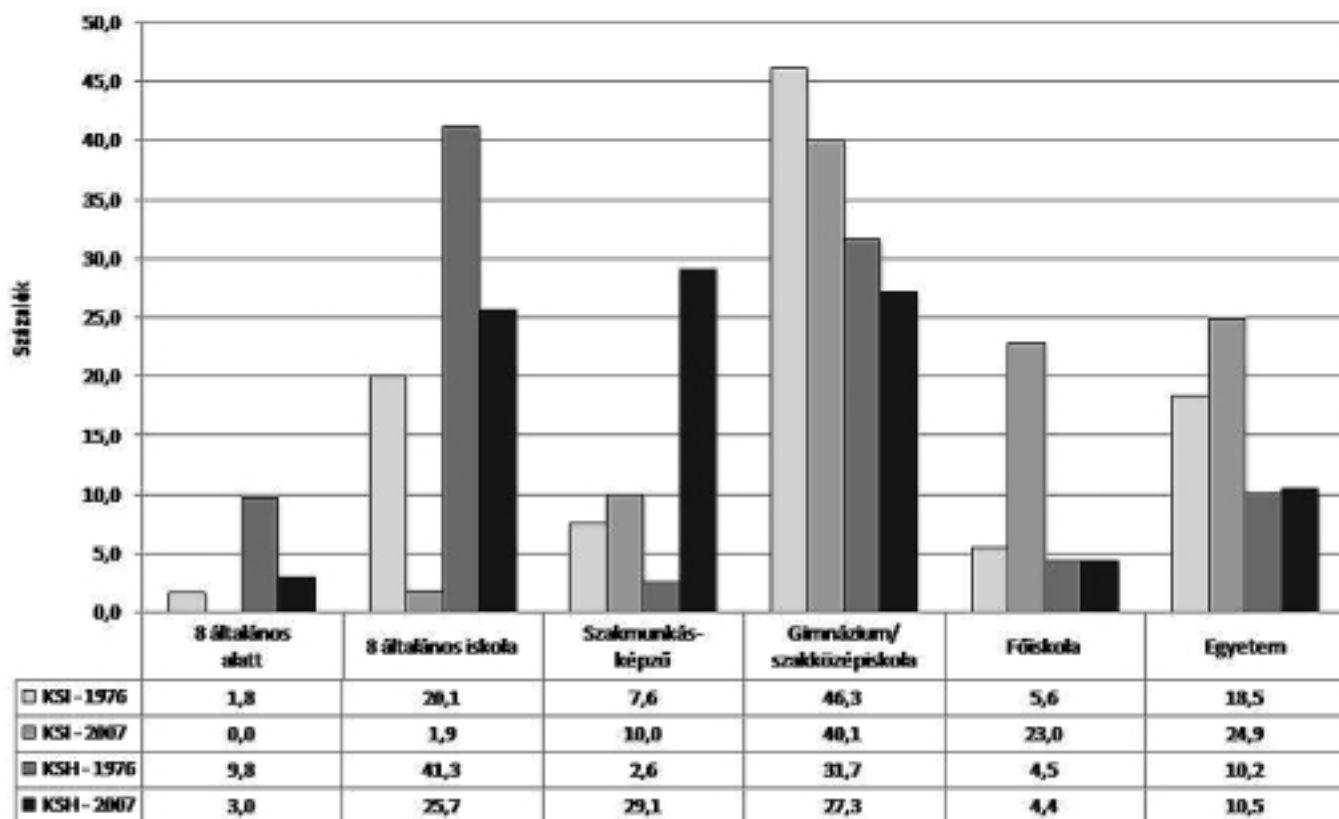
A társadalmi változásoknak megfelelően növekedett a válaszadó szülők életkora, míg 1976-ban a szülők átlagosan 38,22 évesek voltak (SD=6,96), addig 2007-ben az átlagéletkor 41,56 (SD=6,85), az eltérés statisztikailag értékelhető ($t=5.895$; $p<0.001$). Tekintettel arra, hogy 1976-ban csak és kizárólag 5-8 évesek kerültek felmérésre, a 2007-es adatok között is elvégeztük ezt a szűrést, és csak az ilyen korú gyerekek szüleinek az életkora került az analízisbe. Az elmúlt 30 évben kitolódott az oktatásban eltöltött évek száma, szélesebb réteg számára nyíltak meg a főiskolák, egyetemek kapui, elhúzódott az ifjúsági korszak. „A 80-as évek elejei KSH adatok azt mutatják, hogy a nagyszámú szakmunkások és rutin szellemi tevékenységet végzők (főleg érettségivel rendelkezők) esetében az iskola befejezése, a munkavállalás, a családalapítás valamint a gyermekvállalás ideje szorosan kapcsolódott egymáshoz.” (Ifjúság, 2004. 7. o). Ezek az „életmértékű” napjainkban egyre jobban eltávolodnak egymástól, sőt, egyre kevesebb a házasságkötések száma és csökken a gyermekvállalási kedv.

A 1. ábra mutatja, hogy ma már minden KSI-s szülő rendelkezik legalább alapfokú végzettséggel. Ha összehasonlítjuk az 1976-os és a 2007-es adatokat, akkor láthatjuk, hogy a vizsgált korosztály (mindkét esetben a 30-40 év közöttiek) végzettsége országos átlagban is növekedett, csökkent a 8 osztállyal sem rendelkezők és a csak általános iskolát végzettek aránya, ugyanakkor nagymértékben változott a szakmát szerzők aránya. Az átlagnépességben a magasabb iskolai végzettséget ebben a korosztályban még nem érte el az expanzió. (Hiszen a felsőoktatási intézmények hallgatói létszámának nagymértékű növekedése a 1990-es évek közepétől kezdődött, amikor a KSI-s szülők kor-

osztálya már elmúlt 30 éves.) A KSI-s és a KSH-s adatokat összehasonlítva láthatjuk, hogy az itt sportoló gyermekek szülei nem csupán magasabb iskolai végzettséggel rendelkeznek, mint a magyar átlag, de az oktatás, az iskolázottság expanziója is korábban jelentkezett náluk, mint az átlagnépességben. Ez az expanzió nyomokban ugyan jelen van az átlagnépességben is, de ilyen mértékben a 10 évvel fiatalabb korosztályban figyelhető meg (a 20-30 évesek között). Az adatok tükrében elmondhatjuk, hogy a sportoló gyermekek szülei nem csupán magasabb végzettséggel rendelkeznek, mint az átlagnépesség, hanem az oktatás forradalmi méretű kiterjedése is előbb érte el rétegüket, mint más csoportokat. Feltételezéseink helyességét statisztikailag is teszteltük, a sportolói adatok összevetésekor (KSI – 1976 illetve KSI – 2007) a $\chi^2 = 172$, $df=5$, $p<0.001$, az adott KSH adatokkal történő vizsgálat esetében pedig $\chi^2=140$, $df=5$, $p<0.001$, (KSI 1976 – KSH 1976), illetve $\chi^2=396$, $df=5$, $p<0.001$ (KSI 2007 – KSH 2007).

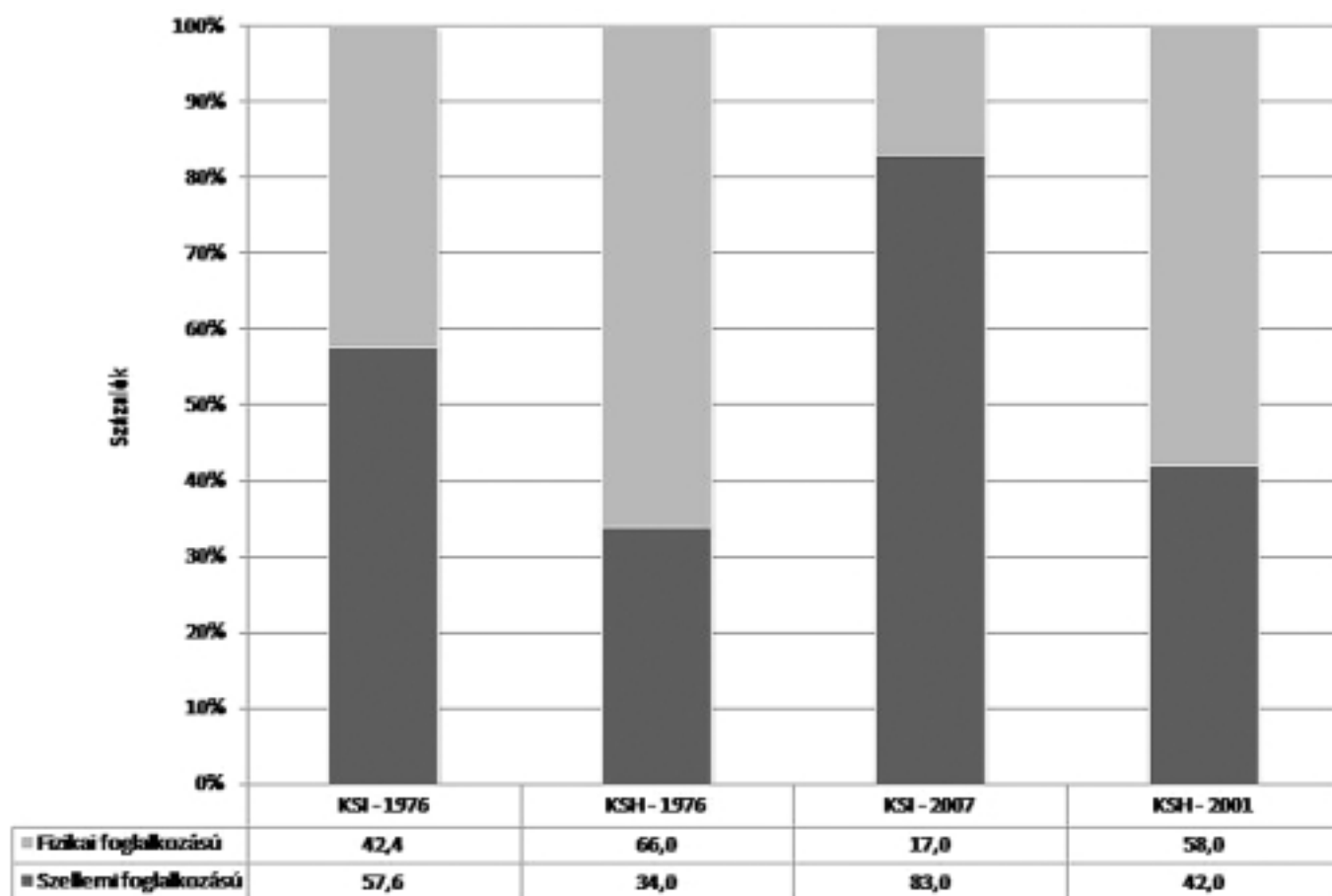
Foglalkozási státusz

A képzettségi adatokkal összhangban láthatjuk, hogy a gyermekek szüleinek csak 16,6%-a fizikai alkalmazott, több mint 80%-uk szellemi foglalkozásokban dolgozik (2. ábra). A fizikai alkalmazottak aránya a 2001-es népszámlálás adatai szerint 57,39% volt, míg szellemi beosztásokban csupán 42,61% dolgozott. A szülők adatai ebben az esetben is egybeesnek az 1976-os adatokkal (57% szellemi foglalkozású, illetve 43% fizikai foglalkozású), a gyermekek szülei képzettségüknek megfelelő, az átlagnál lényegesen magasabb munkakörben dolgoznak. Az adatokat szemlélve megállapíthatjuk, hogy míg az átlagnépességben belül csupán 9%-kal növekedett a szellemi dol-



1. ábra. A KSI-s szülők iskolai végzettségének összehasonlítása a KSH-adatokkal.

Figure 1. Educational levels of parents at the Central School of Sports (CSS) as composed to National Statistics.



2. ábra. A fizikai valamint a szellemi foglalkozásúak aránya a KSI, illetve a KSH-adatok tükrében.
Figure 2. Blue collar versus white collar workers at the CSS as composed to National Statistics.

gozók aránya az elmúlt 30 évben, addig a KSI-s gyermekek szüleinél ez a növekedés (amúgy is magasabb bázisról indulva) 26% volt, a különbség statisztikailag is értékelhető ($\chi^2=56$, $df=3$, $p<0.001$).

Jövedelmi helyzet

A 2007-es kutatásunkban a szülők jövedelmére vonatkozó kérdést már nem tehetük fel úgy, mint ahogy azt kollégáink 30 évvel ezelőtt megtették, az 1976-os felmérésben forintra pontos jövedelemadatok szerepelnek. Úgy gondoltuk, hogy ma a szülők pontos jövedelmét úgysem tudhatnánk meg, így a válaszadó szülőket arra kérjük, hogy 8 jövedelem-kategóriába sorolják be a keresetüket. A végzettségi- és a foglalkozási adatokhoz hasonló tendenciát mutat a sportolók szüleinek jövedelme is. A KSH statisztikái szerint a fizikai alkalmazottak nettó átlagkereset 78000 forint körüli, a szellemi foglalkozásúaké átlagosan 131000 forint volt az elmúlt évben. A fizikai foglalkozású KSI-s szülők legnagyobb része 80-110000 forint közötti nettó jövedelemmel rendelkezik (35%) (kb. 30% ennél kevesebbet, 35% ennél többet keres). A szellemi foglalkozásúak legnagyobb aránya szintén a 80-110000 forint közötti kategóriát jelölte meg, de közülük ennél kevesebbet mindössze 11% keres, míg ennél többet 63%. Összességében elmondhatjuk, hogy a sportolók szülei ma is többet keresnek, mint az átlag.

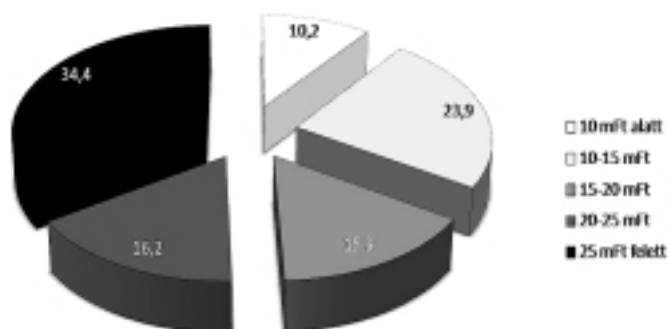
Ingatlanvagyon

Az átlagosnál lényegesen jobb jövedelmi helyzet 1976-ban nem jelent meg markánsan a lakóingatlanok méretében és szobaszámában. A sportoló gyerme-

kek szülei 1976-ban nem laktak sokkal nagyobb, jobb, vagy más tulajdoni helyzetű lakásban, mint a kor átlagos polgárai. Úgy véljük, hogy a jövedelmek különbözősége azért nem jelent meg markánsabban a lakástulajdonban, mert a korszakban az állam döntötte el, hogy az adott család milyen és mekkora lakásra volt jogosult. Különösen igaz volt ez a nagyvárosokban, ahol a magánérvő lakásépítés gyakorlatilag nem kapott szerepet, igazi ingatlanpiacról sem beszélhettünk, így a nagyobb jövedelmet és a felhalmozott vagyont nehéz volt lakóingatlan tulajdonba fektetni.

Az eltelt 30 évben jelentősen megváltozott az életmód, a lehetőségek és a jogszabályi környezet. Míg 1976-ban csupán 18 m² jutott egy főre a KSI-s háztartásokban, addig 2007-ben már több mint 25 m²-en élhetett az átlagos, sportegyesületünkben versenyző gyermek. Ez csaknem 4 négyzetméterrel (20%-kal!) nagyobb terület, mint ahol ma egy átlagos, hasonló korú budapesti gyermek él. Ez a nagyobb alapterület főleg annak fényében jelentős, hogy az egyesületben sportoló gyermekek átlagos családmérete (4 fő) csaknem a kétszerese a budapesti háztartások méretének (2,78 fő). Az átlagos lakásméret (csaknem 100 m²) ismeretében a válaszadók valószínűleg kissé alábecsülték ingatlanjaik értékét, hiszen a 14. kerületben (ebben a kerületben lakik a sportolók legnagyobb hányada) ekkora lakást átlagosan 30 millió forintért lehetne venni. Ugyanakkor 25 millió forint felettinek csak a szülők 1/3-a becsülte a lakását (3. ábra).

Az adminisztratív szabályok megváltozásával ma már lehetőség van a megszerzett jövedelmet lakóingatlanba fektetni, ezzel úgy tűnik gyakran élnek is a



3. ábra. A KSI-s szülők ingatlanvagyonának értéke.
Figure 3. Value of housing of parents at the CSS.

szülők, hiszen a családok több mint 12%-a rendelkezik egyéb lakóingatlanval is. (1976-ban gyakorlatilag nem volt ilyen család.)

Egyéb ingatlanbefektetési lehetőség hiányában, 1976-ban nagyon sokan nyaralótulajdont szereztek, az 1976-ban próbaidős tagok családjainak csaknem 30%-ában volt nyaraló, hétvégi ház, vagy vikendtelek. A 37-44 éveseket országosan reprezentáló adatokhoz képest, a KSI-s gyermekek családjában ma is 2%-kal nagyobb a nyaralótulajdonos háztartások aránya (17,2, illetve 19%). De látható, hogy a társadalmi-, gazdasági- és jogi átalakulás hatására a sportoló gyermekek családjainak körében is csökkent a nyaralótulajdonosok aránya. Helyette ma inkább második lakóingatlan vásárolnak, a sportoló gyermekek családjainak 12%-ánál van második lakás.

Tartós fogyasztási cikkekkel való ellátottság

Az 1976-os kérdőív elemzésénél azt valószínűsítettük, hogy a magasabb jövedelem és a lakóingatlanvaló befektetés nehézsége miatt az akkori KSI-s sportolók háztartásaiban sokkal nagyobb arányban jelentek meg a tartós fogyasztási cikkek és az egyéb nagy értékű javak, mint az átlagnépesség körében. Az 1976-os kérdőív ebből a körből a nyaraló- és gépkocsi tulajdonra kérdezett rá. Budapesten 1976-ban 10000 lakosra 835 (8,35%) személygépkocsi jutott, ehhez képest a KSI-s gyermekek családjában ez az arány 10,27% volt. A reprezentatív felmérésben a szülők korosztályába tartozó budapesti családoknak mindössze 24%-a birtokol 5 évnél fiatalabb személygépkocsit, ez az arány a KSI-s szülők között csaknem 47%. Ugyanezek az arányok az öt évnél idősebb személygépkocsik esetében: budapesti átlag: 26,8%, KSI: 41,8%. Az összes vizsgált család csaknem 82%-ában van személygépkocsi, ez az érték a referenciacsoportban (a szülők korosztályába tartozó budapestiek) csupán 50%.

Kiugróan magas értékeket találunk a számítógép ellátottságban is, a KSI-s háztartások 93%-a rendelkezik személyi számítógéppel, a referenciacsoportban ez 66%, a magyar háztartások közül pedig csak minden harmadik rendelkezik PC-vel. A számítógép ellátottsággal összhangban a szülők között magas a szélessávú internet elérhetőséggel rendelkezők aránya (több mint 70%), míg az átlagnépességben ez az érték csupán 15%.

Sportágak közötti különbségek

Az 1976-os kutatás elemzésekor nem találtunk kapcsolatot a szülők társadalmi státusza és a gyermek sportágválasztása között. Úgy gondoljuk, hogy ez alap-



4. ábra. Hat sportág elhelyezkedése az anyagi, illetve a szellemi tőke tengelyében.

Figure 4. Position of 6 sports on the intellectual and financial investment axes.

vetően megváltozott, ma vannak olyan szakosztályok a KSI SE-ben, amelyekben gyakorlatilag homogén társadalmi helyzetű gyermekek sportolnak, és társadalmi háttérük elkülönül más sportágak versenyzőitől. A hipotézis bizonyítására a 2007-es kutatásból a „legmagasabb iskolai végzettség”, a „család és a kitöltő havi nettó jövedelme”, az „öt évnél fiatalabb személygépkocsi”, a „lakásméret”, a „mennyiért lehetne hasonló lakást vásárolni a környéken” változókat használtuk fel. A különböző szakosztályokban sportoló gyermekek társadalmi háttérváltozóit χ^2 statisztikával hasonlítottuk össze. A különbségek szignifikancia szintje minden vizsgált változó esetében kevesebb, mint 0,05, így beigazolódtott az a hipotézis, hogy a sportágválasztás és a társadalmi helyzet változói összefüggnek. Kijelölődnek az egyesületen belüli „elit sportágak”, ahol döntő többségben különösen jó társadalmi háttérrel rendelkező sportágak is (pl.: kerékpár, ökölvívás, torna). A statisztikák segítségével megfigyelhetjük az egyes anyagi, vagy szellemi tőkék megoszlását is, látható, hogy vannak olyan sportágak, ahol az anyagi- és a tudás-tőkejavak birtoklása (öttusa, vízilabda) egyformán jellemző, vannak, ahol elsősorban a tudás-javak dominálnak (atlétika, sportlövészet).

Az ökölvívás esetében mért adatok elemzésekor bizonyos anomáliák is jelentkeztek. Bár látszólag mind tudás, mind anyagi tőkében a sportolók szülei az alacsonyabb kategóriába sorolhatók, az elemzésbe került szülők között – az anyagi javak tekintetében – jelentős különbségek mutatkoznak.

