

# TESTNEVELÉS, SPORT, TUDOMÁNY

PHYSICAL EDUCATION, SPORT, SCIENCE

A TESTNEVELÉSI EGYETEM TUDOMÁNYOS FOLYÓIRATA | SCIENTIFIC JOURNAL OF THE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION

1. évfolyam, 1 szám  
2016. április

<http://tf.hu/tst>  
[tst@tf.hu](mailto:tst@tf.hu)

**TST  
PSS**

ISSN 2498-7646



## 90 éves a Testnevelési Egyetem

### EREDETI KÖZLEMÉNY

- Új mérési módszer: Pszichés tényezők vizsgálata a Vienna Test System segítségével labdarúgók körében
- Gondolatok a modern labdarúgó mérkőzések futóteljesítményéről
- A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program szükségességének a magyar sportban
- A sport és a turizmus kapcsolata, a sportturizmus fogalmi rendszere
- Sportstruktúrák Európában: Olaszország sportrendszere
- Imparitás faktorok (esélyegyenlőtlenségi tényezők) a nők sportvezetővé válásában
- A női labdarúgás története: Európa, mint a sportág bölcsője
- Különböző sportágakban versenyző sportolók sportmotivációjának és flow élményének összehasonlító vizsgálata

### KONFERENCIA

- A 2015. november 27-i Tudományos Diákköri Konferenciája absztraktjai
- 7th Conference of the International Society for the Social Sciences of Sport (ISSSS)

### KÖNYVISMERTETŐ

- Kolozsvár sportja és kultúrája a reformkortól Trianonig





# TESTNEVELÉS, SPORT, TUDOMÁNY

PHYSICAL EDUCATION, SPORT, SCIENCE

---

A TESTNEVELÉSI EGYETEM TUDOMÁNYOS FOLYÓIRATA  
SCIENTIFIC JOURNAL OF THE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION



1. évfolyam, 1 szám  
2016. április

ISSN 2498-7646

# TARTALOM

Főszerkesztői előszó .....	5
----------------------------	---

## EREDETI KÖZLEMÉNYEK

### TESTNEVELÉS ÉS PEDAGÓGIA

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Új mérési módszer: Pszichés tényezők vizsgálata a Vienna Test System segítségével labdarúgók körében.....</li> </ul>	8
<i>Csáki István, Fózer-Selmeci Barbara, Bognár József, Szájer Péter, Zalai Dávid, Géczy Gábor, Révész László, Tóth László</i>	

### SPORTÁGI TUDOMÁNYOK

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Gondolatok a modern labdarúgó mérkőzések futóteljesítményéről .....</li> </ul>	21
<i>Zalai Dávid, Gyimes Zsolt, Bobák Péter, Csáki István, Hamar Pál</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program szükségességéről a magyar sportban .....</li> </ul>	27
<i>Géczy Gábor, Baji István</i>	

### GAZDASÁG- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYOK

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ A sport és a turizmus kapcsolata, a sportturizmus fogalmi rendszere .....</li> </ul>	39
<i>Lasztovicza Dóra, Béki Piroska</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Sportstruktúrák Európában: Olaszország sportrendszere .....</li> </ul>	51
<i>Farkas Péter, Rácz Barbara</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Imparitás faktorok (esélyegyenlőtlenségi tényezők) a nők sportvezetővé válásában.....</li> </ul>	59
<i>Trenka Magdolna</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ A női labdarúgás története: Európa, mint a sportág bölcsője.....</li> </ul>	70
<i>Déri Diána</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Különböző sportágakban versenyző sportolók sportmotivációjának és flow élményének összehasonlító vizsgálata .....</li> </ul>	80
<i>Szemes Ágnes, Harsányi Szabolcs Gergő, Tóth László</i>	

## KONFERENCIA-ABSZTRAKTOK

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ A Testnevelési Egyetem 2015. november 27-i Tudományos Diákköri Konferenciájának absztraktjai .....</li> </ul>	93
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 7th Conference of the International Society for the Social Sciences of Sport (ISSSS) "Sport in changing social, economic, political and cultural contexts" .....</li> </ul>	114

## KÖNYVISMERTETŐ

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Kolozsvár sportja és kultúrája a reformkortól Trianonig .....</li> </ul>	122
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Útmutató a szerzőknek .....</li> </ul>	125



# IMPRESSZUM

## FŐSZERKESZTŐ / EDITOR-IN-CHIEF

Koller Ákos (sporttal kapcsolatos természettudományok / sport-related natural sciences)

## SZERKESZTŐK / EDITORS

Hamar Pál (testnevelés és sportpedagógia / physical education and sport pedagogy)

Mocsai Lajos (sportági tudományok / practical sport sciences)

Sterbenz Tamás (gazdaság- és társadalomtudományok / social sciences of sport)

## SZERKESZTŐSÉGI MUNKATÁRSÁK / EDITORIAL STAFF

Dóczi Tamás, Léces Melinda

## NYELVI LEKTOR / LANGUAGE PROOFREADER

Nemerkényiné Hidegkuti Krisztina

## LAPTERV ÉS NYOMDAI ELŐKÉSZÍTÉS / DESIGN AND PREPRESS

Király András

## SZERKESZTŐBIZOTTSÁG / EDITORIAL BOARD

Ács Pongrác *Pécsi Tudományegyetem (HU)*, Balogh László *Szegedi Tudományegyetem (HU)*, Borbély Attila *Wekerle Sándor Üzleti Főiskola, Budapest (HU)*, Czyz, Stanislaw *North West University, Potchefstroom (ZA)*, Duncker, Dirk *Erasmus MC, Rotterdam (NL)*, Gál Andrea *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Géczy Gábor *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Józsa Rita *Pécsi Tudományegyetem (HU)*, Keresztesi Katalin *Debreceni Egyetem (HU)*, Koltai Erika *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Laczkó József *Pécsi Tudományegyetem (HU)*, Lenasi, Helena *University of Ljubljana (SI)*, Merkely Béla *Semmelweis Egyetem (HU)*, Milicic, Davor *University Hospital Centre Zagreb (CR)*, Perényi Szilvia *Debreceni Egyetem (HU)*, Révész László *Eszterházy Károly Főiskola, Eger (HU)*, Soós István *University of Sunderland (UK)*, Tóth László *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Wilhelm Márta *Pécsi Tudományegyetem (HU)*

## TANÁCSADÓ TESTÜLET / ADVISORY BOARD

Berkes István *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Földesiné Szabó Gyöngyi *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Gombocz János *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Pavlik Gábor *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Sipos Kornél *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Tihanyi József *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*, Tóth Ákos *Testnevelési Egyetem, Budapest (HU)*

---

## SZERKESZTŐSÉG / EDITORIAL OFFICE

Cím: 1123 Budapest, Alkotás u. 44. | Telefon: +36-1-487-9213 | E-mail: [tst@tf.hu](mailto:tst@tf.hu)

A Testnevelési Egyetem hivatalos tudományos lapja | Megjelenik online, évente 4-szer. Lektorált folyóirat: az eredeti közleményeket két független, anonim bíráló véleményezi. Felelős kiadó: Mocsai Lajos, rektor.

Address: Alkotás u. 44., Budapest, 1123 Hungary | Phone: +36-1-487-9213 | E-mail: [tst@tf.hu](mailto:tst@tf.hu)

Official scientific journal of the University of Physical Education, Budapest, Hungary | Published online 4 times in a year. Peer-reviewed journal: the manuscripts are reviewed by two independent experts. Publisher: Lajos Mocsai, rector.

Minden jog fenntartva. A kiadó a hirdetések tartalmáért nem vállal felelősséget. A folyóiratban megjelent valamennyi írásos és képi anyag közlési joga a kiadót illeti, a megjelent anyagnak, illetve egy részének bármilyen formában történő másolásához, ismételt megjelentetéséhez a kiadó hozzájárulása szükséges.

All rights reserved. The publisher does not take responsibility for the content of advertisements. The publishing rights of all written and visual materials belong to the publisher; to make a copy of the issue or any part of it is required to ask for the permission of the publisher.

## Előszó

Tisztelt Szerzők és Olvasók!

A TF újrászületése, mint Testnevelési Egyetem, és az Intézmény Klebelsberg Kuno általi megalapításának 90. évfordulója, új kötelezettségeket ró ránk. Többek között, tovább erősíteni az Egyetemi ranghoz szükséges spottudományi kutatásokat és színvonalas kétnyelvű - magyar és angol - fórumot teremteni a tudományos közleményeknek.

Ezt a célt hivatott szolgálni az új „Testnevelés, Sport, Tudomány” (TST) / „Physical Education, Sport, Science” (PSS) című folyóirat, mely a Testnevelési Egyetem gondozásában évente négyszer jelenik meg.

Az újság neve kifejezi az új törekvéseinket és céljainkat. Ugyanakkor, ez az újság szellemi utóda a jól ismert és megbecsült „Kalokagathia”-nak, mely az elmúlt évtizedekben fontos szerepet töltött be a sporttal kapcsolatos tudományos és egyéb cikkek közlésében.

Az önálló Testnevelési Egyetem négy Intézetének létrejötte lehetőséget ad arra, hogy a különböző sporttudományi ágak kutatásainak eredményeit – amennyiben lehet – a TF szerkezetének megfelelő csoportosításban közöljük. Ez nem csak formailag fontos, hanem tartalmilag is, mivel ki szeretnénk hangsúlyozni, hogy a sport egyre nagyobb szerepet tölt be a társadalomban és az emberek egészségének fenntartásában, ami komoly felelősséget ró ránk és a hallgatókra: a testnevelés és sport sokoldalú kutatása által magasabb szintre kell emelnünk a Klebelsberg Kuno által kimondott jelszót: „Szellemet, erkölcsöt, erőt egyesíts”.

A sporttudományok széleskörű művelése elősegíti e jelszó megerősítését, ami kiterjed a sportgazdasági, sportszociológiai, sportélettani, sportgenetikai és sportgerontológiai, stb. területekre. A TST/PSS, várja a testnevelés-, edzés-, társadalom- és természettudományokat oktató és kutató kollégáktól a sport bármely aspektusában végzett kísérletek, kutatások eredményeiből születő közleményeket. Természetesen külföldi szerzőktől is várunk spottudományokkal kapcsolatos kéziratokat. Tervezzük továbbá, hogy az Egyetemünkön végző fiatal doktoranduszok disszertációjának rövid összefoglalóit és a TF által megrendezett konferenciák (TDK, PhD, egyéb) absztraktjait is megjelentetjük.

A mai korhoz igazodva a TST/PSS on-line megjelenésű lesz, mint sok más rangos tudományos folyóirat, s így az interneten mindenki számára elérhető lesz, elősegítve az olvasottság növelését. A beküldött cikkeket a rangos hazai és külföldi kutatókból álló szerkesztőbizottsági tagok bírálják meg, ezzel is emelve a közlemények minőségét.

A TST/PSS első kiadása minden bizonnyal nem tökéletes, de reméljük, hogy az évek folyamán egy magas szintű sporttudományi folyóirattá fogja kinőni magát.

A Szerkesztő Bizottság és a magam nevében kérem az Önök segítségét, hogy elérjük e nemes célt!

Tisztelettel,

Koller Ákos  
főszerkesztő

## Foreword

Dear Authors and Readers!

The “rebirth” of TF, as University of Physical Education (UPE) and 90th anniversary of the foundation of this Institution by Kuno Klebersberg imposes new obligations upon us. Among others, we would like to strengthen our scientific research to meet the expectations of the university status and establish a high standard, bilingual - Hungarian and English - forum for the publication of new results.

This new journal entitled “Physical Education, Sport, Science’ (PSS), published for times in a year by the University of Physical Education, Budapest, Hungary is intended to serve these goals. The name of the Journal indicates our new ambitions and aims. At the same time, this Journal is the intellectual successor of the well-known and esteemed „Kalokagathia”, which played an important role in the publication of sport related scientific and other articles for many decades at the University.

The establishment of the four Institutes of the University of Physical Education offers the possibility to group the publications according to these four main topics (whenever possible). This is not only important because of formality, but in terms of content as well. We would like to emphasize that sport (competitive or leisure) plays an increasingly important role in society and in the maintenance of healthy life of individuals, facts, which impose great responsibility on us and our students. We should raise to a higher level the motto of Kuno Klebersberg: "Unite the mind, the moral and the power" by doing high quality research in the fields of physical education and sports sciences.

The cultivation of wide range of sport sciences reveals the great impact of sport on the society, economy, physiology, medicine, genetics and gerontology, etc. Thus, we plan to publish the latest results on all aspects of sport related research by teachers and researchers of physical education, training, social and natural sciences. Of course, we are looking forward to receiving manuscripts from other national and international researchers working on the field of sport sciences. We are also planning the publication of the abstracts of conferences organized by UPE and short summaries of the dissertations of our young PhD students.

Adapting to the modern age, PSS will be published on-line, like many other prestigious scientific journals, thus will be available on the internet and accessible for all readers. The Editorial Board consisted of well-known national and international researchers, and more members can be expected to join us. We anticipate that Board members will contribute by sending manuscripts to PSS regarding to their original research or review articles.

The first issue of PSS is certainly not perfect, but we hope that a high-level sport science journal will evolve over the years.

On behalf of the Editorial Board and myself, I am asking for your help to achieve this noble aim.

Sincerely yours,

Akos Koller  
editor-in-chief



## Új mérési módszer: Pszichés tényezők vizsgálata a Vienna Test System segítségével labdarúgók körében

### New measurement method: Examination of psychological factors with Vienna System among soccer players

Csáki István<sup>1,5</sup>, Fózer-Selmeci Barbara<sup>2,5</sup>, Bognár József<sup>1</sup>, Szájer Péter<sup>3,5</sup>, Zalai Dávid<sup>5</sup>, Géczi Gábor<sup>4</sup>, Révész László<sup>6</sup>, Tóth László<sup>2</sup>

1 Testnevelési Egyetem, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ

2 Testnevelési Egyetem, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék

3 Testnevelési Egyetem, Úszás és Vízi Sportok Tanszék

4 Testnevelési Egyetem, Sportmenedzsment Tanszék

5 Testnevelési Egyetem, Sporttudományok Doktori Iskola

6 Eszterházy Károly Főiskola, Sporttudományi Intézet

**Absztrakt:** A tanulmány elsődleges célja, hogy első alkalommal mutassa be a Vienna Test System által nyújtott mérési és értékelési lehetőségeket a labdarúgásban. Emellett a szerzők felmérték még a sportmotivációt (SMS) és verseny előtti szorongást is (CSAI2). A vizsgálatban a Testnevelési Egyetem labdarúgói (N=14) vettek részt. A hibázások számát és az önbizalmat összehasonlítva szignifikáns különbség van a posztok között. Nem volt szignifikáns különbség a posztok között az idő- és mozgás előrejelzése tekintetében, illetve a döntésképeség és a társas faktorok mérésével kapcsolatban. A döntéshozatali stílus alapján leginkább a védőkre jellemző, hogy analitikusan, részletek alapján hozzák meg a döntéseiket. Az együttműködés főfaktor alapján azonos kategóriába esnek a középpályások, csatárok és a kapus, míg a védők alacsonyabb értéket értek el. A belső motiváció értéke a felmért labdarúgók esetében magas, mely eredmény megerősíti azokat a véleményeket, melyek szerint az élsportban a belső motiváció magas értéke jellemző. A Vienna Test System kiváló eszköz a csapatsportágakban az optimális kiválasztás és tehetséggondozás szempontjából. Javasolt különböző más pszichés vagy motoros teszttel együttesen alkalmazni.

**Kulcsszavak:** Vienna System, labdarúgás, kiválasztás, tehetséggondozás, pszichés tényezők

**Abstract:** The primary aim of this study was to present the different possibilities of measuring and assessing soccer players with the "Vienna System". The authors also measured sport motivation (SMS) and anxiety (CSAI2). The soccer players from the University of Physical Education (N=14) participated in the study. According to the results there was a significant difference between the positions when comparing the number of mistakes and self-confidence. There were not any significant differences among positions concerning time and movement predictions and in connection with the measurement of determination and social factors. According to the decision-making style it is more a defender's attribute that the decision is based on the details with analytical methods. According to the cooperativeness main factor the midfielders, the strikers and the goalkeepers are in the same category; however, the defenders achieved lower values. In case of the football players investigated, the value of internal motivation is in the upper regions. These results validate the opinions that in elite sport the values of internal motivation are high. Vienna System was found to be a valuable method when focusing on talent selection and management in team sports. It is advised to apply it together with other psychological and physical methods for best results.

**Keywords:** Vienna System, soccer, selection, talent development and identification, psychological factors

## Bevezetés

A labdarúgás nemcsak hazánkban, hanem a világon is nagy népszerűségnek örvend, színvonalra érezhetően növekszik. Mára egyértelművé vált, hogy a sportolóknak nem elegendő jó fizikummal, élettani mutatókkal, motoros és sportág-specifikus képességgel rendelkezni, hanem fontos a megfelelő mentális-pszichés tényezők jelenléte is (Barreiros és mtsai, 2011; Csáki és mtsai, 2013a). Ezen tényezők és képességek döntő többsége különböző tesztekkel pontosan mérhető, így érdemes alaposan megvizsgálni és számításba venni a sportági követelményprofil meghatározásánál.

A család, mint elsődleges szocializációs közeg, döntően befolyásolja a sportágválasztás, a kiválasztás és a tehetséggondozás folyamatát (Czeizel, 2004). A kiválasztásnál az objektíven mérhető tényezőket kiemelten fontos meghatározni és folyamatosan ellenőrizni, elemezni (Harsányi, 2009). A tehetség-meghatározás és a sportági követelményprofil kiemelkedő jelentőséggel bír a labdarúgásra történő kiválasztási folyamatban (Thomas és Thomas, 1999), de önmagában nem elégséges magyarázó erővel rendelkezik (Meylan és mtsai, 2010). Tapasztalatok alapján elmondható, hogy a szelekciós folyamat akkor ideális, ha az objektív mérési eredmények mellé párosul a szakemberek véleménye és megérzése (Reilly, 2003).

Napjainkban elsősorban azokra a labdarúgókra tartanak igényt a klubok, akik magas szintű sportág-specifikus képességekkel rendelkeznek (Révész és mtsai, 2005). Ebben kiemelt szerepet kap a körülmények és a szituációk állandó változása, így a gyors gondolkodás, a játék olvasása és a megfelelő döntési képesség a szükséges képességekhez tartoznak (Bognár és mtsai, 2006, 2009). A személyiség tulajdonságok szempontjából az önuralom, önbizalom és a motiváció, a kognitív készségek tekintetében pedig az általános intelligencia és a kreativitás számít jelentős megkülönböztető tényezőnek (Reilly és mtsai, 2003).

A tehetség kibontakozásában a különböző képességek és tényezők egymással való kölcsönhatása és egymásra épülése eredményezhet sikert (Orosz, 2008). Jól ismert, hogy a játékosok csúcsteljesítménye szoros összefüggésben áll pszichés és mentális képességeikkel (Williams és Krane, 2001), az edző általi irányíthatóság, a csapatkohézió, a megküzdési stratégiák, valamint a motiváció szintje jelentősen befolyásolják a teljesítményt (Csáki és mtsai,

2013b). Három faktor együttállása elengedhetetlen a folyamatban: a mentális, fizikai és technikai faktor (Orlick és Partington, 1998). A sportolók nagy százaléka a versenyeken nem képes a teljesítménye maximumát elérni, mert nem jól készültek fel mentálisan a mérkőzésre (Nagy, 2012). Ahhoz, hogy felkészültek legyenek, elsősorban a fókuszált figyelem és a teljesítménykontroll azok, amelyek a csúcsteljesítmény eléréséhez szükségesek.

## Pszichológiai vizsgálatok a labdarúgásban

Robert C. Cloninger (1987) a nyolcvanas években jelentette meg először a jelenben már széles körben elismertté vált pszichobiológiai személyiségelméletét, melyhez egészen napjainkig kiterjedt kutatások és fejlesztések kapcsolódnak. A személyiség pszichobiológiai modellje négy temperamentum dimenziót (újdonságkeresés, ártalomkerülés, jutalomfüggőség és kitartás) és három karakterjellemtípust (önirányultság, együttműködés és transzcendenciaélmény) különböztet meg (Cloninger és mtsai, 1993; Cloninger és Svrakic, 1997). Az elmélet szerint a temperamentum az emocionális ingerekre adott automatikus válaszok összessége, öröklődő, már a korai gyermekkortól jól felismerhető és befolyásolja az adott egyén alapvető emocionális mintázatát, szokásait és hangulatát. A karakter ezzel szemben azt mutatja meg, amit az egyén megvalósít önmagából; az önmagunkra, másokra és a világra vonatkozó fogalmaink összességét, így a szándékos viselkedést, az attitűdöket és a célokat foglalja magában (Mirnics, 2006).

Az egyének közti temperamentum különbségek már korai gyermekkorban jelen vannak, és bizonyos mértékig meghatározzák a későbbi, serdülőkori és felnőttkori viselkedést is. A temperamentumhoz tartoznak az információ befogadásának, tárolásának és feldolgozásának egyéni, automatikus és öröklött különbségei. Négy dimenziója megjeleníti a perceptuális ingerekre adott automatikus, fogalmi rendszer előtti (prekonceptuális) válaszokat, jelzi a perceptuális (nem tudatos) memóriarendszer információ-feldolgozásának öröklött mintáit, illetve tükrözi az egyéni különbségeket az asszociatív tanulás területén az újdonságra, veszélyre, büntetésre és jutalomra adott reakcióknál (Cloninger, 1987). Ez a labdarúgó tehetséggondozás folyamatában fontos lehet, mivel nem mindegy, hogy a játékos hogyan reagál egy-egy külső ingerre, információra vagy hogyan dolgozza fel a sikert és a kudarcot.



Orlick (1992, 1995) kiválóságmodellje alapján a sportsiker összetevői a következők: hit, elköteleződés, teljes körű összpontosítás, pozitív elképzelések, mentális készenlét, zavar figyelmen kívül hagyása és konstruktív értékelés.

Az élsportot vizsgálva azt tapasztalhatjuk, hogy a legfontosabb tényező a motiváció, mely a viselkedésünket befolyásoló és a megfelelő irányba terelő állapot. *Deci és Ryan* (1985) kutatási eredményei azt bizonyították, hogy az élsportban alapvetően a belső motiváció magas értéke a jellemző, vagyis, hogy milyen mértékű a belső késztetése a feladat elvégzése során. Más szerzők szerint az alacsonyabb szinten játszó labdarúgókat kevésbé motiválja az eredményesség (*Caglar és mtsai*, 2009). Utánpótlás korú, elit labdarúgók esetében viszont kimutatták, hogy az eredményességet elsősorban a belső motiváció határozza meg, míg a külső motiváció jelentősége kisebb tételyzetekben (*Zalai és mtsai*, 2012, *Garcia-Mas és mtsai*, 2010).

A verseny előtti szorongás mértéke minden sportágban kiemelt jelentőséggel bír. A sportolók akkor képesek maximális teljesítményt nyújtani, ha nincs bennük túlzott félelem - és ezek testi tünetei - a versennyel, mérkőzéssel kapcsolatban. Szorongást *Filaire és munkatársai* (2001) vizsgálták sportolók körében és megállapították, hogy a szorongás értékei magasabbak a fiziológiai stressz esetén, mint a tesztoszteron koncentrációja. *Mayer* (2001) a kognitív-affektív stresszkezelési módszert vizsgálta és bizonyította, hogy a vizsgálat végére a sportolók szorongásának és önbizalmának értékei nem mutattak szignifikáns különbséget, viszont a szomatikus szorongás értéke csökkent. A verseny előtti szorongást vizsgálta *Hubbard* (2006) és megállapította, hogy a magabiztos baseball játékosok szomatikus szorongásának értékei magasabbak a verseny előtt, mint a közép-és alacsony önbizalmú játékosoké. *Kais és Raudsepp* (2005) vizsgálati eredményei szerint a játékosok szorongásának mértéke közepes az önbizalmuk mértéke pedig magas a mérkőzések előtt, ami nem mutat összefüggést a teljesítménnyel.

### Célkitűzés

A kiváló eredményeket elérő sportolók tudományos eszközökkel feltárt pszichológiai profiljáról már elég sokat tudunk (*Hanin*, 2009), azonban kevesebb a készségek mérésére vonatkozó empirikus kutatás. *Poliszczuk és Mosakowska* (2009) a

perifériás észlelés és az idő-mozgás előrejelzésének interakcióit vizsgálták, és a motoros készségek koordinációjának pontos és megbízható méréséhez a Vienna Test System tesztjeit használták. Azt tapasztalták, hogy a jobb kéz dominancia nagyobb bal látótér észlelésével függ össze, azonban a bal szem dominancia ellenére, gyorsabban és nagyobb döntési pontossággal reagáltak a vizsgálati személyek a jobb oldalon detektált ingerekre, amit fontos vizsgálni a labdarúgásban is, mivel a sportágban kiemelt szerepük van a koordinációs képességeknek is.

*Zwierko és munkatársai* (2008) specifikus anaerob gyakorlatok hatását vizsgálták sportolók perifériás észlelésére a Vienna Test System Peripheral Perception teszttel és azt találták, hogy a gyorsabb futási hatékonyság a PP (perifériás észlelés) tesztben javulást eredményezett a helyes válaszok száma és a kihagyott reakciók számával kapcsolatban.

Jelen kutatás célja, hogy a Vienna Test System segítségével meghatározza és elemezze a labdarúgók pszichés teljesítményét. A Vienna Test System egy viszonylag új, osztrák fejlesztésű rendszer, ezért a témával kapcsolatos hazai és nemzetközi kutatási eredmények száma elenyésző. Célunk, hogy a rendszer segítségével meg tudjuk határozni a pszichés és mentális képességek szintjét. Célunk továbbá a módszer segítségével megvizsgálni, hogy kimutatható-e különbség a mért pszichés jellemzők tekintetében a posztok között, mivel a labdarúgás sokoldalú pszichés teljesítményt igényel a sportolótól.

### Anyag és módszer

#### *A vizsgált minta jellemzése*

Dolgozatunkban a TFSE labdarúgó csapatát vizsgáltuk (N=14). A vizsgálatban a posztokat tekintve 2 kapus, 5 védő, 5 középpályás és 2 támadó vett részt. Azért döntöttünk a kis elemszám mellett, mivel elsődleges célunk az volt, hogy bemutassuk, hogy a Vienna System segítségével milyen lehetőség nyílik a sportolók, jelen esetben a labdarúgók pszichés tényezőinek mérésére. A játékosok átlagéletkora 21,5 év ( $\pm 1,74$ ), átlagtestsúlya 72,11 kg ( $\pm 5,32$ ) és átlagos testmagassága 179,57 cm ( $\pm 6,8$ ).

#### *Az adatfelvétel körülményei*

A Vienna Test Systemmel rögzített tesztek felvételére a Testnevelési Egyetem Pszichológiai Laboratóriumában került sor. A labdarúgók egymás után egyeztetett sorrendben, edzések előtt vettek részt a tesztelésen. A teszteket mindannyian ugyanabban a

sorrendben töltötték ki. A tesztelés menetét szóban ismertette a vizsgálatvezető. A rendszer felépítéséből adódóan a sportoló anyanyelvének megfelelően minden egyes teszt előtt olvasható az instrukció, azt követi a gyakorló fázis, majd a tesztelési fázis, hogy a standard körülmények biztosítva legyenek. A mérés pontosságát úgynevezett beviteli eszközök segítik: a beviteli panel (reakció idő, motoros idő milliszekundumos mérésére; idő és mozgás előrejelzésére), és a perifériás érzékelést mérő eszköz (a jobb és a bal látótér mérésére). A vizsgálatvezető minden esetben jelen volt a vizsgálati szobában. A papír-ceruza teszt kitöltésére mérkőzés előtt, közvetlenül a bemelegítés előtt, az öltözőben került sor.

### **Alkalmazott tesztek**

A vizsgálati személyek személyes találkozás keretében vettek részt a pszichológiai tesztelésen. A Vienna Test System tesztjeiből összeállított teszt-csomag a következőket tartalmazta: TCI (Temperamentum és Karakterleltár), AHA (Munkával kapcsolatos Attitűdök Tesztje), DT (Determinációs Teszt), RT (Reakcióidő Teszt), LVT (Vizuális Keresés Teszt), ZBA (Idő-Mozgás Anticipációját Mérő Teszt), PP (Perifériás Érzékelés Teszt) tesztek. A vizsgálat számítógépen zajlott, körülbelül 2 órát vett igénybe a kitöltése.

#### *TCI (Temperament and Character Inventory) Temperamentum- és karakterleltár*

A TCI olyan átfogó személyiségleltár, amely négy temperamentum- és három karakterdimenzió keretében ad képet a tesztelt személyiségről. A teszt elméleti alapját képező felfogás a személyiséget két jellemzőre – temperamentumra és karakterre – bontja, mellyel az egész személyiséget átfogó elemzésre törekedett a teszt megalkotója, amelyben az öröklött tényezőknek éppúgy helye van, mint az egyént érő szociális hatásoknak. A személyiségleltár 4 temperamentum- és 3 karakterisztikai dimenziót mér, 24 további aldimenzióval. A teszt kitöltőjének 240 állításról kell eldöntenie, hogy jellemző-e rá vagy sem. Személyiség-dimenziók: újdonság-keresés, sérelem elkerülése, megerősítés iránti igény, állhatatosság, integrált személyiség, együttműködés, transzcendencia. Kitöltési idő: 30 perc (Schuhfried, 2009).

#### *AHA (Attitude Towards Work) Munkával kapcsolatos attitűdök tesztje*

A teszt során munkastílushoz, döntéshozatalhoz, illetve motivációhoz kötődő viszonyulásokat vizsgálunk. Munkastílushoz kapcsolódóan precizitást, döntésképeséget, analitikus döntéshozatal, valamint kitartást (akadályokkal való megküzdés) mérünk. A munkával kapcsolatos attitűdök tesztje olyan objektív személyiségteszt, amely a munkastílus dimenzióit vizsgálja. A mérés a viselkedésen, nem pedig önjellemzésen alapul. A mért dimenziók: impulzivitás/reflexivitás, aspirációs szint, teljesítmény-motiváció, frusztrációs tolerancia. A pontosság skálán azt vizsgáljuk, hogy milyen mértékben törekszik a tesztelt a precíz munkavégzésre, mennyire ügyel a részletekre. A döntésképeség skála rutintól eltérő helyzetben mutatott döntéshozatali képességet vizsgál úgy, hogy gyors vagy analitikus döntéshozatal jellemzi-e inkább a tesztelt. Ez a skála egy feladat előtti célkitűzésről ad információt. Az alany saját teljesítőképeségének ismeretét vizsgálja abban a tekintetben, hogy az akadályok, kudarcok miként hatnak a tesztelt teljesítményére, motiváltságára, célkitűzéseire. A teszt kifejlesztésének elméleti hátterét *Cattell*, *McClelland* és *Atkinson* elméletei alkotják. Kitöltési idő: 45 perc (Schuhfried, 2009).

#### *DT (Determination Test) Döntésteszt*

A figyelmi képességet, a reaktívstressz-toleranciát és a reakciói sebességet olyan helyzetekben mérjük, ahol vizuális és akusztikus ingerekre kell megfelelően gyors, pontos és változatos reakciót adni. A teszt kitöltése során a jelölt azon kognitív képességeit aktivizáljuk, amelyek ahhoz szükségesek, hogy megkülönböztesse a színeket és a hangokat, memorizálja az inger konfigurációk karakterisztikáját, majd kiválassza azokat a releváns válaszokat, amelyeket az instrukcióban kapott. A DT során folyamatos, véletlenszerű és változó ingerekre kell reagálni. Kitöltési idő: 6 perc (Schuhfried, 2009).

#### *RT (Reaction Test) Reakcióteszt*

Reakcióidő mérésére alkalmas teszt – az éberség, inadekvát reakció elnyomása, az irányított figyelem képességeit vizuális és/vagy akusztikus ingerek jelenlétében vizsgálja milliszekundumos pontossággal. Kitöltési idő: 5perc (Schuhfried, 2009).

#### *LVT (Visual Pursuit Test) Vizuális keresés teszt*

A teszt a vizuális orientáció képességét vizsgálja.

A vizuális orientációs teljesítményt egyszerű elemek komplex környezetben való észlelési minőségén keresztül méri. A teszt kitöltés során erősen kell az ingerekre fókuszálni, a zavaró ingereket figyelmen kívül hagyni, mindezt időbeli korlátozás mellett. A teszt a szelektív vizuális figyelem mérésére is alkalmas. Kitöltési idő: 13 perc (Schuhfried, 2009).

*ZBA (Time Movement Anticipation Test) Időmozgás anticipációja*

Téri objektumok mozgásának és sebességének becslését vizsgáló teszt, főleg közlekedépszichológiai, repülés- és sport-pszichológiai alkalmazásokra alkalmas. Kitöltési idő: 12 perc (Schuhfried, 2009).

*PP (Peripheral Perception) Perifériás észlelés*

A teszt a perifériális vizuális információk észlelésének képességét vizsgálja. A megfelelő vizuális észlelés az élet mindennapjaiban szinte minden helyzetben fontos, pl. a közlekedésben. E képesség a közlekedési helyzetekben több változón keresztül nyilvánul meg: a) sebesség becslése, b) a jármű kontrollálása, c) a környezet folyamatos monitorozása. A közlekedési eszközöket vezető az információk 90%-át vizuális csatornákon keresztül kapják, így alapvető elvárás, hogy ezeknek a képességeknek birtokában legyenek. Kitöltési idő: 15 perc (Schuhfried, 2009).

**A Vienna System mellett alkalmazott tesztek**

*CSAI-2 (Competitive State Anxiety) Inventory-2 Szorongás vizsgálat*

A Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) (Martens, és mtsai, 1990) kérdőív a versenyzéssel kapcsolatos kognitív szorongást, a verseny előtti szomatikus szorongást és a versenyeredményrel kapcsolatos önbizalmat vizsgálja (Cronbach  $\alpha=0,83$ ). A teszt 27 kérdésből áll, melyek 9 tételből és 4 fokozatú skálákból állnak. A magasabb pontszámok magasabb szorongást és kedvezőbb versenyhelyezettel kapcsolatos önbizalmat jelentenek. Magyarországon először Sipos és munkatársai (1999) alkalmazták.

*SMS (Sport Motivation Scale) Sport Motivációs Kérdőív*

Vizsgálatunk következő pszichés tényezőket mérő kérdőíve a Sport Motivációs Kérdőív (SMS, Sport Motivation Scale) (Pelletier és mtsai, 1995),

mely 28 kérdésből áll és a játékosok motivációs irányultságát méri. A kutatásban a magyar változatot használtuk (Tsang és mtsai, 2005), mely 3 tényezőt mér, a motiváció hiányát, a belső motivációt és a külső motivációt (Cronbach  $\alpha=0,84$ ). A tesztben 1-7-ig terjedő alsóskálá segítségével lehet mérni a motivációs irányultságot. A motivációhiány magas mértéke azt jelenti, hogy a játékos sem önmagának, sem környezetének nem akar megfelelni, sokkal inkább valamilyen külső ráhatás miatt versenyez. A magas belső motivációs érték a sikerkeresést jelenti, ahol az önmagának való megfelelés és bizonyítási vágy a jellemző. A külső motiváció magas értéke pedig azt mutatja, hogy a sportoló elsősorban valamilyen külső elvárásnak akar megfelelni.

**Az alkalmazott statisztikai módszerek**

Dolgozatunkban az SPSS for Windows 20.0 statisztikai programot használtuk. A minta jellemzéséhez és az egyes változók átlag- és szóráseredményeihez leíró statisztikát, a posztok közötti eltérések vizsgálatához paraméteres ANOVA vizsgálatot, míg a változók közötti összefüggések feltárásához Pearson-féle korrelációs vizsgálatot alkalmaztunk. Szignifikancia szintnek a társadalomtudományos kutatásokban leggyakrabban alkalmazott 5%-os hibahatárt vettük alapul. A Vienna tesztrendszer készletétjeinél nyers pontszámokkal dolgoztunk (ZBA, DT, LVT, PP), míg az önjellemzős (TCI) és az objektív (AHA) személyiségteszteknel percentilis rankban tüntettük fel a labdarúgók eredményeit. A teszt eredményeket a szerint értelmezzük, hogy mely tulajdonságokban, skálákban mutat a kitöltő az átlagostól eltérő eredményt. A teszt során percentilis rank (PR) értékeket kapunk minden egyes skálán. Ennek értéke 0-100-ig terjedhet; 25-75 PR közötti intervallumba esik a normacsoportot alkotó emberek fele, ez képezi a normacsoport átlagát. Az átlagostól való eltéréseket magas érték esetén a személyre másoknál erősebben, alacsony érték esetén másoknál gyengébben jellemzőnek tekintjük, és értékelésüket ezekre az eltérésekre alapozzuk.

**Eredmények**

A megkérdezett labdarúgók átlagéletkora 21,5 év ( $\pm 1,74$ ), átlagtestsúlya 72,11 kg ( $\pm 5,32$ ) és átlagos testmagassága 179,57 cm ( $\pm 6,8$ ). A mintában a posztokat tekintve 1 kapus, 5 védő, 6 középpályás és 2 támadójátékos szerepel (N=14).

**1. táblázat: Az előrejelző készség posztonkénti átlag-és szórásértékei**

Kognitív képességek	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Előrejelző készség (ZBA)					
Idő előrejelzése	1,08±0,83	1,42±0,2	1,16±1,30	1,12±0,58	0,57±0,12
Mozgás előrejelzése	70,79±29,08	105,0±0,1	63,0±25,93	76,5±34,53	56,0±15,55

Az átlageredményekből kiderül, hogy a vizsgált labdarúgók jobban elővételezik a mozgást (ZBA), mint az időt (ZBA), vagyis a vizsgálat során pontosabban jelölték meg, hogy a mozgó tárgy mikor halad át a célvonalon. A kapott eredmények alapján a mozgás előrejelzésében a kapusok teljesítménye a legmagasabb értéket mutatja (105,0), míg a támadók érték el a posztok közül a legalacsonyabb értéket a vizsgált változóban (56,0±15,55). A posztok között nem találtunk különbséget.

A vizuális lényeglátás mérésekor (LVT), amely vizsgálati helyzetben a lényeges ingert kell kiszűrni a lényegtelenek közül, azt tapasztaltuk, hogy

a felmért labdarúgók 14%-a hiba nélkül oldotta meg a vizuális lényeglátás feladatát. Átlagosan 37 jó válasz született a mért 40 itemből (92,5%). A reaktív stressz toleranciát mérő tesztben (DT) a kapusok reakciói voltak a leggyorsabbak (0,69±0), míg ugyan ebben a tesztben a legtöbb helyes reakciót (251,2±23,12) a védők érték el. A mért tesztben (DT) a legkevesebbet (16,5±3,53) a támadók hibáztak. A vizuális lényeglátás tesztben (LVT) a legtöbb helyes válasz (38,5±0,7) a támadók teljesítményéhez köthető, valamint ők vétettek a legkevesebbet (2,54±0,38) a mért tesztben.

**2. táblázat: A stressz tolerancia és a vizuális észlelés tesztek posztonkénti átlag-és szórásértékei**

Reaktív viselkedés és vizuális funkciók	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Stressz tolerancia, reaktivitás (DT)					
Általános reakcióidő	0,69±0,03	0,69±0,8	0,67±0,03	0,7±0,04	0,73±0,02
Helyes válaszok száma	246,2±23,67	244±0,85	251,2±23,12	245,8±29,3	236±22,67
Hibás válaszok száma	32,64±14,41	36±0,63	47,2±12,33	25,3±5,78	16,5±3,53
Kihagyások száma	21,79±9,53	18±0,25	24,8±13,59	18,5±6,83	26,0±7,07
Vizuális észlelés (LVT)					
Helyes válaszok száma	37,29±2,19	34±0,17	38±1,0	36,83±2,85	38,5±0,7
Téves válaszok száma	3,32±0,83	3,49±0,05	3,59±1,04	3,32±0,71	2,54±0,38

3. táblázat: A személyiség sporthoz fűződő faktorainak posztonkénti átlag-és szórásértékei

A személyiség sporthoz fűződő faktorai (TCI)	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Újdonság-keresés főfaktor	69,71±28,91	67±0,07	98±1,25	62,83±19,0	21,0±4,24
Új feladatokra nyitottság	46,93±24,83	47±0,78	44,4±20,4	44,3±29,01	61±41,01
Döntéshozatali stílus	68,21±24,16	31±0,14	84,4±21,4	60,67±22,8	69±9,89
Visszafogottság hiánya	63±24,54	57±1,25	66,2±22,25	57,5±32,35	74,5±9,19
Hajlandóság szabályoktól eltérésre	74,79±20,99	42±0,25	83,4±19,6	68,5±19,55	88,5±14,84
Együttműködés főfaktor	44,64±30,4	63±2,25	18,2±13,18	58,17±27,61	61±45,25
Elfogadás	22,43±14,72	22±2,14	15,4±15,5	28,67±10,32	21,5±28,9
Empátia	47,64±28,75	19±0,54	35,6±23,51	51,5±29,9	80,5±16,26
Csapatmunka	75,57±25,6	86±0,65	65,8±39,35	78,5±17,39	86±0,
Konfliktus-kezelés	44,07±26,5	54±0,87	19,20±14,34	57,5±20,03	61±38,18
Etikusság	49,57±31,83	98±0,9	23,8±14,7	59,17±34,16	61±0,

Az önjellemzős személyiségteszt (TCI) eredményei alapján az Újdonságkeresés főfaktort vizsgálva az átlagértékekből kiderül, hogy a védők a legnyitottabbak az új típusú tevékenységekre (98±1,25), míg a támadók a legkevésbé (21,0±4,24). Az Újdonságkeresés alfaktorai alapján a védőkre (84,4±21,4) analitikus döntéshozatali stílus jellemző, míg a kapusok (31±0,) gyorsan hozzák meg

döntéseiket. A visszafogottság hiánya alfaktort vizsgálva a támadók (74,5±9,19) figyelnek leginkább energiájuk beosztására, azonban saját jellemzésük alapján a támadók (88,5±14,84) térnek el leginkább a szabályoktól. Az Együttműködés főfaktor alapján a középpályások (58,17±27,61) a legeggyüttműködőbbek.



**4. táblázat: Az objektív személyiségteszt és a perifériás észlelés posztonkénti átlag-és szórásértékei**

Objektív személyiség-teszt (AHA)	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Döntés-képesség	70,43±27,1	78±0,	84±8,	64,17±33,2	51,5±43,13
Perifériás észlelés (PP)					
Baloldali látószög	89±3,91	88,38±523	90,08±3,92	89,02±4,83	86,57±1,61
Jobboldali látószög	91,1±3,76	93,24±4,12	91,39±3,58	91,56±4,63	88,03±0,66
Célkövetés eltérése	7,1±1,97	6,7±0,58	6,25±0,53	8,08±2,79	6,51±0,19
Baloldali ingerekre adott válaszok reakcióideje	0,66±0,1	0,75±0,02	0,61±0,05	0,71±0,12	0,63±0,12
Jobb oldali ingerekre adott válaszok reakcióideje	0,59±0,06	0,63±0,03	0,56±0,04	0,62±0,07	0,56±0,06

Az objektív (AHA) személyiségteszt alapján szintén a védőkre (84±8,) jellemző az analitikus döntéshozatali stílus, míg a támadók (51,5±43,13) adott döntési helyzettől függően választanak gyors vagy analitikus döntéshozatali stílust. A játékosok perifériás észlelését (PP) felmérve, azt az eredményt kaptuk, hogy a kapusoknak (93,24±0,) a

legszélesebb a jobb oldali látószögük, míg a védők (0,56±0,04) jobb oldali ingerekre adott válaszaik reakcióideje a leggyorsabb. A célkövetés eltérése faktorban a középpályások (8,08±2,79) érték el a legjobb eredményt. Nem találtunk szignifikáns különbséget a posztok teljesítményét összehasonlítva.

**5. táblázat: A verseny előtti szorongás vizsgálat átlagértékei**

CSAI-2	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Kognitív szorongás	1,44±0,32	1,88±0,08	1,26±0,23	1,59±0,34	1,22±0,0
Szomatikus szorongás	1,42±0,38	1,66±0,01	1,55±0,44	1,37±0,41	1,16±0,07
Önbizalom	3,21±0,41	2,22±0,02	3,31±0,14	3,16±0,38	3,61±0,23

6. táblázat: A sporttal kapcsolatos motiváció átlagértékei

SMS	összes	kapus	védő	középpályás	támadó
	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás	átlag±szórás
Motiváció hiány	2,1±0,75	2,5±0,03	2,4±0,78	2,0±0,79	1,5±0,7
Külső motiváció	5,12±0,77	5,41±0,04	4,76±0,36	5,26±1,11	5,45±0,17
Belső motiváció	5,58±0,78	5,16±0,05	5,21±0,54	5,75±0,98	5,7±1,0

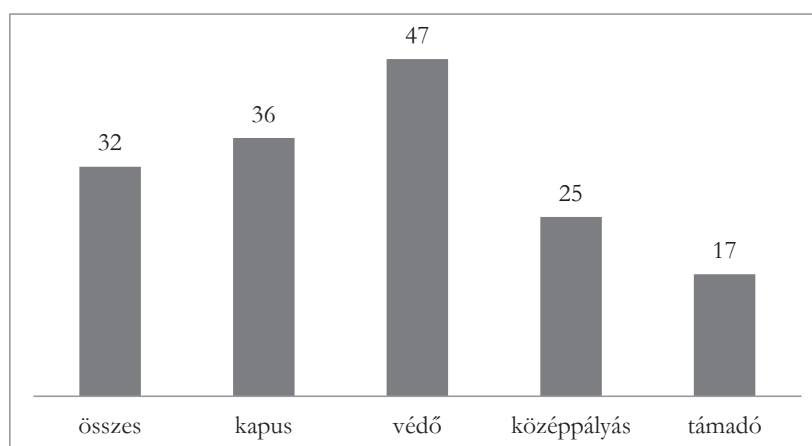
A sportolók verseny előtti szorongását vizsgálva megállapíthatjuk, hogy a verseny kimenetelétől való aggodalom, a kognitív szorongás és a feszültség testi tünetei, a szomatikus szorongás sem jellemző a játékosokra, mivel mindkét változó értéke alacsony. A felmért labdarúgóknál a verseny eredményével és kimenetelével kapcsolatos önbizalom értéke magas.

A játékosok motivációs bázisa kiegyensúlyozott képet mutat a külső és a belső motiváció faktoraik eredményei alapján. A motivációhiány alacsony értéke arra utal, hogy elkötelezett labdarúgók töltötték ki a tesztet.

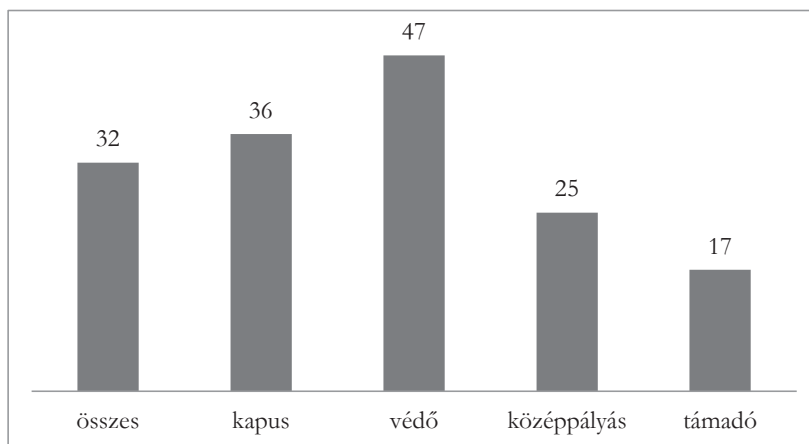
A hibázások számát vizsgálva (V22), azt tapasztaltuk, hogy szignifikáns különbség van a kapus és támadók között, továbbá a védők és a

középpályások, valamint a védők és a támadók között ( $F(3,13)=9,365$ ,  $p<0,05$ ). A hibázás adataiból kitűnik, hogy a támadók hibáznak a legkevesebbet, míg a védők a legtöbbet.

Amikor az önbizalom mértékét vizsgáltuk posztoként, azt az eredményt kaptuk, hogy szignifikáns különbség van a posztok között a vizsgált tényezőt tekintve ( $F(3,13)=3,79$ ,  $P<0,05$ ). Post Hoc vizsgálat alkalmazása után megállapítható volt, hogy szignifikáns különbség van a kapus és a védőjátékosok, illetve a kapus és a támadójátékosok között. Továbbá a válaszok alapján megállapítható, hogy a sportolók az átlagnál nagyobb mértékű önbizalommal rendelkeznek.



1. ábra: Hibázások nyerspont értéke posztonként



2. ábra: Önbizalom mértéke posztonként

### Összegzés, diszkusszió

A kutatás elvégzésével elsődleges célunk az volt, hogy bemutassuk, milyen lehetőségek nyílnak a pszichés jellemzők mérésére labdarúgók körében a Vienna System segítségével. A sportágban a vizuális, az akusztikus ingerek feldolgozásának, megfelelő lereagálásának, így a szelektációs folyamatban a gyors gondolkodásnak, a játék olvasásának és a megfelelő döntési képességnek meghatározó szerepe van. Az előzőekben felsorolt faktorok objektív eszközzel mérhetők, s visszajelezhetővé válnak, segítve mind a sportolót, mind az edző munkáját. Sőt, kiemelkedő jelentőségűvé válhat a mérőeszköz a tehetséges labdarúgók kiválasztása tekintetében.

Posztonként értelmezve a reaktív viselkedést (DT), miközben a hirtelen váltakozó ingerekre (szín, hang, jobb vagy bal pedál lenyomása) kell pontosan reagálni, azt látjuk, hogy hasonló reakcióidő jellemzi a sportolókat, azonban a csatárok kevesebb hibát ejtenek, míg a kapus és a középpályások kevesebb ingert hagynak figyelmen kívül. Ez azzal magyarázható, hogy a támadók mozgásait inkább a saját akaratuk vezérli, mint a védők és a kapus mozgását, hiszen a támadó kezdeményez, míg a védő és a kapus elsősorban lekövet. A magyarázat az is lehet, hogy a labdarúgást a gól jellemzi elsődlegesen, így a támadók hibázásai mindenki számára látványosak. Nagyobb pszichés nyomás van a támadókon, aminek kivédése csak jobb összpontosítás mellett lehetséges.

A kis elemszám ellenére, az önbizalom tekintetében szignifikáns különbség mutatkozott a posztok között; legmagasabb önbizalommal a támadók jellemezték magukat. A jó sportolók magabiztossága

és énhatékonysága kihat a sportolás intenzitására, ezen túlmenően pedig a sportban elért sikerek visszahatnak a két említett személyiségtényezőre (Kirkcaldy, és mtsai, 2002).

A mért változók összefüggéseit adott vizsgálati csoportra értelmezve posztonként is értelmeztük. Abban a tesztben, amikor azt mértük, hogyan reagálnak a játékosok a folyamatosan detektált szín- és hangingerekre, azt az eredményt kaptuk, hogy gyorsan reagálnak, sok választ adnak, azonban emellett számos hibát ejtenek és kihagynak egy-egy ingerdetektálást. Vagyis a vizuális és akusztikus ingerekre adott megfelelő gyorsaságú, pontosságú és változatos reakciókat tekintve először modalításonként lehet fejleszteni a sportolókat, majd egyre inkább lehet terhelni őket a figyelem megosztását fókuszba helyezve: folyamatos, véletlenszerű és változó ingerek detektálása révén. A sportolót a győzni akarás hajtja, a fokozott arousal-szint viszont csökkenti a pontosságot, mégis szívesen vállalják a sportoló a hibázás esélyét is, hiszen győzni csak megfelelő gyorsaság mellett lehet. A képzés feladata megtalálni azt az optimális gyorsaságot, mely még nem vezet hibázáshoz. A teszt alkalmas ennek meghatározására, a fejlődés mérésére.