Következtetések

Összefoglalva elmondhatjuk, hogy a KSI-s sportolók szülei 1976-ban, illetve 2007-ben is az átlagosnál nagyobb jövedelemmel, vagyoni-, valamint tudástőkével rendelkeztek, mint az átlagnépesség. A kutatás bebizonyította, hogy az élsportolói lét előszobájának tekintett KSI-be elsősorban a gazdagabb, képzetesebb családok gyermekei tudnak bekerülni. Ez igaz volt harminc évvel ezelőtt is, amikor a rendszer politikája (legalábbis szavakban) kiemelten kezelte az esélyegyenlőség biztosítását, az élsportra úgy tekintettek, mint az

egyik mobilizációs csatornára, amely a rosszabb helyzetű gyermekek számára is lehetőséget biztosított.

Az elemzés során az a trend figyelhető meg, hogy a harminc évvel ezelőtt meglévő társadalmi különbségek az elmúlt évtizedek során fokozódtak, az olló tovább nyílt az átlagnépesség és KSI-s családok között. A különbség minden vizsgált területen nőtt (iskolázottság, foglalkozási státusz, valamint a jövedelmi és vagyoni helyzet).

Elmondhatjuk, hogy a KSI szakosztályainak többségében erős középosztályi környezetből érkező gyermekek sportolnak. Ugyanakkor azt is meg kell jegyeznünk, hogy az egyesületi tagok társadalmi rétegződése korántsem olyan homogén, mint 30 évvel ezelőtt. Vannak olyan szakosztályok (torna, ökölvívás), amelyekben teljesen átlagos (vagy nagyon gyakran átlagosnál lényegesen alacsonyabb) társadalmi helyzetű gyermekek sportolnak.

Megállapítottuk, hogy a társadalmi környezet döntően befolyásolja a gyermekek sporthoz való viszonyát. A mai edzésintenzitás, a tanulmányi elvárások, a sportágak sportszer-, verseny- és ruházatigénye általában megkívánja, hogy a gyermek mögött erős családi háttér álljon. Ha ez a háttér kedvezőtlen és gyenge, akkor a fiatal sportoló be sem tud kerülni a legjobbak közé, vagy ha mégis, akkor a későbbiekben gyengébb eredmények elérésére lesz képes, eredmények hiányában pedig könnyen lemorzsolódik.

Mindenképpen érdemesnek tartjuk egy átfogó egyesületi mintán végzett hasonló vizsgálat lefolytatását, amely során a kutatók vidéki egyesületekben sportoló gyermekek szüleit mérnék fel, lehetővé téve az összehasonlítást.

A jelen kutatás – bár bizonyos retrospektív elemeket tartalmaz – csak egy pillanatképet mutat be. Tudjuk, hogy mely réteg gyermekei sportolnak, de azt már nem, hogy kik maradnak hosszabb ideig a pályán, kik azok, akik felnőtt korukra a válogatott közelébe érnek.

Felhasznált irodalom

Bakonyi T. (2007): *Állam, civil társadalom, sport*. Kossuth Kiadó, Budapest.

Coackey, J. (1997): *Sport in Society*. Irwin McGraw-Hill, Colorado.

Egressy J. (2005): Társadalmi esélyegyenlőtlenségek a versenysportban. Az úszás példája. Ph.D. disszertáció, Semmelweis Egyetem Doktori Iskola, Budapest.

Eitzen, S., Sage, G. (1997): *Sociology of North American Sport*. Irwin McGraw-Hill, Colorado.

Fábri I. (2002): A sport, mint a fiatal korosztályok életmódjának meghatározó eleme. *Ifjúság 2000. Tanulmányok I.* Nemzeti Ifjúságkutató Intézet, Budapest, 166-179.

Földesiné Sz.Gy. (1992): Felelőséggel az ifjúság sportjáról és jövőjéről. *Sportvezető*, **27**: 3.

Földesiné Sz.Gy. (1996): A magyar sport átalakulása az 1989-1990-es rendszerváltás után. In: Földesiné Sz. Gy. (szerk.): *A magyar sport szellemi körképe 1990-1995*. OTSH-MOB, Budapest.

Földesiné Sz.Gy. (1999): *Félamatőrök, félprofik. Magyar Olimpikonok (1980-1996)*. Magyar Olimpiai Bizottság, Budapest.

Földesiné, Sz. Gy. (2000): Retirement of top athletes in a changing society. *Kalokagathia*, 75th. Anniversary Special Issue, 12-23.

Frenkl R., Gallow R. (szerk.) (2002): *Fehér könyv. Helyzetkép a magyar sportról*. ISM, Budapest.

Harsányi L. (2000): *Edzéstudomány*. Dialóg Campus, Pécs

Kupper (1991): A kiválasztás alapjai a volt NDK-ban. *Mester-edző*, **1**: 9-11.

KSH statisztikai adatai a publikus Internet oldalakról letöltve 2008. június 5-25. között a

http://www.nepszamlalas.hu/hun/egyeb/eurostat/tables/tabhun/load1_10.html

http://portal.ksh.hu/pls/portal/ksh_web.tdb.view_cath?lang=HU&parent=4231

http://portal.ksh.hu/portal/page?_page_id=37,112477&dad=portal&schema=PORTAL

http://www.nepszamlalas.hu/hun/egyeb/eurostat/tables/tabhun/load1_11.html weboldaláról.

Laki L., Nyerges M. (1999): A budapesti és a falusi fiatalok sportolása. *Sporttudomány*, **3**: 3-11.

Laki L., Nyerges M. (2001): Sportolási szokások az ezredfordulón a fiatalok körében. *Kalokagathia*, **39**: 5-19.

Statisztikai évkönyv 1976. Statisztikai Kiadó Vállalat, Budapest

Szabó T. (2002): Jelen és távlatok. *Magyar Edző*, **5**: 11-14.

Területi statisztikai évkönyv 1976. Központi Statisztikai Hivatal, Budapest

1980. évi népszámlálás I. Statisztikai Kiadó Vállalat, Budapest

Sportkultúra megújításának átgondolandó útjai

Györfi János

Magyar Kézilabda Szövetség, Budapest

E-mail: gyorfijanos@freemail.hu

A most folyó konferenciának, amit a Magyar Edzők Társasága és a Magyar Sporttudományi Társaság rendezett rendkívül nagy a jelentősége, hiszen a pekingi tapasztalatok alapján, a londoni olimpia elvi, szellemi alapjainak rögzítését itt is meg kell tenni, sőt a tennivalók előkészítését azonnal, vagy rövidesen ezen szellemi alapokon építkezve meg kell kezdeni. Nagyon helyesen nem egy tudományos kongresszust rendeztek, hanem remélem egy nagyon idealista, és ugyanakkor egy nagyon pragmatikus megközelítésű konferenciát, ahol a prioritások és teendők megjelölése figyelmet, és alkotó jellegű kompromisszumokat kíván. A konferencia értékmérője, megítélésem szerint az lesz, hogy milyen ajánlásokat tesz, vagy milyen döntéseket vált ki a sport döntéshozóinak különböző szintjein. A konferencia hatására kiváló eredménynek tartanám, a külföldi modellek közép-kelet európai régióra történő adaptációnak kialakítását, a meglévő modellek pontosítását. A sikeres konferencia zsinórmértéke az a szellemi hatás, amit a résztvevők saját területükre lebontanak, ténylegesen alkalmaznak.

A sport az egyetemes és a magyar kultúra része, a sportvilág "viselkedésének" ehhez kell igazodnia, ez adja méltóságát. A világválság közepette felértékelődhet az a terület, amely eddig interdiszciplináris jellegből következőleg, az értéktételeknek, és előítéleteknek köszönhetően inkább periféria felé sodródott. Potenciális előnnyé válhat az, hogy biztos pontok, komplex tevékenységek kialakításával, az életminőséget jelentősen befolyásoló tényezővé válhat a sport, főképpen a tulajdonságával, hogy a humán területeket, új együttes tevékenységkeretek köré képes szervezni.

A sport és az életminőség a kutatások alapján is egyre nyilvánvalóbban összefügg, elkerülhetetlenül a sport értékrendszere hosszútávon fel kell, hogy keltsen (a nemzetközi példákhoz hasonlóan) a gazdaság, az üzlet érdeklődését is, és a jelenlegi domináns gyakorlattal szemben, a legkiválóbb sportolók menedzselési gyakorlata mellett, kialakul a sport kapcsolati tőkéjének, hálózatának egy szélesebb, tudatosabb használata. Az eredményesség növeléséhez szükséges állami és egyéb források hozzárendeléséről, nálam illetékebbek beszéltek és beszélnek, én a szakmai problémák elemzési mélységére és komplexitására szeretném felhívni a figyelmet.

A hetvenes évek végén, nyolcvanas évek elején kétségtelenül politikai megrendeléseknek engedelmessé, és az akkor mérvadónak tekintett országok szakmai munkáját figyelve rendszeres és pontos mérések történtek, a nemzetközi és a hazai eredmények megbízható indikátorok alapján összehasonlításra kerültek. Tehát már volt olyan gyakorlatunk, amikor szakmailag pontos munka folyt, vagy ha a szellemi hagyományt figyeljük, akkor a TF alapításakor, nemzetközi hírnevének kialakításakor már képes volt a magyar sportértelmség szellemi irányadó módon gondolkodni és alkotni. Ma „besimulunk” az értelmiség

általános viselkedési, gondolkodási stílusába, sajnos néha – tisztelet a kivételnek – elmaradunk tőle. Nyilvánvaló módon újra alkotó, innovatív kezdeményezést, pozitív attitűdöket, motivációkat kell kialakítaniunk saját köreinken belül. Ez a kérdés, nemcsak forráshiány problematika – sajnos.

Az utóbbi évtizedekben, nem végeztük el (valahogy elmaradt) a szükséges „stakeholder” elemzéseket. Tapasztalati úton tudjuk, hogy kik az érintettek, és kik az érdekeltek a változásban, és kik a maradásban, de nem tisztáztuk ezt a kérdést tudományosan elég pontosan. A magyar társadalom történelme során sokadszor kényszerül ismételt alkalmazkodásra, „zsigeri rutinja” túlélésre rendezkedett be, és ez érthető is, hiszen többször sikeresnek bizonyult a túlélési taktika, csak a pálya és a játéktér szűkült le időközben. Az érdekérvényesítő képességek és szokásrendek képesek továbbvinni a korábban sikeres mechanizmusokat, játszmákat, de a lobby érdekek sokszor már csak mozaik eredményeket hoznak. A kiépült túlélési automatizmusok önmagukban nem elegendők, egy új pálya kijelölésére. Vannak feltörekvő, önmagukat felépítő sportágak, vannak „legjobb gyakorlatok”, de ezek nem terjednek a sport területein belül, nincs hálózat és így nincs belső tudásáramlás sem.

Nincs tisztázva hol található jelenleg a sport „meta-szintje”? Szükségesnek látom egy stratégiai, szakmai, irányító szellemi centrum kialakítását. Ajánlásokkal, stratégiai tanácsokkal, érthető, a didaktikus lépésekig lebontott segítséggel, támogató rendszeres egyeztetésekkel, tárgyalásokkal, menedzseléssel kellene előkészíteni azt a nemzeti sikert, ami még mindig potenciálisan benne rejlik a sportterület heroikus munkájában, annak ellenére, hogy az erodálási folyamatok elég jelentősek.

A következő kérdéseket ajánlott feltenni a sportban: Hol tartunk a nemzetközi mezőnyhöz képest? A gazdaság szereplői közül kinek fontos a sport? Vannak fenntartható sportlétesítményeink? Kik között van élő, sportszakmai kapcsolat? Mit kutatunk, ami közvetlenül beépülhet ezen az időtávon a sportgyakorlatba? Hol tanulhat és sportolhat (sportágában) egyszerűen



re a jövő sportértelmisége? Megvan-e bennünk az „életen át tartó tanulás” igénye, és van-e elérhető lehetőségünk erre? Hány ismert arculattal rendelkező sportágunk van? Milyen szolgáltatások kapcsolódnak a versenysporthoz? Hogyan növelhető a nézettség, látogatottság, ismertség? Ismertek-e a „legjobb gyakorlataink” a sport berkein belül? A tehetségek számára létező mobilitási út-e a sport, a XXI. században?

A sport általános problémáinak és kérdéseinek felvetése után, a versenysporton belül 12 (lehetséges) prioritás kijelölését javaslom. 2008-2012-axis mundi program:

- a sportszakmai indikátor-rendszer pontosítása (rendszeres felmérések) hazai-nemzetközi összehasonlítás,
- a sport és gazdaság kapcsolatrendszerének intenzív fejlesztése,
- multifunkcionális fenntartható létesítmény létrehozása, regionális sport tudásközpont kialakítása,
- a sportszakmai hálózat fejlesztése, a kapcsolat és információáramlás fejlesztése,
- a szakemberképzéssel foglalkozó felsőoktatási intézmények sportkutatóinak specializálódása, kutatási munkamegosztás kialakítása, kutatási „térkép” kialakítása,
- a sportszakember képzéssel foglalkozó intézményekben, egyetemi/főiskolai sportági „arculat” kialakítása,
- rendszeres szakember továbbképzés + távoktatási, önképzési modell kialakítása,
- sport „márkák” felépítésének segítése (lokális szinteken is),
- a sporthoz kötődő szolgáltatási faktor emelése (családi programok lehetővé tétele),
- komplex sportprogramok kialakítása (turisztika, kultúra), innovációs „legjobb gyakorlatok” kialakítása, és irányított/támogatott átadása,
- esélyegyenlőségi programok, életűtkövetés.

A felsorolt feladatokat a forrásszükséglet nagysága mentén sorrendbe állítva, a legkisebb forrásigényű feladatokkal kezdve, szinergikus pontok koordinálásával, célzott finanszírozásával rövidtávon is eredmények produkálhatók. Természetesen a sport és gazdaság kapcsolatrendszerének fejlesztése, finanszírozási utak megnyitása nélkül (a nagy új központi projektek határait ide nem számítva) döntő változás nem érhető el.

Intelligens sportvilág nem hozható létre a sport és tudástársadalom összekapcsolása nélkül. A tudástársadalom vívmányai nem vihetők be informatikailag fejletlen hálózatokba, a sport és információs társadalom összekapcsolása, a nemzeti sportinformációs rendszer kialakítása, a nemzeti sportindikátor rendszer adatbeviteli modelljének kialakítása létkérdés. A döntések színvonala, csak pontosabb döntés-előkészítő folyamatokra támaszkodva, valós adatokra építkezve valósulhatnak meg. A sportszakmai hálózat létrehozása, a szakmai továbbképzési rendszer kialakítása, a sportszakmai tudás demokratizálása (nagyobb hozzáférhetősége) jelentős, ugrásszerű fejlődéshez vezethet.

Jelenleg sportszervezeteink tudásmenedzsment-szintje „nem tökéletes”, a sportszervezetek nem működnek tudásszervezetként, a tudás megbecsülése nem általános. Sportmenedzserek foglalkoztatása nem jellemző a sportszervezeteknél. Szervezeti változtatásokkal és sportszakmai tudást támogató megközelítéssel lehetővé kell tenni a sportban lévő hihet-

len nagy kapcsolati tőke érvényesülését, fejlesztő, bekapcsoló hatásainak érvényesülését.

A sportban lévő értéktartalmakat a média számára elő kell készíteni, az alsó sportszervezeti szintek építkezésében segítséget kell nyújtani, saját arculatuk kialakításában szakmai, metodikai segítséget kell adni. Nem egészséges az a modell, ahol a média napi érdeklődése, kérdéseinek színvonala és horizontja teszi ismertté a szakmai válaszokat, és nem egy összefüggő, előzetesen már ismertetett, arculatot felépítő, stratégia ad erre alapot!

Napjainkban nem szakmai felkészületlenségünk miatt veszünk el versenyeket! Néhány terület a sporton belül drámai helyzetben, vagy fejletlenségi állapotban van, ilyen terület a mentális fejlesztés állapota, annak hiánya, vagy a motivációs rendszerek fejletlensége (az anyagi ösztönzésen túl), elemzési technikák szintje. Az egyik legerősebb eszköz, amit a nevelési, pedagógiai deficit kezelésére javasolhatok, az a több száz éves budo filozófia fegyvelmezett, szellemi gyakorlata. Az adaptációs megoldásokon érdemes lenne közösen gondolkodni.

Ezen a területen szakmai konszenzussal, sportszakemberek bekapcsolásával, sportszakemberek, sportvezetők továbbképzésével gyors eredményeket is el lehet érni. Minden paradigmaváltás, megújulás alapja egy szellemi, etikai megújulás! Az edzők részére elkészült (2007) etikai, viselkedési alapszabályok, alkalmasak igazodási pontnak, csak érvényességi határait az edzőkön túl, szélesebben kell meghúzni. A következő négy évben igazodni kell a közzétett elvekhez, a sikerekhez komoly példamutató elkötelezettség szükséges.

Az innovatív folyamatok megindítására, kapcsolatfejlesztésre az első lépések megtételére az MSTT újjáalakult Sportgazdasági Szakbizottsága, illetve a Sportgazdasági Kutatási Hálózat alkalmas lehet. Szükség lenne az MSTT támogatására, egy Innovációs és Sportfejlesztési Szakbizottság létrehozásában, ami mögött felsorakoznának a sportszervezetek, és tekintélyükkel támogatnák azt.

A középtávú stratégia 4 éves, és éves tervek jelenlegi készültségi állapota előttem nem ismert. A következő négy évben azonban projektszemléletben történő gondolkodást javaslom, ahol a projekteknek van kezdete és vége, bemeneti és kimeneti állapota, forrás-hasznosulási elemzése. A minőségbiztosítás nemzetközi gyakorlatából ismert módon a határidők, a felelősök, a meglévő és szükséges források megjelölését, a források megteremtésének tervezett módját fontosnak tartom pontosan feltüntetni. A koncepcióknak alternatívákat kell kidolgozni, és pontosan jelezni kell, hogy mi történik a különböző változatok esetében, természetesen a mozgástér megjelölésével. A keservesen megszenvedett, megharcolt, elért eredmények és pozíciók megtartása alapvető cél!

Az eldöntendő alternatívák, az eredményesség szempontjából a következők:

- a. a források (központi, szponzoráció, egyéb) növekedése, új források bekapcsolása,
- b. szakmai megújulás, tudásmenedzsment bekapcsolódása.

A következő négy évben eldől, hogy milyen lesz a magyar értelmiség és a sportértelmiség viszonya egymáshoz. A kooperáció hiányának várható következményei mindenesetre tragikussá válhatnak. Az a kérdés nekünk tényleg „Mohács” kell?

Szakmai munka minősége, feltételei + tudás-menedzsment	Források központi és gazdaság együtt % változó	Azonos, vagy csökkenő források	Mérsékelttel emelkedő források	Jelentős pluszforrások
Romló szakmai munka		Leépülési folyamatok folytatódnak	Leépülési folyamatok folytatódnak	Az eredmények javulása nem garantálható
Azonos, vagy kissé javuló szakmai munka		Ugyanúgy tovább, túlélési technikák folytatása	Ugyanúgy tovább dolgozva a finanszírozás javulásán, emelkedő lobby erőt elérve, politikai pozitív támogató döntésben bízva	Az eredmények jelenlegi szinten maradnak, vagy csak kissé javulnak a nemzetközi versenytársak fejlődésének következtében Héraklész program beérik
Jelentősen javuló szakmai munka Nemzeti Sport Kultúra Menedzsment Intelligens Sport		Sport Szakmai Háló Mentális fejlesztés javul, közösségi kohézió nő, kooperáció nő, motiváció javul, hangulat javul	Az értékek megőrzése szinergikus pontok koncentrált támogatása, kooperációk kialakítása, minőség központba állítása, nyitás a gazdaság szereplői felé	Paradigmaváltás komplex tervezés + finanszírozási szerkezetváltás kiugró, jelentős eredmények Héraklész program beérik



A FONESZ filozófiája

Nébald Rudolf

Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége, Budapest

E-mail: fonesz@fonesz.hu

A Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége, mint a fogyatékkal élők sportjának legnagyobb hazai ernyőszervezete, alapszabály szerinti célja a tagszervezeteinek megfelelő nemzetközi sportszövetségek által megfogalmazott eszméknek, azok szellemének terjesztése, elősegítve ezzel a fogyatékos embereknek az épek társadalmába történő integrációját.

Elmondható, hogy a társadalmi hátrányok minimalizálása érdekében a sport területén is biztosítani kell az esélyegyenlőség megteremtéséhez szükséges intézkedéseket és feladatokat. Hiszen a sport a sajátos eszközrendszerével, a sport szinterek differenciálásával elősegítheti a társadalmi kohézió megteremtését és képes a társadalmi egyenlőtlenségeket korrigálva a fogyatékos személyek valós társadalmi beilleszkedését megteremteni. A FONESZ célja, hogy a sport általános megítélésben, a sport tartalmi megújulásában, személyi és tárgyi megvalósításában azonos megítéléssel és ranggal integrálódjon a megváltozott fizikai, szellemi, érzékszervi és más akadályozottsággal élő személyek bármilyen szintű, és bármilyen formájú sporttevékenysége. Hangolja össze és képviselje tagszervezetei érdekeit, vegyen részt és működjön közre a nemzeti sportéletben; segítse elő a fogyatékos emberek sportja integrációját a nemzeti sportstratégiába.