A labdarúgásban szükséges képességek mérése napjainkra egyre nagyobb szerepet kap. A pályán a vizuális ingerekre adott válaszok felfogása, értelmezése az elsődleges, hiszen a hang ingerek a pályán kisebb mértékben fordulnak elő. A kapott jó eredmények a vizuális lényeglátás képességek magas szintjét támasztják alá.

Illetve az önjellemezős teszteredmények alapján a támadók jellemezték magukat a legmagasabb

új feladatokra való nyitottsággal, azonban a mért változó tekintetében nem volt szignifikáns különbség a vizsgálati személyek között. Az alfaktorokat elemezve, azt látjuk, hogy posztonként átlagos mértékben nyitottak a sportolók az új típusú feladathelyzetekre, emellett a kiszámítható, végrehajtható feladatokat is kedvelik. *Vaeyeno és munkatársai* (2008) a kiválasztás és a sportági jellemzők összefüggésével kapcsolatban végeztek vizsgálatokat, melyek szerint a kiválasztásban lényeges szempontot képvisel a sport újdonság iránti nyitottsága, avagy zártsága. Azokban a sportágakban, melyekben évről évre változóak a körülmények és új elemek vagy szabályok elsajátítása szükséges, a kiválasztási szempontok mérlegelése sokkal nehezebb, mint a konzervatívabb, formatartó sportágak esetében (*Vaeyeno és mtsai*, 2008, idézi *Oláh és mtsai*, 2012). A labdarúgás inkább a formatartó sportágak közé sorolható. Emellett csapat- és egyéni sportágakat, illetve férfiakat és nőket hasonlítottak össze és azt találták, hogy a férfiak, illetve a csapatsportot űzők mentálisan jóval edzettebbek a nőkhöz, illetve az egyéni sportot űzőkhöz képest. Valamint arra a következtetésre jutottak, hogy a sportban szerzett tapasztalat mennyisége – az életkortól függetlenül – pozitív kapcsolatot mutatott a sportággal kapcsolatos elköteleződéssel, a teljesítmény feletti kontrollal, és a kihívások kezelésével (*Nicholson és mtsai*, 2009, idézi *Oláh és mtsai*, 2012).

A belső motiváció értéke a felmért labdarúgók esetében magas, mely eredmény megerősíti *Deci és Ryan* (1985) elméletét, miszerint az élsportban a belső motiváció magas értéke jellemző.

Nem kaptunk szignifikáns eredményt, azonban az objektív személyiségteszt alapján idő- és mozgás előrejelzése tekintetében, illetve a döntésképeséget vizsgálva, a támadók érték el a legmagasabb eredményeket. *Ward és Williams* (2003) vizsgálataik során arra az eredményre jutottak, hogy a vizuális képességek szerepe, a pálya áttekintésének képessége, illetve az 1:1, 2:1, 2:2 elleni játéksituációk felismerése azok a tényezők, melyek különbségeket mutatnak különböző osztályban játszó labdarúgók között. Valamint abból a labdarúgóból válik jobb sportoló, aki rendelkezik az anticipáció készségével, gyorsabban gondolkodik az ellenfélnél, valamint kreativitás jellemzi (*Both*, 2005; *Williams és Franks*, 1998).

A pontértékek alapján azonos eredményeket értek el a játékosok az együttműködés faktorait

vizsgálva: elfogadás, empátia, csapatmunka, konfliktuskezelés és etikusság tekintetében.

A döntéshozatali stílus alapján a védőkre jellemző leginkább, hogy analitikusan, részletek alapján hozzák meg a döntéseiket. Minden poszt képviselőjéről kijelenthető, hogy törekszenek arra, hogy idejüket, energiáikat a feladataik elvégzéséhez illesszék. Saját jellemzésük szerint a védőkre és a csatárokra jellemző, hogy hajlandóak eltérni a szabályoktól a kitűzött cél megvalósításáért.

Az együttműködés főfaktor alapján azonos övezetbe esnek a középpályások, csatárok és a kapus, míg a védők alacsonyabb értéket értek el. Minden poszt képviselője úgy jellemezte magát, hogy kevésbé nyitott az eltérő értékrendet képviselő emberek iránt, inkább az azonos gondolkodású emberekkel szeretnek együtt dolgozni. Saját jellemzésük szerint a csatárok figyelnek leginkább környezetük érzéseire, míg a kapus úgy jellemezte magát, hogy kevésbé fordít figyelmet arra, hogy amit mond vagy tesz, hogyan hat a másik félre. Minden vizsgálati személy csapatjátékosnak jellemezte magát, és hogy szereti az együttes problémamegoldást hozó helyzeteket. Átlagos mértékű a csapattagok konfliktuskezelése, azonban a védők nehezebben lépnek túl sérelmeiken.

Kutatásunk céljaként tűztük ki, hogy bemutassunk egy objektív számítógépes pszichológiai tesztrendszerrel, melynek segítségével mérhetővé válnak a pszichés, kognitív és személyiségjellemzők. *Williams és Reilly* (2000) fogalmazták meg, hogy a kiválasztás és a fejlesztés egymással párhuzamosan és egymást segítő, folyamatos korrekció mellett zajlik. A lélektani vizsgálatok eljárásai a fejlesztő folyamatba épülve segíthetik a leghatékonyabban a labdarúgók kiválasztását és szűrését (*Reilly és mtsai*, 2003c). A mérőeszközökből kirajzolódó személyiség-sport megfelelés meghatározza a sportolási alkalmasságot és a beválást (*Reilly és mtsai*, 2003d). A Vienna Test Systemet mind diagnosztikai, mind pedig fejlesztő eszközként használhatjuk a sportolók felkészítése során, akár állapotfelmérés során vagy a felkészülést segítő, megerősítő formaidőzítés optimalizálásához.

A későbbiekben tervezzük az elemszám bővítését, hogy a Vienna Test System segítségével alaposabban és részletesebben vizsgálni tudjuk azokat a személyiségbeli különbségeket, melyek a leghatékonyabban jellemzik a különböző posztok képviselőit.

## Felhasznált irodalom

1. Amorose, A. J., Horn, T. S. (2000): Intrinsic Motivation: Relationship with Collegiate Athletes' Gender, Scholarship Status, and Perceptions of their Coaches' Behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22. 63-84.
2. Barreiros, A. N., Da Silva, J. M., S. P. Darte, D.T., Da Fonseca, A. M. (2011): What Portuguese premier league coaches think about the importance of psychological intervention in professional Soccer? *Motriz Revista de Educacao Fisica*, 17. 128-137. <http://dx.doi.org/10.5016/1980-6574.2011v17n1p128>
3. Bognár, J., Géczi, G., Révész, L., Trzaskoma-Bicsérdy, G., Koltai, M., Vincze, G. (2009): Magyarországi csapatsportok tehetség-kiválasztásának összehasonlítása. In.: Bognár József (szerk.): *Tanulmányok a kiválasztás és a tehetséggondozás témaköréből*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 237-249.
4. Bognár, J., Trzaskoma-Bicsérdy, G., Révész, L., Géczi, G. (2006): Szülők szerepe a sporttehetség gondozásban, *Kalokagathia*, 1-2. 86-95.
5. Both, J. (2005): *A futball egy (n)agy játék*. II. kötet. Both és Társa Bt.
6. Caglar, E., Acsi, F.H., Deliceoglu, G. (2009): *Does Participation Motivation of Youth Soccer Players Change with Regard to their Perceived Ability?* Series Physical Education and Sport/ Science Movement and Health, *Ovidius University Annals, Constanta, Romania*
7. Cloninger C. R., Svrakic D. M., Przybeck T. R. (1993): A psychobiological model of temperament and character, *Archives of General Psychiatry*, 50: 975-990.
8. Cloninger C. R., Svrakic D. M. (1997): Integrative psychobiological approach to psychiatric assessment and treatment, *Psychiatry* 60: 2. 120-141. <http://dx.doi.org/10.1521/00332747.1997.11024793>
9. Czeizel, E. (2004): *Sors és tehetség*. Urbis Könyvkiadó, Budapest.
10. Csáki, I., Bognár, J., Révész, L., Géczi, G. (2013): Elméletek és gyakorlatok a tehetséges labdarúgó kiválasztásához és bevalásához, *Magyar Sporttudományi Szemle*, 13: 1. 12-18.
11. Deci, E.L., Ryan, R.M. (1985): *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum.
12. Filaire, E., Sagnol, M., Ferrand, C., Maso, F., Lac., G. (2001): Psychophysiological stress in judo athletes during competitions, *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 41:2. 263-269.
13. Garcia-Mas, A., Palou, P., Gili, M., Ponseti, X., Borrás, P.A., Vidal, J., Cruz, J., Torregrosa, M., Villamarín, F., Sousa, C. (2010): Commitment, Enjoyment and Motivation in Young Soccer Competitive Players. *The Spanish Journal of Psychology*, 13: 2. 609-616.
14. Hanin, Y. (2009): Optimization of Performance in Top-Level Athletes: An Action-Focused Coping Approach. *International Journal of Sports Science and Coaching*. 4(1). 47-59. <http://dx.doi.org/10.1260/1747-9541.4.1.47>
15. Harsányi, L. (2009): Versenyteljesítmény és kiválasztás. In.: Bognár, J. (szerk.): *Tanulmányok a kiválasztás és a tehetséggondozás témaköréből*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 30-41.
16. Hubbard, J.T. (2006): Intensity and interpretation of pre-competitive anxiety in high school baseball players. Thesis, Master of Science, California State University, Fullerton.
17. Kais, K., Raudsepp, L. (2005): Intensity and direction of competitive state anxiety, self-confidence and athletic performance. *Kinesiology*, 37: 1. 13-20.
18. Kirkcaldy, B. D., Shepard, R. J., Siefen, R. G. (2002): The relationship between physical activity and self-image and problem behavior among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37: 544-550.
19. Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., Smith, D.E. (1990): Development and Validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). In: Martens, R., Vealey, R.S., Burton, D. (Eds): *Competitive anxiety in sport*. Human Kinetics. Champaign. IL. 117-190.
20. Mayer, W.F. (2001): *An investigation of cognitive-affective stress management training with golfers*. PhD Dissertation, Alliant International University, San Diego.
21. Meylan, C., Cronin, J., Oliver, J., & Hughes, M. (2010): Talent Identification in Soccer: The role of maturity Status on physical, physiological and technical



- characteristics. *International Journal of Sport Science and Coaching*, 5: 4. 571-592. <http://dx.doi.org/10.1260/1747-9541.5.4.571>
22. Mirnics, Zs. (2006): *A személyiség építőkövei*. Bölcsész Konzorcium, Budapest.
  23. Nagy, E. (2012): *A jövő labdarúgói - mentális felkészülés*. II. Nemzetközi Turizmus és Sportmenedzsment Konferencia, Debrecen, szeptember 5-6.
  24. Oláh, A., Szabó, T., Mészáros, V., Pápai J. (2012): *A sport pszichológiája*. Fejezetek a sportlélektanról és határterületeiről. I. Magyar Pszichiátriai Társaság & Oriold és Társai Kiadó, Budapest, 17-60.
  25. Orlick, T. (1992): The psychology of personal excellence. *Contemporary Thoughts on Performance Enhancement*, 1. 109-122.
  26. Orlick, T. (1995): The Wheel of Excellence. *Journal of Performance Education*, 1: 1. 10-21.
  27. Orlick, T., Partington J. (1988): Mental Links to Excellence. *The Sport Psychologist*, 2. 105-130.
  28. Orosz R. (2008): *A labdarúgó tehetség kibontakozását befolyásoló pszichológiai tényezők vizsgálata*, PhD értekezés, Debreceni Egyetem, Humán Tudományok Doktori Iskola.
  29. Pelleiter, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K., Briere, N., Blais, M. (1995): Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation in sports: The Sport Motivational Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17: 35-53.
  30. Poliszczuk, T., Mosakowska M., (2009): Interactions of peripheral perception and ability of time-movement anticipation in high class competitive badminton players. *Studies in Physical Culture and Tourism*, 16: 3. 42-49.
  31. Reilly, T., Williams, M. A., Richardson, D. (2003): Identifying talented players. In: Reilly, T., Williams, M. A. (Eds): *Science and soccer*. 2nd ed. Routledge, London.
  32. Révész, L., Géczi, G., Bognár, J., Tóth, L. (2005): A sporttehetség megközelítési módjai. *Magyar Edző*, 4. 5-8.
  33. Schuhfried (2009): *Vienna Test System Psychological Assessment*. Schuhfried, Moedling.
  34. Sipos, K., Kudar, K., Bejek, K., Tóth, L. (1999): *Standardisation and validation of the Hungarian competitive anxiety inventory-2 (CSAI-2)* of Martens et al., (1990). *Stress and Anxiety Research Society*, Abstract Book, July 12-14, Cracow, Poland.
  35. Thomas, K.T., Thomas, J.R. (1999): What squirrels in the trees predict about expert athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 30: 221-234.
  36. Tsang, E. C. K., Szabo, A., Soos, I., Bute, P. (2005): A study of cultural differences in motivational orientations towards sport participation of junior secondary school children in four cultures, *Journal of Physical Educations and Recreations*, 11: 1. 44-50.
  37. Ward, P., Williams, A. M. (2003): Perceptual and cognitive skill development in soccer: The multidimensional nature of expert performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25. 93-111.
  38. Williams, A. M., Franks, A. (1998): Talent identification in soccer. *Sport, Exercise and Injury*, 4: 159-165.
  39. Williams, A. M., Reilly, T. (2000): Talent identification and development in soccer. *Journal of Sport Sciences*, 18: 9. 657-667. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410050120041>
  40. Williams, J. M., Krane, V. (2001): Psychological Characteristic of Peak Performance. In: Williams, J. M. (Ed): *Applied Sport Psychology, Personal Growth to Peak Performance*. Mayfield Publishing Company, Mountain View, California. 162-178.
  41. Zalai, D., Csáki, I., Bognár, J., Révész, L., Géczi, G., Szalai, L. (2012): A funkcionalitás és a motivációs hatások vizsgálata elit utánpótlás korú labdarúgók körében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 50: 2. 77.
  42. Zwierko T., Glowacki T., Osinski W. (2008): The effects of specific anaerobic exercises on peripheral perception in handball players. *Kinesiology Slovenica*, 14. 68-76.



# Gondolatok a modern labdarúgó mérkőzések futóteljesítményéről

## Thoughts on running performance at modern soccer matches

Zalai Dávid<sup>1</sup>, Gyimes Zsolt<sup>2</sup>, Bobák Péter<sup>3</sup>, Csáki István<sup>1,4</sup>, Hamar Pál<sup>5</sup>

1 Testnevelési Egyetem, Sporttudományok Doktori Iskola

2 Testnevelési Egyetem, Atlétika Tanszék

3 University of Leeds, Department of Orthopaedics, Consultant Orthopaedics Surgeon

4 Testnevelési Egyetem, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ

5 Testnevelési Egyetem, Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék

**Absztrakt:** A labdarúgás a XXI. század egyik legnagyobb fizikai követelményeit támaztó sportági mozgásformája. A nemzetközi szinten versenyző játékosoknak klub-, illetve válogatott szinten egyaránt folyamatosan teljesíteni kell. A versenynaptárból adódóan akár heti két alkalommal is 90 percet kell játszani úgy, hogy közben az átlagos futótávolság több mint 10km. A tanulmány célja, hogy összefoglalja és elemezze azokat a labdarúgó-specifikus nemzetközi kutatásokat, amelyek statisztikai adatokkal alátámasztottan dolgozzák fel a mérkőzéseken teljesített futómennyiséget, illetve annak összetettségét.

**Kulcsszavak:** labdarúgás, mérkőzéselemzés, futóteljesítmény, megtett távolság

**Abstract:** Soccer is one of the most physically challenging sports in the 21st century because of the increasing demand on various movement patterns of today's game. Playing regularly at both international and club level is very difficult. Owing to the crowded fixtures, players often have to play twice a week for 90 minutes, which involves an average distance run of over 10 kilometers. The objective of the present study was to explore the international research work relevant on this subject and summarize the findings in relation to endurance running during the game.

**Keywords:** soccer, match analysis, running performance, distance covered

### Bevezetés

A labdarúgás a világ egyik legnépszerűbb sportága. Az európai szervezet, az Union of European Football Associations (UEFA) által éves szinten megrendezésre kerülő Bajnokok Ligája a sportág klubcsúcsát jelenti, míg a négy évenkénti Európa bajnokságok, illetve a világszervezet, a Fédération Internationale de Football Association (FIFA) világbajnokságai a legnagyobb és leginkább figyelemmel kísért sportesemények között számon tartottak. Az éves szinten megrendezésre kerülő nemzeti bajnokságok, nemzeti kupák, ligakupák, továbbá az elit klubok számára kiírt Bajnokok Ligája, folyamatos teljesítmény-, illetve mérkőzésenkényszer alatt tartják a legjobb játékosokat. E játékosoknak nem csak a fő versenyeken, hanem az említett

világesemények selejtezőiben is helyt kell állniuk. A labdarúgó versenynaptár két éves ciklusra bontja a négyévenként megrendezésre kerülő eseményeket, így a selejtezősorozatok, illetve a világesemények folyamatos fizikai és pszichés felkészültséget igényelnek a játékosoktól.

A labdarúgó mérkőzések két 45 perces félidőből állnak, a két félidő között 15 perces pihenőidővel (Wong és Hong, 2005), ahol a folyamatos játékidő átlagosan 60-65 perc. A sportágra jellemző mozgásprofil a folyamatos, magas intenzitású gyorsulások, lassítások, irányváltásos futások, felugrások és leérkezések jellemzik. A nemzetközileg sikeres és eredményes játékosoknak az említett mozgáselemeket a legmagasabb szinten kell végrehajtaniuk.

## A tanulmány célja

Célunk, a folyamatosan emelkedő labdarúgó teljesítményekkel, szűkebb értelemben a futóteljesítménnyel kapcsolatos nemzetközi kutatási eredmények, valamint következtetések ismertetése és elemzése. Emellett be kívánjuk mutatni azt a nemzetközi szinten leginkább alkalmazott két elemzőrendszert, amely a futómozgást összegzi. Igyekszünk javaslatot tenni olyan metodikákra, melyek segítik a játékosok futóteljesítményének labdarúgó-specifikus optimalizálását, megteremtve ezzel a minőségi előrelépés lehetőségét a sportágban.

## A labdarúgó futóteljesítmény háttere

A nemzetközi labdarúgó pályák átlagos hosszúsága, illetve szélessége 105 és 68 méter, a mérkőzések játékeje pedig 90 perc. Ezek a fő paraméterek, melyek behatárolják a sportágra jellemző futóteljesítményt. Olyan sportág-specifikus jellemzők, mint a játékos mozgásának, futóteljesítményének elemzése, vagy a lépésszám és a lépéshossz adatainak, valamint ezek gyorsaságának vizsgálata és értékelése, a nemzetközi kutatások körében már több tíz évvel ezelőtt is elérhetőek voltak (Raven és mtsai, 1976; Reilly és Thomas, 1976).

Az elmúlt évek sportági fejlődése azonban fel erősítette az említett mutatók folyamatos nyomon követésének, elemzésének igényét. A XXI. századi technológia által megalkotott mérkőzés elemző rendszerek rendkívüli támogatást nyújtanak a játékosok és a csapatok fizikális és taktikai felkészítésében (Di Salvo és mtsai, 2007). Az 1980-as években a labdarúgó mérkőzések elemzése megállapították, hogy a játékosok átlagosan 9700 métert teljesítenek a 90 perces mérkőzés során. Az 1990-es évektől kezdve azonban rendkívüli módon megemelkedett a labdarúgó futóteljesítmény, így a legnagyobb

futótávolságot teljesítő játékosok a 2x45 perc alatt akár 13 km-t is teljesítenek (Bangsbo, 1994; Ekblom, 1986). Ez az a mennyiség, aminek az átlagos intenzitása egyrészt megközelíti az anaerob küszöböt (Stolen, Chamari, Castagna és Wisloff, 2005; Withers, 1982), másrészt tele van irányváltásokkal, hirtelen megindulásokkal és megállásokkal, mely tartós és erős izom-összehúzóásokat tartalmazva, az egyensúly folyamatos megtartását követeli a játékosoktól. Ha ehhez még hozzávesszük a mérkőzések számát, akkor megállapíthatjuk, hogy a nemzetközi szinten kiemelkedően teljesítő játékosok évenkénti futómennyisége elképesztő fizikális felkészültséget követel.

## Labdarúgó futóteljesítmény elemzések

AXXI. századi labdarúgás fizikai követelményeinek jellemzése 1200 aciklikus és 3-5 másodpercenként változó mozgásformával jellemezhető, ahol 30-40 gyorsulási fázis és felugrás (Mohr és mtsai, 2003), valamint több mint 700 irányváltás kategorizálható (Bloomfield és mtsai, 2007).

A teljes futótávolság intenzitása Bangsbo (1996) elemzése alapján több kategóriára osztható. Ezek szerint a játékosok egy 11,9 km-es átlagos futómennyiségből 3400 métert sétálva (4 km/h), 3200 métert kocogva (8 km/h), 2500 métert lassú futással (12 km/h), 1700 métert közepes sebességű futással (16 km/h) tesznek meg, és mindössze 700 métert teljesítenek gyors futással (21 km/h), illetve 400 métert maximális futósebességgel (30 km/h). Több szempontú elemzést tartalmazó nemzetközi kutatások bizonyítják, hogy a játékosok a mérkőzések első felében teljesítenek nagyobb összfutómennyiséget, és több magas intenzitású futást (Barros és mtsai, 2007; Bradley és mtsai, 2009; Mendez-Villanueva és mtsai, 2013; Mohr és mtsai, 2003).

**1. táblázat: Irodalmi áttekintés a labdarúgó futóteljesítmény elemzések, az összes megtett távolság (+- SD), illetve az első és második félidő vonatkozásában (Barros és mtsai, 2007)**

Cikk	Játékosok	1. félidő (méter)	2. félidő (méter)	Összes megtett távolság	Különbség (%)
Barros és mtsai, 2007	55 első oszt.	5173 (394)	4808 (375)	10012 (1024)	7%
Di Salvo és mtsai, 2006	300 első oszt.	5709 (485)	5684 (663)	11393 (1016)	9%

Mohr és mtsai, 2003	18 első oszt. 24 másod oszt.	5510 (100) 5200 (140)	5350 (90) 5130 (120)	10860 (180) 10330 (260)	3% 1%
Rienzi és mtsai, 2000	17 első oszt. Dél Afr. 6 Premier League	4605 (625) -	4415 (634) -	8638 (1158) 10104 (703)	4% -

A futómennyiséget és annak intenzitását több tényező is befolyásolja. Ilyenek például a pozíciók, a labdatartási százalék, és az, hogy melyik féldőt nézzük (Bradley és mtsai, 2013; Buchheit és mtsai, 2010). A labdarúgás versenynaptárának kiírása alapján a nemzeti bajnokságok, kupák, illetve a nemzetközi kupasorozatok döntői a labdarúgó szezon végére, általában május környékére esnek. Ezek a mérkőzések az aktuális szezon legjobban várt eseményei. Rampinini és mtsai (2007) kutatása alapján megállapítható, hogy a labdarúgó mérkőzéseken teljesített legnagyobb mennyiségű teljes futótávolságok, valamint a gyors, maximálisához közeli intenzitású futások a versenynaptár ezen periódusában figyelhetők meg.

### Mérkőzés és futóteljesítmény elemzések

A technológia folyamatos fejlődésével, és a sportban történő térnyerésével egyre inkább elérhetővé válnak a különböző mérési eljárások, illetve módszerek. A laboratóriumi és pályateszteken túlmenően így lehetőség nyílik a játékosok teljesítményének mérkőzések közbeni elemzésére. A labdarúgó mérkőzések elemzésére, továbbá a csapatok és játékosok teljesítményének vizsgálatára ma már számos lehetőség áll rendelkezésre. A következőkben ezek közül mutatunk be néhányat.

A Global Positioning System (GPS) mikrotechnológiai rendszer a csapatsportok egyik közkedvelt teljesítmény-elemző rendszere. A helymeghatározó technológia segítségével mérhetővé válik az egyén aktuális sebessége, pozíciója és mozgása, emellett csapatsportoknál definiálható a játékosok közötti mozgásharmónia is (Cummins és mtsai, 2013). Ezek a lehetőségek támogatják a szakmai stáb munkáját mind taktikai, mind motoros teljesítmények tekintetében (Dwyer és Gabbet, 2012).