Az esélyegyenlőség jegyében minden olyan állami támogatás megilleti a fogyatékosok sportját és a fogyatékos sportolókat, melyeket megkap az épek sportja és az ép sportolók. A különbség az arányokban jelentkezik. Az elosztás alapja a pozitív diszkrimináció. A FONESZ legfontosabb feladatai:

- Kialakítani a fogyatékos emberek sportjában az egységes sportszemléletet és annak a mindennapokban megvalósítandó részleteit; biztosítani a rövid és hosszabb távú szervezeti, sportági és tartalmi fejlesztést; biztosítani a sportlétesítmények akadálymentességét és a sajátos tárgyi feltételeket, az integrált sporttevékenység fejlesztését.

- Elterjeszteni a fizikai aktivitást a napi tevékenységben minden ember számára, amellyel a személyi függetlenség nő, az életminőség javul.

- Elősegíteni a sport elismerési rendszerében a teljes egyenlőség megvalósítását, a speciális sport népszerűsítését, a sportolók és vezetők, valamint a társadalom szemléletének átalakulását a fogyatékos emberek különböző minőségű sportjának (verseny-, szabadidő-, rekreációs célú) elfogadtatására.

- Elősegíteni a speciális sport szponzorálását, célként megfogalmazni a média támogató hozzáállását a fogyatékos személyek sportjának terjesztésében és népszerűsítésében; elősegíteni a gyakorlatot támogató szemléletváltást.

- Megfogalmazni és megismertetni a fogyatékos emberek sportjának sajátosságait, annak elméleti és gyakorlati ismereteit; lehetővé tenni e speciális ismeretek megszerzését (alap és továbbképzések).

- Biztosítani a nemzetközi gyakorlatnak megfelelő versenyrendszereket és azok hatékony működtetését,

a kapcsolódó szervezeti, finanszírozási és támogatási rendszer fejlesztését és a gyakorlatot támogató szemléletváltást.

- Növelni az aktív sportolókat, a területi és helyi versenyeket, a fizikai aktivitást népszerűsítő események számát.

- Elősegíteni a sportági szakszövetségek és a fogyatékosok országos sportszövetségei kapcsolatának kialakítását a nemzetközi minták alapján. Támogatni kell a sportági sportszövetségeknél, szakszövetségeknél a sérülés-specifikus, vagy összefogyatékosági bizottságok megalakulását.

- Kialakítani a fogyatékosok sportjának céltámogatási rendszerét, a szponzori és az állami támogatás (működési támogatások, hazai- nemzetközi-, Speciális Világjátékok versenyrendszer támogatások, műhelytámogatások, diák- és szabadidősport támogatások, egyéb szakmai támogatások) elosztási rendjét.

- Képviselet a FONESZ tagszervezeteinek érdekeit az állami (az önkormányzatok, a Nemzeti Sporttanács, a Nemzeti Sportszövetség, a Nemzeti Szabadidősport Szövetség, a Magyar Paralimpiai Bizottság, a Wesselényi Miklós Sport Közalapítvány, az Országos Fogyatékosügyi Tanács, a sportági szakszövetségek) és más társadalmi szervezetekben.

- Véleményt nyilvánítani sportpolitikai kérdésekben, kezdeményezni kormányzati intézkedéseket, véleményezni a sporttal kapcsolatos jogszabálytervezeteket.

- Kialakított – a sérülés specifikus kategóriákat is feldolgozó – Sport Információs Rendszerében nyilvántartani tagjait, sportszervezeteit, sportágait és sportolót, megszervezési tagszervezetei versenyengedélyeit.

- Saját sportszakmai továbbképzést biztosítani a fogyatékos emberekkel dolgozó szakemberek részére.

A magyar sport szervezetében a kialakult viszonyrendszerek és negatív sztereotípiák következményeként, a fogyatékosok sportjának köztestületi szintű megjelenése (FONESZ) a garancia arra, hogy a sport e sajátos szintere az „épekéhez” hasonlóan kerüljön megítélésre.

A külföldi példák mutatják (DBS – Deutscher Behindertensportverband, EFDS – English Federation of Disability Sport, a FONESZ német és angol megfelelői), hogy az integrációs törekvések ellenére megmaradt a szegregált szervezeti forma is. A FONESZ is e minták alapján alakult meg és működik jelenleg is.

A versenysport területén alapelvünk, hogy minden sportolót egyenlőnek tekintünk. Bár a versenyrendszerek a sportolói létszám, az országok száma, a sportágak valamint a minősítő rendszereik alapján különbözőek, a Speciális Világjátékok megítélését, annak támogatását nem befolyásolhatják. A Global Games, a Paralimpia, a Siketlimpia, a Speciális Olimpia, a Szervátültetettek Világjátéka eseményeire történő felkészülés, részvétel biztosítása és az eredményes szereplés jutalmazása állami feladat.

Mindazon hazai és nemzetközi versenyek, melyeken a sportolók minősíthetik magukat a Speciális Világjátékokon (Global Games, a Paralimpia, a Siketlimpia, a Speciális Olimpia, a Szervátültetettek Világjátéka) részt vevő válogatottba, kvalifikációs rendszerűek, és egyenértékűek.

A fogyatékosok versenysportja területén hangsúlyozni kell, hogy a szervezeti és a megvalósulási oldal fogyatékoság specifikus, így a differenciált sportágkezelés elengedhetetlen. A fogyatékos emberek sporthoz való hozzáférési lehetőségeinek javítása érdekében folytatni kell az olimpiai, paralimpiai sportközpontok akadály-mentesítési programjait, valamint indokolt olyan célzott támogatási rendszert kialakítani, amely a helyi és területi igényeket is biztosítja. Kiemelendő a fogyatékos sportolók felkészülésének támogatása a speciális világtételekkel való eredményes szereplés érdekében. A versenysport integrációjának területén a Speciális Világtételek sportágaira kell gondolnunk. Ennek keretében az „épek” sportjának szövetségei és a fogyatékos emberek sportja országos szövetségei által működtetett sportágak közelednek egymáshoz.

Az integrációra való törekvés mellett továbbra is meg kell őrizni a szövetségek elkülönített működését is, hiszen a hazai és nemzetközi versenyrendszerük működtetése érdekében erre még teljes mértékben szükség van. Az „épek” szövetségei még nincsenek felkészülve az integrációra, számukra ez plusz feladatokat jelent. Annak a hatása sem kiszámítható, hogy a speciális sportágaknak az épek sportjába történő teljes integrálásával a speciális szövetségek belső élete, egysége hogyan változna meg. A FONESZ a hazai versenyrendszer működtetésére kapott állami támogatást saját szabályzata alapján osztja el. Ebben szerepel a szegregált és az integrált sporttevékenység támogatása is, azonban az „épek” országos (szak)szövetségeinek alapvetően nem érdeke az integrált versenyrendezés, mert az esetlegesen átvállalt versenyek forrása egyelőre csak a fogyatékosok országos sportszövetségeitől várható, mely nagyon csekély, így egyelőre csak betétszámokat vállalnak át. Kiemelendő, hogy a FONESZ Sport Információs Rendszerében regisztrált versenysportolói létszám 6349 fő. Ennek 15%-a a paralimpiai sportágakhoz kapcsolható, míg 85%-a a többi speciális világtétel sportágaihoz köthető.

Amennyiben a szabadidősportban általánosan elfogadott a cél a szemlélet- és attitűdváltás, az egészséges (a fizikailag aktív) életmód igényének elterjesztése a társadalomban, úgy igaz ez a fogyatékos emberek esetében is. A fogyatékos emberek számára először a rehabilitáció nyíthat utat a mozgás, a sport irányába. Ez később – a rehabilitáció folyamán – vezethet aktív életmódhoz, amely eredményeként a fogyatékos ember részt vesz szabadidősport rendezvényein is. Fontos továbbá, hogy a szabadidősport rendezvények a legkönnyebben befogadók a fogyatékos személyek felé. Így teremtve lehetőséget a fogyatékos emberek sportolási lehetőségeinek jelentős bővítésére és a szélesebb rétegeket megmozgató rendezvényeken való megjelenésre (pl. utcai futóversenyek).

Jelenleg a fogyatékos emberek országos sportszövetségeinek szabadidősport eseményei mellett, a FONESZ hűsz, a szabadidősport területén működő megyei sportszövetség tevékenységét koordinálja. A megyei szövetségek átlagosan 15-20 tagszervezetet fognak össze, amelyek évente 15-20 szabadidősport eseményt rendeznek, összesen közel 20000 fő fogyatékos személy részvételével.

Filozófiánk akkor fogja tükrözni a tényleges esélyegyenlőséget, ha legalább a deklaráció szintjén tudomásul vesszük, hogy egy szabadidősportban tartósan vagy folyamatosan jelenlévő sportoló teljesítményének

elfogadása legalább olyan fontos, mintha valaki ugyanazt világeseményen tudja bemutatni. Az ilyen gondolkodás teszi lehetővé, hogy az élet minden területén hátrányos helyzetben lévő fogyatékos ember megfelelő motivációt kapjon a rendszeres sporttevékenységre.

A fogyatékosok diáksportjában (hasonlóan az épek diáksportjához) is elsődleges cél a fogyatékos gyermekek és ifjúkorúak egészséges fejlődése, az életkornak megfelelő jó fizikai erőnlét elérése, a mindennapos mozgáson keresztül. Az elmúlt évek oktatáspolitikai irányainak változásai azt a fokozott igényt kívánják kielégíteni, amely keretében egyre több iskola válik úgynevezett befogadó iskolává. Fontos, hogy ezekben az iskolákban az inkluzív oktatás magával hozza az adott oktatási intézményhez kapcsolódó diáksport rendezvények integráció jegyében történő megrendezését. Meg kell említeni, hogy az inklúzió elvét követő kötetlen, illetve kötetlen sportesemények megkövetelik a sportszakemberek speciális ismereteit a sajátos nevelési igényű tanulók testnevelése és sportoltatása területén. Egyszerre gyógypedagógiai és sportszakmai képesítéssel jelenleg kevés szakember rendelkezik hazánkban, ezért az ilyen irányú továbbképzések támogatását folytatni kívánjuk. Jelenleg a fogyatékos tanulók diáksport egyesületei a szegregált intézményi rendszerhez igazodnak. Ennek alapján a FONESZ működteti a fogyatékos diákok teljes diáksport rendszerét, amely évente 220 eseményt jelent, közel 8000 diák részvételével.

A fogyatékos személyek sportjának költségvetését és támogatását, az 1999-es újraéledést követően a pozitív diszkrimináció elve alapján tervezte és hajtotta végre az állami sportvezetés. A fogyatékos személyek sportjára fordított állami források megsokszorozódtak, és ennek megfelelően növekedtek a feladatok és az igények is. Az adott évi költségvetés tervezését mindig megelőzte egy előzetes állapot- és igényfelmérés, melynek alapját a fogyatékosok országos sportszervezetei által szolgáltatott adatok képezik. Az elmúlt évekre jellemző a folyamatos lemaradás, amely az utófinanszírozás, illetve a maradványképzési teher hozadéka. A költségvetésből megítélt összegek folyósítása jelentősen elhúzódik, a szervezetek a lehetőségeikhez képest próbálják előfinanszírozni a programjaikat, de miután csak a megvalósulás után jutnak a támogatáshoz, az események nem teljes körűen kerülnek megrendezésre. A programok csonkulása visszalépést jelent a korábbi évekhez képest.

Az elmúlt 3 év adatai alapján elmondható, hogy a fogyatékosok sportjának támogatása a mindenkori sportköltségvetés alig 0,02%-a. A fogyatékos személyek sportja állami támogatásának fedezete a központi költségvetésben megjelenő törvényi sor (sportköltségvetés) különböző előirányzati keretösszegeiben áll rendelkezésre, mint versenysport, szabadidősport, iskolai-diák és felsőoktatási sport, „fogyatékosok esélyegyenlőségének javítása”. Az előirányzatok 2007. évi tervezésekor már az új „Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia” irányelvei tükröződtek vissza, ennek következtében (a Sporttörvény rendelkezéseivel ellentétesen) a Speciális Világtételek megítélésében és támogatásában az állami sportirányítás különbséget tett. Így a 2007. évi Speciális Világtételekkel való részvétel támogatását csak részben (Speciális Olimpia, Szervátültetettek Világtételei) és az előirányzatokon belüli átcsoportosítással tudja megoldani az állami sportirányítás.

A FONESZ nem ért egyet, sem a sportstratégiában megfogalmazott – a Speciális Világjátékokkal kapcsolatos – irányelvekkel, sem a támogatás mértékével és a megvalósítás formájával (más feladat terhére történő támogatás). Elfogadható megoldásnak azt tartjuk, ha a mindenkori állami sportirányítás a költségvetés felosztásakor a Speciális Világjátékokat egyenlőként kezeli, a támogatások megítélésakor minden érintett támogatási igényét a tervezéskor figyelembe veszi. Csak így kerülhet el, hogy az egyes Speciális Világjátékok támogatási igénye ne utólag és más feladatok terhére kerüljön megítélésre.

Az alábbi elvek figyelembe vételét javasoljuk az adott évi, a fogyatékosok sportjának teljes költségvetése felosztásakor:

1. Az integráció jegyében történő támogatások mellett („Szabadidősport támogatása”, „Iskolai-, diák és felsőoktatási sport támogatása”, és a „Versenysport támogatása” című előirányzatok) maradjon meg az önálló „Fogyatékosok esélyegyenlőségének javítása” című előirányzat.

2. Az akadály-mentesítésre tervezett támogatások ne jelenjenek meg az élő sport támogatását célzó, önálló „Fogyatékosok esélyegyenlőségének javítása” című előirányzaton, azonban annak az előirányzaton megjelölt támogatási összegét az élősport támogatásra kell átcsoportosítani. Javasoljuk, hogy az akadálymentesítéssel kapcsolatos feladatok támogatását a létesítményfejlesztéssel kapcsolatos előirányzatok tartalmazzák.

3. A fogyatékosok sportja támogatásainak belső arányánál elsőként a versenysport és a diák- szabadidősport támogatás (60-40%) megtartását tarjuk indokoltnak.

4. A Speciális Világjátékok, illetve a kvalifikációs versenyek számának és helyszíneinek változása miatt FONESZ-MPB állami támogatásának arányát előre nem lehet meghatározni. Ezért az aktuális költségvetés tervezésekor a két szervezet közös javaslata alapján kerüljön meghatározásra a FONESZ-MPB állami támogatásának aránya.

Új közlési feltételek / Guide-lines for Authors

A Magyar Sporttudományi Szemle évente 4 alkalommal jelenik meg, és sporttudományi tárgyú (biomechanika, biokémia, humán biológia, management, pedagógia, pszichológia, szociológia, teljesítmény élettan stb.) cikkeket közlél magyar nyelven. Az adatgyűjtés, feldolgozás és közlés etikai és tudományos kritériumainak megfelelő munkák közül a Szerkesztő Bizottság előnyben részesíti az alábbi szakterületeken végzett vizsgálatok eredményeit:

- az ember és környezete kölcsönhatásainak mozgástudományi elemzése,
- az emberi mozgástudomány területén végzett multidiszciplináris vizsgálatok,
- a rendszeres fizikai aktivitás és sportedzés ingerei által kiváltott hatások elemzése,
- a fiatal sportolók szelekciója, felkészítése és a beválás elemzése,
- a motorikus tanulás folyamatának elemzése,
- a hátránnyal élők és sérültek fizikai aktivitása,
- a teljesítmény-elemzés és -előrejelzés,
- az iskolai testnevelés és szabadidősport hatásainak elemzése,
- a rekreáció és rehabilitáció területén végzett vizsgálatok eredményei.

A kéziratokat az adott szakterület elismert képviselői lektorálják. A közlésről a lektori vélemények alapján a Szerkesztő Bizottság dönt. A nem közölt kéziratokat a Szerkesztő Bizottság nem őrzi meg.

A kéziratokat (maximum 5 gépelt oldal és 3 oldal illusztráció) egy példányban, szimpla sortávolsággal, az A/4-es lap egyik oldalára, 12-es betűnagysággal (Times New Roman CE) gépelve kérjük elkészíteni és lehetőleg elektronikus formában (CD, e-mail) a megadott címre elküldeni. A dokumentumokat „stílus” alkalmazása nélkül Word 6.0, a táblázatokat Excel formátumban, a grafikonokat, ábrákat (kizárólag 9x12 cm méret, fekete-fehér) JPEG, TIFF formátumban várjuk. A táblázatokat és ábrákat a szövegtől elkülönítetten, táblázatonként és ábránként **külön file-ban** kérjük mellékelni. A táblázatokat fölül, az ábrákat alul számozással és címmel kérjük ellátni. Az ezeken szereplő jelölések és rövidítések magyarázata is szerepeljen, azaz: a táblázatok és ábrák a szövegtől függetlenül is érthetők, értelmezhetők legyenek. A táblázatok címét és az ábrák aláírását magyar és angol nyelven is kérjük megadni. A táblázatok és ábrák javasolt helyét a szövegben kérjük megjelölni (pl. az 1. **ábra/táblázat** kb. ide).

A kézirat szerkezete:

A szerző(k) neve („dr.” és egyéb titulus nélkül), a szerző(k) munkahelye, a szerző e-mail címe, a dolgozat címe magyar és angol nyelven, a szerkesztőséggel kapcsolatos tartó szerző (corresponding author) neve és levelezési címe.

Ezt követi a maximum 20 soros összefoglaló mindkét nyelven. Az összefoglaló a célkitűzést, az eredményeket és a következtetéseket tartalmazza és maximálisan 5 (magyar és angol) kulcsszóval fejeződik be.

Bevezetés.

Anyag és módszerek.

Eredmények.

Megbeszélés és következtetések.

Felhasznált irodalom.

Folyóirat: Thompson, A.M., Baxter-Jones, A.D.G., Mirwald, R.L., Bailey, D.A. (2003): Comparison of physical activity in male and female children: Does maturation matter? *Medicine and Science in Sports and Exercise*, **35**: 3. 1684-1690.

Könyv: Bogin, B. (1999): *Patterns of Human Growth*. 2nd edition. Cambridge University Press, Cambridge, 23-29.

Könyvrészlet: Cannon, B., Matthias, A., Golozoubova, V., Ohlson, K.B.E., Anderson, U., Jacobson, A., Nedergaard, J. (1999): Unifying and distinguishing features of brown and white adipose tissues: UCP1 versus other UCPs. In: Guy-Grand, B., Ailhaud, G. (eds.): *Progress in Obesity Research*: 8. John Libbey, London, 13-26.

Internet: National Center for Health Statistics in collaboration with the National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (2000). *Body mass index-for-age percentiles: boys, 2 to 20 years*. Retrieved May 10, 2006, from <http://www.cdc.gov/nchs/data/nhanes/growthcharts/set1/chart15.pdf>

Az irodalomjegyzék után kérjük megadni annak a szerzőnek a teljes nevét (aki nem szükségszerűen a kapcsolattartó), titulusát, munkahelyének nevét és címét (telefonszám, e-mail), akit az érdeklődők további információkért megkereshetnek.

A kéziratokat az alábbi címre kérjük eljuttatni:

Magyar Sporttudományi Szemle Szerkesztősége
1146 Budapest, Istvánmezei u. 1-3.
nora.bendiner@helka.iif.hu; vagy meszaros.zsofia@mail.hupe.hu

A szerkesztő

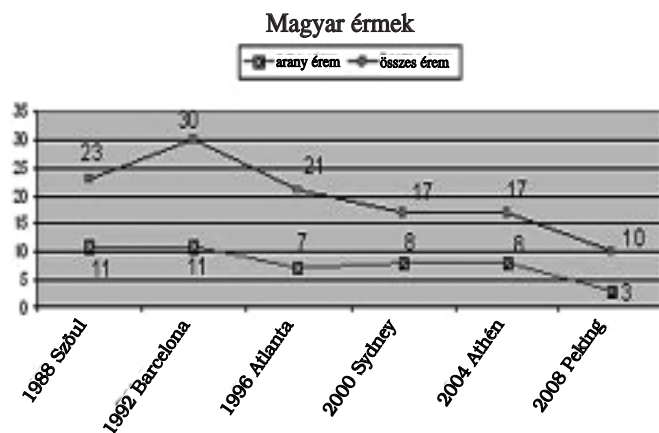
Gereblyezés helyett mélyszántást sportunkban

Előre bocsátom, nem nyergeltem át agrárterületre. Több mint 30 éve vagyok a magyar sport, recsegő-roppogó, bonyolult rendszerében (hol kisebb, hol nagyobb forgatónyomatékkal működő) fogaskerék. Testnevelő tanárként, labdarúgó szakedzőként, sportvezetőként és ma is aktív versenyzőként.