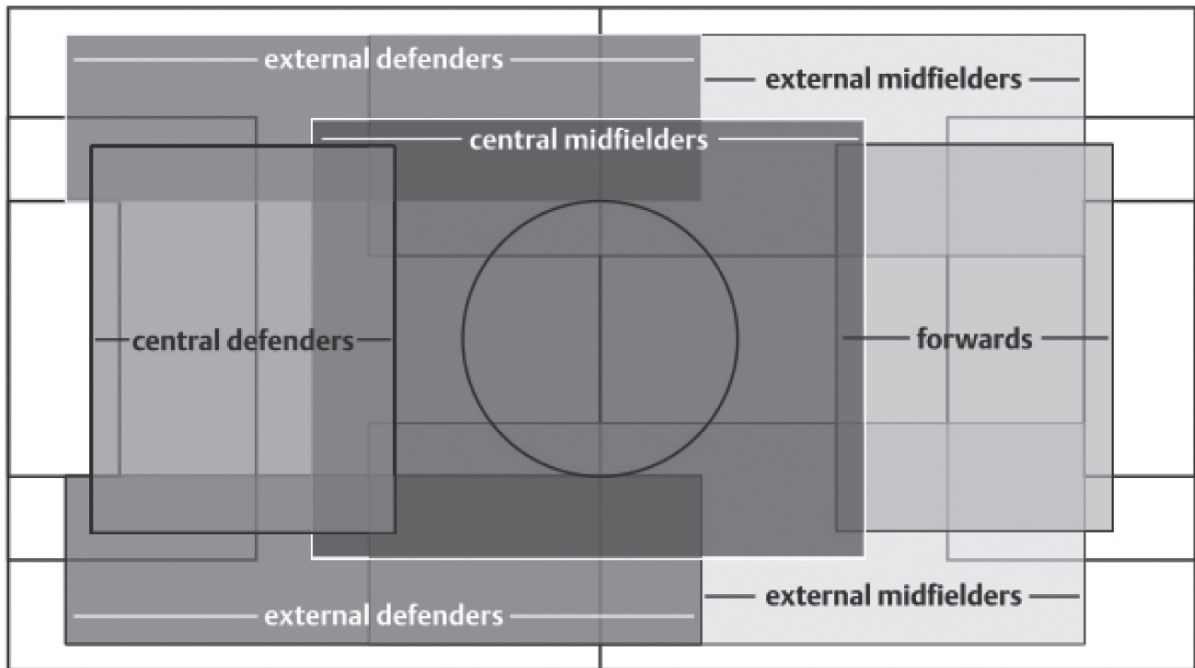
A nemzetközi labdarúgásban leginkább elterjedt és alkalmazott számítógépes idő-, mozgáselemző rendszere a Prozone<sup>R</sup>. A labdarúgó mérkőzéseket egy folyamatosan változó intenzitású időszakos mozgásprofil jellemzi (Edwards és mtsai, 2003). Di Salvo és mtsai (2013) a rendszer segítségével angol első és másodosztályú játékosok futóteljesítményét vizsgálta négy versenyszezonon keresztül. Megállapították, hogy a másodosztályú játékosok mérkőzéseken teljesített összfutómennyisége és magas intenzitású futása is több, mint az első osztályú játékosoké.

Az elemző rendszerek a játékosok pozíció-specifikus futóteljesítményét, a különböző pályarészen teljesített futómennyiségét, illetve azok intenzitását is képesek kategorizálni.

**2. táblázat: Pozíció-specifikus labdarúgó futóteljesítmény meghatározás**  
(Di Salvo és mtsai, 2007)

Labdarúgó pozíció	Átlagos megtett futótávolság	Szórás
Pozíciótól függetlenül	11 393 méter	1 016 méter
Középhátvéd	10 627 méter	893 méter
Szélső hátvéd	11 410 méter	708 méter
Középső középpályás	12 027 méter	625 méter
Szélső középpályás	11 990 méter	776 méter
Támadó	11 254 méter	894 méter





**1. ábra: Pozíció-specifikus mérkőzéselemző helymeghatározás** (Di Salvo és mtsai, 2007)

A klubok számára lehetővé teszik a nemzeti válogatottakban szereplő játékosok teljes futóteljesítményéhez való hozzáférést. Professzionális szinten a klubok mellett mérkőzéselemzésre specializálódott szakemberek dolgoznak, akik feladata a teljes csapat, játékosokra bontott teljesítmény-analizálása (lásd 1. ábra).

### Teljesítmény és sérülések

Korábban már megjegyeztük, hogy az utóbbi időszak sportági teljesítményprofilja rendkívüli fizikai felkészültséget igényel a nemzetközi szinten versenyző játékosoktól. Ennek okán megemelkedtek a nem-kontakt módon létrejövő sérülések. A sportág-specifikus mozgásforma elsősorban az alsó végtagi ízületekre, illetve izmokra ró extrém terhelést. Nemzetközi kutatások eredményei bizonyítják, hogy a nem-kontakt jellegű sérülések sok esetben a magas intenzitású futás közben keletkeznek (Ekstrand és mtsai, 2012; Woods és mtsai, 2004). Labdarúgó mérkőzések elemzéseiből megállapították, hogy a bekövetkező sérülések a két félidő első és utolsó 15 percében a leggyakoribbak (Reilly, 1997).

Ebből kifolyólag a mérkőzések és edzések előtt kiemelt szerepet kell kapnia a hatékony bemelegítésnek, a prevenciós programok folyamatos alkalmazásának, illetve a mozgásminta statikus

és dinamikus korrekciójának, amely bizonyítottan csökkenti a labdarúgásban előforduló nem-kontakt sérülések rizikófaktorát, s javítja a fizikai teljesítményt (lásd 2. ábra). A modern labdarúgás támasztotta intenzív fizikai és pszichés követelményeknek való megfelelés szerves része a mérkőzések és edzések közötti regenerációs stratégia, melyet a terhelés után közvetlenül meg kell kezdeni (Carling és mtsai, 2012).

### Megbeszélés és összegzés

Megállapítható, hogy az 1980-as évektől progresszíven növekedett a labdarúgók futóteljesítménye. Míg a 80-as években az átlagosan teljesített távolság 10 km alatt volt, addig napjainkra a mezőnyben 90 percet játszó labdarúgók között nincs olyan mezőnypozíció ahol 10 km alatt teljesítenének a játékosok (Di Salvo és mtsai, 2007).

A sportági mozgásprofil modern kori sajátosságai megkövetelik a játékosokkal szemben az optimális aerob és anaerob teljesítményt, a megfelelő gyorsaságot, hajlékonyságot, és nem utolsósorban a kellően előkészített, fejleszhető izomrendszert, amely képes a nagy erő kifejtésű, gyors mozgásokra (Reilly és mtsai, 2000). A nemzetközi szintű teljesítmény elengedhetetlen feltétele a jobb és bal oldali, valamint az alsó és felső végtagok közötti erőszimmetria, továbbá a feszítő és hajlító izmok



közötti optimális erőarány (Fowler és Reilly, 1993; Shepherd, 1999). A labdarúgásban megfigyelhető futómozgás leginkább a gyakori és gyors megindulásokkal, lassításokkal és irányváltásokkal jellemezhető. A sportág felgyorsult irama magas szintű reakciósebességet és multikomplex teljesítményt követel meg a játékosoktól.

A dolgozatban említett adatok versenyidőszakban történő folyamatos, csapatszintű, vagyis pozíció-specifikus nyomon követése és elemzése, megfelelő módon támogathatja a tudományos háttér munkát és a periodizált teljesítményfejlesztést. Rendkívül fontos, hogy a laboratóriumi vizsgálatok mellett pályateszteken és mérkőzőskörülmények között is folyamatosan vizsgáljuk a játékosok teljesítményét.

A XXI. századi labdarúgók versenyfelkészítése, és az ezen időszak alatti folyamatos, tudományos igényű vizsgálata, támogatása azonban igen sokrétű feladat. Ez csakis egy nagyobb létszámú, szakspecialistákat tartalmazó stáb feladata lehet. A nyugat-európai topcsapatok mellett dolgozó szakcsoportok tagjainak száma akár a 15-20 főt is elérheti. Lényeges, hogy az utánpótlásképzésben, a mai labdarúgás intenzív követelményeinek megfelelően, egyaránt folyamatos legyen a fizikai és a pszichés felkészítés. Ismertek legyenek a hatékony prevenció és regenerációs stratégiák, a sporttáplálkozás hatásmechanizmusai. A játékosok tudatosan fejlesszék teljesítményüket, emellett képesek legyenek elviselni a nemzetközi szinten rájuk nehezedő nyomást.

### Felhasznált irodalom

1. Bangsbo, J. (1994): The physiology of soccer with special reference to intense intermittent exercise. *Acta Physiologica Scandinavica Supplementum* 619. 1-155.
2. Barros, R. M. L., Misuta, M. S., Menezes, R. P., Figueroa, P. J., Moura, F. A., Cunha, S. A., Anido, R., Leite, N. J. (2007): Analysis of the distance covered by first division Brazilian soccer players obtained with an automatic tracking method. *Journal of Sports Science and Medicine* 6. 233-242.
3. Bloomfield, J., Polman, R., O'Donoghue, P., Mcnaughton, L. (2007): Effective speed and agility conditioning methodology for random intermittent dynamic type sports. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 21. 4, 1093-1100. <http://dx.doi.org/10.1519/00124278-200711000-00020>
4. Bradley, P. S., Sheldon, W., Wooster, B., Olsen, P., Boanas, P., Krusturup, P. (2009): High-intensity running in English FA Premier League soccer matches. *Journal of Sports Science* 27. 2, 159-168. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410802512775>
5. Bradley, P. S., Lago-Penas, C., Rey, E., Gomez Diaz, A. (2013): The effect of high and low percentage ball possession on physical and technical profiles in English FA Premier League soccer matches. *Journal of Sports Science* 31. 12, 1261-1270. <http://dx.doi.org/10.1080/02640414.2013.786185>
6. Buchheit, M., Mendez-Villanueva, A., Simpson, B., Bourdon P. C. (2013): Match running performance and fitness in youth soccer. *International Journal of Sports Medicine* 31. 11, 818-825. <http://dx.doi.org/10.1055/s-0030-1262838>
7. Carling, C., Le Gall, F., Dupont, G. (2012): Are physical performance and injury risk in a professional soccer team in match-play affected over a prolonged period of a fixture congestion? *International Journal of Sports Medicine* 33. 1, 36-42. <http://dx.doi.org/10.1055/s-0031-1283190>
8. Cummins, C., Orr, R., O'Connor, H., West, C. (2013): Global Positioning System (GPS) and Microtechnology Sensor in Team Sports: A Systematic Review. *Sports Medicine* 43. 10, 1025-1042. <http://dx.doi.org/10.1007/s40279-013-0069-2>
9. Di Salvo, V., Baron, R., Tschann, H., Calderon Montero, F. J., Bachl, N., Pigozzi, F. (2007): Performance Characteristics According to Playing Position in Elite Soccer. *International Journal of Sports Medicine* 28. 222-227. <http://dx.doi.org/10.1055/s-2006-924294>
10. Di Salvo, V., Collins, A., Mc Neill, B., Cardinale, M. (2006): Validation of Prozone: A new video-based performance Analysis in System. *International Journal of Performance Analysis in Sport* 6. 1, 108-119.
11. Di Salvo, V., Pigozzi, F., González-Haro, C., Laughlin, M. S., De Witt, J. K. (2013): Match performance comparison in top English soccer leagues. *International Journal of Sports Medicine* 34. 6, 526-532. <http://dx.doi.org/10.1055/s-0032-1327660>

12. Dwyer, D. B., Gabbet, T. J. (2012): Global positioning system data analysis: velocity ranges and a new definition of sprinting for field sport athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research* 26. 3, 818-824. <http://dx.doi.org/10.1519/JSC.0b013e3182276555>
13. Edwards, A. M., MacFadyen, A. M., Clark, N. (2003): Test performance indicators from a single soccer specific fitness test differentiate between highly trained and recreationally active soccer players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 43. 14-20.
14. Ekblom, B. (1986): Applied physiology of soccer. *Sports Medicine* 3.1, 50-60. <http://dx.doi.org/10.2165/00007256-198603010-00005>
15. Ekstrand, J., Healy, J. C., Walden, M., Lee, J. C., English, B., Hagglund, M. (2012): Hamstring muscle injuries in professional football: the correlation of MRI findings with return to play. *British Journal of Sports Medicine* 46. 112-117. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2011-090155>
16. Fowler, N., Reilly, T. (1993): Assessment of muscle strength asymmetry in soccer players. *Contemporary ergonomics* 339-343.
17. Mendez-Villanueva, A., Buchheit, M., Simpson, B., Bourdon P. C. (2013): Match play intensity distribution in youth soccer. *International Journal of Sports Medicine* 34.2, 101-110. <http://dx.doi.org/10.1055/s-0032-1306323>
18. Mohr, M., Krstrup, P., Bangsbo, J. (2003): Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. *Journal of Sports Science* 21. 7, 519-528. <http://dx.doi.org/10.1080/0264041031000071182>
19. Rampinini, E., Coutts, A. J., Castagna, C., Sassi, R., Impellizzeri, F. M. (2007): Variation in Top Level Soccer Match Performance. *International Journal of Sports Medicine* 28. 12, 1018-1024. <http://dx.doi.org/10.1055/s-2007-965158>
20. Raven, P. B., Gettman, L. R., Pollock, M. L., Cooper, K. H. (1976): A physiological evaluation of professional soccer players. *British Journal of Sports Medicine* 10. 4, 209-216. <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.10.4.209>
21. Reilly, T., Thomas, V. (1976): A motion analysis of work-rate in different positional roles in professional football match play. *Journal of Human Movement Studies* 2. 87-97.
22. Reilly, T. (1997): Energetics of high-intensity exercises (soccer) with particular reference to fatigue. *Journal of Sports and Science* 15. 257-263. <http://dx.doi.org/10.1080/026404197367263>
23. Reilly, T., Bangsbo, J., Franks, A. (2000): Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Science* 18. 669-683. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410050120050>
24. Rienzi, E., Drust, B., Reilly, T., Carter, J.E., Martin, A. (2000): Investigation of anthropometric and work-rate profiles of elite South American international soccer players. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 40. 2, 162-169.
25. Shephard, R.J. (1999): Biology and medicine of soccer: An update. *Journal of Sports Sciences* 17. 757-786. <http://dx.doi.org/10.1080/026404199365498>
26. Stolen, T., Chamari, K., Castagna, C., Wisloff, U. (2005): Physiology of Soccer. *Sports Medicine* 35. 6, 501-536. <http://dx.doi.org/10.2165/00007256-200535060-00004>
27. Withers, R. T. (1982): Match analysis of Australian professional soccer players. *Journal of Human Movement Studies* 8. 159-76.
28. Wong, P., Hong, Y. (2005): Soccer injury in the lower extremities. *British Journal of Sports Medicine* 39. 473-482. <http://dx.doi.org/doi:10.1136/bjism.2004.015511>
29. Woods, C., Hawkins, R. D., Maltby, S., Hulse, M., Thomas, A., Hodson, A. (2004): The Football Association Medical Research Programme: an audit of injuries in professional football – analysis of hamstring injuries. *British Journal of Sports Medicine* 38. 36-41. <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.2002.002352>



# A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program szükségyszerűsége a magyar sportban

## Necessity of Long-Term Athlete Development in Hungarian sport

Géczi Gábor<sup>1</sup>, Baji István<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Testnevelési Egyetem, Budapest

<sup>2</sup> Canadian Sport for Life, Victoria, Canada

**Absztrakt:** A magyar sport – tradíciói és eredményei alapján – a világ élmezőnyébe tartozik a nyári sportokat illetően. A világ sok országában folyik már hasonló munka a különböző sportágakban. Ahhoz, hogy ezt a helyét a magyar sport megtartsa a jövőben is, a sport folyamatait, elsősorban az utánpótlás fejlesztését, sokkal gondosabban és tervszerűbben kell végezni. Az utánpótláskorú sportolók többségének el kell tudni érnie a genetikai potenciáljukban rejlő határokat ahhoz, hogy Magyarországon a sportra fordított összegek megfelelően hasznosuljanak.

**Kulcsszavak:** sport, fejlesztés, utánpótlás, tervszerűség

**Abstract:** Hungarian sport has a world leading role in summer sports, although in many countries athletic work similarly in various sports worldwide. If Hungarian sport wants to maintain its role in the future, the sport-related processes, especially those related to sport talent management, should be carried out with better preparation and through more careful planning. The majority of athletes should be able to reach their genetic potential during the youth programs to make effective use of the money spent on sport.

**Keywords:** sport, development, youth sport, program planning

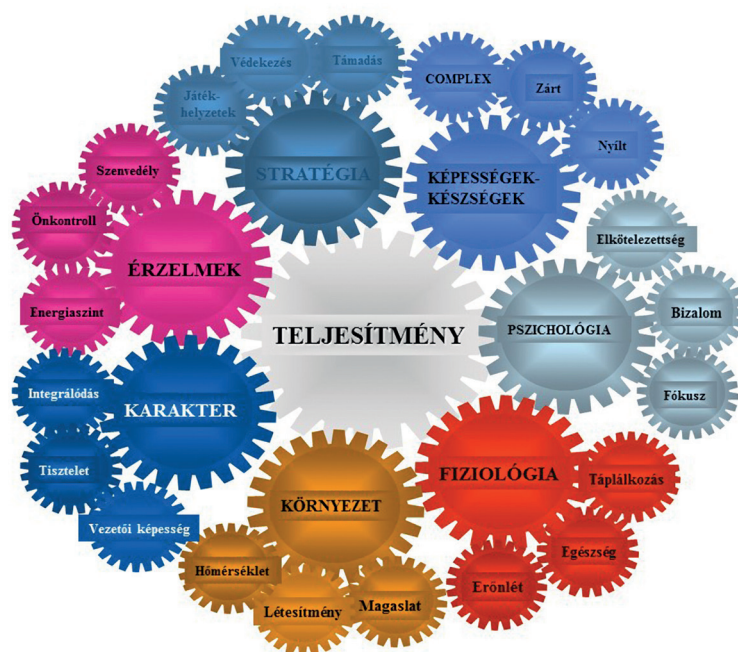
### Bevezetés

A sportot Magyarország kormánya kiemelt stratégiai területként kezeli, mely a területre szánt források eloszlásában is nyomon követhető. Az elmúlt kormányzati gyakorlathoz képest a sport jelenleg rengeteg állami forrást kap, mely a sportban dolgozók számára jó körülményeket biztosít. Azonban a sport világszerte dinamikusan növekvő terület és a vetélytársak sportra fordított költségei is nagymértékű emelkedést mutatnak. A fejlődés szempontjából elsősorban a sport szervezettségi szintje a fontos, hiszen az élsportban a sportolás szervezett keretek között zajlik, meghatározott szabályrendszert követ és a fizikai vagy szellemi erőnlét nagymértékű fejlesztését szolgálja. A sportteljesítményt megalapozó folyamatban komoly szerepe van egy megfelelő fejlesztési programnak, amely koherens egésként kezeli a sportolók fejlesztését (1. ábra).

Az ábra bonyolultsága alapján érthetővé válik az a

jelenség, hogy bizonyos sportszakemberek elvesznek a részletekben, illetve nem látják át teljes egészében a folyamatot. Sajnos az edzőképzésben sem egységes egésként tanulják meg a hallgatók a sportolók fejlesztési folyamatát, hanem tantárgyanként külön-külön (Géczi, 2014). Ezekben a tantárgyakban ugyan egységes a kép, de a többi tantárgyhoz szervesen nem kapcsolódó információk kevés szakember fejében állnak össze egységes egészzé. *Ericsson, Krampe, és Tesch-Romer* (1993) írták le a '10 év vagy 10000 óra' szabályszerűséget a kiváló teljesítmény alapjaként. Ugyanakkor nem mindegy milyen fejlesztési folyamatban töltik el a sportolók ezt az időtartamot. Amennyiben a terhelés adekvát, a teljesítmény optimális tud lenni, míg ha a terhelés nem szakszerű, akkor a teljesítmény elmarad az optimumtól. Ezekben felül a sportágak természetes módon a saját rendszerüket próbálják több-kevesebb sikerrel felépíteni, ugyanakkor megfigyelhető egyfajta „szakbarbárság” is, melyet a sport támogatási rendszere sajnos





1. ábra. A teljesítmény összetevői az élsportban

elősegít. Mi ez a „szakbarbárság”, miben nyilvánul ez meg? A sportágak egyre jobban érdekeltek a gyerekek minél korábbi életkorban történő sportági leigazolálásában, és ezzel mintegy elzárják a többi sportág megismerésének lehetőségét a fiatal sportolóktól. Ez a folyamat káros és nagymértékben felelőssé tehető a lemorzsolódás korábbi életkorban való bekövetkezésében, illetve a sportágaktól történő teljes elfordulásban. Sokan állítják (nem alaptalanul), hogy ezt a rendszert nem lehet megváltoztatni, ugyanakkor a sportszakemberek gondolkodásmódjában célszerű lenne egy paradigma-váltást elindítani.

### Célkitűzés

A gyakorlatban dolgozók esetében a szemléletmódot csak oly módon lehet megváltoztatni, ha a sportszakemberek azonosulni tudnak az új folyamattal, illetve saját tapasztalataik is vannak a pozitív hatásokról. Ehhez kell egy edzéselméletileg és terhelés-élettanilag korrekt koncepció, mely több országban már kipróbált és jól működő rendszert alkot (Kanada, Ausztrália, Anglia, Dél-Afrikai Köztársaság stb.). A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program (Long-Term Athletes Development - LTAD) egy *Balyi István* által (2001) kidolgozott és többek közreműködésével finomított részletes fejlesztési terv, amelynek általános koncepciójából célszerű minden sportágnak a folyamatot a sajátos környezetére adaptálni. Az általuk képviselt gondolkodásmód

jelentősen eltér a korábbi edzéselméleti szakemberektől, ugyanis *Matveyev* (1981) sok, a mai napig is használható általános elmélet alapját fejlesztette ki, vagy *Issurin* (2010) két-, három- és multi-csúcsversenyes periodizációja is jelentősen gazdagította a tudást a területen. *Bompa* és *Haff* (2009) periodizációs területen végzett munkája szintén kiemelkedő volt, azonban a *Balyi-féle LTAD* megjelenéséig nem volt olyan összefoglaló irodalom, ami az utánpótláskorú versenyzők fejlesztését holisztikus módon közelítette volna meg.

A következőkben *Balyi*, *Way* és *Higgs* (2013) alapján ismertetjük a program szakaszait, illetve olyan háttér-információkat, melyekből érthetővé válnak az idehaza jelenleg még széles körben használt eredmény- centrikus, tradicionális utánpótlás-nevelés hiányosságai és kvázi eredménytelensége a felnőtt életkorban.

### *Aktív kezdet – Active start*

A fejlesztési program első életkori lépcsője kislányoknál és kisfiúknál egyaránt 6 éves korig tart. Az aktív életmód, a sportmozgások rendszeres végzése az idegrendszer fejlődésében játszik nagy szerepet. Ugyanakkor a mozgás egyben örömforrás is, fontos tényező a szabad energiák levezetésében. A mozgás az összes motoros képességre hat. Ennek természetesen nagyobb a határfoka az adott képességekre a képessécsoporthoz szennitív időszakában (1. kép).





1. kép. A fizikai aktivitás alapja ekkor még a család (freeimages.com)

Kialakulnak a mozgáskészségek, például ekkor tanulnak meg esni, ugrani, dobni, biciklizni a gyerekek. A szociális kompetenciáik is fejlődni kezdenek; ekkor kell megtanulniuk a mások akaratának elfogadását, illetve a saját akaratuk érvényre juttatását is. A test egészséges fejlődését csak aktív életmóddal lehet megalapozni, a szervrendszerek optimálisan csak megfelelő terhelés hatására alakulnak ki, és ezek a testsúlyra, az alvasképességre és a stressz tűrésére is kihatással vannak. A kisgyerekeknek mindent pozitív felfogással, azaz örömteli módon kell megélniük, amit nem szeretne élvezni a gyerek, azt nem szabad erőltetni. Fontos szempont a pozitív érzés kialakulásában, hogy a sportolás közben használt eszközök, védőfelszerelések teljesen biztonságosak legyenek, nehogy valamilyen gátlás alakuljon ki a kisgyerekekben a fizikai aktivitás közben. A sportszakembereknek ebben az életkorban igazából nincs szerepük, itt a család, a környezet sportos életmódja a legfőbb befolyásoló tényező. A sportszakemberek munkája esetleg a felvilágosítással lehet kapcsolatos, illetve a helyszínnek és megfelelő pedagógiai képességgel és adekvát tudással rendelkező edzők, testnevelők biztosítása a fiatalok számára, általában tanfolyami keretek között. Amennyiben a szülők pozitív élményeket szereztek a sportból a saját gyerekkoruk, illetve fiatalkoruk során, akkor nagy valószínűséggel

a saját gyerekeiket is szeretnék hasonló pozitív élményekkel gazdagítani és fizikailag aktív életmódra nevelni.

Álljunk meg egy pillanatra és gondolkozzunk el: vajon hány olyan potenciális sportolót veszítünk el, akinek a szülei nem pozitív módon éltek meg gyerekkoruk fizikai aktivitását (elsősorban az óvodapedagógusok és testnevelő tanárok, másodsorban a toborzó edzők miatt) és nem fordítanak megfelelő figyelmet gyermekeik ilyen irányú fejlesztésére.

### **Örömteli alapozás – FUNdamentals (lányok 6-8, fiúk 6-9 év)**

A program második lépcsőfoka a motoros képességek kialakulásának legfontosabb életkori szakasza. Amit ebben az életkorban a sportoló nem tanult meg, azt a későbbiek során nagyon nehezen, vagy egyáltalán nem fogja tudni pótolni. Ugyanakkor csálóka a kép, hiszen ezek a hiátusok igazából majd csak a kora felnőttkorban fognak igazán visszahatni a versenyző további fejlődésére. Ebben a szakaszban, illetve a következő kettőben az érés folyamata miatt jelentős fejlődés lesz megfigyelhető (tehát úgy tűnhet, minden rendben van). Az elmulasztott széleskörű mozgásműveltségen alapuló megalapozás hiánya miatt hagyják abba rengetegen a sportot a 16-20 éves versenyzők közül, ugyanis a nehezen pótolható képességek/készségek



egyszerűbbé teszik számukra az élsport befejezését. Ebben az életkori szakaszban egy megfelelően fejlesztett sportolónak ki kell próbálnia szinte minden mozgást, a fára mászástól a gördeszkázásig, a

kidobóستól a kúszás-mászásig. Minél sokoldalúbb és ingergazdagabb a fizikai aktivitás, annál jobban fejlődik a gyerek összes képessége (2. kép).