Testkultúránk fő jellemzőjét illusztrálандó, a magyar dzsentri példája, a „fenn az ernyő, nincsen kas” metafora jut eszembe. Kölcsönzöböl bérelt szmokingban fényes, báli megjelenés, ily alkalmakkor tettetett jókedv, bennfentes, alázatos sürgölődés a politikai, a média és a gazdasági hatalmasságok holdudvarában. Otthon azonban csak egy viseltes öltöny lóg a dohos szekrényben. A háttérben pedig a tengernyi – hangsúlyozom, nemcsak pénzbeli – adósság árnya rémlik fel. Eddig is a felszínen maradtunk, „ezután is majdcsak lesz valahogy, nemdebár”... feelingje lengi körül ezt az egyre kisebb, mind kevesebb érdeklődéssel kísért sajátos beltenyészetet.

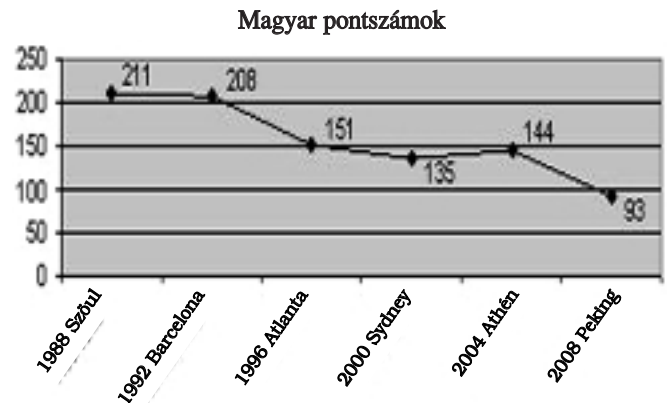
A magyar sport termékhiányos üzletének mind fakulóbb kirakatában – futballunk már régóta nem lehet, nincs ott – az olimpia terpeszkedik. Valóságos kigömböcként, amely gyakorlatilag mindent beszípan. Pedig tudjuk, tudhattuk, hogy előbb-utóbb beteljesedik végzete: szétpukkan. De félre a képes beszéddel, vegyünk elő néhány konkrétumot.

Tetszik, nem tetszik, az olimpián résztvevő országok eredményességét fémjelző mutatók mindegyike fokozatos hátrább sorolódásunkról ad számot. Tendenciózan lecsúsznak, konyulnak lefelé a grafikonok. Ez akkor is szembeütő, ha maradunk az elsőként bemutatott, szokásos, a lényegét sok tekintetben eltakaró, statikus szemléletű ábráknál. Közelebb visz bennünket a valósághoz, ha azt vizsgáljuk, milyen szeletet tudtunk kihalászni az aktuális „eredménytortából”.



Százalékos részesedés a megszerezhető érmekből és pontszámokból

Olimpia	versenyszám	részesedésünk az aranyérmekből (%)	részesedésünk az összes éremből (%)	részesedésünk az összes pontszámból
1952 Helsinki	149	10,7	9,3	8,2
1988 Szóul	237	4,6	3,2	4,0
1992 Barcelona	257	4,3	3,9	3,7
1996 Atlanta	271	2,6	2,6	2,5
2000 Sydney	300	2,7	1,9	2,0
2004 Athén	301	2,7	1,9	2,2
2008 Peking	302	1,0	1,2	1,4



Helsinki csak magaslati pontként, viszonyítási alapként szerepel a kimutatásokban. A két szélsőérték Helsinki a 3., illetve Peking, a 20-21. országok közötti helyezéssel. Még bőbeszédűbben tanúskodik a lejármétről a megszerezhető aranyérmekből való részesedésünk alakulása. A zenit itt is 1952, majdnem 11%-kal, a nadír pedig az ideji olimpia 1%-kal.

Ezzel kapcsolatban azonnal felvetődik a kérdés. Van-e feszítő társadalmi igény az olimpiai lobbival által hagyományosnak kinevezett olimpiai szereplés (6-8 arany, 18-20 érem, legalább 15. helyezés az országok pontversenyében stb.) iránt, amelyet döntően olyan sportágakban, versenyszámokban izzadunk ki, amelyek csak keveseket és azokat is nagyon rövid ideig érdekelnek. Ki merem jelenteni, hogy nincs! Nem voltak tüntetések, nem tört ki forradalom a pekingi, úgymond kudarc miatt. Megjósolom, az ideinél esetleg gyengébb londoni szereplés sem viszi ki majd az utcára az embereket.

De játszunk tovább néhány gondolatcsírával. Mi lehet a következménye annak, ha továbbra is társadalmi-nemzeti ügyként sikerül deklaráltatni az olimpiai eredményességet. Ebben a média (érthetően) kiváló partner, hisz a diákolimpia itthon van, ott többnyire nincs balhé, címlap-sztori is elvétve kerekedhet. No, de vissza az előbb említett következményekhez. Sportvezetőink többsége homokba dugja a fejét, farizeus módon megkerüli a kérdések kérdését, az arra adandó válaszlól nem is szólva. Nevezetesen, hogy a nemzetközi eredményességhez, az olimpiai érmekhez nálunk anyagi okokból is létrehozhatatlan hatékony háttérintézmények kellenek. Továbbá olyan eszközök, módszerek alkalmazása, bevetése szükséges, amelyek szintén rendkívül költségesek, amelyek jó része már most, vagy a jövőben meg nem engedettnek, kimondom, doppingnak minősülnek majd, és amelyek pilla-

natnyi státuszuktól függetlenül, súlyosan egészségkárosítóak. (Csak zárójelben: Ne papoljunk, hagyjuk az ájtatos dumát az esélyegyenlőség magasztos kritériumáról! Régióta hol van az már, akár a legális mezőt tekintve is.) Van pénzünk minderre, illetve, ha lenne, erre kellene fordítanunk szűkös sportköltségvetésünk döntő hányadát? Nincs ennél nagyságrendekkel fontosabb, égetőbb társadalmi igény testkultúránkban?

Félreértés ne essék, nem azt mondom, hogy a nagyon elegáns, komoly tradíciókat hordozó, sok honfiúi keblét ma is dagasztó olimpiai homokozót fel kell számolni. Inkább azt, hogy a helyére kell tenni. Magam is tartósan és mondhatom, sikeresen közreműködtem ott egész szép torták és sütik formázásában. Akkor még abban a meggyőződésben, hogy nincs kizárva, ez a játszótér legfontosabb szeglete.

Üdvös lenne megannyi további illúzióval is leszámolni, és itt is szembenézni a realitásokkal. Fals érvelés a bajnokok, a példaképek ellenállhatatlan húzóerejének misztifikálása. A nyári olimpiákon 157 aranyéremmel büszkélkedő Magyarországon van több rendszeresen sportoló, egészséges, edzett honpolgár, vagy a csak 21 elsőséget felmutató Ausztriában? Vízilabdázóink tartós sikerszériája állítólag megkészserezte a vízilabdázó gyermekek számát, amely talán a 6000-et is eléri. A meg nem érintettek száma 1,5 millió feletti. Egyébként uszodahelyezettünk olyan, hogy már újabb ezret sem tudnának fogadni.

A másik divatos szólam: Rendezzünk világversenyt, ezek jótékony hatással lesznek az adott sportágra, a fiatalok testedzésre-ösztökélésére, gazdasági hasznáról, országimidsz építő küldetéséről nem is szólva. Az elmúlt évtizedekben számos ilyen rendezvény zajlott hazánkban, tartós hozadékuk jó esetben a nullához közelít. Egy konkrét, friss példát talán. A 2006. évi úszó EB-n a 4800 férőhelyes „fizetős lelátót” – noha számos érem várományos és esélyeiket nagyszerű versenyzéssel jórészt realizáló – magyar úszó indult, egyszer sem sikerült megtölteni a végén már 1000 Ft-os jegyekkel sem. A potyautasokkal teli VIP tribün természetesen mindig zsúfolt volt. Az esemény nem vonzott turista áradatot, nem hiszem, hogy a külföldieket a 4 eurós jegyár riasztotta volna el. Igaz, a négy-ötcsillagos szállodák töltése némiképp javult a szép számmal érkező nemzetközi sportnotabilitások és közreműködők jóvoltából. Csakhogy az ellátásukkal és a napidijaikkal is tetéztett ceppet a rendezők, azaz mi fizettük. Az eseményre beruházott (anyagilag kényeszerűségekből nyitott, csökkent használati értékű) uszoda megépítése, majd fenntartása, üzemeltetése pedig folyamatos pénzügyi-költségvetési bravúrokra készítette és azóta is készíti a felelősöket.

Alig van kivétel a következő scenárió alól: Eleve tudottan irreális, elsősorban nem anyagi természetű hasznok ecsetelésével „hasba akasztani” az állami illetékeseket, hogy meglegyen a kormányzati garancia, majd a rendezvény elnyerése után folyamatosan zsarolni a költségvetést, hogy milyen szégyen lenne lemondani az eseményt. Azután kisebb-nagyobb, sokszor kreált botrányok után, nem kis részben azok hullámán történt némi lovaglását követően, színvonalas rendezéssel lezajlik a program. A hivatalos vendégek magyaros, más szóval, túlzó vendéglátásával rásegítve besöpörjük az elismeréseket, néhány hétig még magunk is veregetjük saját vállunkat, azután jön a kijózanodás. Amikor a sötét szobában egyedül maradunk, eljárszunk a gondolatokkal, hogy mi történhetett volna, ha a költségvetési

átcsoportosításokból, a büdzsé kisírt tartalékából, az államilag ösztökélt szponzorációkból – bár itt inkább a mecenatúra kifejezést lenne pontosabb használni – származó összegeket, az óriási apparátusi és társadalmi munkát, energiákat a kirakat fényesítése helyett a sportág alapjainak megerősítésére fordítottuk volna. De hamar felmentjük magunkat, mondván, arra úgysem teremtődtek volna meg ezek az eszközök és lehetőségek. Meg egyébként is – lehet válogatni – előkészítettem, bebetonoztam, még perspektivikusabbá tettem nemzetközi tisztségemet a kontinentális vagy a világszövetségben. Ha mindez mégsem így lenne, akkor is sokat szerepeltem a tv-ben. Az a benyomásom, a világ-és kontinentális szövetségek vezeterei jó néhány sportág és rendezvény esetében ilyen „palimadár” országokra vadásznak. Sebaj, mit nekünk Hekuba, rendezzünk labdarúgó Eb-t, majd olimpiát 2020-ban.

Abban az országban, ahol 40 ezer nappali tagozatos hallgató katasztrofális testedzési körülményeit részben enyhítő sportcsarnok építését (igen, a budapesti Tüske Csarnokról van szó) éppen 10 éve hagyták félbe, ahol annak szomszédságában egy uszodagödör is ásítzik, tovább csökkentve a sportolásra használható kevés helyet. Évtizede nem sikerült pénzt, megoldást találni ennek az abszurd helyzetnek a megszüntetésére, az érintett egyetemek helyzetbe hozására. Jóval kevésbé fontos projektek menedzselésére viszont igen. Abban az országban, ahol a Puskás Ferenc Stadion nevű koszos, balesetveszélyes, csökkent funkciójú, többnyire üres romhalmaz éktelenkedik a főváros szívében, egy minősíthetetlen nivójú bolhapiac tözsomszédságában. Abban az országban, ahol drámaian csökkent a testnevelés órák száma és hatékonysága, amelyeken gyakorlatilag érvényesíthetetlen bármiféle követelmény, ahol a végtelenségig elkedvetlenített, frusztrált testnevelő tanárok – tisztelet a kivételnek – „tanulómegőrzésre” rendezkedtek be. Ahol nincs rendszeres testmozgást biztosító diáksport, ahol a sportegyesületek, a versenyszerűen sportolók száma megállíthatatlanul csökken. Rohamosan nő viszont az egészségi problémákkal küszködő, túlsúlyos, aszociális gyermekek száma, vészesen romlik a felnövekvő generáció fizikai-mentális állapota. A felnőtteket nem is említem.

Az elszorítást, a közismert helyzet illusztrálását ezzel be is fejezem. Azért tartottam mégis szükségesnek ezt a felvezetést, hogy feltehessem a kérdést: Kell-e változtatni az eddigi zsákutcás gyakorlaton, a jelenlegi állapothoz vezető, sok évtizede lényegében változatlan sportpolitikán? Igen, feltétlenül és haladéktalanul! De mielőtt erre részletesebben kitérek, még egy szónoki kérdés. A közeljövőben a globális pénzügyi válság, a várható recesszió, a konvergencia program követelményeinek szorításában, lesz-e jelentősen több költségvetési pénz a magyar sportra? Nem lesz!

A feladvány megoldása mégsem lehetetlen. Az eddigi szemlélettel, gyakorlattal, a reformtól, a rövid távú népszerűségvesztéstől való páni félelemmel, gyáva-sággal persze kivitelezhetetlen.

Elsőként az érdemi előrelépést megalapozó, a szerves fejlődést katalizáló legfontosabb területeket, kitérés pontokat kell meghatározni. Szerintem legfeljebb kettőt, nem többet, mert ellenkező esetben a változtatási szándék a szokásos szétaprózódásba, ingerküszöb alatti áltevékenységbe torkollik. Elsőként az iskolai testnevelés és sport fellendítését említem. Nincs más út, hisz itt adottak, vagy itt teremthetők meg – természetesen fokozatosan – a legkisebb társadalmi ráfordítással a szükséges szervezeti, személyi és léte-



sítmény feltételek. Még akkor is, ha az oktatási tárca – finoman szólva - zsigeri alapon viszolyog az átértékeléstől, a korrekcióktól. A csendes nagy többség, mondhatom úgy is, hogy a választópolgárok elsöprő hányada azt várja, hogy az oktatási intézményekben teremődjenek meg gyermekei, unokái számára az örömteli, rendszeres sportolás vonzó körülményei. Hogy ne csak az anyagilag jobban eleresztett szülők gyermekei sportolhassanak a mind borsosabb díjakkal és egyéb kiadásokkal járó, az átlagjövedelmű, többgyerekes családok számára mára megfizethetetlen tanfolyami, egyesületi foglalkozásokon. Másodikként a kisegyesületek működőképességének javítását, számuk gyarapítását, felvevő képességük növelését kell előmozdítani. Ehhez bizony radikálisan át kell csoportosítani az állami pénzek (a központi költségvetés és az önkormányzati sporttámogatások) felhasználásának mára kijegecesedett, foggal-körömmel védett belső arányait, hitbizományként kezelt tételeit. Nem kertelek, az átrendezés révén az új prioritások részesedésének legalább 70-80%-osnak kell lennie. Persze, ez is kevés, ezért hozzá kellene nyúlni a családi ezüsthöz is. A funkciójukat jórészt elvesztett, elvesztő edzőtáborokhoz, egyéb sportlétesítményekhez, ingatlanokhoz, intézményekhez.

Az államnak van feladata a sportban, de nálunk torz arányok érvényesülnek. A tevékenység elsősorban az élsportban nap, mint nap keletkező bozöttüzek kézi-vezérléses oltásában merül ki. Klasszikus funkciói, a szolgáltatás, a koordináció, a projekt- és programfinanszírozás nem a leglényegesebb területekre irányul. A szabályozás a megelőzés, a jövő, a korszerűség irányába történő terelés helyett legtöbbször, utánlövésekben érhető tetten, a kivételek elintézésre, a rendszerekből való kilógás legalizálására törekszik.

Természetesen így nem marad energia a minisztériumok közötti (most nem teljes körűen csak az oktatási és az egészségügyi tárcát említem) együttműködésre, a szinergiák kihasználására, uram bocsá' a szükséges szakmapolitikai döntések „kiprovokálására”, a kölcsönösen előnyös investíciók felkutatására, majd

levezénylésére. Példaként és nem először, nyers ötletként hozom fel az egészségbiztosítás bonus-malus rendszerének bevezetését. Itt – mondjuk – a rendszerbe önként belépőket, akik egyúttal vállalják a kiszélesített megelőző szűrőrendszeri vizsgálatokban való részvételt, azzal lehetne motiválni, hogy amennyiben eredményesen őrzik, vagy állítják helyre egészségüket, kisebb összegű egészségbiztosítást fizetnek. Ez nagyszerűen kamatozna a sportban is, mert testedzés nélkül a magas szintű egészség megóvhatatlan, rehabilitálhatatlan.

A sportra fordítható anyagiak gyarapításában potenciálisan számításba jöhet a szerencsejátékok bevétele, pontosabban játékadója is. A jelenlegi költségvetési helyzetben persze nem úgy, hogy a meglévőből (egyébként most is közel 4 milliárd forint megy ebből a sportköltségvetésbe) adjatok többet, hanem új ötletek, lehetőségek feltárásával, megvalósulásuk segítségével, az újakból keletkező új források egy részének sportra fordításával (egy ezzel kapcsolatos konkrét javaslat ott van Gyenesei miniszter úrnál), és természetesen ennek is 70-80%-ban a preferált területekbe történő becsatormázásával.

Mi lenne ez esetben a magasabb szintű hazai verseny- és élsporttal, az olimpiai felkészítéssel, felkészüléssel és részvétellel? Egyrészt rendelkezésükre állna az általam üdvösnek tartott 20-30%-os részarányt jelentő állami támogatás, másrészt a gazdaság privat szereplőire kellene hagyatkozniuk. Ez pillanatnyilag nem sok jót ígér, de nincs más út. Végső esetben pedig a gyökerekhez, az amatőr sportba való – részleges, időleges vagy ne adj' isten végleges – visszatérés a recept.

Összegezve mondanivalómat: Megengedhetetlennek tartom, hogy a jövőben is a már régen túlhaladott, változtatásra érett, másodlagos-harmadlagos társadalmi jelentőségű, gyenge hatásfokkal üzemelő sportterületekbe, struktúrákba öntsük az adófizetők pénzét. Véget kell vetni itt is az állami szereptévesztésnek, a büdzséből történő Potyemkin falvak építésének, de mondhatom úgyis, gereblyezés helyett nagyon-nagyon mély szántást!

Tibor Tamás

Sporttudományi pillanatkép Peking után: Quo wadis?

Radák Zsolt

Sporttudományi Kutatóintézet, Semmelweis Egyetem
Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

E-mail: radak@mail.hupe.hu

Bevezetés

A magyar olimpiai szereplés során, de főleg utána sokszor hangzott el a szó, sporttudomány. A sporttudomány, mint önálló tudományág, hazánkban papíron csupán néhány éve létezik, ám a világ fejlettebb és gazdaságilag fejletlenebb területein számos országban mély tradíciókkal rendelkezik. A sporttudomány a testedzést végző embert, annak környezetét vizsgálja a természet- és társadalomtudomány módszereivel. Ebből világosan kitűnik, hogy az élsporttal kapcsolatos sporttudományi kutatásoknak csupán egy szeletét képezik a sporttudomány feladatai. A sporttudomány nem foglalkozik a doppingolás témakörével, ám fontos területe a sporttudománynak, hogy biztosítsa azokat a legális eljárásokat, melyek segíthetik a sportolókat a nagyobb teljesítmény elérésében. Az élsportolók megérdemlik, és a legtöbb fejlett országban meg is kapják azt a támogatást a tudomány oldaláról, mely szabályos keretek között segíti őket a professzionális teljesítmény elérésében.

Ebben a rövid cikkben nem kívánok a sporttudomány azon részéről írni, melyek pl. a rekreációs testedzéssel, a testneveléssel kapcsolatosak, ahol bár olyan fantasztikus eredményeket figyeltek meg, mint a mozgás agytevékenységet fejlesztő bombasztikus ereje, vagy éppen a testedzés elképesztő preventív hatásai szinte valamennyi életmód-függő betegség esetén. A jelen cikk az élsporttal kapcsolatos és azon belül is a természettudományhoz kötődő kutatásokba enged bepillantást, és ismeretterjesztő jellegű.

A vázizom rosttípusait manipuláló eljárások

A vázizom gyors és lassú rostokból áll, és a lassú rostokkal rendelkezők az állóképességet igénylő, míg a gyorsak a dinamikus aktivitást igénylő sportágakban, versenyszámokban indulnak előnyvel. Ismert például, hogy a Kelet-Afrikaiak (pl. a kenyaiak, etiópok) lassú-, míg a Nyugat-Afrikaiak (pl. nigériaiak) gyors rost többlettel rendelkeznek. Az Amerikai-kontinensen és a Karibi térségben élő afrikai-amerikaiak főleg a nyugat-afrikai genetikával rendelkeznek, ami részben magyarázza, hogy miért rendkívül eredményesek a dinamikus sportágakban, és miért van szerezni eredményük az aerob állóképességet igénylőkben.

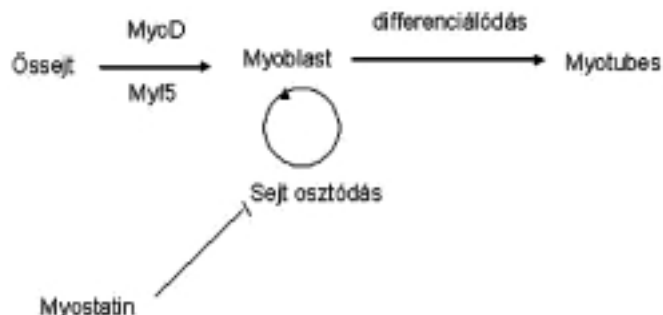
Az izomélettan jobb megismerésével megtudtuk, melyek azok a kulcsfolyamatok, melyek a rostok specializálódását befolyásolják, és ezek manipulálása segítségével nagy állóképességű „maraton-futó” egereket állítottak elő. Ebben az esetben megváltoztatták a géneket, és megnövelték azon gének mennyiségét és hatékonyságát, melyek a lassú rostok felé történő specializálódást segítik elő. Elvileg ilyen eljárás embereken nem alkalmazható, hiszen komoly genetikai manipuláció kell hozzá. A nyár folyamán azonban a világ

egyik legjelentősebb tudományos lapjában megjelent egy cikk, mely bemutatja a „tablettát”, ami imitálja az állóképességi edzés hatásait, 40%-kal növeli az állóképességet, és jelentősen csökkenti a testzsír mennyiségét. A tablettát a testedzéssel együtt 70%-kal növelte az állóképességi teljesítményt. Ez ugyan szintén állatkísérlet volt, de a tablettát már használták embereken is, és a korábbi vizsgálattól eltérően, itt már nem kell a genetikát manipulálni.