**2. kép. A sokoldalú mozgásműveltség segíti a későbbi jó teljesítményt** (*freemages.com*)

A korábbi életkori szakasznál már leírtuk, hogy a leigazolás miatt már sok helyen nem generalista, hanem specialista jellegű a fejlesztés, mely ekkor még sokak számára (sajnos néha még szakembereknek is) megfelelőnek tűnhet. Vannak ugyanakkor olyan sportágak, melyeknél ez természetes jelenség, gondoljunk csak a korai specializációt igénylő sportágakra (RG, női torna, műkorcsolya, műugrás, úszás). A felsoroltakon kívüli sportágak esetében azonban a korai specializáció hozzájárul az egyoldalú felkészítéshez, a sérülékenységek kialakulásához, a korai kiegészítéshez és a lemorzsolódáshoz. Ebben a fejlesztési szakaszban nagyon fontos, hogy a gyerekek játékaikat az edzők vagy a szülők irányítsák, éljék át felelősség nélkül a hibáik hatását a játékon belül, hiszen abból tanulják meg a játék természetét. Szintén nagyon fontos, hogy semmilyen elvárás ne legyen az eredménnyel kapcsolatban; számtalanszor előfordul, hogy a szülők és a nem megfelelően képzett edzők eredménykényszerrel alkalmazva akarják elérni a gyorsabb fejlődést. Még megfelelő felkészültségű edzők is sok esetben a nem megfelelően felkészült vezetők vagy a szülők nyomására rákényszerülnek az eredményesség hajszolására. Ez

később visszaüt a sportolóra, hiszen az eredménykényszer hatására csak az addig sikeres mozgásformákat, technikai és taktikai elemeket használja, a többit viszont nem tanulja meg, mellyel saját későbbi kiteljesedését fogja meggátolni. Általában ebben az életkori szakaszban választanak sportágot a gyerekek és abban a sportágban fognak maradni, amelyikben örömeiket lelik. A közösségek ekkor a sportolók szociális szférájában kezdenek kialakulni. Ha már egy sportág edzésére jár a gyerek, akkor két-három alkalomnál többször ne legyen sportági edzés, azért, hogy maradjon idő más dolgok felfedezésére is. Szerencsés lenne, ha ebben az életkorban akár több sportágot is ki tudna próbálni egy gyerek, hiszen minél több hatás éri, annál sokoldalúbbá válik. A sportágak szabályainak és legegyszerűbb taktikai elemeinek megtanulása szintén ebben az életkori szakaszban történik. Megjelennek olyan feladatok is, mint például a más sportágak edzőivel való együttműködés a gyerekek érdekében (pl. fél évet az egyik, másik fél évet a másik sportágban tölt el a gyerek). Több-szakosztályos egyesületek esetében kiválóan tudnak együttműködni ebből a szempontból a sportágak, hiszen nem kell attól félni a

sportlót, hogy idegen egyesületbe akar elmenni, maximum másik szakosztály edzéseit látogatja.

### **Edzés tanulása – Learn to train (lányok 8-11, fiúk 9-12 év)**

Ez az életkori szakasz a legfontosabb a sport-specifikus képességek-készségek kialakításának szempontjából. Ebben a periódusban fejleszthetők a legjobban a képességek, és ekkor alakul ki stabilan a finommotoros koordináció, válik harmonikussá és gazdaságossá a sportoló mozgása. Fontos feladat ekkor a fiatalok számára is láthatóvá tenni a saját fejlődésük folyamatát (tesztelés, videó analízis). A technikai elemek tökéletes végrehajtása, az új trükkök begyakorlása pedig örömet okoz számukra. A növekedés az időszak vége felé felgyorsul, emiatt a mozgáskoordináció szétesik és a mozgásszabályzás nem olyan hatékony, mint régebben. Ezek miatt az új technikai elemek megtanulása több időt vesz igénybe. Az edzések időtartamának 70%-ában technikai és taktikai elemek tanulása legyen (örömteli feladatokkal!), mert ugyan a gyerekek szeretik a vetélkedést, de a túlzásba vitt versengés károsá válhat, azaz a versenyzés, mérkőzés ne legyen több mint az edzések teljes időtartamának 30%-a. Ez azonban nem jelenti azt, hogy a képességfejlesztő edzéseken nélkülözniük kellene a versenyzés előnyös hatását. A feladatokba úgy kell becsempészni a versenyzést, hogy közben megvalósuljon a technikai, taktikai képzés (játékszerű gyakorlatok, kisterületű játékok). Ebben az életkori szakaszban a fejlesztés áll a középpontban, ekkor válik lehetővé az összes előzőleg megtanult mozgásminta finomítása. Az agy ekkorra már majdnem eléri a felnőttkori méretét és bonyolultságát, a jó technikai végrehajtás elvégzése készséggé és rutinná válik. Ez a növekedés beindulásával nehezebbé válik. A később erő gyerekeknek több idejük van a technika finomítására, mint korábban erő társaiknak. Emiatt, a későbbi időszakokban, sokszor kerülnek előnybe (ha addig nem hagyták abba) az akcelerált sportolókkal szemben. Az egyéni fejlődésben előrébb tartó sportolókat előbb választhatják ki, emiatt látszólagos hátrány éri a biológia érésben, azaz a testi fejlődésben elmaradottakat. Az akcelerált gyerekeknél – főleg a hormonok beindulása után –, már fontossá válik az erő és gyorsaság fejlesztése. Emiatt maradhat el a többi képesség megfelelő szintű fejlesztése.

A sportszervezetek, az edzők és a vezetők felelősége megóvni a korai és a késői érésű sportolókat

a későbbi csalódástól megfelelő informálással, neveléssel. Ugyanis bizonyos vizsgálatok, az általános vélekedéssel szemben, a késői érésűeket találták sikeresebbnek és hosszabb sportolói karrierrel rendelkezőnek (Gibbs, Jarvis és Dufur, 2012). A szülők számára is világossá kell tenni, hogy mi történik a gyerekekkel, és azt is, hogy milyen érési fázisban van, és mire számíthat a jövőben. Még ebben az életkorban is üzzenek több sportágat a gyerekek, nem szükséges még specializálni őket. Ha már lehogonyzott egy sportágnál a fiatal, akkor viszont az összes versenyszámban, valamennyi poszton ki kell próbálni, ezzel biztosítva a változatos edzőmunkát és terhelést. Ebben az életkori szakaszban a sportolók teste már igényli a flexibilitást segítő hajlékonysági és izomlazasági gyakorlatok beépítését a feladatok közé. Itt az idő, amikor meg kell tanulniuk a bemelegítés és levezetés gyakorlatait, ki kell alakulni bennük a saját testük optimális fejlesztésével kapcsolatos igénynek (3. kép).



**3. kép. A nyújtás edzésprogramba beillesztése fontos feladat (freeimages.com)**

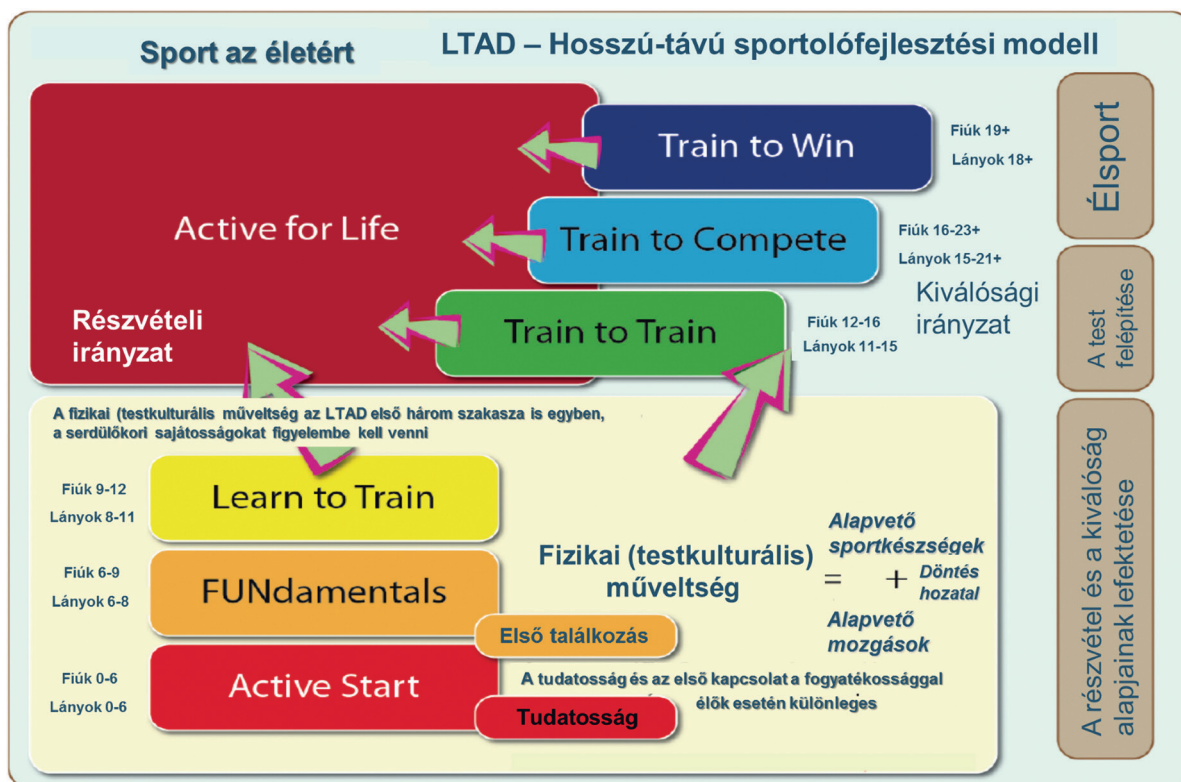
Ekkor szoknak hozzá az edzés formai és tartalmi követelményeihez; ha itt nem tanulják meg ezeket, később már nehezebben adaptálódnak. Sok



motoros képesség esetében van szenzitív időszak (élettani okok miatt jobban fejleszhető) ebben az életkorban; ezek adekvát fejlesztése estén a sportoló elérheti a genetikai potenciáljának maximumát, ellenkező esetben nem teljesebben ki megfelelően.

Álljunk meg itt egy pillanatra. Ennél a fázisnál

jön el a sportoló számára egy igen fontos időszak; ekkor jelenik meg az első döntési helyzet a sportkarrierjében, melyben a részvételi vagy a kiválósági irányzat felé fog majd elmenni a sporttevékenysége. Ezt a 2. ábra szemlélteti.



2. ábra. A Hosszú-távú Sportolófejlesztési Program két nagy irányzata (cs4l.ca)

A fenti ábra jól mutatja, hogy az első három életkori szakasz közös a sportoló fejlődésében. Ezek biztosítják a testkulturális műveltséget, mely alapvető mozgásokból, alapvető sportkézségekből és a sport által megkívánt döntéshozatali képességből tevődik össze. Ezek után választják vagy választódik ki a sportoló a kiválósági irányzatra, vagy (szüleiivel közösen) úgy dönt, hogy a részvételi irányzat a számára megfelelő aktivitási szint.

### **Edzeni a megedződésért – Train to train (lányok 11-15, fiúk 12-16 év)**

A legnagyobb változások időszaka. Ebben az életkori szakaszban az azonos naptári évben született sportolók között hatalmas különbségek alakulhatnak ki mind súlyban, mind magasságban. Ebben a szakaszban válik igazán fontossá, hogy a sportolók tisztában legyenek saját fejlődési ütemükkel, ne váljanak türelmetlenné önmagukkal

szemben (későn érők), illetve ne legyen túlfokozott az önbizalmuk a teljesítménynövekedésükkel illetően (akceleráltak).

Ebben az életkori szakaszban hatalmas változások mennek végbe a testmagasságban, nem ritka a 10-20 cm-es növekedés egy évben (Rogol, Clark és Roemmich 2000). Az izmok, ízületek, inak és kötőszövetek nehezen tartják a növekedési ütemet a csontokkal, nem beszélve a belső szervekről (például a kardio-pulmonáris, azaz a tüdő, szív és vérkeringési rendszerről) (4. kép).

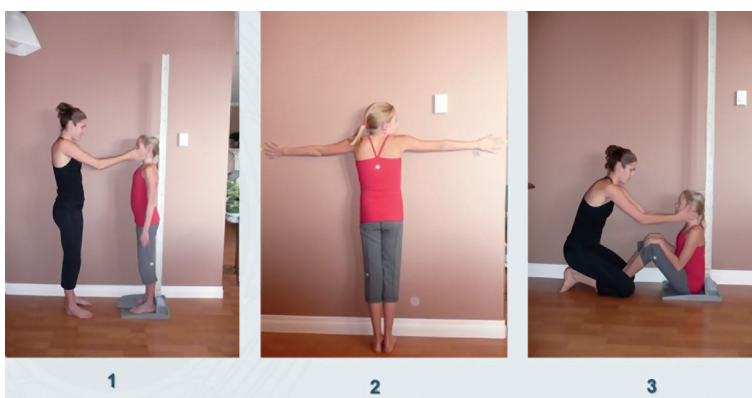
Alapvető fontosságú, hogy a szív kapilláris hálózata minél sűrűbbé váljon a jobb vérellátás érdekében (Shephard, 1996). A kapillarizáció, illetve a szív saját vérkeringése (csak a diasztolés időtartama alatt tud megvalósulni) abban az esetben lesz kiváló, ha az aerob kapacitás megfelelő, amelyet akkor kell kialakítani, amikor a növekedési csúcson már túl vagyunk. A hajlékonyságot növelő és az



4. kép. Azonos naptári életkorúak (14 éves úszók) eltérő biológiai fejlettséggel (cs4l.ca)

izomlazaságot elősegítő gyakorlatok felgyorsítják az izmok, ízületek, inak és kötőszövetek adaptációját a csontokhoz. A flexibilitást növelő feladatok a fiatalok későbbi időszakában is kiemelten fontosak a sérülések megelőzése érdekében, illetve az izmok regenerálásában, ami a sportteljesítmény egyik fontos összetevője. Ebben az életkorban nagyon jól mérhető biomarkerek vannak (5. kép),

melyeknek figyelembe vételével lehet megfelelő egyéni edzésterhelést tervezni. A szabad szemmel is jól megfigyelhető másodlagos nemi jellegű változások mellett a nehezebben észlelhető biomarkerek (mérni kell őket!) a következők: a gyorsnövekedési fázis indulása, a gyorsnövekedési fázis, a növekedési csúcs (PHV), a növekedés gyors lassulási fázisa és a növekedés lassú lassulási fázisa.

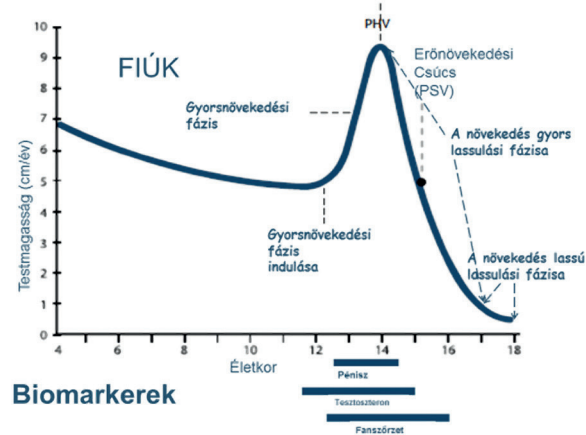
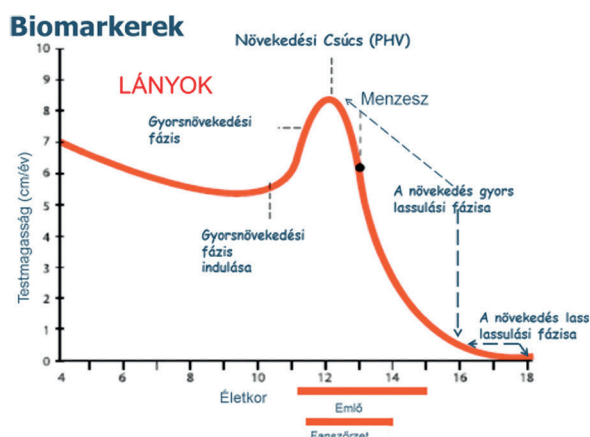


5. kép. 6 éves kortól 3 havonta mérendő testméretek (cs4l.ca)

A felső képeken a szükséges három testmérés mérésének technikája látható, melyet hat éves kortól kezdődően negyedévente célszerű elvégezni. A testarányok megváltozásával az edzésterhelési összetevőket is meg kell változtatni a megfelelő fejlődés érdekében (3. és 4. ábra). A lányoknál a súlyzós edzéseket vagy az első menstruáció megtörténtével, vagy a *növekedési csúcs* (Peak Height Velocity - PHV) után azonnal meg kell kezdeni. Fiúknál a növekedési csúcsot 12-18 hónappal követő *erőnövekedési csúcs* (Peak Strength Velocity – PSV) után kell megkezdeni a nagyobb és lehetőség szerint

szabadsúlyokkal történő erősítést, mivel a hormonok hatására ekkor érnek a maximális erő szempontjából szenzitív időszakba a sportolók.

Az erő és az állóképesség fejlesztésének módszerei mind az egyén teljes kifejltségétől függenek, melyről pontos adatokat szolgáltat a biomarkerek pontos mérése. A sportolónak ebben az életkorban kell megtanulni a megküzdést (coping) és a sportolással járó fizikai és mentális kihívásokra adott megfelelő válaszokat (Révész, 2008). A tehetség egyik fontos összetevője, hogy az embert próbáló feladat meghátrálásra kényszeríti-e a sportolót, vagy inkább



3. és 4. ábra. A lányok és a fiúk eltérő fejlődése (cs4l.ca)

felveszi a kesztyűt és még keményebben dolgozik a sikerért. A fiatal sportolókat egyre jobban hozzá kell szoktatni a versenyzés igazi körülményeire. Ekkor az edzés és versenyzés százalékos megoszlása: 60% edzés (ebben persze lehet játékszerű feladat), és 40% hagyományos értelemben vett versenyszerű edzés és versenyzés. Az eredmény ekkor még nem fontos. Nem szabad túl nagy terhet tenni a fiatal sportolók vállára, a teljesítményüket inkább a saját korábbi teljesítményükhöz kell mérni. Túl sok versenyzés vagy mérkőzés sok időt vesz el az értékes edzésidőből, míg a kevés versenyzés nem teszi lehetővé a technikai és taktikai képességek-készségek versenyviszonyokhoz történő adaptálását. A fő hangsúly tehát ebben az életkorban a tanulási folyamaton van, nem pedig az eredményen.

#### *Edzeni a versenyzésre – Train to compete (lányok 15-21, fiúk 16-23 év)*

Ebben az életkori szakaszban a sportolók fizikális, mentális, érzelmi és értelmi kapacitásait is maximalizálni kell a jó teljesítmény érdekében. További kiemelt feladat megtanítani a sportolókat megfelelően kezelni az élsport nehézségeit, mint például az utazás, a média, a nézők és az egyre jobban felkészült versenytársak. A győzelem egyre fontosabb, de a siker mellett a vereség elviselését is meg kell tanulni. Ekkorra általában már csak a választott sportágban edzenek és versenyeznek a sportolók. Itt alakul ki a leginkább adekvát poszt, avagy – a képességek tükrében – az a versenyszám, ahol a legjobb teljesítményt lesznek képesek nyújtani a sportolók (6. kép).



6. kép. A poszt véglegesség válik (freemages.com)



Az edzőmunkát már egész éves, nagy intenzitású, versenyszerű gyakorlatok jellemzik. A sportolóknak már van annyi rutinjuk, tapasztalatuk, hogy nyomás alatt edzéseken és versenyeken/mérkőzéseken is tudnak megfelelően teljesíteni. A fizikai felkészülési programot az egyénre jellemző paraméterek alapján kell összeállítani/elvégeztetni, a pihenő, regeneráló gyakorlatok megfelelő mértékű beiktatásával (Zaccaro, Rittman és Marks, 2002). Nem szabad abbahagyni a technikai és taktikai képzést, állandóan ismételni kell az addig tanultakat. Nagy hangsúlyt kell fektetni a pszichológiai felkészülésre is; a sportolókat a számukra hatékony speciális feladatok végzésével mentálisan erőssé kell tenni. Tisztázni kell az erősségeiket, ezeket tovább kell finomítani, gyengeségükkel meg kell ismertetni őket és dolgozniuk kell egy legalább átlagos szint eléréséig. Mivel az eredmény már számít, ezért a terhelés és intenzitás változtatásával a sportoló egyéni sportformáját a versenyekre, illetve a mérkőzésekre kell időzíteni. Itt kell megtanulni az edzőnek és a sportolónak is a válaszreakciókat is az edzésösszetevők változásaira. Ennek az életkori szakasznak a fő célja az, hogy a sportolók megtanuljanak mindenféle körülményhez alkalmazkodva versenyezni.

### ***Edzeni a győzelemért – Train to win (lányok 18+, fiúk 19+ év)***

Az utolsó állomás a fiatal sportoló karrierjében, amely már egyben a felnőtt korosztályba belépést is jelenti. Itt már csak az eredmény számít, azaz a verseny, a mérkőzés napján mutatott teljesítmény (7. kép). Amennyiben megfelelően végigcsinálta a korábban leírt életszakaszokhoz rendelt feladatokat, mostanra a genetikai hozománya, azaz az örökölt tehetsége kibontakozásának lehetünk szemtanúi. Egy rájátszáson, egy nagy jelentőségű versenyen csak roppant aprólékos és végig ellenőrzött felkészüléssel lehet megfelelő teljesítményt elérni. Ezt a terhelés és az intenzitás megfelelő változtatásával lehet elérni, figyelembe véve a megelőző életkori szakaszokban tapasztaltakat. Az akarat tényezők ekkorra már teljes mértékben kontrollálják a cselekedeteket, azaz az edzői stábnak fokozottan kell figyelnie a túledzésre és a mentális fáradtság és kiegészítő tüneteire és jeleire. A megfelelő, körültekintő edzéstervezés és a regenerációs eszközök (masszázs, fürdő, hidegkamra, szauna) használatával ez elkerülhető. Az ajánlott arány az edzés, illetve a verseny között: 25% edzés és 75% a versenyszerű edzés, valamint a szervezett keretek közötti versenyzés. A



7. kép. A győzelem a fontos (freeimages.com)

versenyzőknek egyénileg is dolgozniuk kell a gyengeségeik leküzdésében, amelyhez biztosítani kell a lehetőséget. A barátságos, de elvárásokkal teli hazai és az ellenséges, idegen környezet hatásaitól függetleníteniük kell magukat. A jó teljesítmény azonnal felkelti a média érdeklődését, a hirtelen jött népszerűsége is fel kell készíteni a sportolókat. Komoly személyiségtorzulást okozhat a média, aminek igen rossz hatása lehet a teljesítményre. Az értelmi képességekre való hatás is fontos, ezt kizárólag az edzők, sportvezetők és a sportolók közötti megfelelő emberi kapcsolatokkal lehet elérni

Vannak további fontos feladatok is, úgymint a továbbtanulás és a sportolás összhangjának megteremtése, valamint egyeseknél a versenyzés befejezésére való felkészítés. Amennyiben jól sikerült az előző állomások tudásanyagának és ismereteinek elsajátítása, a küzdőterek szereplői az élsport befejezése után is meg fogják találni helyüket a sportban, a későbbiekben például edzők, játékvezetők, versenybírók, lelkes nézők és szülők vagy támogatók és szponzorok lehetnek.

### ***Aktivitás az életért – Active for life (bármely életkortól)***

Az *Aktivitás az életért* szakasz az élethosszig tartó fizikai aktivitás lehetőségét mutatja meg a Hosszútávú Sportolófejlesztési Programon belül (8. kép). Két fő irányzata létezik, az első irányzat a *Versengés az életért (Competitive for life)*, melyben főként a korábbi versenysportot űző versenyzők fognak részt venni elsősorban saját, de sokszor más sportágban. Ezek a sportolók már szinte igénylik a mások legyőzésére irányuló kihívást, és egészen magas szinten sportolnak tovább az élsportolói karrierjük befejeztével is, alsóbb osztályokban. A másik irányzat a *Fittség az életért (Fit for Life)*, amelyben a sportolók egyszerűen fejleszteni vagy csak fenntartani akarják a fizikai fittségüket rekreációs vagy egészségügyi szempontok miatt (8. kép), illetve soha nem is sportoltak, csak egészségi állapotuk vagy a későbbi életkorukban kialakuló igényük miatt kezdték el a sportolás valamilyen formáját. Az ide tartozó populáció igen nagy (Révész, 2015).



8. kép. Az Aktivitás az életért mozgásformái (*active4life-fitness.com*)

### **Összefoglalás**

Magyarországon jelentős változások zajlanak a sportban, azonban ezek a változások nem minden esetben zajlanak a tervszerűség jegyében. A jogszabályok kötelezővé tették először az önkormányzatok, majd később a sportszövetségek számára a stratégiai tervezést, ugyanakkor a területek és finanszírozások eltérő mivolta miatt ezek a tervezések nem összehangoltak. A TAO-s sportágak, a 16 MOB által kiemelt sportág, és a felzárkóztatandó sportágak stratégiai tervezése nem koherens és csak érintőlegesen veszi figyelembe a legfőbb sportban lévő értéket, a sportolót és annak igényeit. Az LATD hazai bevezetése először a központi fejlesztési elemek kidolgozásával, majd a későbbiekben már sportági szintre lebontva, a specialításokat figyelembe véve lehet sikeresen megvalósítható (az

EMMI és a MOB gondozásában). Az LTAD egy keretrendszer, mely ugyan kiváló és egyben előremutató gondolatokat tartalmaz, de az ördög a részletekben rejlik; a megvalósítás sikere elsősorban a sportszakemberek paradigma-váltásától és nyitott gondolkodásától függ.

### **Szakirodalom**

1. Balyi, I. (2001): Sport System Building and Long-Term Athlete Development in British Columbia. *CoachesReport*. The Official Publication of the Canadian Professional Coaches Association. Ottawa, Canada.
2. Balyi, I., Way, R., Higgs C., Norries, S. and Cardinal, C. (2014): *Canadian Sport for Life – Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.0*. Canadian Sport Institute – Pacific,

- Vancouver, Canada.
3. Balyi, I., Way, R. and Higgs, C. (2013): *Long-Term Athlete Development*. Human Kinetics, Champaign, USA.
  4. Bompa, T. O., Haff, G. G. (2009): *Periodization, Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.
  5. Ericsson, K. A., Krampe, R.Th. and Tesch-Romer, C. (1993): The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, pp 393-394.
  6. Géczi G. (2014): Az edzőképzés helyzete a felsőoktatásban a sportágak önállósodási törekvéseinek tükrében. In: Petridisz Leonidasz (szerk.): *A felsőoktatás szerepe a sportban, élsportban és az olimpiai mozgalomban, különös tekintettel a társasági adóból (TAO) támogatott sportágak helyzetére és a támogatások hasznosítására*. Konferencia tanulmánykötet. Debreceni Egyetem Gazdálkodástudományi és Vidékfejlesztési Kar, Debrecen.
  7. Gibbs, B. G., Jarvis, J. A., and Dufur, M. J. (2012): The rise of the underdog? The relative age effect reversal among Canadian-born NHL hockey players: A reply to Nolan and Howell. *International Review for the Sociology of Sport*, 47, 644-649. <http://dx.doi.org/10.1177/1012690211414343>
  8. Issurin, V. B. (2010): New horizons for the methodology and physiology of training periodization. *SportsMed*, 40(3):189-206. <http://dx.doi.org/10.2165/11319770-000000000-00000>
  9. Matveyev LP. (1981): *Fundamental of sport training*. Progress Publishers, Moscow.
  10. Révész L. (2008): *A tehetséggondozás, a kiválasztás és a beválás néhány kérdésének vizsgálata az úszás sportágban*. PhD disszertáció, Semmelweis Egyetem TSK, Budapest.
  11. Révész L. (2015): *Recreation*. EKC Líceum Press, Eger.
  12. Rogol, A. D., Clark, P. A., Roemmich, J. N. (2000): Growth and pubertal development in children and adolescents: effects of diet and physical activity. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(2): 521-528. Bethesda, USA.
  13. Shephard, R. J. (1996): The athlete's heart: is big beautiful? *British Journal of Sports Medicine*. 30. 5-10. London, UK.
  14. Zaccaro, S. J., Rittman, A. L., Marks, M.A. (2002): Team leadership. *The Leadership Quarterly*, 12: 451-483. [http://dx.doi.org/10.1016/S1048-9843\(01\)00093-5](http://dx.doi.org/10.1016/S1048-9843(01)00093-5)

#### Internetes szakirodalom

1. <http://www.canadiansportforlife.ca/sites/default/files/resources/MonitoringGrowth%281%29.pdf>
2. <http://www.active4life-fitness.com>
3. <http://www.freeimages.com/photo/swimming-baby-1525387>
4. <http://www.freeimages.com/photo/female-stretch-1576058>
5. <http://www.freeimages.com/photo/goal-saves-2-1315178>
6. <http://www.freeimages.com/photo/the-double-overtime-win-1532727>





*Tesztevelési Egyetem,  
a Főépület részlete*





# A sport és a turizmus kapcsolata, a sportturizmus fogalmi rendszere

## The Connection between Sport and Tourism, the Conceptual System of Sport Tourism

Lasztovicza Dóra<sup>1</sup>, Béki Piroska<sup>2</sup>

1 Testnevelési Egyetem, Rekreáció Tanszék

2 Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar, Sportgazdasági és -menedzsment Tanszék

**Absztrakt:** A tanulmány a lehető legszélesebb körű szakirodalmi összefoglaláson keresztül a sportturizmus fogalmi rendszerének tisztázására törekszik. A sport és a turizmus fogalma rendkívül összetett, melyet külön-külön is nehéz pontosan definiálni. A szakirodalmi forrásokat a sportturizmus interdiszciplináris jellege miatt az egyes alaptudományok és társtudományok sport vonatkozású irodalma jelenti. A turista tevékenysége alapján a sportturizmus lehet „aktív” vagy „passzív”. Az aktív sportturizmus a sporttevékenységben való aktív részvételt jelenti, a passzív sportturizmus a sporteseményekkel kapcsolatos utazásokat, illetve a sportlétesítmények látogatását foglalja magába. A sport motivációjú utazások tekintetében is megkülönböztetünk szabadidős- és hivatásturizmust. A sportturizmus piacán a sporttevékenység iránt érdeklődő turisták keresletét és a sportszolgáltatások kínálatát a sportjellegű motiváció kapcsolja össze. A sportturizmus rendszere dinamikus kölcsönhatásban áll a társadalmi, gazdasági, természeti, kulturális, politikai és technológiai környezetével.

**Kulcsszavak:** sport, turizmus, sportturizmus, aktív és passzív turizmus, motivációs tényezők

**Abstract:** The aim of this study is to summarize the conceptual system of sport tourism; the purpose is to collect as wide scientific literature as possible. The concept of sport and tourism is very complex; therefore, it is difficult to define them precisely. Due to the interdisciplinary nature of sport tourism the scientific literature is provided by basic sciences and co-sciences with their sport-related literature. According to the tourist's activities, sport tourism can be „active” or „passive”. Active sport tourism is an active participation in sport activities, while passive sport tourism refers to sport-event related travel and the visiting of sport facilities. Sport motivated travel can also be separated to leisure and business tourism. In the market of sport tourism the needs of the sport tourists and the supply of sport services are connected with sport related motivation. The system of sport tourism is in dynamic interaction with its social, economic, natural, cultural, political and technological environment.

**Keywords:** sport, tourism, sport tourism, active and passive tourism, motivation factors

### Bevezetés

A sport és a turizmus összekapcsolódásával megjelenő sportturizmus, amely már az 1960-as évektől jelen van a világ fejlettebb részének társadalmában és gazdaságában, az elmúlt néhány évtized során dinamikus fejlődésen ment keresztül. Az 1960-as évektől a szabadidő megnövekedésével, valamint

a civilizációs fejlődés és a globalizáció hatására a turizmus fejlődésnek indult, mert az utazási lehetőségek gyorsabbá, választékosabbá és szabadabbá váltak, a világ „kitágult”. A nyugati országokban a sportolók, sportszakemberek és a szurkolók turizmusa megnövekedett, a globalizáció könnyebbé tette az utaztatások megszervezését és lebonyolítását. Ezzel párhuzamosan az egészséges életmód és a





rendszeres testmozgás fontossága is felértékelődött. Divat, sőt presztízs-növelő lett egyes sportágak üzése (tenisz, golf, vitorlázás). A sport népszerűsödése és terjedése hatással volt a migrációra is. A szocialista országokban a rendszerváltás előtti időben a sportturizmust csak a sportolók és az őket kísérő sportszakemberek külföldi utazásának lehetősége jelentette. A kelet-közép-európai országok lakói számára a '90-es évektől a rendszerváltás és a globalizáció egyszerre nyitotta meg a sportolók egyszerűbb kiutazásának, valamint nagyobb számú szurkoló részvételének lehetőségét. A versenysport-eseményekre nézőként utazók mellett olyan sportturisták is megjelentek, akik kifejezetten sportolási céllal választottak maguknak külföldi desztinációt, mert fő motivációik a felüdülés, a felfrissülés, a szórakozás voltak. Az utazási irodák repertoárjába bekerült a sportturisztikai kínálat, amely csomagajánlatok formájában tartalmazza az utazás, a szállás, a sportesemény belépőjegyének vagy a sportolási lehetőség, a sporttanfolyamon való részvétel költségeit is.

A globalizáció és a tömegkommunikációs eszközök fejlődésének hatására a média kiszélesedett, megjelent a sport világában is, lehetőséget adva távoli sportversenyek, sportesemények közvetett figyelemmel kísérésére. A televízió vagy interneten keresztül az információk határtalan mennyiségű képes pillanatok alatt eljutni a fogyasztókhoz. A sportágak médiába kerülésének feltétele és egyben célja a néző illetve hallgató érdeklődésének felkeltése. Ezért egyes sportágak a médiában való megjelenés, illetve a nagyobb nézettség elérése érdekében szabályrendszerük változtatására kényszerülnek. A fentiek miatt a média rendkívül fontos szerepet játszik a sportturizmus élénkítésében is.

A sportturizmus a belföldi turizmus fellendítésének is egyik kitűnő eszköze lehet, valamint szezonhosszabbító hatásával a vendégéjszakák száma is növelhető. A hazánkban megrendezendő világversenyek, nemzetközi tornák a Magyar Turizmus Zrt. statisztikai adatai szerint egyre nagyobb érdeklődést keltenek a külföldi sportszeretők körében, és hatalmas bevételeket jelentenek az ország számára. (*Magyar Turizmus Zrt: Marketingterv* 2013) Ezért a sportturizmus folyamatosan bővülő kínálata a különböző fogyasztói csoportok eltérő igényeinek kielégítését célozza meg.

Bár a turisztikai szakirodalomban sokáig háttérbe szorult a sport összetett fogalmának és értelmezésének elemzése (*Hich és Highman, 2001*), az

utóbbi évtized során egyre több figyelmet kapott ez a terület (*Gammon és Robinson, 2003*). Ennek ellenére a hazai szakirodalomban még ritkán találkozhatunk statisztikai adatokkal alátámasztott sportturisztikai kutatásokkal (*Bokor, 2004*), illetve a sporttudomány területén is mindeddig kevés tanulmány született sportturizmus témában (*Bánhidí, 2007*). Hazánkban napjainkban a sport és a turizmus kapcsolata a gyakorlatban egyelőre még nagyobb arányban van jelen, mint a tudományos munkák témái között (*Bokor, 2009*). A szakirodalom a sportturizmus interdiszciplináris jellegéből következően az egyes alaptudományok és társtudományok (pl. közgazdaságtan, földrajz, szociológia, sporttudomány stb.) sport vonatkozású irodalmából áll (*Bokor, 2004a*). A sportturizmus elméleti háttérének lassú fejlődését befolyásolja az a tény, hogy két olyan fogalom találkozásáról van szó, amit külön-külön is nehéz definiálni.

Jelen tanulmány célja a sportturizmus fogalmi rendszerének tisztázása a sport turisztikai vonatkozásainak segítségével, összefoglalva mindazon definíciókat és elemzéseket, amelyek a két terület kapcsolódási pontjainak hangsúlyozására fókuszálnak. Összegyűjtöttük a turizmus és a sport olyan definícióit, amelyek között kapcsolódási pontok fedezhetők fel, valamint a sportturizmus különböző meghatározásainak és rendszerének a lehető legszélesebb körét.

### A turizmus fogalmának meghatározása

A turizmus jelenleg legelfogadottabb definíciója, a Turizmus Világszervezete (WTO) és az Interparlamentáris Unió 1989. április. 10-14 között elfogadott és a Hágai Nyilatkozatban közzétett megfogalmazás: „a turizmus magában foglalja a személyek lakó- és munkahelyen kívüli minden szabad helyváltoztatását, valamint az azokból eredő szükségletek kielégítésére létrehozott szolgáltatásokat” (*Lengyel, 2004a*). Azonban a térbeli (a lakóhely a lakást vagy a települést jelenti-e?) és időbeli (24 órán belüli visszatérés is turizmust jelent-e?) kiterjedése még vitatott. Ezen kívül a nyilatkozat megfogalmazza a következőket: a turizmus az adott településen belüli (sport)tevékenységek végzését jelenti; a *szabadidő* mennyiségének növekedésével a „szabadidő-létesítmények” szerepe felértékelődik; a turizmus *társadalmi, kulturális, környezeti, életmódbeli jelentősége fokozódik*; a belföldi, helyi turizmus szerepe fokozódik; valamint hangsúlyozza,

hogy a turizmus *jelentős szerepet* tölt be *minden állampolgár életében*, ezért fejlesztése állami érdek (Lengyel, 2004).

Michalkó Gábor (2001) szerint: „*A turizmus lényege a személyek élményszerzéssel párosuló környezetváltozása, amelynek során szolgáltatások igénybevétele kerül sor*”.

A turizmust és fogalmának fejlődését számos tényező befolyásolta. Napjainkban a turizmus alapja a *változatlan, hétköznapi környezetből való különböző időtartamú kiszakadás, helyváltoztatás*, amely történhet *szabadidőben* vagy *munkaidőben* egyaránt. Az utazók motivációját a *környezetváltozás, a kikapcsolódás, a változatosság igénye, a kíváncsiság jellemzi leginkább*. A fogadó területek és szolgáltatók számára jelentős bevételi forrást jelent a turizmus, ezért napjainkban egyes régiók, országok egyre nagyobb hangsúlyt fektetnek annak fejlesztésére.

A turizmus felosztása, kategorizálása történhet annak célja és jellege szerint. Az utazás *célja* szerint megkülönböztetünk *szabadidő- és hivatásturizmust*. A mai modern társadalmak a munka és a szabadidő világa köré szerveződnek, ezért a turizmusnak két nagy területe létezik, az előbbihez kötődött *hivatás-*, utóbbit *szabadidő-turizmusnak* nevezzük (Michalkó, 2004). A hivatásturizmus a foglalkozással kapcsolatos helyváltoztatások során végzett szakmai és szabadidős tevékenységek együttese. A szabadidő-turizmus az állandó lakáson kívüli, szabadidőben végzett és szabadon választott tevékenységek összessége, amelyeket az ember változatosság igénye motivál (Lengyel, 1994). A két turizmusfajta közül nagyobb hányadot képez a szabadidő-turizmus, mivel az ember szabadidő-felhasználása (a turizmusban való részvétele) önálló döntéseken alapszik, míg a hivatásturizmus fő motivációja a foglalkozás gyakorlásával hozható összefüggésbe (Michalkó, 2004).

Léteznek olyan tudományos elemzések, amelyek a turizmust három típusra osztják fel: szabadidő-turizmus, hivatásturizmus és egyéb turizmusfajták (Holloway, 1994). A szabadidő-turizmus a szabadidőben tett utazásokat jelenti, a barát és rokonlátogatásokat is beleértve. A hivatásturizmus a munka révén, kötelezettségből történő utazásokat jelenti. Az egyéb turizmus fajták magukba foglalják a különféle kevert típusú utazásokat, mint például a tanulmányutakat, vagy a vallási zarándokutakat (Boniface és Cooper, 1994).

„A turizmus típusait Bernecker (1962) a

motivációs és környezeti tényezők alapján hét csoportba osztotta, úgymint:

1. Üdülőturizmus
2. Kulturális turizmus
3. Társadalmi turizmus
4. Hivatásturizmus (MICE - Meetings, Incentives, Conferences and Exhibitions)
5. Politikai turizmus
6. Környezetbarát, „szelíd” turizmus
7. Sportturizmus” (*Új Magyarország Fejlesztési Terv*, 2011).

A gyakorlatban ezek a csoportok számos esetben kevert formában jelennek meg.

Az utazás jellege szerint megkülönböztetünk tömeg- és alternatív turizmust. A tömegturizmusra jellemző a magas kereslet és a turisták nagy létszáma miatt a turisztikai termékek tömegtermelése. A tömegturisztikai termékek alig különböztethetők meg egymástól, például általában hasonló komplex turisztikai terméket, kínálati csomagot tartalmaz a legtöbb európai tengerparti nyaralás, függetlenül a desztinációtól: all inclusive utak vagy utazás, szállás és félpanziós ellátás. A nagy utazási irodák (például Neckermann, IBUSZ, TUI, Thomson) jutnak domináns szerephez az európai csomagajánlatok piacán. Ezen hálózatok több tízezer nyaraló üdültetését szervezik. Általában a szomszédos országok, közeli úti célok illetve az „5 S” (sea, sun, sand, sex, ski = tenger, napfény, homok, szex, sí) keresése a jellemző. Egy új turisztikai attrakció (például: aquaparkok, delfináriumok, papagáj-showk) kialakításában általában a kezdeményező szerep nem a helyi lakosságnak, hanem a turisztikai vállalatoké. A fogyasztók döntésének fontos jellemzője az árérzékenység, a hasonló kínálati csomagok közül a lehető legolcsóbb kiválasztására törekednek. A tömegturizmus negatív hatása a desztinációban a környezetrombolás. Sok utazó fordul meg egy adott területen, ami a környezet szennyezésével és pusztításával jár. A helyi kistermelőket, kisebb gazdasági tevékenységet végzőket kiszorítják a multinacionális cégek, ezáltal a helyi kulturális értékek is elveszhetnek.

A '80-as évektől értékelődtek fel a turizmus azon ágai, amelyek a turizmus negatív hatásainak mérséklését célozták meg. A gyűjtőfogalomként használt *alternatív turizmus* a tömegturizmus ellentétéként jelent meg. Ide tartozik például az ökoturizmus, falusi-, kulturális örökség-, vallási-, kerékpáros-, lovas-, borturizmus stb. (Puczkó és Rátz, 2002). Ezen

típusban üdülők száma lényegesen kisebb, mint a tömegturizmusban résztvevőké. A turizmus negatív hatásait tudatos tervezéssel igyekeznek megelőzni. A fejlesztések során figyelembe veszik az adott terület természeti, kulturális és gazdasági adottságait és elsősorban a már meglévő létesítmények, szolgáltatások kihasználására törekednek. A turisták igénybe veszik a helyi lakosság számára kialakított szolgáltatásokat, lehetőség adódik a helyi lakossággal való személyes kapcsolat kialakítására. A minőségi szempontok fontos szerephez jutnak (Kiss, 2001).

### A sport fogalmának meghatározása

A sport fogalma összetett, nehéz pontos definíciót találni rá. Értelmezése helyenként rendkívül szűk, másutt pedig tágabb meghatározást ölel fel.

Az észak-amerikai definíciókban gyakran jellemzik a sportot a következőképpen: komplex fizikai képességeket, készségeket követel meg és jelentős fizikai igénybevételt feltételez, valamint a meghatározott szabályrendszerrel rendelkező versenyeket is magába foglalja, *szervezett keretek* jellemzik, ugyanakkor fontos jellemzője a *szabadság* és a *spontaneitás* élményének megőrzése is (Coakley, 1990). A definíció magába foglalja az egymástól különböző elit versenyzést és a szabadidősportot. Az észak-amerikai szakirodalomban - és egyre inkább ez a tendencia Európában és hazánkban is - azokat a mozgásformákat, amelyeket szabadidőben, nem versenyzés jelleggel végeznek, gyakran nevezik *rekreáció*nak (Coakley, 1990).

A 2004. évi törvény a sportról a következőket tartalmazza: sporttevékenységnek minősül a meghatározott szabályok szerint, a *szabadidő* eltöltéseként *kötetlenül vagy szervezett formában*, illetve *versenyszerűen* végzett testedzés vagy szellemi sportágban kifejtett tevékenység, amely a fizikai erőnlét és a szellemi teljesítőképeség megtartását, fejlesztését szolgálja (2004. évi I. törvény a sportról).

Optimális esetben a sportolás fontos szerepet játszik a *fizikai és mentális egészség megőrzésében*, az *egészségtudatos magatartás* kialakításában és fenntartásában. Fontos *életvezetési technikák* és módszerek közvetítője, a *nevelés* egyik meghatározó eszköze, mely játékos formában tanítja meg az ifjúságot a különböző *probléma-megoldási* lehetőségekre, valamint lehetőséget ad az egyén önmegvalósítására is. A sport, a természeti környezetben történő időtöltés egyik formájaként, nélkülözhetetlen szerepet játszik a *környezetvédő* magatartásforma

elsajátításában. Mindezeket túl a sportolás fontos szerepet tölthet be a *családi és társadalmi kötelek erősítésében*, a *kulturált szabadidő-eltöltési, szórakozási lehetőség* biztosításával. *Pihenést, örömforrást és élvezetet* nyújtó hasznos időtöltés, melyek segítségével a sport jelentősen hozzájárul az *életminőség fenntartásához és javulásához*. A kiemelkedő sporteredmények erősítik a nemzeti önbecsülést, ami növeli a társadalmi kohéziót. (Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia, 2007).

### Sportturizmus meghatározások

Az első ókori olimpiai játékoktól kezdődően a turizmus és a fizikai aktivitás szimbiózisának megjelenése valamilyen formában fellelhető a különböző társadalmak életében. Manapság a sport és a turizmus a társadalmi élet két olyan területe, amely emberek millióit mozgósítja. E két terület találkozása eredményezte a sportturizmus kialakulását és fejlődését (Dreyer, 2002; Röthig, 1992; Bánhidí, 2007).

A sportturizmus definíciójának meghatározására hivatalosan elfogadott fogalom még nem létezik. A sport és a turizmus szó összekapcsolása nem új keletű. 1887-ben Victor Gustaf Black, a svéd sport atyja, már foglalkozik ezzel a témával, könyvében egy külön fejezetet szánva „Tourism and Sport” címmel. Tudományos kutatások témájaként azonban csak az 1980-as, '90-es évektől jelent meg a szakirodalomban (Bokor, 2002; Standeven és De Knop, 1999). Az elmúlt évtized során a sport és a turizmus, két korábban is igen jelentős iparág, hatalmas fejlődésen ment keresztül (Dóczy, 2008). A sportturizmus önállósulása a turizmuson belül intenzív szakosodás eredménye. Tudományos vizsgálat tárgyaként ugyanolyan nehezen meghatározható, mint a turizmus. A fogalom jelentésstartalma általánosságban olyan utazásokra utal, amelyeknek elsődlegesen sport célú indítékai vannak: sportolni, versenyezni, szurkolni, sportlétványosságot megtekinteni (Földesiné, 2005).

Szűkebb értelemben az a személy számít sportturistának, akinek elsődleges utazási célja a sport. Tágabb értelemben az utazás alatt valamilyen formában sportolókat is besorolhatjuk a sportturizmusban résztvevők közé. A sportturizmus olyan turisztikai ágazat elmélete és gyakorlata, amelyben az utazó fő célja egy sporttevékenység élményének az átélése, ugyanakkor turisztikai szolgáltatást vásárol meg. Manapság talán ez a leggyorsabban fejlődő



turisztikai ágazat, termékei pedig egyre szélesebb körben jelennek meg az idegenforgalomban (Bánhidi, 2006).

Ruskin (1978) szerint: „A sportturizmus az emberek olyan cselekvéseinek sorozata bizonyos szabadidős periódusban - például szabadság ideje alatt - amelyeket részben sajátosan vonzó természeti vagy mesterséges körülmények között tesznek, vagy fizikai rekreálódást végeznek szabadtéren”. Hall (1992) megfogalmazásában: „Az olyan nem kereskedelmi célú utazást nevezik sportturizmusnak, melynek célja sporttevékenység végzése vagy annak szemlélése, az otthoni környezettől különböző helyszínen”. Weed és Bull (1997) érdekes meghatározást fogalmaz meg, mely szerint a sportturizmus olyan szabadság, amely sporttevékenységet tartalmaz – akár annak szemlélését, akár annak üzését.

Más szempontok alapján megfogalmazott definíciót is találhatunk a szakirodalomban: „Olyan szabadidős utazással járó időtöltés, amely során a résztvevők ideiglenesen elutaznak állandó környezetükből azért, hogy fizikai aktivitást végezzenek, vagy nézzenek, vagy sporttal kapcsolatos látványosságokat látogassanak meg” (Gibson, 2003).

Standeven és De Knop (1999a) szerint: „A sportturizmus az aktuális sporttevékenységekben való alkalomszerűen vagy rendszeresen végzett olyan aktív vagy passzív részvétel, amely otthoni vagy munkahelyi környezetből való ideiglenes elutazást igényel, üzleti vagy nem üzleti céllal”.

A sport lehet az utazás fő célja vagy csak alkalomszerűen választott szabadidős tevékenység. A sporttevékenységek gyakorisága nem befolyásolja a sportturizmus elnevezését (Bokor, 2002).

Hudson (2003) ugyanakkor sportturizmusnak nevezi azokat: „Az állandó lakóhelytől való elutazásokat, amelyek célja a versenysportban vagy a rekreációs sportban való részvétel vagy azok megtekintése, de lehet célja valamely sporttal kapcsolatos helyi vonzerő megtekintése, mint például sportmúzeum, sportstadion, hírességek csarnoka”.

Emellett az üdülés célja lehet sportágtanulás is, ahol napi többórás sportfoglalkozás keretében egy-egy divatos sportág mozgásanyagát lehet elsajátítani vagy fejleszteni, így például: vitorlásoktatás, tenisz, golf tanulás, síoktatás, lovaglás (Gáldi, 2011).

A sportturizmus a turizmus egyik szakága, amely a turizmus több alcsoportját magában foglalja. A kalandturizmus, az egészségturizmus, a természetbarátok turizmusa, a nézők (szurkolók) turizmusa,

a versenyzők turizmusa, a rekreációs vagy szabadidős turizmus, az oktató célú turizmus, az üzleti turizmus mind kiegészítik a sportturizmust. (Deplly Neirotti, 2003). Akkor beszélünk sportturistáról, ha az utazást a sporttevékenység motiválja (Bokor, 2003). A turizmus keretében sporttevékenységekben való aktív vagy passzív részvétel a tartózkodási helyeken, ahová a turista szabadidős vagy üzleti célú motivációval érkezik” (Bokor, 2004b).

A sportturizmus magában foglal minden olyan tevékenységet, amikor emberek egy sporteseményt résztvevőként vagy nézőként felkeresnek, illetve amennyiben azon üzleti céllal vesznek részt. A nagyobb események a szervező ország számára jelentős imázs-építési lehetőséget jelentenek, fontos beruházásokat, fejlesztéseket generálnak, ezek a létesítmények a későbbiek során hasznosíthatóak a helyi lakosság és az odalátogatók számára is (NTS, 2005).