A mitokondriumok (olyan sejtalkotók, melyek az ATP-t termelik, ami a nokedliből és paprikáscsirkéből valamint minden más táplálékból készülő, a sejt számára is felhasználható energiabomba) mennyiségét és a zsírégetést stimuláló kémiai hatóanyag, melyet ALCAR-nak neveztek el, így potenciális teljesítményfokozó, és hasonló hatást vált ki a vázizomban, mint több hónap folyamatos állóképességi edzés.

Erőedzés

Az erőfejlesztés nagysága többek között, függ az izomrostok típusától, a bekapcsolódó motoros egységek számától, szinkronizációjuktól és a rostok keresztmetszetétől. Az izomfejlődést vizsgálva kiderült, hogy az összejtől történő myoblast differenciálódás a sejt osztódást a myostatin nevű fehérje negatívan befolyásolja, vagyis gátolja. Ennek ismeretében, elsősorban annak érdekében, hogy az idős korrallal együtt járó izomtömeg csökkenést hatékonyan kezelni tudják, az első lépcsőben olyan transzgenetikus egereket fejlesztettek ki, amelyekben a myostatin, nem képes gátolni a sejtosztódást. Az ilyen állatok nagyon muskulárisak, hiszen az izom tömege akár 40-50%-kal is nőhet, mely együtt járt az izomerő növekedésével is. Ez után természetesen megpróbálnak olyan anyagokat kifejleszteni, melyek gátolják a myostatint, így a gének megváltoztatása nélkül is lehetséges az izomtömeg növelése. Ezen próbálkozások eredményei még nem egyértelműen sikeresek. Az alábbi ábra a myostation egyszerűsített hatásmechanizmusát mutatja be.



Oxigénszállítás

Itt elsősorban az erythropoetin adagolás a sláger, de mivel ez dopping, erről nem kívánok írni. Az alkalmazott legális alternatíva az intermittens magaslati edzés. A magaslaton a csökkent parciális oxigénnyomás miatt nehezebb a gázcsere, és csökken a maximális oxigénfelvétel, így az aerob állóképesség is. A hypoxia azonban stimuláló az oxigénszállító mechanizmusra, a hemoglobin és myoglobin szintekre és

Ciprusi testnevelő tanárok szakmai élettörténete – egy mélyinterjú eredményei

Diana Christodoulou

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Budapest

E-mail: diana_chr@hotmail.com

Összefoglaló

Jelen publikáció egy átfogó kutatás első részének az eredményeit mutatja be. A szerző 16 ciprusi, egyetemi végzettségű testnevelő tanárral készített mélyinterjút, elsősorban arra volt kíváncsi, hogy a megkérdezettek miképpen látják szakmai életútjukat, hogyan vélekednek a testi nevelésről és testmozgásról. A kutatás célja, hogy a szerző feltárja, mi a testnevelők véleménye az elhelyezkedésüket jelentősen befolyásoló úgynevezett „váró listáról”, illetve bemutassa az általános iskolai testnevelés órákról alkotott nézeteiket. A kutatás során a Ciprusi Oktatási Minisztérium hivatalos dokumentumait is elemezte, azzal a szándékkal, hogy több oldalról is megvizsgálja a területet. A kutatás egyik fő hozadéka, hogy a ritkán alkalmazott kvalitatív, elemző módszereket használva a terület iránt érdeklődők olyan információkhoz jutnak, amelyeket a kutatónak más módszerekkel talán nem sikerül volna megszereznie. A testnevelők elítélték a várólistát és a ciprusi oktatási rendszer megreformálást követelték.

Kulcsszavak: testnevelő tanár, Ciprus, mélyinterjú, attitűd-vizsgálat

Bevezetés

Cipruson a testnevelés a többi szaktantárgyhoz viszonyítva még napjainkban is a legkevésbé elfogadott tantárgyak közé tartozik. Kutatók beszámoltak arról, hogy amennyiben az irodalom, a matematika fontosabbnak tűnik, vagy éppen valamilyen számonkérés, illetve írásbeli vizsga következik, a testnevelés órák gyakran elmaradnak (Marshall és Hardmann 2000). Bár a testnevelés, mint tantárgy beépült a tanrendbe, mégis sokan úgy vélik, hogy ez nem tartozik a fontosabb órák közé. A testnevelés azonban nem csak egy tanóra a többi között. Egyértelmű célja, hogy a fiatalok körében elérje, hogy az egészséges életmód épüljön be a mindennapjaikba, rendszeresen mozogjanak. A testnevelő az általános iskolás gyermekek életében komoly nevelő szerepet is betölt, ha már ebben a korban megszeretteti velük a testmozgást, az felnőtt korukra is hatással van (Armourand és Yelling, 2004). Amennyiben a tanulók a testnevelés órákról pozitív élményekkel távoznak, túl azon, hogy fejlődnek motorikus képességeik, jobbak lesznek a fizikai teljesítményeik, pszichikai fejlődés is lezajlik. A testnevelés kiváló terepe a társadalmi érintkezések tanulásának is, a gyermekek megtanulják betartani a szabályokat, elfogadni a másikat, együttműködve megoldani bizonyos feladatokat, könnyebben tudnak beilleszkedni új környezetbe is. Ha a testnevelésre úgy tekintünk, mint egy szakma, nyilvánvaló, hogy ennek magas szintű elsajátításához megfelelő végzettség szükséges. Tanulmányaik során csak a testnevelő tanárok sajátítják el az egész test mozgásának anatómiai és életani alapjait, így válnak szakemberré, ők a terület

specialistái. Ez felelősség is, hiszen a gyermekek mozgásfejlődésére a legnagyobb hatást ők gyakorolhatják, ami nem megfelelő tudás birtokában sérülést, vagy akár testi rendellenességet is okozhat.

A ciprusi testnevelő tanároknak a diploma megszerzése után komoly problémával kell szembesülniük. Az elmúlt években sok testnevelő került ki az egyetemekről, a munkaerőpiacon viszont a telítettség jellemző. A hivatalos adatok szerint Cipruson több, mint 1500 olyan végzett tanárt tartanak nyilván, akik jelenleg az állami közoktatási intézményekben nem kapnak munkalehetőséget. Ezeket a munkavállalókat egy úgynevezett váró-listára veszik fel, tehát minden tanár az egyetem, illetve a főiskola befejezése után a hatóság által vezetett nyilvántartásba kerül. A friss diplomások közül egyre többen gondolják úgy, hogy nem szeretnének tanítani, az élet más területén próbálják megállni a helyüket. Meg kell említeni, hogy a ciprusi rendszer egyik legnagyobb hibája az, hogy az általános iskolákban a nem testnevelő tanári végzettséggel rendelkező tanárok is tarthatnak testnevelés órákat, holott ők ilyen képesítést nem szereztek. Ez természetesen hatással lehet a gyermekek mozgástanulására, egészségnevelésére, de komoly hatással van a leendő testnevelő tanárok karrierjére is, hiszen megakadályozhatja munkába állásukat.

A jelen vizsgálat széles alapokon nyugvó, elméleti háttérrel rendelkezik, a ciprusi testnevelők társadalmi pozícióját több kutatás is feltárta már, ezekben jellemzően survey-módszert alkalmaztak. Ezen kutatások többek között feltérképezték a szféra társadalomban elfoglalt helyét, külön megvizsgálva például az Európai Unióhoz csatlakozással kapcsolatos várakozásokat. A vizsgálat célja, hogy összehasonlítsa a tanító (tehát alkalmazott), illetve a munkanélküli, testnevelő végzettségű tanárok véleményét a testnevelésről, illetve a testmozgásról. További célom volt, hogy megismerjem a tanárok nézeteit váró-listáról.

Módszerek

Az elemzésben a teljes mintán belül két csoportot különítettem el, az egyik csoportba tartoztak azok a tapasztalt főállású testnevelők, akik már több éve valamely iskolában rendszeresen tartanak órákat (8 fő), a másikba azok, akik még nem tanítottak (szintén 8 fő). A mélyinterjú során minden tanárnak ugyanazokat a kérdéseket tettem fel, ezek jellemzően az életútjukra vonatkoztak. A kérdéseket öt csoportba lehet besorolni. Elsőbe tartoztak azok a kérdések, amelyek a felsőfokú tanulmányaik előtti életükre vonatkoztak, a másodikban lévők az egyetemi évekre kérdeztek rá, a harmadik közvetlenül a diploma megszerzése utáni helyzetüket tárta fel, a negyedik az ezt követő időszakot, míg végül az ötödik csoportban azok a kérdések jelentek meg, amelyek jellemzik, hogy miként vélekednek a testnevelés tantárgyról az általános és a középiskolákban.

A vizsgálat során dokumentumelemzést is végeztem, módomban állt a ciprusi Oktatási Minisztérium hivatalos várólistáját (kifejezetten kutatási témámhoz kapcsolódóan) elemezni. További részletes információ-

ókra tettem szert a hivatalos, nemzeti közoktatási adatbázis vizsgálatokor.

Eredmények

Mind a 16 testnevelő tanár (6 nő és 10 férfi) önként vett részt a vizsgálatban. Bár mintám a ciprusi testnevelői karra nézve nem reprezentatív (a válaszadókat egyrészt ismeretség, másrészt a hólabda módszer szerint választottam ki) mégis jól mintázza a testnevelők nemenkénti megoszlását. Az elemzésben nem térek ki a férfi, illetve a nő testnevelők véleményének az összehasonlítására.

A megkérdezett testnevelő tanárok gyermekkorban rendszeresen sportoltak. Az idősebb, jelenleg is tanító testnevelők az atlétikát preferálják. Érdekes viszont, hogy egyikőjük szülője sem volt igazolt atléta. Ahogy elmondták, abban a korban még nagyon keveset tudtak például az egészséges táplálkozásról, a testmozgás még mintegy önkéntelenül jól eső tevékenység jelent meg életükben, szerették a testnevelés órákat. Volt iskolájukban a testnevelés órákat képzett szakemberek tartották, az órákra úgy emlékeznek vissza, hogy azok élvezetesek voltak.

Az interjúk során bizonyos különbséget tártam fel a jelenleg is alkalmazott és nem alkalmazott csoport válaszai között. Bár a sporttal való gyermekkori kapcsolat erőssége mindkét csoportban hasonló, a jelenleg nem tanító testnevelők fiatal korukban több sportággal is kapcsolatba kerültek. Megemlítették az úszást, a taekwondót, a tornát és a labdarúgást. Csoportjukban jellemzőbb volt, hogy nem mindig élvezték a testnevelés órákat, előfordult, hogy konfliktusba kerültek a tanárukkal is.

A mélyinterjú második felében a tanárokat az egyetemi tanulmányaikról kérdeztem. Cipruson nincs egyetemi szintű testnevelő tanárképzés, éppen ezért minden vizsgáltam valamely külföldi egyetemen szerzte a diplomáját. Elmondták, hogy tanulmányaik komoly áldozatokat követeltek a szüleiktől, csak a segítségükkel tudták befejezni az egyetemet. Az első csoportba tartozók (tehát a régebben diplomázottak) mindannyian Görögországban végeztek, elmondásuk szerint az egyetemi tanulmányaikat könnyen teljesítették, bár bizonyos tantárgyak „gondot okoztak” (szóba hozták az anatómia, a torna illetve az úszás tantárgyakat). Ahhoz, hogy életvitelüket fenntartsák, szinte valamennyien valamilyen diákmunkát is vállaltak, ezt már csak azért is könnyen tehették, mert anyanyelvük a görög. Minden válaszadó elmondta, hogy az egyetemen tanultakat jól tudták hasznosítani, amikor „éles helyzetbe” kerültek, a különböző szakterületeken az egyetemi tanáraik jól felkészítették őket. A második csoportba tartozók (tehát azok a fiatalabb testnevelők, akik nem tanítanak) különböző országok egyetemén fejezték be tanulmányaikat. Magyarország, Ukrajna, Bulgária és természetesen Görögország „szerepel a palettán”. Nagy részük idegen-nyelvű képzésben vett részt, amely azt jelentette, hogy egy évvel tovább jártak az egyetemre (úgynevezett „nulladik” évfolyamon tanultak). Az idegen nyelvű képzés miatt komoly erőfeszítéseket kellett tenniük, hogy sikeresen levizsgázzanak, de közel 90%-uk kifejezetten jó tanulónak számított.

A kérdőív harmadik részében az egyetem befejezése utáni időszakról érdeklődtem. A második csoportba tartozók közül hárman elmondták, hogy folytatták tanulmányaikat, egyikük a főiskolai (bachelor) diploma

megszerzése után elvégezte az egyetemi (master) kurzust is. Egy másik testnevelő tanár újabb, az előzőtől teljesen különböző diplomát is szerzett, míg a harmadik nemrégiben fejezte be Ph.D. tanulmányait.

Az első csoportba tartozók közül két nő azt mondta, hogy a diploma kézhezvétele után szinte azonnal álláslehetőséget kapott állami iskolában, egyik férfi testnevelőt Nicosiában egy magániskola alkalmazott. A többiek azonban több mint 10 évet vártak, hogy szakmájukban elhelyezkedhessenek! Hárman közülük Görögországban kaptak állást és ezután még 3-5 évet kellett várniuk, hogy Cipruson helyezkedhessenek el.

A második csoportban lévők tehát még nem tudtak testnevelőként elhelyezkedni, vannak közöttük olyanok, akik már több mint 8 éve szerezték végzettségüket. Mindannyian jó anyagi háttérrel rendelkeznek, közülük többen is megtakarításukat használták fel, hogy részt vegyenek a Ciprusi Sport Szövetség által indított programokban – (többek között a „sport for all” programban). Így nem szakadtak el teljesen a sporttól, de nem testnevelőként tevékenykednek. Ebből a csoportból ketten úgy döntöttek, hogy a diploma megszerzése után másfajta munka után néznek, első sorban azért, hogy jobb fizetésre tegyenek szert. Elmondásuk szerint ezek a munkák nem kötötték le őket. Érdekes adat, csak egy testnevelő tanárnő gondolta úgy, hogy az ország Európai Unió csatlakozása után a megnyíló külföldi munkaerőpiacon is kipróbálja magát, külföldre ment tanítani. Azok a testnevelő tanárok, akik nem dolgoznak szakmájukban, jellemzően úgy vélik, hogy az alkalmazásban állók belefáradtak a tanításba. Néhányan arra is gondoltak, a régebben tanítók talán már nem végzik hatékonyan munkájukat, jellemzőbb közöttük a kiegészítés, nem figyelnek oda munkájukra. Vannak akik úgy vélik, ezek a tanárok csak nehezen tudnak ismét munkájukra koncentrálni, de a helyzet megoldását nem tudják. Az idősebb tanárok aggódnak munkahelyük elvesztése miatt, ha elveszítenék állásukat, már nehezen tudnának ismét elhelyezkedni ebben a szférában. A második csoportba tartozók látszólag az ő helyükre pályáznak, de az idősebbek mégsem „haragszanak” rájuk. Mindkét csoportot megkérdeztem arról is, miképpen látják szakmai előmeneteli lehetőségeiket, hogyan jellemznék pozíciójukat iskolájuk tantestületében. Szinte valamennyien egyetértettek abban, hogy szakmai fejlődésüket nagyban meghatározza munkába állásuk időpontja. Akik közvetlenül a diploma megszerzése után el tudtak helyezkedni, fiatalon még jobban terhelhetők, nyitottabbak, könnyen beilleszkedtek a testületbe, egy fő közülük igazgatóhelyettesi pozíciót is betölt. Azok a testnevelők, akik csak később tudtak munkába állni, idősebb korban kellett új környezetükkel elfogadtatni magukat, és ez néha konfliktusokhoz vezetett.

Ezt követően a jelenlegi fizikai aktivitásukról, illetve rendszerességéről kérdeztem meg őket. Minden testnevelő jelenleg is végez valamilyen testmozgást, de csak hatan nyilatkoztak úgy, hogy ezt rendszeresen teszik. Érdekes volt hallani, hogy táplálkozásukra mennyire figyelnek, igyekeznek jó minőségű, egészséges ételeket fogyasztani. Valamennyien törekszenek arra, hogy felhívják környezetük figyelmét a testmozgás fontosságára. Négyen jelenleg is dohányoznak, elmondásuk szerint ennek fő oka a katonaság (Cipruson minden férfinak kötelező hadi kiképzésen részt

vennie, elhanyagolható azoknak a száma, akik nem voltak katonák). Mind a négyen megpróbálták már megszokni, bár eddig ez nem sikerült, de reményeik szerint a közeljövőben felhagynak a dohányzással.

A mélyinterjú egyik legtanulságosabb része az volt, amikor a megkérdezettek a várólistáról nyilatkoztak. Egybehangzóan kijelentették, hogy ez a rendszer rossz, hátrányos helyzetet teremt, hiszen friss diplomásként, a legújabb szakmai tudással felvértezve nem tudnak munkába állni. Amíg várakozniuk kell, sokszor idegesek, elcsüggednek, ez alatt az idő alatt néha már azt is megbánták, hogy ezt a hivatást választották. Ha a listán rájuk kerül a sor és szakmai elbeszélgetésre hívják őket, újból fel kell készülniük, többen nyilatkoztak úgy, hogy ebben az időszakban azt érezték, mindent elfejtettek. A rendszer nem tesz különbséget tekintetben, hogy valakinek a megélhetési problémák miatt kiemelkedően fontos lenne munkát találnia, előfordult, hogy olyan valaki került sorra, akinek egyáltalán nem volt szüksége az állásra. Összességében tehát elítélik a várólista rendszerét.

A testnevelők összefoglalták véleményüket a testnevelés órákról is. Elmondták, hogy bár a feltételek nem sokat javultak, szakmailag ők sokat fejlődtek, ennek köszönhetően a mai testnevelés órák jobbak, mint amilyeneken ők még gyermekként részt vettek. Növekedett az óraszám (bár sok óra elmarad), a gyermekek hozzáállása azonban nem változott, ugyanúgy vannak sokat mozgó, sportoló gyermekek, akik élvezik az órákat és vannak, akik mindent megtesznek azért, hogy ne kelljen a testnevelés órákon részt venniük, bár ahol jók a feltételek és jó a tanár, ott ezek a száma sokkal kisebb. Nehezményezik, hogy a felelős minisztérium nem tesz meg mindent a testnevelés presztízsének a növeléséért, csak elvétve támogatja új eszközök beszerzését.

Megbeszélés és következtetések

Tradicionálisan Cipruson a fiúk és a lányok, külön testnevelés órán vesznek részt. A tanmenet szerint az általános iskolák alsó tagozataiban heti 3, a felsősökénél heti 2, a középiskolákban már csak heti 1 testnevelésóra a kötelező. Az alsó tagozaton 1985-ig a tanároknak nem volt kötelező semmilyen szakirányú képzésben részt venniük, így sokszor hozzá nem értők tartották a testnevelés órákat (nevezzük inkább testnevelés óra jellegű foglalkozásoknak ezeket). Egy rövid periódusban (1985-1993 között) végzett testnevelőket foglalkoztattak az általános iskolák, ennek köszönhetően a testnevelő pálya kifejezetten kedvelt és keresett hivatás lett. A ciprusi Tanárok Nemzeti Országos Szervezete 1993-ban eltörölte ezt a szabályt, és ismét bárki tarthatott testnevelés órákat. Pozitív fordulat következett be 2006-ban (Ministry of Education), amikor két oktatási intézmény eldöntötte, hogy a sportiskolává alakul, az ország minden részéről összegyűjti azokat a tehetségeket, akik már fiatal korban elhivatottak a sport iránt. Ide sok, jól képzett testnevelő tanár nyert felvételt, kiváló körülmények között tarthatják az óráikat és az edzéseket.

A vizsgálatban 16 testnevelő ismertette szakmai élettörténetét, mondta el véleményét a szféráról, illetve annak környezetéről (kiemelten a várólista rendszeréről). Mindannyian viszonylag korán eldöntötték, hogy a sporthoz kapcsolódó foglalkozásuk lesz, maguk is rendszeresen sportoltak. A főiskolát/egyetemet kisebb nehézségek árán, de jó eredménnyel végezték

el. Független attól, hogy foglalkoztatott testnevelők-e vagy sem, valamennyien úgy érzik, a gyermekek testi és szellemi nevelése, fejlesztése kiemelten fontos, ehhez ők jelentősen hozzájárulnak. A testnevelés órának komoly szerepet kellene betöltenie, de ennek szervezeti keretei jelenleg nem biztosítottak. A testnevelők komoly küzdelem árán tudják csak tantárgyuk érdekeit megvédeni. Minél idősebb egy tanuló, annál kevesebb testnevelés órája van, ez pedig olyan szenzitív korokban, mint a serdülőkor kifejezetten negatív hatású lehet. A testnevelők véleménye szerint a kormány-nak komoly intézkedésekkel át kellene alakítania ezt a rendszert, kezdve a váró listával, amely komoly lépéshátrányba hozza a frissen végzeteket. A 2004-ben, vagy utána végzetek még egyetlen percet sem tudtak szakmájukban dolgozni, van olyan testnevelő is, aki 15 éve várja, hogy elhelyezkedjen. Szeretne tanítani, de kénytelen a végzettségéhez képest teljesen más területen boldogulni. A testnevelők véleménye az, hogy az 1985-1993 közötti szabályokat kellene visszahátrálni! Tsangaridou (2002) rámutatott arra, hogy a tanítóképzésben a hallgatóknak 82 órát kell tartaniuk, de a testnevelés órák száma ebből mindössze 6! A hallgatók nem szeretnek testnevelést tartani, ennek egyik fő oka, hogy tartanak a gyermekek esetleges sérülésétől. Ilyen körülmények között nehéz elvárni, hogy a gyermek megszeresse a testmozgást!

Erdemes lenne megvizsgálni, hogy az Európai Unió jogszabályokba nem ütközik-e a várólista fenntartása, illetve készült-e hatástanulmány bevezetése előtt. Ajánlatos lenne más tantárgyak esetében is feltárni, vajon a tanárok mit gondolnak a várólistáról, az milyen hatással van pályafutásukra.

Felhasznált irodalom

Armourand, K.M., Yelling, M. (2004): Professional Development and Professional Learning: Bridging the Gap for Experienced Physical Education Teachers. *European Physical Education Review*, 10: 71-93

Marshall, J., Hardman, K. (2000): The State and Status of Physical Education in Schools in International Context. *European Physical Education Review*, 6: 203-229

Tsangaridou, N. (2002): Enacted Pedagogical Content in Physical Education: a Case Study of a Prospective Classroom Teacher. *European Physical Education Review*, 8: 21-36

Ministry of Education (2006): Informing the House of Representatives. Cyprus. www.moec.gov.cy

MÉG KAPHATÓ!

Kropkó Péter – Bene János:

Megtettem, mert elhittem

Beszerezhető
a Magyar Sporttudományi
Társaságnál:
1146 Budapest,
Istvánmezei út 1-3.
Telefon: 460-6980
Mobil: 06-30-991-0203
Ára: 3990,-Ft



Egyetemisták tápláltsági állapota és futóteljesítménye

Kiss Kálmán¹, Fodor Ákos¹, Mavroudes Mike²,
Osváth Péter², Mészáros Zsófia², Zsidegh Miklós²

¹ Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sportközpont, Sporttelepek,
² Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

E-mail: semmelweis.tsk@freemail.hu

Bevezetés

A túltápláltság (mint általános egészség-kockázati tényező) és nagyon gyakran az elhízottság (obesitas, mint betegség) a fiatal felnőtt lakosság folyamatosan növekvő hányadát érinti Magyarországon is és az iparilag fejlett társadalmakban is (Ilyés, 2001; WHO, 1998). Az elhízás patogenézisében szerepet játszó, endogén és exogén tényezők száma ugyan nagy (Levine et al., 2005), de a területen dolgozó szakemberek között teljes a konszenzus abban, hogy a túlsúly és az obesitas kialakulásában alapvetően meghatározó az energiafelvétel és felhasználás tartós diszharmóniája. Ennek logikus következményeként Hill és Wyatt (2005), valamint Wilmore és munkatársai (2008) hangsúlyozzák, hogy a rendszeres fizikai aktivitás (mint a rendelkezésre álló, legolcsóbb módszer) a preventív medicina szerves része és jelentősége vitán felül áll a kialakult állapot rehabilitációjában is.

Az egyetemi és főiskolai hallgatók egy meghatározott csoportja (orvosi egyetemisták, testnevelő tanárjelöltek, humánkineziológusok, stb.) választott hivatása kapcsán is szoros kapcsolatban van az egészségneveléssel, a kritikus testösszetétel kialakulásának megelőzésével és kezelésével is. Ez a direkt kapcsolat meggyőződésünk szerint nem kizárólagosan a vonatkozó tananyagrészek minél részletesebb megismerésében, a későbbi, alkalmazni tudás kialakításában nyilvánul meg, hanem testösszetételük folyamatos kontrollálásában is.

Összehasonlító vizsgálatunk célja tehát, elemezni három, különböző szakterületen tanuló egyetemista és főiskolás csoport testösszetételét és fizikai teljesítményét.

Vizsgált személyek és alkalmazott módszerek

Az antropometriai és a fizikai teljesítmény vizsgálatot a Semmelweis Egyetem négy karán (AOK, FOK, GyOK, TF) és műszaki egyetemeken és főiskolákon tanuló (1. és 2. évfolyamos) férfiaknál végeztük el. Az AOK, FOK és GyOK hallgatói közül 335 főt, a TF-en tanulókat (testnevelő és edző jelöltek, rekreáció szakosok, humánkineziológusok) közül 349 hallgatót, míg a műszaki irányultságú képzésben résztvevők mintáiból 227 fiatal felnőtt, férfit vizsgáltunk meg 2008-ban. A csoportok naptári életkorának átlaga 19,48 és 20,21 év között volt, a szórások 1,34 és 1,70 év közöttiek. A képzési programok nyilvánvaló különbözősége ismeretében a TF hallgatók fizikailag a legaktívabbak (átlagosan 120 perc fizikai aktivitás naponta), de hangsúlyozzuk, ők sem tekinthetők sportolóknak.

A tápláltsági állapotot a testtömeg indexszel (BMI-vel) és a Parizková (1961) módszerével becsült relatív (a testtömeg százalékában kifejezett) testzsírtartalom-

mal jellemeztük. A szükséges testdimenziók felvételekor a Nemzetközi Biológiai Program (Weiner és Lourie, 1969) eljárási javaslatát követtük. Az egészségi állapot szempontjából kritikus BMI kategóriák kijelölésekor a NIH (National Institutes of Health, 2000) javaslatát, a test zsírtartalma szerinti osztályozáskor Lohman (1992) ajánlását követtük.

A fizikai teljesítmény jellemzésére, Cumming és munkatársai (1978) gondolatmenete alapján a 800m futás próbát alkalmaztuk. Ezen a távon a fizikailag nem aktívak mintáinál is még biztosítható a megfelelő motiváció és irambeosztás.

A vizsgált minták mért és számított jellemzőinek középértékei közötti különbséget egy szempontos variancia analízis után F-próbával jellemeztük a véletlen hiba 5%-os szintjén. A túlsúlyosak és elhízottak relatív gyakoriságának minták közötti differenciáit Chi²-próbával jellemeztük.

Eredmények és megbeszélés

A testmagasság, a testtömeg és a tápláltsági állapot jellemzők (BMI, F%) mintánkénti átlagait, szórásait és a variancia analízis kivonatos eredményeit az **1. táblázat** tartalmazza. A három minta testmagasság átlaga statisztikailag különböző. A orvosok a legmagasabbak és a TF hallgatók a legalacsonyabbak. A műszaki egyetemisták és főiskolások termet átlaga nem különbözik sem a orvosokétól sem pedig a TF-esekétől. A orvosok termetátlaga kissé magasabb, mint a napjainkban jellemző középérték (Mészáros et al., 2006), de erre az eredményre vonatkozóan a rendelkezésre álló információk nem szolgálnak érdemi magyarázattal.

1. táblázat. Az antropometriai jellemzők leíró és összehasonlító statisztikái

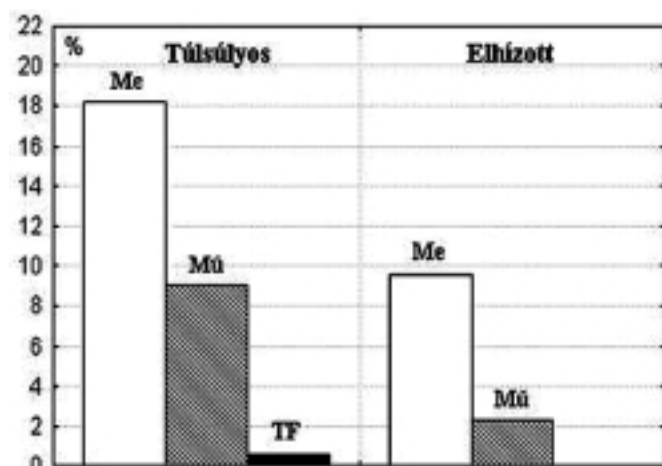
Csoport	Átlag	Szórás	Min.	Max.
Testmagasság (cm)				
Medikusok	179,05	6,40	156,9	201,8
Műszakiak	177,76	6,63	147,8	198,4
TF-esek	177,20	6,28	159,7	198,4
F/p	F=3,28	p<5%		
Testtömeg (kg)				
Medikusok	75,40	12,65	47,7	122,6
Műszakiak	73,51	10,91	42,3	138,6
TF-esek	71,50	8,99	50,9	102,6
F/p	F=8,63	p<5%		
Testtömeg index (kg·m ⁻²)				
Medikusok	23,49	3,58	15,76	36,31
Műszakiak	23,20	2,88	15,85	38,97
TF-esek	22,74	2,39	16,97	33,00
F/p	F=1,14	NS		
Relatív testzsírtartalom (%)				
Medikusok	20,27	6,70	6,00	36,30
Műszakiak	17,69	5,60	4,31	37,60
TF-esek	11,54	3,86	4,13	25,69
F/p	F=13,38	p<5%		

Rövidítések: p<5% = az átlagok különbsége szignifikáns, NS = az átlagok különbsége nem szignifikáns.

A testtömeg középértékei között a markáns szórások ellenére is valódi a különbség. A medikusok a legnehezebbek és a TF hallgatók a legkönnyebbek. Ennek ellenére a BMI átlagok mintánkénti differenciája nem jelentős, vagyis tápláltsági állapotuk ilyen alapon minősítve statisztikailag egyforma. A testtömeg százalékos kifejezett testzsírtartalom a legkisebb volt a TF hallgatóinál és a legnagyobb a medikusoknál. A műszaki egyetemisták és főiskolások relatív testzsírtartalma szignifikánsan kisebb, mint a medikusoké és jelentősen nagyobb, mint a TF-eseké. A két jellemzés (BMI, F%) eredménye tehát jelentősen eltérő, vagyis a BMI nem elegendően érzékeny a kissé aktívabb minták jellemzésére, hiszen a kedvezően kis testzsírtartalom mellett a nem aktív csoportokéval megegyező BMI csak a nagyobb denzitású szövetek kifejezettebb aránya eredményeként alakulhat ki.

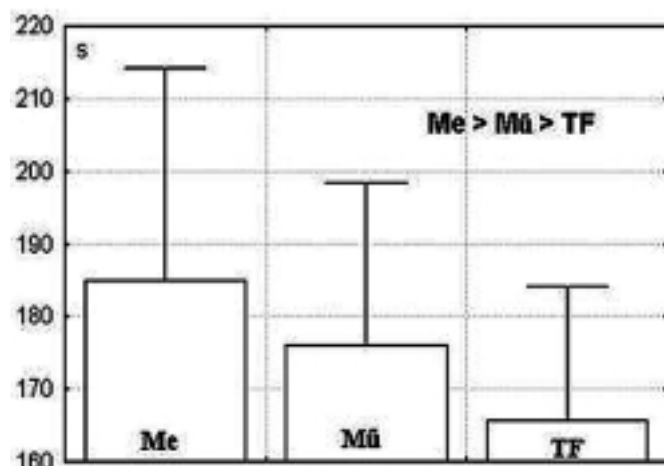
A bemutatott eredmények részben összecsengenek a korábban (Frenkl és Mészáros, 1979) közölt medikus-TF hallgató összehasonlítás eredményeivel és következtetéseivel, de más szempontból is értelmezendők. Az idézett szerzők felhívják a figyelmet arra, hogy az egyetemi és főiskolai tanulmányok idején a testzsírtartalma értékelhetően nő, tehát a pillanatnyilag még kedvezőnek ítélt állapot (műszakiak és TF hallgatók) sem tekinthető véglegesnek vagy tartósan jellemzőnek a fiatal felnőttek mintáira. A medikusok több mint 20%, átlagos, relatív testzsírtartalma már pillanatnyilag is nagyon kedvezőtlen és negatív tartalmú előrejelzéshez ad alapot.

Erre vonatkozóan ad összehasonlítást az 1. ábra. Az orvos-egyetemisták mintájában a BMI ($> 25 \text{ kg}\cdot\text{m}^2$) és a relatív testzsírtartalom ($F > 25\%$) alapján egyaránt túlsúlyosak gyakorisága nagy (18,21%), a műszaki érdeklődésűek csoportjában ez az arány „csak” 9,05% és a TF hallgatók mintájából mindössze 2 férfi (0,57%) került ebbe a kategóriába. Nem kedvezőbb a megoszlás abban az esetben sem, ha a WHO (1998) által betegségnek minősített testösszetétel a megítélés alapja (az 1. ábra bal oldali oszlopai). Ez a $30 \text{ kg}\cdot\text{m}^2$ -nál nagyobb BMI vagy a 30%-ot meghaladó testzsírtartalom. Az 1. és 2. évfolyamos medikusok között 9,55% volt elhízott, a műszakiak mintájában 2,28% és részben érthetően a TF nappali tagozatos hallgatói között ilyen szélsőséges testzsírtartalom nem fordult elő.



1. ábra. A túlsúlyos és elhízott hallgatók relatív gyakorisága (Me = medikusok, Mű = műszakiak, TF = TF-esek).

Nem kedvezőbb a kép abban az esetben sem, ha az összehasonlított csoportokat a futóteljesítmények jellemzik (2. ábra). A medikusok teljesítménye a leggyengébb, a szórás ebben a mintában a legnagyobb, őket követik a műszaki egyetemisták és a TF hallgatói teljesítették a legrövidebb idő alatt a két kört. Nem lehet eléggé hangsúlyozni, hogy ez utóbbi teljesítmény átlag sem minősíthető a sportolók kvalifikációs referenciái alapján.



2. ábra. A 800m futás átlagai és szórásai (Me = medikusok, Mű = műszakiak, TF = TF-esek).

A tápláltsági állapot, a testzsírtartalom, a kritikus testösszetételük gyakorisága és a futóteljesítmények együttes értelmezése alapján a medikusok pillanatnyi állapota a legkedvezőtlenebb és a TF hallgatóké a legkedvezőbb. A nagyon kedvezőtlen minősítés alapja a jellemző túltápláltság mellett a nagyon mérsékelt fizikai teljesítőképesség is. Gutin és Barbeau (2000) véleménye szerint a nagy testzsírtartalomból és a gyenge kardio-respiratorikus teljesítményből eredő kockázati tényezők a valóságban nem egyszerűen összeadódnak, hanem hatványozódnak.

Következtetések

A Semmelweis Egyetem orvostudományi karain a testnevelés kötelező ugyan az 1. és a 2. évfolyamban, de óraszervezési okok miatt az oktatási ciklusonkénti (10 munkanap) 90 perc az előírt terjedelem. Ez a gyakoriság és terjedelem természetesen nem lehet hatékony.

A bemutatott eredmények és következmények indirekt úton azt is bizonyítják, hogy a hallgatók nem érzik fontosnak a rendszeres fizikai aktivitást, többségük csupán a tanrendi kényszer hatása alatt teljesíti az előírt mennyiséget. A hallgatóink fizikai állapota és jelentős túltápláltsága ilyen feltételek mellett nem korrigálható. Frenkl és Mészáros (1979) eredménye már a képesítés további 4 éve folyamán is jelentős zsírnövekedést és ebből eredően is további fizikai teljesítmény-csökkenést sugall. Még kedvezőtlenebb az előrejelzés Szakály és munkatársai (2007) eredményei ismeretében, melyek szerint a testösszetétel kedvezőtlen irányú változása és az aerob teljesítmény csökkenése a diplomaszerezést követő években jelentősen felgyorsul. Nem lehet hiteles és meggyőző, ha nyilvánvalóan kövér orvos tanácsol kezeljének rendszeres fizikai aktivitást.

Talán hatékonyabb lenne az egyetemi testnevelés (a Testnevelési és Sportközpont munkája), ha a hallga-

tók elméleti ismereteket is kaphatnának a fizikai aktivitás kedvező hatásairól, de elsősorban a kialakuló élettani adaptáció időviszonyairól, a kiváltó ingerek gyakoriságáról, terjedelméről és ezek biológiai kapcsolatáról.

Felhasznált irodalom

Cumming, G.R., Everatt, D., Hastman, L. (1978): Bruce treadmill test in children: normal values in a clinic population. *American Journal of Cardiology*, **41**: 69-75.

Frenkl R., Mészáros J. (1979): Testalkati és keringési vizsgálatok orvosegyetemi és testnevelési főiskolai tanulmányok idején. *Egészségtudomány*, **23**: 1-7.

Gutin, B., Barbeau, P. (2000): Physical activity and body composition in children and adolescents. In: Bouchard, C. (ed.): *Physical activity and obesity*. Human Kinetics, Champaign, Illinois, 213-246.

Hill, J.O., Wyatt, H.R. (2005): Role of physical activity in preventing and treating obesity. *Journal of Applied Physiology*, **99**: 765-770.

Ilyés I. (2001): *Az elhízás mai szemlélete*. Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest.

Levine, J.A., Lanningham-Foster, L.M., McCrady, S.K., Krizan, A.C., Olson, R.L., Kane, P.H., Jensen, M.D., Clark, M.M. (2005): Interindividual variation in posture allocation: Possible role of human obesity. *Science*, **307**: 584-586.

Lohman, T.G. (1992): *Advances in body composition assessment*. Current Issues in Exercise Science Series, Human Kinetics Publishers, Champaign, Illinois.

Mészáros J., Mészáros Zs., Zsidegh M., Prókai A., Vajda I., Photiou A., Mohácsi J. (2006): Nemzedékenkénti növekedési különbségek és utánpótlás-nevelés. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **7**: 3-6.

National Institutes of Health (2000): *The practical guide: Identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults*. (NIH Publication, No. 00-4084). U.S. department of Health and Human Services, Washington DC.

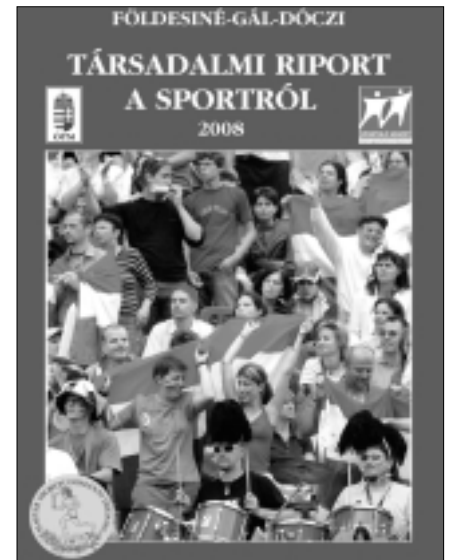
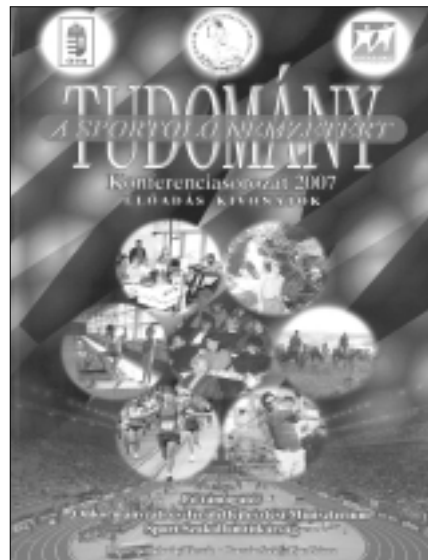
Parizková, J. (1961): Total body fat and skinfold thickness in children. *Metabolism*, **10**: 794-807.

Szakály, Zs., Mészáros, Zs., Mészáros, J., Photiou, A., Prókai, A., Vajda, I., Ng, N., Shuzo, K. (2007): Changes over four years in body composition and oxygen uptake of young adult males after university graduation. *Journal of Physiological Anthropology*, **26**: 437-441.

Weiner, J.E.S., Lourie, J.A. (eds.) (1969): *Human Biology. A Guide to Field Methods*. IBP Handbook, No. 9. Oxford, Blackwell.

Wilmore, J.H., Costill, D.L., Kenney, W. L. (2008): *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics, Champaign, Illinois, 494-510.

World Health Organisation (1998): *Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of the WHO consultation on obesity*. WHO, Geneva.