A sportot gyakran elsődleges utazási motivációnak tekintik, az utóbbi években azonban másodlagos vagy néha mellékes motivációs tényezőként is említik a szakemberek. Szinte az összes definíció sportturistának tekinti a nézőket, a látogatókat, a rekreációs szabadidő sportolókat éppúgy, mint a versenysportolókat (Standeven és De Knop, 1999; Weed, 1999, 2009a, 2009b).

### Aktív- és passzív-, hivatás- és szabadidős sportturizmus

A turista tevékenysége szerint megkülönböztetünk *aktív* és *passzív* sportturizmust. Mindkét turizmustípus képezheti a szabadidő- és a hivatássturizmus részét is (Bánhidi, 2007). Az aktív sportturista a sporttevékenység közvetlen részese, valamilyen sporttevékenységet végez, míg a passzív sportturista a sporttevékenységeken megfigyelés célzattal vesz részt (Dobay, 2008). Az aktív turizmus további két típusra bontható helyszín szerint: természeti környezetben (outdoor) és sportlétesítményekben (indoor) üzhető sporttevékenységekre.

A sporttevékenységeket véve rendező elvként, annyiféle fajtája lehet a sportturizmusnak, ahányféle sportágot gyakorolhatnak az utazók. Ennek értelmében a sportturizmus elnevezés gyűjtőfogalomként funkcionál, amelybe beletartoznak a különféle sporttevékenységgel kapcsolatos sportutazások (Magyar Turizmus Zrt: *Tematikus szakmai háttéranyag, Sportturizmus*, 2007). Tehát, egy folyamatosan fejlődő és bővülő halmazról van szó,



ugyanis napról-napra újabb és újabb sporttal kapcsolatos tevékenységek jelennek meg a világpiacon.

Az aktív turizmusnak számos formája létezik, például a kerékpáros-, sí-, lovas-, tenisz-, valamint golfturizmus, a vízi sportok különböző formái, a természetjárás, a túrázás. Napjainkban az egészségtudatos életmód egyre nagyobb figyelmet kap, így a sportturizmus népszerűsége is folyamatosan nő.

A passzív turizmus a sporteseményekkel kapcsolatos utazásokat foglalja magába, az utazás középpontjában ezen események megtekintése áll. Gyakran előfordul az is, hogy a sportesemény az utazás kiegészítő programjaként szerepel (Dobay, 2007). A passzív sportturizmusban résztvevők osztályozhatók az utazás céljának függvényében: tartozhatnak a sportoló (szabadidős- vagy élsportoló) kíséretéhez (pl. edző, családtag, orvos, stb.), lehet a céljuk a sporteseményen való szurkolás, de lehet sportlétesítmények, sportlátványosságok látogatása is. Ezáltal a passzív sportturizmus gyakran nagyobb tömeget mozgat meg, mint az aktív (Magyar Turizmus Zrt: *Tematikus szakmai háttéranyag, Sportturizmus*, 2007). Sajátos típusa a sportturizmusnak a sportörökség turisztikai attrakcióként való hasznosítása – például a National Baseball Hall of Fame az Egyesült Államokban -, amely a turizmus termékszempléteit rendszerében egyúttal átmenetnek tekinthető az örökségturizmus felé (Rátz és Kiss, 2006).

A sporttal kapcsolatos turisztikai tevékenységek típusainak legteljesebb csoportosítását Standeven és De Knop (1999) szerzőpárosa alkotta meg:

1. „Hivatással összefüggő, nem szabadidős sportturizmus (munkavégzés, kereső tevékenység):
  - Sporttal kapcsolatos *passzív* tevékenység (pl.: edző, orvos, masszőr)
  - *Aktív* sporttevékenység (hivatásos versenyző)
2. Szabadidős sportturizmus (nem kereső tevékenység):
  - *Passzív* sportturizmus (csak szemlélők)
    - « Alkalmoszerű nézők (egy-egy jelentősebb sportesemény látogatása: pl.: a hazai F1 futam helyszínen történő megtekintése, nem rendszeres F1 nézőként)
    - « Szakértő nézők (pl.: MKB Veszprém kézilabda mérkőzések törzsszurkolói):
      - sportesemények előre eltervezett látogatása
      - sportmúzeumok látogatása
  - *Aktív* sportturizmus (utazással egybekötött

szabadidőben végzett sporttevékenység)

- « Üdülés alatt végzett sporttevékenység (az utazás elsődleges motivációja nem a sporttevékenység):
  - szervezett sporttevékenység (pl.: szállodai animáció keretében megszervezett strandfoci mérkőzés)
  - egyénileg szervezett sporttevékenység (a helyszínen eldöntött sporttevékenység végzése, pl.: nyaraláson szörf, vízisí vagy wakeboard kipróbálása)
- « Elsődleges motivációjú sport célú üdülések:
  - többféle sporttevékenység végzése (pl.: Andalúzia kalandtúra: túrázás, sziklamászás, vadvízi evezés, lovaglás...)
  - egyféle sporttevékenység végzése (pl.: sítúra)”.

### A sportturisztikai rendszer felépítése

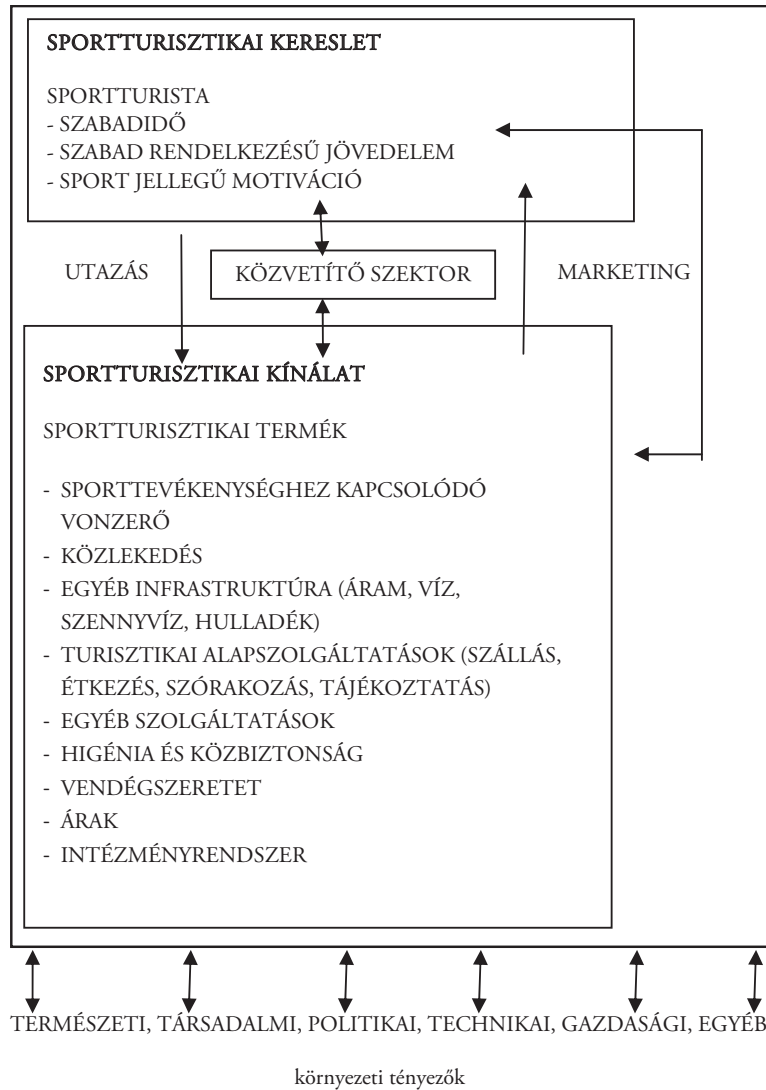
A sportturizmus rendszere, akárcsak a turizmus, egy összetett és sokoldalú társadalmi jelenség. A turizmus interdiszciplináris folyamatait és kölcsönhatásait Lengyel Márton turizmus rendszerének ábrája szemléletesen mutatja be. Ezt az ábrát a sportturizmus szempontjai szerint módosítva adaptáltuk.

A turizmus egy komplex társadalmi jelenség. A turizmus rendszere két alrendszerre – keresletre és kínálatra - osztható fel, amelyek a turizmus piacának két fő összetevőjét alkotják. A kereslet a turista-küldő terület egészét jelenti: az ott élő embereket (a potenciális turistákat), társadalmi-gazdasági helyzetüket, szokásaikat, életkörülményeiket, egyéni jellemzőiket.

A kínálat egy absztrakt kategória, a fogadóterület minden olyan értéke, tényezője, szolgáltatása, amely a turista szükségleteinek kielégítésére szolgál. A kínálat központi eleme a turisztikai termék, amely az egyes turista számára az általános kínálati halmaz szelektív elemeit tartalmazza, amelyeket a turista kiválaszt saját igényei szerint (Lengyel, 2004).

A sportturizmus piacán a keresletet a sporttevékenység iránt érdeklődő turisták, a kínálatot a desztinációk minden sporttal kapcsolatos szolgáltatása, a turisztikai terméket a speciális sporttal kapcsolatos tevékenységek, attrakciók jelentik.

Az azonban, hogy milyen fajtája jelenik meg éppen a sportturizmusnak, az függ a kereslet és a kínálat találkozásától.



1. ábra: Lengyel M. (2004) turisztikai rendszerének adaptációja a sportturizmusra

A sportturizmus területén a *sporttevékenység iránt érdeklődő turisták* kereslete és a sportolást nyújtó desztinációk kínálata (*sportszolgáltatások*) a *sport jellegű motiváció* révén találkoznak egymással. A kínálati oldalon valamilyen *sporttevékenységgel összefüggő vonzerő* áll, amellyel csak a megfelelő motivációjú és érdeklődési körű turistákat lehet megnyerni.

A sportturisztikai kínálatot egyes esetekben a szezonáltság is jellemzi (síturák, vadvízi evezések, windszörfözés a Balatonon stb.), bizonyos termékek egész éven át a keresleti csoport rendelkezésére állnak (pl. fedett uszoda, lovarda, tenispálya stb.) Ahogy már korábban említettük, a sport aktív és passzív formában is lehet az utazás elsődleges, fő motivációja. Az aktív forma egy sporttevékenység végzését, valamint a versenyzést jelenti, míg a

passzív formába éppúgy beletartozik a szurkolóként a sporttevékenység helyszíni megtekintéséért való elutazás, mint a sportoló kíséretébe tartozó személyek utazása (edző, orvos, stb.). A sporttevékenység lehet az otthon megszokottan űzött sport, de lehet új sportág is, amelyet elsajátítani, gyakorolni utazik a turista. A sportturisztikai termékínálat a gazdasági fejlettség függvénye, ugyanakkor követi a kereslet növekedését is. A kereslet trendjei napjainkban az aktív turizmus növekedésének irányába mutatnak (Bokor, 2002).

A turista utazási döntésének befolyásolásában jelentős hatása van a rendelkezésére álló *szabadidőnek*, a szabadon elkölthető *jövedelemnek*, és az egyéni változatosságon, igényen alapuló *motivációnak*. A társadalmi rétegződésben elfoglalt hely

meghatározza a sportturisztikai szolgáltatások keresletét és kínálatát. Egy hasonló témájú sportturisztikai termék a különböző társadalmi rétegek eltérő igényeinek megfelelően különböző minőségű lehet. Például egy sporteseményre - akár az Olimpiai Játékokra - való kiutazáskor a fapados repülőjegyekről és az olcsóbb kempingektől, az exkluzív szolgáltatásokat kínáló luxus szállodákig és magánrepülő járatokig a szolgáltatások széles skáláját találjuk. Vagy a tömegturizmus népszerű formájaként megjelenő olcsó buszos utazással, egyszerű szállással kínált akciós sítúra már sokak számára megengedhető téli kikapcsolódás. A világ legtehetősebb síelői körében az exkluzivitás csúcsaként új divat hódít. A legszínvonalasabb síparadicsomok helyett olyan mesés szép érintetlen területeket is választhatnak túrájuk céljául, ahova csak helikopterrel lehet eljutni. Ilyen helyszínek lehetnek például Kanadában, Alaszkában, vagy Új-Zélandon.

*Puczkó és Rácz* (2002) véleménye szerint a turista döntése saját belső motivációján alapul, a motiváció konkrét utazási döntéssé a desztináció attrakcióinak szimpatikussá válása révén alakul ki. A motiváció és a vonzerő között szoros kapcsolat van, ezt jelzi a két tényezőt összekötő vonal az 1. ábrán.

A keresletet és a kínálatot (a fogadó területről a turista felé irányuló) *marketing*, a közvetítőszektor tevékenysége (utazást szervezők és az utazási ügynökségek), valamint a turisták (fogadó területre történő) *utazása* kapcsolja össze. (*Puczkó és Rácz*, 2002; *Lengyel*, 2004). A marketing a turista utazása előtt, az utazási döntés befolyásolása érdekében a turisztikai szakmai szervezetek tevékenysége, amely a fogadóterület termékeinek, szolgáltatásainak megvásárlására biztatja a fogyasztót. Ehhez ismerni kell a fogyasztói igényeket és szokásokat (*Lengyel*, 2004).

A sporttevékenység iránti szükségletnek először tudatosulnia kell, szándékká kell válnia, és konkrét sporttevékenységgel kapcsolatos célban kell megfogalmazódnia. Az utazási döntés befolyásolását a megfelelően célzott marketingtevékenység segíti elő, melyben fontos motivációs faktorok a következők:

- *Az emberi tényező*, mely a sportturizmus területén megjelenik például az egészség-, munkaképesség visszaszerzése, megtartása vagy fejlesztése fizikai aktivitás által, és napjaink rohanó világában egyre nagyobb szerepet kap. Vagy akár a kíváncsiság, a tanulásvágy, egy új, eddig idegen

mozgásforma elsajátításának vágya, eredeti autentikus környezetében való kipróbálása (például: harcművészetek mélyebb elsajátítása Japánban, szörfözés Hawaii-on).

- *A természeti táj szépsége* nagy vonzerő a sportturisták számára. A földrajzi táj adottságai jelenthetik egy sportturisztikai jelenség alapját, előfordulhat, hogy nélküle nem lenne az adott sportturisztikai forma az adott helyen (például: búvárkodás Egyiptomban, túrázás a Balatonfelvidéken, siklóernyőzés a Csobáncon). A szép természeti környezet, ha mezőgazdasági termelésre vagy ipartelepítésre már nem alkalmas, a turizmus (sportturizmus) számára még mindig kínálhat jó lehetőségeket. Ehhez a szolgáltatásszektor (sportos kínálatot biztosító) jelentős fejlesztésére, beruházásokra van szükség (*Bokor*, 2002).
- *A társadalmi - gazdasági értékek*, mint a sporttal kapcsolatos művelődési- történelmi értékek, műemlékek, sportlátványosságok is szolgálhatják a sportturizmus motivációs alapját. A passzív sportturisztikai kínálat részét képezi, de jelentősége nem elhanyagolható, például a sportmúzeumok és sporthírességek arcképcsarnoka, az Olimpiai Múzeum Lausanne-ban, sportmúzeumok Prágában, Kaunasban (*Földesiné*, 2005).
- *A szubjektív tényezők*, például a menekülés, kikapcsolódás, környezetváltozásra való igény, feszültségek levezetése szintén lehet a sportturizmus motiváló ereje. A fizikai aktivitás által elérhető szellemi kikapcsolódás gyakori célja lehet az utazással összekötött sporttevékenységeknek. Az önmegvalósítás szükségletének vágya is elérhető a fizikai aktivitás által, a felállított célok elérésével, az ellenfelek vagy a természet erőinek leküzdésével. Egy közös túra, vagy bármilyen csapatsport-tevékenység által szorosabbá fűzhető a személyi kapcsolatok.

*Maslow* szükségletelmélete - amely azt magyarázza, hogy milyen késztetések, erők állnak a motiváció hátterében - összhangba hozható a sportturisztikai utazási motivációkkal. Egyes szükségletek kielégítése elérhető a sportturisztikai szolgáltatások igénybevétele által is. A *Maslow-piramis* (szükségletek hierarchiája) alapján, célzott marketingmunkával elérhető azon turistaréteg, amely magasabb szintű szükségleteken alapuló motivációkkal rendelkezik, motivációja már nem csupán a tömegturizmusban való részvétel (fiziológiai szükségletek kielégítése: pihenés- kikapcsolódás).

A sportturista sokszükségletű utazó, igényli a szolgáltatások komplex kínálatát (Bokor, 2002). A sportturizmus területén - a turizmus bármely formájához hasonlóan - a végleges utazási döntés meghozatalában a sporttevékenységgel kapcsolatos motiváción kívül több tényező is szerepet játszik, például a közlekedés, infrastruktúra, szállás, étkezés, egyéb szolgáltatások színvonala, vagy az ár.

Valójában sportturisztikai termék is egy összetett kínálat, amely több szolgáltatást tartalmaz. Legfontosabb összetevője a vonzerő, maga a sport. Ahogyan a korábbiakban már említettük, sportvonatkozású vonzerő lehet a sporttevékenység végzése, versenyzés, sportversenyek megtekintése, szurkolás, sportlátványosságok látogatása, sportra szakosodott üdülőhelyeken való sportszolgáltatások igénybe vétele.

A közlekedés rohamos fejlődésével a világ kitágult, így a földrajzi környezet nyújtotta egyedülálló sportturisztikai szolgáltatások is elérhetővé váltak. Az infrastruktúra megléte, minősége is befolyásolja a sportturisztikai termék minőségét. Vannak olyan turisták, akik a sporttevékenység mellett a jól felszerelt, modern infrastruktúrával rendelkező helyszíneket részesítik előnyben a desztináció kiválasztásakor (pl.: golfturisták), de vannak olyan sporttevékenységet végző utazók (pl.: túrázók egy szegmense), akik pont az infrastruktúra mentes övezeteket keresik.

Turisztikai alapszolgáltatások közé a szállás, az étkezés, a szórakozás és a tájékoztatás tartozik. Ezen szolgáltatások minősége függ a sportturisztikai attrakció típusától, például egy golfturista magasabb minőségű szolgáltatásokat igényel, mint egy vízitúrázó.

A higiénia és a közbiztonság szintén függ a sportturisztikai attrakció típusától, manapság szerepük azonban egyre nagyobb hangsúlyt kap. A megasporteseményeket (olimpiai játékok, labdarúgó-világbajnokságok stb.) ugyan még tízezrek látogatják, vonzerejük azonban lényegesen csökkent, mióta civilek is célpontjaivá váltak a váratlan terrorista-akcióknak. A sportstadionokban megjelenő nézőtéri erőszak is korlátozza az utazási kedvet. Sok szurkoló nem kíséri el csapatát a mérkőzésekre, mert tart a (futball)huligánok esetleges agresszív, idegengyűlölő, rasszista megnyilvánulásaitól, valamint attól, hogy a vandalizmus már a közös utazás során megkezdődik, és a mérkőzés után, a stadionok falain kívül is folytatódik. Ez a jelenség a labdarúgásban a

leggyakoribb, de néhány más sportágban (kézilabda, rögbi stb.) is megjelenik (Földesiné, 2005).

A vendégszeretet, sportlehetőségeket biztosító szolgáltatók sportszakmai felkészültsége, nyelvismerete, segítőkészsége is fontos vonzerőt jelenthet a sportturisták számára. Ezért lehet egy kiváló sportanimátor is első számú vonzerő (Bokor, 2002).

Az ár a turisztikai terméknek egyik legfontosabb része. A jól pozicionált ár a turista döntését nagymértékben befolyásolja. A sportolással összekötött turizmus szolgáltatásai általában a jóléti államok közép- és felső rétegei számára a legelérhetőbbek (Gáldi, 2011). A sportturisztikai tevékenységek sajátosságaiból kifolyólag egy sportturista az átlagos turistánál többet költ (pl. sportfelszerelés, sítérlet, hajóbérlés, lóbérlés).

A sport és a turizmus intézményrendszere meghatározza a turisták hozzáállását a sportturizmushoz. Felhívásokkal, kampányokkal, akciókkal, aktív marketingtevékenységgel alakíthatják a társadalom igényeit, mintát adva az egészséges életmód, az aktív szabadidő eltöltés, az utazás iránti igény kialakításához.

A turizmus rendszere dinamikusan változik és nyílt rendszerként kölcsönhatásban áll a társadalmi, kulturális, politikai, gazdasági, természeti és technológiai környezet elemeivel. A turizmus és környezeti rendszere között kölcsönhatás alakul ki, a környezet egyes tényezői befolyásolják a turizmus fejlődését, a turizmus pedig visszahat környezetére, (bár a hatóerők nem feltétlenül egyenlő nagyságúak). A kölcsönhatás minden esetben lehet pozitív és negatív (Puczkó és Rácz, 2002).

A turisztikai kínálat egyes elemei egymással szintén kölcsönös függésben állnak, a turisztikai termék összetettségéből adódóan egy-egy összetevő minősége befolyással van a kínálat egészének minőségére. A turista nem szálláshelyet vagy biztonságot keres, hanem olyan élményt, amelynek mind a jó közbiztonság, mind pedig a kielégítő minőségű szálláshely a része. A kínálat elemeinek kölcsönös függéséből következik, hogy a turista számára egy-egy összetevő nem megfelelő minősége a termék összességét, azaz az élményt csökkenti (Puczkó és Rácz, 2002). Mivel a turizmus rendszere nyílt rendszer, a turizmus szektor fejlődése összefügg a környezete fejlődésével, illetve folyamatos kölcsönhatás érvényesül a környezet egyes összetevői és a turizmus-rendszer elemei és működése között (Puczkó és Rácz, 2002; Lengyel, 1994).



## A sport és a turizmus kapcsolódási pontjai

A sportturizmus szempontjából a két fogalom definícióiban fontos kapcsolódási pontok fedezhetők fel. A sport és a turizmus is a szabadság élményének megőrzésére törekszik. A szabadidő eltöltéseként megjelenhetnek kötetlenül vagy szervezett formában.

Fontos szerepet játszanak az egészségtudatos magatartás kialakításában, hozzájárulnak az életminőség fenntartásához és javulásához, valamint az önmegvalósítására is lehetőséget adnak. A sport és a turizmus motivációja is egyaránt lehet a környezetváltozás, a kikapcsolódás, akár a szellemi kikapcsolódás, a feszültségek levezetése, a változatosság igénye, a tanulásvágy vagy a kíváncsiság. Élményszerzéssel párosuló, kulturált szabadidő-eltöltési formák, pihenést, szórakozási lehetőséget, örömforrást és élvezetet nyújtó hasznos időtöltést jelentenek.

Fontos szerepet játszanak a családi és társadalmi kötelékek erősítésében. Mind a sport, mind a turizmus megjelenhet a természeti környezet világában, ezzel nélkülözhetetlen szerepet tölthetnek be a környezetvédő magatartásforma elsajátításában. A sport és a turizmus meghatározó minden állampolgár életében, társadalmi, kulturális, környezeti, életminőségbeli hatása egyre jelentősebb.

Mind a sport, mind a turizmus megjelenhet szabadidőben vagy munkaidőben egyaránt.

## Összefoglalás, következtetések

Tanulmányunkban igyekeztünk összegyűjteni a sportturizmus fogalmi rendszerének tisztázásához szükséges lehető legszélesebb körű szakirodalmat. A sportturizmus fogalmának tudományos definiálása nehéz feladat, két olyan fogalom találkozásáról van szó, amit külön-külön is nehéz pontosan meghatározni.

A sportturizmus szakirodalmának elemzése alapján a sportturizmus definícióját a következőképpen lehet összegezni: a turizmus keretében elsődleges vagy másodlagos motivációs célként sporttevékenység (otthon megszokottan űzött sport vagy új sportág) végzése (aktív sportturizmus) vagy annak szemlélése, illetve sporttal kapcsolatos látványosság, helyi vonzerő meglátogatása (passzív sportturizmus) történik, alkalmasszerűen, vagy rendszeresen, az otthoni vagy munkahelyi környezettől különböző helyszínen, amely ideiglenes elutazást igényel,

üzleti (hívás) vagy nem üzleti (szabadidős) céllal.

Helyszín szerint megkülönböztetünk: természeti környezetben (outdoor) és sportlétesítményekben (indoor) űzhető sporttevékenységeket. A sporttevékenységeket véve rendező elvként, egy folyamatosan fejlődő és bővülő halmazról van szó, mivel annyiféle fajtája lehet a sportturizmusnak, ahányféle sportág létezik.

A tömegturisztikai termékek palettájára az utóbbi néhány évtizedben került fel a sportturizmus népszerű formája a síturizmus, mint elsődleges motivációs cél. Elsőként a Nyugat-Európai országokban terjedt el. Kezdetben az elitréteg aktív turisztikai üdülésének egyik formája volt, majd a második/harmadik szabadság megjelenésével a téli üdülések aránya megnövekedett. A különböző utazási irodák sítúra csomagjai általában hasonló komplex turisztikai terméket ajánlanak, melyeket turisták nagy tömegei vesznek igénybe. A tömegturizmus egyéb üdülési formái között is szerephez juthat a sport másodlagos motivációs célként. Például a mediterrán tengerparti nyaralások során lehetőség adódik különböző vízi-, extrém sportok vagy a helyi speciális sportolási lehetőségek kipróbálására.

Sportturisztikai vonzerő – akár elsődleges, akár másodlagos motivációs célként – lehet az alternatív turizmus fogalmkörébe tartozó sportturizmus fajta is. Ilyen például a lovas-, kerékpáros-, vízi turizmus. Ezek a turizmusformák az adott terület természeti, kulturális, gazdasági adottságait igyekeznek megőrizni, elsősorban a már meglévő létesítmények kedvezőbb kihasználására, fejlesztésére törekednek.

A sportturizmus területén a sporttevékenység iránt érdeklődő turisták kereslete és a sportszolgáltatások kínálata a sportjellegű motiváció révén találkoznak egymással. A kínálati oldalon sporttevékenységgel összefüggő vonzerő áll, amellyel csak a megfelelő motivációjú és érdeklődési körű turistákat lehet megnyerni. A turizmus egy nyílt rendszer, fejlődése összefügg a környezete fejlődésével, valamint folyamatos érzékeny kölcsönhatás érvényesül a környezet egyes összetevői és a turizmus-rendszer elemei között.