Beszerezhető a Magyar Sporttudományi Társaságnál: 1146 Bp, Istvánmezei út 1-3. Tel: 460-6980. Mobil: 06-30-991-0203

ISTVÁNYI CSABA
MOZGÁSTANULÁS,
MOZGÁSKÉSZSÉG,
MOZGÁSÜGYESSÉG

Sportstratégiai tanácsadás, komplex tervezés
 Előadás, prezentáció, tanulmánykészítés
 Sportági közép- és hosszútávú stratégiák
 Cselekvési (éves) tervek készítése
 Finanszírozási tanácsadás
 SAP megoldások

AMARGI – 1 BT.
 Tel.: 06 – 20 – 544 – 07- 67
 gyorfjanos@freemail.hu amargi333@t-online.hu

Versenytorna az amerikai egyetemeken

Akinek volt szerencséje részt venni az amerikai egyetemek sportéletében, tapasztalhatta annak magas színvonalát és vonzó sokoldalúságát. Az egyetemi sport az egyetemi élet szerves része, az akadémiai színvonal mellett az egyetemi reprezentáció kiemelt színtere. A sportnak óriási publicitása van, az egyetem tudományos és oktatási színvonala után az egyik legfontosabb mutató az intézmény rangjának megítélésében. Az egyetemi sport az a része az egyetemi életformának, ami egyben a személyiség alakítás fontos színtere is. Hiszen az egyetemeken fejeződik be tulajdonképpen a jövő generációinak képzése és társadalmi hasznosságuk garanciáinak megteremtése. Az amerikai egyetemeknek nagy része vallja és realizálja a „men sana in corpore sano” elvet és determináló irányultságát. Az akadémiai tudás mellett a testi nevelés különböző formáit is kiemelten támogatják és preferálják. A sportágak között a versenytorna is népszerű az egyetemek vezetése és a hallgatók körében egyaránt. Az egyetemi tornaversenyek rangos eseményei a „diákéletnek”, fontos demonstrációja az egyetemi színeknek.

Az egyetemi tornaversenyek népszerűségét szemlélteti a National Collegiat Athletic Assotiation 2007-ben végzett felmérése.

A tornaversenyek nézőszáma 1999 és 2003 között

Év	1999	2000	2001	2002	2003
Regionális versenyek	14399	18013	18996	11941	18873
Nemzeti bajnokságok	25631	18992	20331	22987	18902

A regionális versenyek nézőszáma államonként, 2003-ban

Alabama	Georgia	Michigan	Missouri	Washington	Utah
3891	5224	1380	1266	2006	5001

Az egyetemi tornaversenyek története is jelentős tanulságokkal szolgál. Valószínű, az első nemzeti bajnokságok előtt is voltak egyetemi tornaversenyek, barátságos vagy regionális találkozók, de az első Nemzeti Bajnokságokat csak a 20. század közepén, illetve a nőieket csak a 80-as években rendezték meg. A férfiaknál 1938-ban volt az első Nemzeti Bajnokság, és a Chicago csapata nyerte. Ezután háromszor az Illionis-i egyetem csapata nyert, majd 1942-ben megjelent a Penn State csapata a versenyporondon és győzelemmel debütált.

Az első női nemzeti bajnokságot lényegesen később, csak az 1981/82-es tanévben rendezték. Ennek oka a női sportok diszkriminációja volt, amint ezt a testnevelési és sporttörténeti tények is bizonyítják. A 20. század elején az a felfogás uralkodott az egyetemi és középiskolai sportvezetésben, hogy a „kemény” sportolás nem való a nőknek, „férfiassá teszi őket”. Rendeztek ugyan sportversenyeket, például 1969-ben, atlétikában és tornában is, 1970-ben röplabdában, 1972-ben kosárlabdában, de ezek nem az egész nem-

zetet átfogó és rendszeresen ismétlődő bajnokságok voltak. Az 50-es években rendeztek úgynevezett „play day”-eket, vagyis játéknapokat, ahol lehetőségük volt a leányoknak és a nőknek is részt venni bizonyos fizikai aktivitásokban.

A nők egyetemi sportversenyeit és sporttevékenységét az AIAW (Assotiation for Intercollegiate Athletics for Women) irányította és szervezte. Elzárkóztak az „evil” (gonosz) férfi sportoktól és elleneztek a női ösztöndíjakat is. Az idő előre haladtával, a 70-es évek elején már voltak egyetemek, ahol adtak ösztöndíjat a kitűnő sportoló nőknek is. A „tarthatatlan állapotok” miatt a két szervezet perre ment, amit a NCAA nyert meg, és 1972-ben megszületett a TITLE IX törvény, ami meghozta a végső áttörést és az egyenlőséget a sportoló nők számára is. Nem sokkal ezután az AIAW csődbe ment és 1979-ben meg is szűnt.

Az első Division I női tornaverseny az University of Utah rendezésében került megrendezésre és az Utah-i egyetem csapata nyerte, 1982 tavaszán. Azóta 25 év bajnokságaiból további 9-et megnyertek.

Az első Division II bajnokságot 1987-ben rendezték, napjainkban pedig már Division I-II-III kategóriákban rendeznek versenyeket és bajnokságokat. Mit jelentenek ezek a különböző Division-ok, milyen kategorizálás ez? A különböző Division-ok tulajdonképpen az egyes egyetemek minőségi és tartalmi követelményei és különbözőségei alapján szerveződnek a sportban, így a tornában is. Vagyis a hasonló lehetőségekkel és adottságokkal rendelkező egyetemek sportklubjai, csapatai egy Division kategóriába kerülnek.

Konkréten:

A Division I kategóriába tartozó egyetemek (70 egyetem) csapatainak 3 főfoglalkozású edzővel és 12 teljes ösztöndíjas versenyzővel kell rendelkeznie.

A Division II kategóriában (5 egyetem) a csapatnak 6 teljes ösztöndíjas versenyzővel kell rendelkeznie.

A Division III kategóriában (114 egyetem) nem követelmény az ösztöndíjas versenyző.

Természetesen a különböző kategóriájú Division csapatokban indulhatnak olyan tornászok is, akiknek nincs teljes ösztöndíjuk, vagy nem ösztöndíjasok. Az ösztöndíj nem kizáró ok, hanem lehetőség.

Nehéz szervezési feladat ennek a nagy létszámú, sok csapat részvételével megrendezésre kerülő bajnokságnak a lebonyolítása és adminisztrálása. A versenyrendszer nemcsak minőségi követelmények alapján differenciált, hanem a területi megoszlás alapján is. Az NCAA 6 színhelyre (régiora) osztotta az egyetemeket a versenyszervezés szempontjából. Ezek: West, North-Central, South-Central, Central, North-East, South-East. Az egyetemi tornaversenyek szervezése hatalmas feladat, amelyben nagyon sok hivatásos szakemberek és természetesen sok önkéntes is dolgozik. A nyomasztóan nagy számok önmagukban is elég problémát jelentenek, hát még az egyetemi élet, az egyetemi sport egy szeletének a koordinálása, menedzselése úgy, hogy pontosan illeszkedjen az oktatási és egyéb társadalmi tevékenységek szerkezetébe.

A versenyrendszer

Minden csapat végső célja, bekerülni a nemzeti bajnokság döntőjébe, ahová az állami, majd a regionális versenyeken keresztül vezet az út. Tehát először a regionális versenyekre kell kvalifikálnia a csapatoknak és az egyéni versenyzőknek. Az állami bajnokságokon 6 verseny pontszámát értékelik a rendezők, amelyből a legmagasabbat kiejtik és a bent maradó 5 verseny pontszámából számolnak átlagot. Ez az átlagpontszám a regionális kvalifikáció „mérőszáma”, aminek alapján rangsorolják az egyetemi tornászcsapatokat a regionális bajnokságon való indulásra. Az egyéni versenyzők szintén a versenyszezonban elért eredményeik átlaga alapján kerülhetnek a regionális versenyekre. A nemzeti bajnokságra való bekerülés nem könnyű feladat. Csapatban a regionális versenyek 1. és 2. helyezett csapat kerülhet be a 6 régióból, ez összesen 12 csapat. Az egyéni versenyzőknek szintén nehéz az útjuk a nemzeti döntőig. A regionális versenyeken a csoportok egyéni összetett verseny győztesei automatikusan résztvevők, valamint azok az egyéni versenyzők, akiknek pontszáma eléri a kvalifikációs limitet. Ezen kívül meghívják az egyéni versenyek szerenkénti győzteseit is, ha pontszámuk eléri a 9,4 pontot.

A Nemzeti Bajnokság (2 napos verseny)

Első nap: a csapatbajnokság selejtezője és az egyéni selejtező, amiből a 12 egyéni összetett versenyző és két szerspecialista kerül a döntőbe.

Második nap: a 6 legjobb csapat versenye, a „Super Six”. Egyéniben az egyéni összetett verseny győztesei kerülnek be minden csoportból.

A gyakorlatok anyagerőssége és szerkezete a FIG versenyek követelményeit tartalmazza, módosított, redukált formában. Tehát, bizonyos alacsonyabb értékű elemek „kódját” feljebb emelik és így egy könnyebb anyagerősséggel is lehet teljesíteni a FIG által megkövetelt anyagerősség formai követelményeit. Ezzel az „átkódolással” nemcsak a nagyobb mennyiségű résztvételt tudják biztosítani a versenyeken, de az edzéseken, az elemtanulási folyamatban jelentősen csökkenteni tudják a sérülésveszélyt, hiszen itt, főleg a nőknél, már nem tizenévesek versenyeznek, hanem felnőtt nők.

A nőknél a gyakorlat anyagerőssége és összetevői a JOP Level 10-es (ifjúsági versenyprogram) előírásait és nehézségi követelményeit követik. Ez 2C, 4B és 4A elemet ír elő. Ugrásban szintén speciális értéktáblázat van: 3 ugrás, 3 kísérlet lehetséges, és a háromból a legjobb számít. A Safety Zone használata a Yourchenko/round off belépésű ugrásoknál kötelező a férfiaknál is és a nőknél is. A férfiaknál is hasonló a követelmény, vagyis az ifjúsági korosztály legmagasabb kategóriájának követelményeit modellálják a gyakorlatok. A FIG által bevezetett és deklarált elemcsoport táblázat mindegyikéből kell elemet választani, 5 elemcsoport van, és minden kategóriából kell minimum egy elemet tartalmaznia a gyakorlatoknak, ha az elérhető maximális induló pontszámot akarja elérni a versenyző.

Az indulók mezőnye nagy, a 3 különböző Division 6 régiójából sok tornász indul a versenyeken. Ez a tény eleve magában hordozza a lehetőséget, hogy a versenyteljesítmények, a gyakorlatok nehézsége és minősége is széles skálán mozogjon. Az említett férfi és női gyakorlatok anyagerőssége a minimális induló pontszámot jelenti, ezek mellett, illetve ezen felül nagyon

sok extra pontot lehet kapni, ha a tornász többet, jobbat teljesít. Így például, jutalompontot lehet kapni a pontos talajra érkezésért, a „beleállításért”, ha a leugrás elég magas elemértékű. Ugyanígy jutalompont jár ugrásban is a pontos talajra érkezésért. Bonus pontokkal jutalmazták az extra nehézségű elem kombinációkat, stb.

A férfiaknál 12 fő lehet egy csapatban, ezekből 6 tornász mutathat be szerenként egy gyakorlatot, amiből a 4 legmagasabb pontszám számít a csapat eredményébe. Egyelőre az A és B zsűri által adott pont csak a legmagasabb szinteken, a nemzeti bajnokságokon megszokott. A nőknél a csapatlétszám 12 fő, amiből 6 versenyző indul egy szeren és a hatból 5 pontszáma számít a szerenkénti csapat eredményébe.

Az ösztöndíjas versenyzőknek szerződésük van az egyetemmel, amiben az egyetem vezetése rögzíti elvárásait. Konkrétan:

- maximálisan heti 20 óra edzést írhatnak elő az edzők,
- a versenyéviadon kívül heti 8 óra edzést kérhetnek hivatalosan az edzők,
- 4 órát lehet edzeni egy nap és 3 órát tarthat egy verseny,
- heti egy pihenőnapot kell biztosítani a versenyzőknek,
- maximálisan 13 verseny lehet egy versenyszezonban,

A versenyző magatartására vonatkozó követelmények:

- te, mint ösztöndíjas, mindig az egyetemet képviseled,
- csak heti három alkalommal fordulhat elő, hogy az edző csak megfigyeli a versenyzőt, de nem edz vele,
- e-mail-ben, vagy írásos formában csak szeptember elseje után adhat edzésprogramot az edző,
- a szülői látogatások is szabályozva vannak, ha a tornász a kollégiumban lakik.

Természetesen ezek a szerződések nemcsak a „kötelességeket” tartalmazzák, hanem a versenyző jogait és anyagi juttatásait is.

Általában egy tanév időtartamú szerződést kötnek. Minden költség, versenyek, utazás, étkezés, felszerelés, a versenyző egészségi biztosítása az egyetemet terheli. A versenyzők tanulmányi költségeit (előadások, vizsgadíjak, könyvtár stb.) szintén az egyetem fedezi.

Hogyan kerülnek a tornászok az egyetemi csapatokba, hogyan kapnak ösztöndíjat? A tornásznak először pályáznia kell az ösztöndíjas státuszra. A pályázatban meg kell adni a tornász pályafutásának főbb eredményeit, edzésteljesítményeit, általában fényképekkel és videofelvételekkel dokumentálva. Ezen kívül a helyszínen bizonyítania kell tudását, képességeit edzés körülmények között. Ezt követően többször megnézik a jelöltet a versenyeken. Sokszor látni az ifjúsági versenyek döntőiben a nézők között helyet foglaló collage-edzőket, akik keresik az alkalmas jelölteket. Ha megfelelt az egyetemi csapat követelményeinek a jelölt, írásban értesítik a további tennivalókról. Egy jó tornásznak azonban lehetősége van beadni pályázatát több egyetem csapatához is. A versenyteljesítmények mellett azonban meghatározó a jelölt (vagy az ösztöndíjas) tanulmányi előmenetele, vagyis a tanévenként kiadott akadémiai rangsor, amelyet a csapat szintjén is rendszeresen értékelnek. Az egyetemek ilyen rangsora mellett évenként 140 tornász eredményeit publikálják.

A 2007-es férfi csapatbajnokság végeredménye

Egyetem	Összpontszám	Egyetem	Összpontszám
1. Penn State	221,00	4. Michigan	218,40
2. Oklahoma	220,20	5. Illinois	127,30
3. Stanford	218,45	6. Minnesota	217,15

A férfi egyéni összetett verseny eredménye

Név	Egyetem	Pontszám
1. T. Abdullah-Simmons	Oklahoma	55,75
2. Wes Haagensen	Illinois	55,00
2. Jonathan Horton	Oklahoma	55,00
4. David Sander	Stanford	54,00
Justin Sahry	Michigan	54,00
6. Jacob Lee	Minnesota	53,20

A 2007-es egyetemi bajnokság szerenkénti döntői is óriási versenyt hoztak, a világversenyek színvonalát idéző minőséggel. Csupán érzékeltetem a döntő színvonalát egy-egy kiemelkedő versenyző gyakorlatának néhány részletével.

A talajon győztes Jonathan Horton (az USA nemzeti válogatottjának tagja) pontszáma 9,650. Gyakorlatának első akrobatikus sora: rundel, nyújtott testű szaltó 540-fokos fordulattal, előre nyújtott testű szaltó 360-fokos fordulattal, rögtön 1,5 fordulattal, guruláshoz. Utána rundel, nyújtott testű szaltó 540-fokos fordulattal rögtön előre nyújtott testű szaltó 360-fokos fordulattal. A befejező sor: rundel, flick Tcukahara szaltó.

A gyűrű döntőt nyert Alex Schors pontszáma 9,760. Óriási gyakorlatot csinált. Részletek a gyakorlatból: függésből emelés lefüggésbe, billenés támaszmérlegbe, emelés kézállásba, ereszkedés keresztkezőállásba, átfordulás előre, lendület hátra támaszmérlegbe lelendülés, kelepfellendülés terpesz talptámaszba, átfordulás előre, lendület hátra váll átfordulás előre, lendület hátra támaszmérlegbe. A gyakorlat vége: kelepfellendülés nyújtott karral kézállásba, lelendülés Tcukahara leugrás.

Ugrásban David Sander (Stanford) Yurchenko nyújtott testű szaltó 900-fokos fordulattal (2,5 csavar!), bravuros végrehajtás.

Korlátan Timothy McNeil (California-Berkeley). Részletek a gyakorlatából: hosszúbillenés kiterpesztés emelés kézállásba, lelendülés alsó kelep fellendülés 180-fokos fordulattal kézállásba, óriáskör, kelepkezőállás nyújtott karral, lelendülés támaszcseré kézállásba, Diamidov lelendülés elől támaszkézállásba, Healy-Healy, kétszer 90-fokos fordulat lelendülés elől támasz kiterpesztés, lendület kézállásba, lelendülés mellé léghenger dupla szaltó.

Nyújtó: Jonathan Horton (Oklahoma). Részletek a gyakorlatból: alsó fogással kelepkezőállás, rögtön alsós Stalder, óriáskör előre 360-fokos fordulattal, fordított fogású kézállásba, óriáskör előre fordított fogással, fogásváltással alsóra rögtön 180-fokos fordulat felsőre, óriáskör hátra, szökkenéssel 360-fokos fordulat kézállásba, óriáskör hátra, Kovács szaltó, óriáskör hátra, Kovács szaltó 360-fokos fordulattal, óriáskör hátra, Kovács szaltó, óriáskör hátra szökkenéssel, 540-fokos fordulattal, alsós kör előre, 180-fokos fordulat felsőre, óriáskör hátra, dupla nyújtott testű szaltó 360-fokos fordulattal leugráshoz.

A világversenyek döntőiben lehet hasonló színvonalú gyakorlatokat látni. Pontszáma: 9,775.

A női versenyek döntője sem maradt el a férfiaké mögött, hiszen a versenyben indultak közül jó páran korábban az USA nemzeti válogatottjának tagjai voltak a különböző világversenyeken. Ezek a nevek eleve garantálták a magas színvonalat és a nemzetközi versenyek izgalmas légkörét. A csapatversenyben a Georgia csapata győzött, hatalmas küzdelemben verte le az Utah csapatát.

A 2007-es női csapatbajnokság végeredménye

Egyetem	Összpontszám	Egyetem	Összpontszám
1. Georgia	197,870	4. UCLA	196,925
2. Utah	197,250	5. Stanford	196,825
3. Florida	197,225	6. Nebraska	195,975

Az egyéni összetett verseny felért egy világbajnoki döntővel: Courtney Kopets, Ashley Postell és még sokan mások szállították a fantasztikus teljesítményeket.

A női egyéni összetett verseny eredménye

Név	Egyetem	Pontszám
1. Courtney Kopets	Georgia	39,750
2. Ashley Postell	Utah	39,600
3. Amanda Castillo	Florida	39,550
4. Tiffany Tolnay	Georgia	39,500
Anna Li	UCLA	39,500
Carly Janiga	Stanford	39,500

A szerenkénti döntők bajnokai

Szer	Név	Egyetem	Pontszám
ugrás	Courtney Kopets	Georgia	9,988
korlát	Terin Humphery	Alabama	9,950
gerenda	Ashley Postell	Utah	9,937
talaj	Morgan Dennis	Alabama	9,962

Joggal vetődik fel a kérdés, hogy a világklasszisok által bemutatott szuperteljesítményeket ismerve, hogyan kaphattak a versenyzők ilyen magas pontszámokat és itt nem csak a bajnokok teljesítményéről van szó, hanem az egész mezőny értékeléséről. Az igazság az, hogy a közönség (ami közel 1000 embert jelent egy döntőn) szereti a magas pontszámokat, így ezek a pontok a nézők „kiszolgálását” is jelentik.

Összefoglalás

Az egyetemi tornaversenyek fontos összetevői az egyetemi sportéletnek, az egyetemi reprezentáció kiemelt része. Az egyetemi tornaversenyeket a minőségi (Division-ok) különbségek és területi elhelyezkedés alapján is (régiek) csoportosítják és szervezik rendszerre. A versenyteljesítmények mellett a tornászokat tanulmányi előmenetelük alapján is rangsorolják. A kiváló eredményeket jutalmazzák. Az egyetemi tornaversenyek döntői volt, illetve jelenlegi világsztárok részvételével rendkívül magas színvonalúak. A torna rendkívül népszerű, az egyetemi sportélet jelentős része. Vonzó, sokszínű lehetőséget biztosít nemcsak az ösztöndíjas versenyzőknek, hanem az „amatőrök” számára is.

Leopold József

Referátum



**Apor Péter
rovata**

Az „edzéstabletta” a válasz a fizikai inaktivitás növekvő problémájára?

(Warden S.J., Fuchs R.K. (2008): Are „exercise pills” the answer to the growing problem of physical inactivity? British Journal of Sports Medicine, 42: 562.

A jegyzetben Narkar V.A. és munkatársai közleményére (AMPK and PPARdelta agonists are exercise mimetics. Cell, 2008, 134: 405-415) reflektáltak a szerzők. Egereknek per os adott GW1516 nyugalomban nem, de edzéssel együtt 60-75%-kal nagyobb mértékben növelte a kezelt egerek futásidejét a csak edzésben részesültekkel szemben. A másik anyag az AICAR (5-aminoimidazol-4-karboxyamid-ribonukleozid), amely 4 hétig adva, a nem edző egereknél a futásidőt 23, a futástávolságot 44%-kal növelte, vagyis nőtt az állóképesség anélkül, hogy egy lépést is edzettek volna!

A magyarázat valószínűleg az izomsejt energiaszolgáltató anyagcseréjét szabályozó fehérjék genetikai programjának megváltoztatása. Az AMP (adenozin monofoszfát)-aktivált protein-kináz (AMPK) a sejtagyagsere fő szabályozója, az aktiválása az AMP/ATP aránytól függ, ha energiahányos állapot áll fenn (ATP lemerülés illetve AMP felszaporodás), akkor az ATP szint helyreállítását segítő folyamatok indulnak be. Ilyen helyzet áll elő az izommunka során. Az AICAR az AMPK agonistája, a jelenléte „becsapja” a sejtet, mint ha energiahányos állna fenn, így a makroerg energiát

felhalmozó folyamatokat erősíti fel. A PPARdelta (peroxisome proliferator-aktivált receptor delta) is az AMPK aktiválásában vesz részt, és ennek agonistája a GW 1516. Ez csak akkor hat, ha (például az izommunka által) aktivált AMPK van jelen. Ezeket tehát „edzés-mimetikumnak”, „edzés-tablettának” is nevezhetjük provokatív felhanggal, mivel az izommunka alatt glikogén megtakarítást és fokozott zsírégetést idéznek elő.

Warden és Fuchs felsorakoztat érveket, hogy miért hoz az edzés sokkal több sejtszintű és szervezet-szintű változást, amelyek a szív-érrendszeri, a metabolikus és a pszichés kórfolyamatokban is védő és gyógyító hatást jelentenek. E szerek is haszonnal bíznak az elhízás, a metabolikus szindróma, a diabetes megelőzésében vagy kezelésében, vagy a mozgásra egyéb okoknál fogva képtelen személyeknek adva, ha a további vizsgálatok eredményei megengedőknek mutatkoznak.

A referens megjegyzése: egyéb oldalról is felrémlik az edzést helyettesítő/kiegészítő szerek alkalmazása, például a myostatin gátlásával elérhető izomtömeg gyarapodás.

HIRDESSEN

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 tanszékére, az összes (közel 100) országos sportági szakszövetség szakembereihez, az olimpiai felkészítést végző edzőkhöz, az olimpiai mozgalom szakértőihöz, a megyei és megyei jogú városok sportszakigazgatási szervezeteihez, sporttudományi társaságokhoz, szövetségekhez, intézetekhez, testnevelő tanárokhoz, sportorvosokhoz, az egyes sportági és sportszakmai folyóiratok szerkesztőségéhez. Ezért úgy véljük, kölcsönös előnyökkel járna, ha lapunkban hirdeténe, 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. Egyoldalnyi fekete-fehér anyag, a lapban a műszaki szerkesztő által meghatározott helyen elhelyezve egyszeri megjelenéssel | 30.000,- Ft |
| 5. Egyoldalnyi A/4-es méretű szórólappal 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 ÁFÁ-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, 1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3. Tel/fax: 460-6980. A megrendelések teljesítését követően számlát küldünk. Megkeresésüket várjuk és előre is köszönjük. A szerkesztőség: Magyar Sporttudományi Társaság (MSTT), 1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3. Számlaszám: 11705008-20450407. Tel/fax.: 460-6980, E-mail: nora.bendiner@helka.iif.hu

Társadalmi Riport – ezúttal a sportról!

Földesiné – Gál – Dóczy (2008): Társadalmi riport a sportról
 ÖM Sport Szakállamtitkárság, MSTT, Budapest

Egy frissen megjelent könyvről recenziót írni mindig nagy felelősség, de félelmeim hamar eloszlottak, amikor kézbe vettem a három szerző által jegyzett „Társadalmi riport a sportról” című könyvet. A kiadvány előlapja figyelemfelkeltő, a rendszeresen sporteseményre járók bizonyára elkezdik önmagukat keresni a fotón. A 124 oldal terjedeleme már jelzi, hogy szerzők igyekeztek „emészthető” hosszúságú kiadványt összeállítani. Ezen törekvésük messzemenőig sikerült is, hiszen szinte egyvégtében elolvassa az érdeklődő, ezt nagyban segíti nemcsak a téma aktualitása, hanem annak olvasmányos megírása is. Érezhető, hogy a szerzők igyekeztek megtalálni azt a vékony pallót, amely pont középen fut a szigorúan tudományos és az olvasmányos kiadvány között.

Mélyen egyetérték Frenkl Róbert bevezetőben írt gondolatával, miszerint a könyv kézhezvételekor az olvasó akarva-akaratlanul is a TÁRKI által gondozott „Társadalmi riport” sorozatra gondol; ezt a párhuzamot azonban a szerzők felvállalják. Az elemzés alapjául szolgáló adatfelvételt a TÁRKI végezte, ahogy az első tanulmányban Gál Andrea megjegyzi: A kialakított minta nem, életkor, településtípus és iskolai végzettség szerinti megoszlása jól illeszkedik a felnőtt lakosság megfelelő adataihoz. Látható tehát, hogy a szerzők abban a kivételes helyzetben voltak, amelyről majd minden társadalomtudós sokszor csak ábrándozik: országos reprezentatív mintán tesztelni a felállított hipotéziseket. Sajnos a kiadványban az adatfelvételtől, a kérdőívről, a kutatás háttéréről a reprezentativitáson túl egyéb információt nem találunk, talán egy általános bevezető gondolatsorban ezt a kérdéskört is jobban körül lehetett volna járni.

A tartalomjegyzékből is kiténik, hogy jelen esetben három, látszólag párhuzamosan futó, de egy közös töről fakadó vizsgálat eredményeinek bemutatását tartjuk a kezünkben. A három szerző szakmai konszenzusa révén minden fejezet ugyanazon tagolás mentén készült: a „Bevezető gondolatok” mellett röviden tisztázzák kutatási területük fogalmi háttérét, illetve összefoglalják annak szakirodalmi környezetét. Ezek után kerülnek megválaszolásra a feltett kérdések, majd a szerzők összegzik eredményeiket. A szerkezet jó, maximálisan kiszolgálja a kutatók és az érdeklődők igényeit is.

Gál Andrea „A magyar lakosság egészségtudatossága és szabadidő-sportolási szokásai” címszó alatt foglalja össze eredményeit. Bevezetőjében utal a Sport XXI Nemzeti Sportstratégia egyik sokat emlegetett céljára: a magyar társadalmat „Sportoló Nemzetté” kell alakítani. A kutató túllép az általános kijelentéseken és a szabadidősportra vonatkozóan olyan kérdéseket vet fel, amelyek vezérfonalként segítik kutatását (például: „Milyen motivációk állnak a sportolás mögött, illetve milyen okok húzódnak meg a passzivitás háttérében?”). A tanulmány célja, hogy statisztikai adatok segítségével mutassa be a felnőtt, magyar lakosság szabadidő-sportolási szokásait, egészségi állapotát. A tanulmány második fejezetében részletes szakirodalmi áttekintést találunk, nyolc átfogó elemzés (többek

között a Hungarostudy adott évi jelentése, az OLEF vizsgálatok) eredményeit foglalja össze a szerző. Ebből szinte teljes körű, diagnosztikus képet kapunk a felnőtt, illetve a fiatal lakosság egészségi állapotáról. Az elemzések bizonyos háttérváltozókkal való kapcsolatra is rámutat, például az egészség összefügg az iskolázottsággal, az anyagi helyzettel, és hogy ezen a területen is felismerhető a települési lejtő (a kisebb településeken élők – község, falu – egészségi állapota rosszabb). A kutató ezek után röviden a saját adatain mutatja be a szakirodalomban korábban ismertetett állapotok változatlanóságát. A tanulmány következő részében áttér a magyar lakosság szabadidő-sportolási szokásainak ismertetésére, és ebben az esetben is summázza a korábbi kutatások konklúzióit. Kirajzolódik, hogy a korábbi vizsgálatok eredményei napjainkban is relevánsak, hiszen „a testedzés, mint napjaink ülő életmódjának egyetlen lehetséges kompenzáló eszköze sajnos még mindig csak a lakosság töredékének mindennapi tevékenység-rendszerébe épült be.” Öröndetes újdonság azonban, hogy a nők összességében nagyobb aránya számolt be heti többszöri testmozgásról. A jó kutató azonban nem áll meg a problémák bemutatásánál, igyekszik azok megoldására is javaslatot tenni. Gál Andrea szerint fontos, hogy átfogó intézkedési csomag készüljön, és ne csak többnyire ad-hoc módon, kampányszerűen próbálják meg mozgásra csábítani az embereket. A cél elsősorban a szabadidősportból kiszoruló társadalmi rétegek mozgósítása lenne.

Földesiné Szabó Gyöngyi „Sportfogyasztás, mint a kulturális fogyasztás válfaja” című fejezete – kicsit szlengesen fogalmazva – hozza mindazt, amit az olvasó elvár, sőt! A szerző minden mondata mélyreható igazságot hordoz, mindezt úgy, hogy az olvasót akaratlanul is megragadja, formálja. Természetesen itt sem maradnak el a „száraz” statisztikai elemzések, megtudjuk például, hogy a 18 év feletti lakosok közel kétharmada soha nem látogat ki sporteseményre és ennek elsődleges oka az érdeklődés hiánya. A szerző megjegyzi, hogy bár a tényleges matematikai-statisztikai „mélyfúrások” még hátravannak, úgy tűnik, hogy a kulturális tőke és a sportfogyasztás e dimenziója között összefüggés van. Nem okozott meglepetést azon eredmény, miszerint sportújságot nagyságrendekkel több férfi olvas, mint nő, és hogy hasonló különbség van a sportközvetítéseket nézők nemenkénti megoszlásában is. A sportági vetület elemzésekor kiténik, hogy még mindig a labdarúgás (nem kifejezetten a hazai) a legnézettebb sport, de szorosan feljövőben vannak egyes magyar sikersportágak (vízilabda, kézilabda) is. A kutató független változók bevonásával teszi teljessé az elemzéseket, így megtudjuk, hogy összefüggés van az egyén lakóhelye, neme és iskolai végzettsége, valamint egy adott sportág nézettsége között. Számomra a 48 oldalas elemzés egyik legérdekesebb része a „Szurkolás magyar módra” című fejezet. A szerző korábbi munkái feltárták, hogy a rendszerváltás előtt (jellemzően az 1950-60-as években, de még később is) a sport jelentősen hozzájárult a nemzeti identitás meg-

jelenítéséhez és erősítéséhez, ám úgy tűnik, hogy ez az „utóbbi években háttérbe szorult”. Földesiné összefoglaló megállapításai sebészi pontossággal mutatnak rá azokra a neuralgikus pontokra, amelyekkel ideje a sport vezetőinek szembenézni.

Dóczi Tamás „A sportturizmus, mint szabadidő tevékenység társadalmi összetevői” című tanulmánya, bár harmadik a sorban, semmiképpen sem harmadrangú; tökéletesen illeszkedik a könyv tudományos rendszerébe. A kutató feladata nem volt csekély, mint ahogy erről már a bevezetőben meggyőződhetünk. A szerző pontosan körbejárta a sportturizmus definícióját és sikerült valós fogalmi hálót felvázolnia. Eredményei bemutatása ezek mentén halad, olyan alcsoportokat felállítva, amelyek újszerű megvilágításba helyezik a kérdéskört. A két dimenzió mentén (utazás és sportolás) felállított 2x2-es modellje az alapja későbbi elemzésének, minden társadalmi réteg besorolható ebbe a rendszerbe, – így kimutathatók a közöttük meglévő különbségek is. Kiváló a megközelítés, az eredmények plasztikusan tárják fel a magyar társadalomnak a sportturizmus vetületében mérhető különbségeit. A minden szempontból inaktívaktól (29%) eljut a teljesen aktívnak tekinthetőkig (35%) úgy, hogy minden csoportról komoly társadalmi anamnézist állít fel (kik tartoznak az adott csoportba, mekkora százalékban sorolhatók ide). Ennek a lakossági profilnak a felállítása nagyon komoly eredmény. A szerző mindezekkel együtt felvázolja, hogy miképpen lehetne az adott profilú csoportokat a sportturizmusnak megnyerni, és hol vannak azok a pontok, ahol szükség lenne a felelősök beavatkozására. Reméljük, hogy ezek a megállapítások valóban eljutnak az érintettekhez.

A sportszférában dolgozó kutatóknak ez elmúlt tíz évben csak nagyon ritka esetben adatott meg, hogy a felnőtt lakosságra nézve országosan reprezentatív vizsgálatot végezzenek. Az adatbázison elvégzett elem-

zések iránt „nagy a kereslet”, ennél fogva a kutatást vezetőik vállán komoly felelősség nyugszik. A kutatói csapat összeállítása szerencsés, ahogy a kiadvány hátoldalán található rövid összefoglalóban is olvashatjuk, ebben a csapatban három generáció képviselti magát. Földesiné Szabó Gyöngyi játszi könnyedséggel foglalta össze a sportfogyasztás elméleti kereteit, e szintézis-alkotó képességét méltán irigylik fiatal munkatársai. Gál Andrea, mint frissen doktorált adjunktus komoly szakirodalmi áttekintése megkönnyíti a témában dolgozó szakemberek munkáját, hiszen szinte katalógus-szerűen tekinti át a magyar lakosság körében az elmúlt évtizedekben végzett egészségi állapot-felmérő, valamint szabadidő-sportolási vizsgálatok eredményeit. Dóczi Tamás, a fiatal doktor-aspiráns, a kutatási folyamat precíz végrehajtását követően kiválóan foglalja össze a statisztikai elemzések konklúzióit.

A szakmai érdeklődők talán mélyebb elemzések eredményeit is szívesen látnák a Riportban, bár lehetséges, hogy ez szétfeszítené annak kereteit. Az bizonyos, hogy a jövőben a szaklapok bővelkednek majd az ilyen jellegű tudományos közleményeiben, kíváncsian várom ezeket! Talán érdekes lehet új változók bevonásával, új dimenziók mentén feltárni az esetlegesen meglévő társadalmi különbségeket. A TÁRKI által gondozott Társadalmi Riport egyik legnagyobb erőssége a rendszeres adatgyűjtésből származó friss eredmények bemutatása, azok összehasonlítása. Meghatározott időközönként a sportnak is szüksége lenne ilyen vizsgálatokra, a szerzők – tapasztalatokat, tudásukat felhasználva – ennek létrejöttéért sokat tehetnek.

A kiadványt ajánlom minden kedves érdeklődőnek, izgalmas és – visszatérve Frenkl Róbert szavaihoz – „szép, értékes munkával gazdagodott” nemcsak a hazai sport, hanem az egész szociológiai irodalom.

Velencei Attila

„Integráció – nevelés – testi nevelés”

PAB Sporttudományi Munkabizottság (Pécs, 2008. november 27.)

A Pécsi Akadémiai Bizottság Sporttudományi Munkabizottsága 2007. novemberében után másodszer rendezett „Integráció – nevelés – testi nevelés” címmel konferenciát, amelynek témája a sajátos nevelési igényű tanulók, a fogyatékkal élők integrációs, inklúziós lehetőségei az iskolai oktatásban, ezen belül kiemelt fontosságot tulajdonítva a testnevelés, sport eszközeinek.

Tavaly, a konferencia első részében elismert hazai szakemberek „Az integrációs elvek megjelenése Európában és hazánkban” témakörben ismertették kutatási eredményeiket, míg a folytatásban az elvek oktatásban-gyakorlatban történő megvalósulásáról mutattak be példákat, működő programokat gyakorló testnevelő tanárokat, akik sok tapasztalattal rendelkeznek az együttnevelés területén. A téma iránt nagy volt az érdeklődés, nem csupán a testnevelő tanárok körében, hanem a hallgatók között is. A PTE Testnevelés-és Sporttudományi Intézet képzésébe beépítette szabadon választható tantárgyként a „Fogyatékosok sportja”, illetve az „Integráció a testnevelésben” kurzusokat, amelynek következtében egyre többen vállalkoztak diplomamunka készítésére is az integráció-

inklúzió az iskolai testnevelésben témakörben is. A bolognai rendszerű alapképzés óra- és vizsgatervében nem szerepelnek ezek a szaktárgyak, így még nagyobb hangsúlyt kapott a PAB Sporttudományi Munkabizottság kereti között adott lehetőség, hogy ők se maradjanak ki a szakmai felkészültséget igénylő terület ismeretanyagából. Mivel egyre nagyobb az igény a speciális tudással rendelkező szakemberekre, szükségesnek láttuk, hogy a testnevelő-edző, a rekreáció-szervezés és egészségfejlesztés, a sportszervező és a sportkommunikátor szakos hallgatóink olyan előadókval találkozzanak, akik ötleteket, kedvet adnak a további szakosodásra, továbblépésre választott szakterületükön.

A konferencia első előadója Varga Júlia volt, aki a budapesti Klebelsberg Kuno Általános Iskola és Gimnázium részeként önállóan működő, nyolc évfolyamos alapozó iskolamodell, a „Gyermekek Háza Alternatív Alapozó Program” bemutatásán keresztül tette hitelessé, hogy az évfolyamonként működő, pedagógiai programok és helyi tantervek alapján ugyanolyan eredményességgel megvalósítható az elfogadó, együtt-



működő, integrált oktatás, mint a hagyományos képzési programokkal.

A második előadásban Di Blasio Barbara doktorandusz, egyetemi tanársegéd tudományos eredményekkel alátámasztva bizonyította az inklúzió személységre gyakorolt pozitív hatásait (épeknél és sérülteknél egyaránt) és kiemelte annak szükségszerűségét, hogy a jövő társadalmá csak a befogadás, elfogadás szemléletének elfogadása után képes megvalósítani a közösségekhez való tartozás igénye mellett a személyes szabadság megőrzését.

A következő két előadás a fogyatékosok sportja és az edzőképzés problémakörével foglalkozott. Szekeres Pál a Magyar Mozgáskorlátozottak Sportszövetségének elnökeként „A minősített edzők helye és szerepe a fogyatékosok sportjában” címmel tartott előadásában hívta fel a figyelmet annak fontosságára, hogy a sportszakember képzésben lehetőségét kellene kapnia egyrészt a fogyatékos sportolóknak szakmai ismeretek elsajátítására, hogy megélve/átélve a helyzeteket, valódi segítői lehessenek sorstársaiknak; másrészt a minőségi munkát végző edzők az épek sportvilága mellett a parasportban is hasonlóan eredményesek lehetnek. Színvonalas, tartalmas előadása mellett, az egyik legmeggyőzőbb érv az ő életútja, és hatalmas élményt jelentett számukra, hogy találkozhattak az egyetlen olyan sportlójával a világnak, aki az épek olimpiáján is, valamint a paralimpiákon is érmet nyert versenyző. Tevékenysége, vállalt feladatai, aktivitása és munkája bizonyítja, hogy milyen értékekkel rendelkezik a sport az egyén és az egész társadalom számára. Dorogi László a Fogyatékosok Nemzetközi Szövetsége munkatársaként „Az integráció jövője - az edzőképzés jövője a fogyatékosok sportjának szemszögéből” címmel tartott előadásában egy másik oldalról megközelítve a kérdést saját tudományos vizsgálataira támaszkodva válaszolt a jelen helyzetet, és a változtatás lényegét, a felsőoktatási-képzési intézmények lehetőségeit ezen a területen.

A délelőtti program ötödik előadója Adonyiné Dr. Gábori Mária egyetemi adjunktus, a Pécsi Tudományegyetem fogyatékosügyi koordinátora arról beszélt, hogy milyen módon és eszközökkel segíti az országban egyedülállóként a pécsi egyetemen működő „Támogató Szolgálat” a fogyatékkal élő hallgatókat tanulásukban. Előadása azért is volt fontos, mert sok „tévhitet” oszlatott el, sokan erőt merithettek tartalmából, a bemutatott példák közül, amely több esetben a testnevelés-sport szakterületen tanuló hallgatókat is érintett.

Ebben az évben nyitottunk az iskolák felé is azzal, hogy délutánra a Magyar Tudomány Ünnepe alkalmából rendezett délelőtti konferencia iskolai programjaként az Apáczai Nevelési és Általános Művelődési Központ Sportegységének „Játssz velünk – sportolj MÁS-ként!” címmel testnevelő-edző és sportkommunikátor szakos hallgatók közreműködésével (játékvezetők, pontozóbírók, kísérők és szervezők) szerveztünk játékdélután. A gyakorlati program célja az volt, hogy sérült és ép alsó tagozatos gyermekek önfeledten tudjanak együtt játszani, sportolni. A sportdélutánon 13, hat főből álló csapat, 9 játékban próbálta ki tudását és élvezte a mozgás örömét, élményét. Találkozhattak Sors Tamással, a pekingi olimpia aranyérmes sportlójával, aki élménybeszámolójával és a gyermekek kérdéseire adott válaszaival varázslatos hangulatot teremtett a délutánhoz.

Különösen értékesnek tartjuk, hogy a pedagógusok mellett nagyszámú sportszakember képzésben részt vevő hallgató is jelen volt a program mindkét részén, mert úgy gondoljuk a jövő lehetőségét ők adják; ők teremthetik meg igazán a témakörben megfogalmazott feladatok eredményét hozó változások feltételeit; főleg, ha egy másik (a neveléstudomány) szakterületről is megerősítést kapnak.

Dr. Prisztóka Gyöngyvér
PAB Sporttudományi Munkabizottság elnöke