A rekreáció egy sajátos része a sportturizmus. Jelen tanulmányban csak a sportturisztikai oldal elemzésére törekedtünk, a rekreáció egyéb szegmensei és a turizmus viszonyának elemzése további tanulmányok témája lehet a jövőben.

## Felhasznált irodalom

1. Bánhidi M. (2006): *Sportturizmus*. Oktatási segédanyagok. CD-ROM. Student, Győr-Budapest
2. Bánhidi M. (2007): Sporttudomány és turizmus. *Magyar Sporttudományi Szemle* 8. 30, 2007/2, 32-38.
3. Bernecker, P. (1962): *Grundlagenlehre des Fremdenverkehrs*. Österreichischer Gewerbeverlag, Wien
4. Bokor J. (2002): *Termékfejlesztési lehetőségek a sportturizmusban a Szigetköz és az Írottkö Natúrpark példáján*. PhD Konferencia ELTE, Doktori Konferencia Anyagai
5. Bokor J. (2003): Termékfejlesztési lehetőség a sportturizmusban, A sportturizmus helye a tudományok rendszerében. In: Lőrincz Z. (szerk.): *Művészet- Pedagógia- Sport*. A Testnevelési és Művészeti Főiskolai Kar Tudományos Közleményei. BDF TMFK, Szombathely, 85-107.
6. Bokor J. (2004a): Sportturizmus és sportturisták. *Magyar Sporttudományi Szemle* 2004/1, 7-9.
7. Bokor J. (2004b): Sportturizmus, a testi-lelki egészség szolgálatában. In: Lőrincz Z. (szerk.): *Művészet- Pedagógia- Sport II*. A Testnevelési és Művészeti Főiskolai Kar Tudományos Közleményei. BDF TMFK, Szombathely, 87-95.
8. Bokor J. (2009): *A sportturizmus elméleti kérdései, A Szigetköz és az Írottkö Natúrpark sportturizmusa*. Savaria University Press, Szombathely
9. Boniface, B., Cooper, C. (1994): *The geography of travel and tourism*. Butterworth-Heinemann, Oxford
10. Coakley, J. (1990): *Sport in society: Issues and controversies*. 4th, ed., St. Louis, Times Mirror, Mosby College Publishing
11. Depledge, N. (2003): Introduction to *Sport Adventure Tourism*. In: Hudson, S. (2003): *Sport Adventure Tourism*, Haworth Hospitality Press, New York. 1-26.
12. Dobay B. (2007): *Szlovákia sportturisztikai adottságai oktatási intézmények számára*. Didmattech Konferencia, 2006, Selye János Egyetem, Révkomárom
13. Dobay B. (2008): *Sportturizmus kutatásában alkalmazott módszerek*. XXI. Didmattech Konferencia, 2008. okt. 29-30., Eszterházy Károly Főiskola, Eger,
14. <http://www.didmattech.ektf.hu/index.php?page=presents&present=59>
15. Dóczy T. (2008): A sportturizmus, mint szabadidős tevékenység társadalmi összetevői. In: Földesiné Sz. Gy., Gál A., Dóczy T. (szerk.): *Társadalmi riport a sportról 2008*. MSTT – ÖM, Budapest, 91-124.
16. Dreyer A., (2002): *Sport und tourismus*. Wirtschaftliche, Soziologische und Gesundheitliche Aspekte des Sport-Turismus. Universitätsverlag, Wiesbaden. <http://dx.doi.org/10.1007/978-3-663-09049-6>
17. Európai Sport Charta 2. cikkely (1997)
18. Földesiné Sz. Gy. (2005): Sportturizmus: új kihívások és stratégiák. *Kalokagathia*, XLIII. évf. 1-2.sz., 92-114.
19. Gáldi G. (2011): A rekreáció elmélete és gyakorlata. In: Rétsági E., H. Ekler J., Nádori L., Woth P., Gáspár M., Gáldi G., Szegerné Dancs H. (szerk.): *Sportelméleti ismeretek*. Pécsi Tudományegyetem, Szegedi Tudományegyetem, Nyugat-Magyarországi Egyetem, Eszterházy Károly Főiskola, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft., 5. fejezet
20. Gammon, S., Robinson, T. (2003): Sport and Tourism: A Conceptual Framework. *Journal of Sport Tourism* 8. 1, 21-26. <http://dx.doi.org/10.1080/14775080306236>
21. Gibson, H. J. (2003): Sport Tourism: an introduction to the special issue, *Journal of Sport Management* 17, 205-213(207)
22. Hall, C. M. (1992): Adventure, Sport and Health tourism, In: Weilwe, B. és Hall, C. M. (szerk.): *Special Interest Tourism*. Bellhaven Press, London, 143.
23. Hich, T. D., Highman, J. E. S. (2001): Sport Tourism: A Framework for Research. *The International Journal of Tourism Research* 3. 1, 45-58. [http://dx.doi.org/10.1002/1522-1970\(200101/02\)3:1<45::AID-JTR243>3.0.CO;2-A](http://dx.doi.org/10.1002/1522-1970(200101/02)3:1<45::AID-JTR243>3.0.CO;2-A)
24. Holloway, J. C. (1996): *The business of tourism*, Pitman, London
25. Horváth A. (1999): *Turizmus a kultúrában – kultúra a turizmusban*. Magyar Művelődési Intézet, Budapest, 149.
26. Hudson, S. (2003): *Sport Adventure Tourism*. Haworth Hospitality Press, New York, 2.
27. Kiss K. (2001): Falusi turizmus - eltérő értelmezések, eltérő piaci lehetőségek?. *Turizmus*

- Bulletin* 5. 1, 19- 32.
28. Lengyel M. (1994): *A turizmus általános elmélete*. 2. kiadás, KIT, Képzőművészeti Kiadó, Budapest
  29. Lengyel M. (2004a): *A turizmus általános elmélete*. Heller Farkas Főiskola, 79.
  30. Lengyel M. (2004): *A turizmus általános elmélete*. Heller Farkas Főiskola
  31. Magyar Turizmus Zrt. (2007): Tematikus szakmai háttéranyag, Sportturizmus
  32. Magyar Turizmus Zrt. (2013): Marketingterv 2013
  33. Michalkó G. (2001): A földrajzi típusalkotás és rangsorolás idegenforgalmi megközelítése, *Földrajzi Közlemények*, 3-4., 205-218 (207).
  34. Michalkó G. (2004): *A turizmuselmélet alapjai*, Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár, 218.
  35. Nemzeti Turizmusfejlesztési Stratégia, 2005
  36. Puczkó L., Rácz T. (2002): *A turizmus hatásai*. Aula Kiadó, Budapest, 490.
  37. Rácz T., Kiss R. (2006): A golfozás, mint aktív turisztikai tevékenység Magyarországon. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 7. 27, 2006/3., 22- 26.
  38. Röthig P.(1992): *Sportwissenschaftliches Lexikon*. Hofmann, Schorndorf
  39. Ruskin, H. (1978): Selected views of socio-economic aspect of outdoor recreation, outdoor education and sport tourism. In: Gramise, M. (szerk.): *Proceeding of the International Seminar and Workshop on Outdoor Education, Recreation and Sport Tourism*. Emauel Gill Publishing, Israel, 18-37(21).
  40. Sport XXI. Nemzeti Sportstratégia, 2007-2020 (2007)
  41. Standeven, J., De Knop, P. (1999a): *Sport tourism*. Human Kinetics Europe, Leeds, 10.
  42. Standeven, J., De Knop, P. (1999b): *Sport tourism*. Human Kinetics Europe, Leeds, 13.
  43. 2004. évi törvény a sportról
  44. Turizmus Globális Etikai Kódexe, *Turizmus Bulletin*, 1999
  45. Új Magyarország Fejlesztési Terv (2011): *A magyar turizmus jellemzői* . Szerk.: Novákné Hanti M., 2.
  46. Weed, M. E. és Bull, C. (1997): Integrating Sport and Tourism: A review of regional Policies in England. *Progress in Tourism and Hospitality Research* 3. 2, 129-147. [http://dx.doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-1603\(199706\)3:2<129::AID-PTH81>3.0.CO;2-7](http://dx.doi.org/10.1002/(SICI)1099-1603(199706)3:2<129::AID-PTH81>3.0.CO;2-7)
  47. Weed, M. E. (1999): More than sport holidays: An overview of the sport-tourism link. In: Scarrott, M. (szerk.): *Exploring Sports Tourism*. SPRIG, Sheffield, 3-15.
  48. Weed, M. E. (2009a): Global trends and sport tourism. *Journal of Sport and Tourism* 14. 1, 1-4. <http://dx.doi.org/10.1080/14775080902875562>
  49. Weed, M. E. (2009b): Progress in Sport tourism research? A meta review and exploration of futures. *Tourism Management* 30. 5, 615-628. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tourman.2009.02.002>

## Sportstruktúrák Európában: Olaszország sportrendszere

### Structures of Sport in Europe: the Sport System of Italy

Farkas Péter<sup>1</sup>, Rácz Barbara<sup>2</sup>

1 Testnevelési Egyetem, Társadalomtudományi Tanszék  
2 PhD-hallgató, Università degli Studi di Roma „Foro Italico”, Italy

**Absztrakt:** Az olasz sport szervezeti rendszere 2000-ig teljesen egyedülálló volt Európában. A szerzők az olasz sportélet aktív szereplőivel készített interjúkkal kiegészítve, bemutatják Olaszország sportrendszerének kialakulását, felépítését, kormányzati és nem kormányzati szereveződését, a CONI-t (Olasz Nemzeti Olimpiai Bizottság), mint csúcshatóságot, valamint adatokkal szolgálnak az olaszok sportolási szokásairól, eredményeiről.

**Kulcsszavak:** Olaszország, CONI, sportfinanszírozás

**Abstract:** The intent of this paper is to present the situation and organization of sport in Italy, as it was a unique system in Europe until 2000. The paper is tracing the following topics in detail: the evaluation of a “miscellaneous” sport system, the governmental and non-governmental sport management and structures, a special emphasis on CONI (Italian National Olympic Committee) and the financing of Italian sport, all complemented by interviews with the active participants of the Italian sport system.

**Keywords:** Italy, CONI, sport system, financing

#### Bevezetés

Az európai sport sokszínűsége, sokrétűsége vitathatatlan, ahány ország, annyi különféle rendszer, felépítés. Mégis úgy tűnik, egy olyan ponthoz ért az európai sport alakulása, mely valamiféle együttműködésre, a különbségek közelítése felé készlet. Jól jelzi ezt a Lisszaboni Szerződés által a sport közös értékek közé emelése, a Független Európai Sport Jelentés, a Fehér könyv valamint egyéb európai jelentőségű dokumentumok és együttműködések létrejötte. A 2000-es évektől az uniós intézmények egyre növekvő érdeklődést mutatnak a sportkérdések iránt, és ez már a sportnak, nemcsak mint gazdasági tényezőnek szól, hanem figyelembe veszi annak társadalmi jelentőségét is (Farkas és Bardocz-Bencsik, 2009). A sport kapcsolata a gazdasággal is egyre szorosabbá válik. A fejlett országok nemzeti össztermékének egyre nagyobb részét termeli a sportszektor, egyre több munkavállalónak biztosítva megélhetést. (Ezek a számok egy, a Fehér könyvben említett 2006-os tanulmány alapján 3,7%, illetve 5,4% voltak.) (Európai Bizottság, 2007). Wladimir

Andreff és Paul D. Staudohar sportközgazdászok szerint manapság a média, a vállalatok, az értékesítés és a piacok négyzöge mentén rajzolódik ki a sport és a gazdaság kapcsolata. Ez gyakorlatilag azt jelenti, hogy a hangsúly a helyi közösségeknek nyújtott szolgáltatásokról a globális, média által vezérelt szolgáltatások felé tolódott el<sup>1</sup> (MCMM-modell: Media-Corporations-Merchandising-Markets) (Farkas és Bardocz-Bencsik, 2009). Ez nemcsak a sport gazdasági jelentőségének megváltozását vonta maga után, hanem alapjaiban rendezheti át e terület társadalmi szerepét, funkcióit Európában csakúgy, mint az előbb említett jelenségekben különösen érintett Olaszországban. A sportszakembereknek tehát egy olyan viszonyrendszerhez kell alkalmazkodniuk, amelyben a globalizáció játékszabályai a sport európai piramisát az aljától a tetejéig áthatják (Farkas, 2009). A sokszínűség miatt ez az elmozdulás egy elég hosszú út felé vezet. A kérdésre, hogy lehetséges-e, szükséges-e európai összhang a sport

<sup>1</sup> The EU and Sport Matching Expectations. Report from Workshop 2: The Economic Impact of Sport.



terén, a válasz igen. Azonban az együttes cselekvés érdekében érdemes megvizsgálni a különböző tagállamok szisztémáit.

A Sportstruktúrák Európában sorozatunk első részében egy olyan ország sportigazgatási modelljét mutattuk be, ahol igen erőteljes az állami befolyás (Farkas, 2008). Franciaországgal szemben, a második részben bemutatott finn modell az ellenpólus képviseli, az állami szerepvállalás a sportban minimális mértékű (Farkas és Mihályi, 2011).

Munkánk célja egy átfogó kép ábrázolása az olasz állam sportrendszeréről, a magyar rendszerrel történő állandó összehasonlítás nélkül, mivel azt már korábban megtettük (Rác, 2010). Kutatásunk dokumentumelemzésen, valamint az olasz sportélet vezetőivel készített interjúkon alapul.<sup>2</sup>

### Történelmi háttér

Olaszországban a sport intézményi keretei viszonylag korán formát öltenek, és Európában mindenképp egyedülállónak, egyfajta „keveréknek” tekinthető rendszer épül ki. Ez nem követte az angolszász „college”-okon alapuló privatizált szisztémát, de a leginkább Kelet-Európában ismert erőteljes állami irányítású szerveződést sem. Olaszországban e kettő együttesen volt jelen, mely a 2000-es évek elejéig úgy tűnt, egy jól szervezett egységet alkot, de természetesen ez sem lehetett mentes a problémáktól és külső formáló erőktől (Bortolotti, 2004).

A sport régóta nagyon fontos, erős érzelmi tényező Olaszországban csakúgy, mint oly sok más nemzet életében is. Jelzés értékű, hogy már az 1700-as években találtak olyan feljegyzést, mely kiemeli a testnevelés jelentőségét, és sürgeti minél szélesebb körre való kiterjesztését. Vincenzo Cuoco<sup>3</sup> olasz filozófus, Filangieri<sup>4</sup> követője is így ír: „Nincsen jó irodalmi nevelés testnevelés és katonai nevelés nélkül”. A katonai képzés és testnevelés szorosan összekapcsolódott. 1844-ben létrejött az első egyesület Torinóban, Riccardi di Netro<sup>5</sup> vezetésével, mely még

ma is létezik. Az 1859-es ún. Casati-törvény<sup>6</sup> célja a közoktatás szabályozása volt, ezzel együtt a testnevelés oktatás és tanárképzés is kötelezővé vált. Az első, csak testnevelést érintő, nyolc pontból álló törvény 1878-ban született meg. 1897-ben megalakult a Nemzeti Központi Bizottság (Comitato Centrale Nazionale), melynek fő feladata a testnevelés és torna oktatása volt az iskolákban. A következő fontos momentum már az 1900-as évek elején kiadott Daneo-Cradero törvény, mely szabályozta a testnevelés oktatás minden fontosabb kérdését: óraszám, módszerek és tanárképzés. Mindezek közül talán a legjelentősebb esemény az Olasz Nemzeti Olimpiai Bizottság (CONI) létrejötte 1914-ben, mely a Nemzetközi Olimpiai Bizottság mintáját követve, fő célul az olimpiai játékokra való felkészülést jelölte meg. Ez az a testület, mely a piramis csúcsán helyezkedik el, s átfog minden egyéb szövetséget, egyesületet. Így tehát ennek a szervezetnek a bemutatásán keresztül az egész olasz sportrendszert megérthetjük.

Az olaszországi fasizmus (1919-1945) ideje alatt természetesen a sport is központi irányítás alá került, azonban a CONI később ismét visszakapta önálló státuszát, melyről a későbbiekben még lesz szó. A kronológiai sorrendből azonban nem hagyható ki az ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica)<sup>7</sup> 1952-es megalapítása, vagyis azé az intézményé, amely kezdetben felsőfokú, majd 1958. évi 88. számú törvényt követően már egyetemi szinten foglalkozik a sporttudományok oktatásával, sportszakemberek képzésével. Mai nevén ez az IUSM – Istituto Universitario di Scienze Motorie (Mozgástudományi Egyetem) – azaz a testnevelési egyetem.

### Sportélet

Az olasz versenysport sikereinek (amit ők ugyanolyan hanyatlónak látnak, mint a magyarok a sajátjukat) alapja nem az iskola, bázisai inkább a „comune”-k (községek, városok). A kötelező testnevelés heti óraszámja kettő, azonban a versenysportokhoz való korai kiválasztás a közoktatási intézményekben nem megengedett.

melyet Károly Albert szárd-piemonti király uralma alatt, a híres svájci tornász, Rodolfo Obermann ötletét követően alapítottak.

<sup>6</sup> Casati, Gabrio (1798-1873) olasz politikusról kapta nevét. 1859-ben közoktatásügyi miniszter, a közoktatás rendszerének megújításáról szól a róla elnevezett törvény, mely több mint fél évszázadon keresztül volt érvényben.

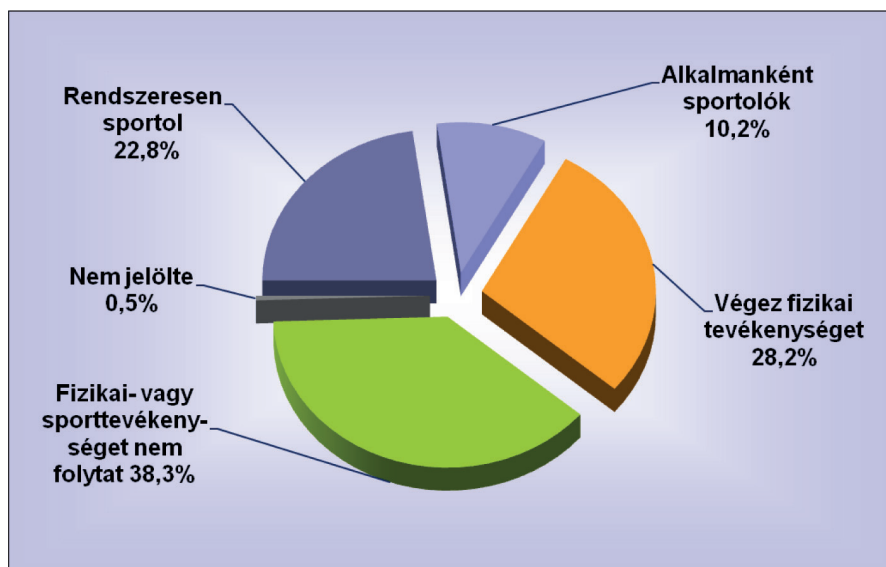
<sup>7</sup> Testnevelési Felsőfokú Intézmény a későbbi IUSM, amit más néven Róma 4 egyetemnek is hívnak, mivel ez a főváros negyedik egyeteme (összesen 4 egyetem van).

<sup>2</sup> 2013. március 17-én interjút készítettünk Giovanni Malagò elnök úrral, 2012. június 13-án Marcello Marchioni úrral, aki a CONI Nemzeti Bizottságának tagja, illetve a CONI Regionális Szövetségeinek képviselője, valamint 2012. május 29-én Angelita Giannini, testnevelő tanárnővel, aki szintén a CONI munkatársa.

<sup>3</sup> Vincenzo Cuoco (1770-1823), politikus és történész, az *Il Giornale* (Az újság) alapítója, 1804.

<sup>4</sup> Gaetano Filangieri (1752-1788), politikus, gondolkodó. *Scianza della legislazione* (1780-1791) című könyvében közoktatásügyi, jogi és büntetőjogi reformokról ír.

<sup>5</sup> Ernesto Riccardi di Netro 1844-1852-ig volt az intézmény igazgatója,



1. ábra: Sportolási szokások Olaszországban (forrás: [http://www.coni.it/fileadmin/Documenti/I\\_NUMERI\\_DEL\\_CONI\\_EM\\_2010.pdf](http://www.coni.it/fileadmin/Documenti/I_NUMERI_DEL_CONI_EM_2010.pdf))

Olaszország igen előkelő helyen szerepel az összesített olimpiai éremtáblázaton,<sup>8</sup> ez köszönhető a régre visszanyúló hagyományoknak, illetve a sport az olasz társadalomban és gazdaságban betöltött hangsúlyos szerepének, melyet interjúalanyaink is kiemeltek.

Igazolt sportolói aránya az összlakosságot tekintve 7,7%, (4391055 fő), folyamatos emelkedést mutat. A CONI és az ISTAT<sup>9</sup> 2011-es kiadványa alapján a lakosságot sportolási szokások tekintetében négy csoportra osztják: egy vagy több sportágat folyamatosan űzők (rendszeresen sportolók), egy vagy több sportágat időnként gyakorlók (alkalmanként sportolók), valamely fizikai tevékenységet végzők (pl. évente egy alkalomnál többször min. 2 km séta, úszás vagy biciklizés), illetve a semmilyen fizikai aktivitást nem végzők („otthonülők”). A közel 58 millió fős lakosság 22,8%-a sportol rendszeresen, 38,3%-a pedig egyáltalán nem mozog (1. ábra).

### Szervezeti felépítés

Olaszországban a sport és a szinte független, még mindig a legnagyobb befolyással rendelkező szerv, de már nem egyedülálló CONI teljes mértékig összefonódott. Az állam szerepe megnőtt, melyet a különböző szereplők különféleképpen értékelnek. A jelenlegi, 2013. február 19-én megválasztott új

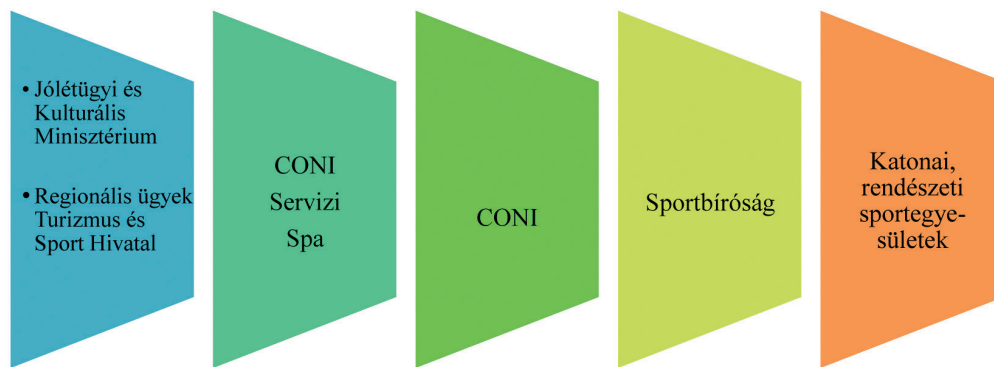
elnök, *Giovanni Malagò* szerint nincs gond a hangsúllyal, inkább a kommunikációt, az együttműködés hatékonyságát kell növelni, valamint tervei között szerepel a privát szféra jelentős bevonása, mind az él-, mind a tömegsport területén (interjú, 2013. március 17).

A **kormányzati sportirányítás** a Regionális ügyek, Turizmus és Sport Hivatala felelősségi köre 2006 óta, mely adminisztratív feladatokat lát el, sportot érintő igazgatási, jogalkotási és kulturális indítványokat terjeszt elő, felelős a nemzetközi kapcsolatok ápolásáért (EU, UNESCO, WADA, Európa Tanács), valamint a Jólétügyi és Kulturális Minisztériummal (Ministero dei Beni e Attività Culturale) közösen öröködik a CONI felett. (v.ö. *Coccia és mtsai*, 2002). A sportirányítás tovább tagozódik regionális, megyei és helyi szinteken, ami a nem kormányzati oldalra is jellemző.

A **nem kormányzati** sportirányítás csúcsán a CONI, mint független köztestület (*ente pubblico*) áll. Természetesen a NOB-bal, illetve az egyéb olimpiai bizottságokkal is ez a szervezet tartja a kapcsolatot. A CONI hagyományosan elsősorban az élsportért felelt, azonban, saját képzési rendszerén keresztül különböző programokat szervez az iskolák számára. Ez kiegészíti a heti kötelező testnevelési órákat, ami Olaszország esetében az Oktatási Minisztérium hatáskörébe tartozik, viszont a kormányzati oldal nem annyira erőteljes, hogy az iskolai sportot előmozdítsa (*Bortolotti*, 2004).

<sup>8</sup> Az olimpiai összesített éremtáblázaton Olaszország a 6. helyen szerepel.

<sup>9</sup> Istituto Nazionale di Statistica, Nemzeti Statisztikai Hivatal.



2. ábra: A sportrendszer szereplői Olaszországban

A Sportbíróság a sport területén felmerülő problémák békés rendezésének jogi fóruma. Rendkívül érdekes, és némi hasonlóságot mutat a kelet-közép-európai országok szovjet mintára követett gyakorlatával a sport összemosódása a katonai, rendészeti szervekkel oly módon, hogy a versenysportolók ezeknél a szervezeteknél állhatnak alkalmazásban, ami nem csak megkönnyíti beilleszkedésüket a munka világába, de egyben segíti sporttevékenységüket is. Ezért nem csoda, hogy például a CONI honlapján is külön rész foglalkozik a rendészeti, katonai szervezetekkel, illetve, formailag is megkülönböztetnek civil és katonai klubokat, utóbbiak természetesen fejlettebb, nagyobb anyagi háttérrel rendelkeznek. (Bortolotti, 2004) (2. ábra).

### CONI

Kezdetben teljesen egyedülálló, mindent magában foglaló (ernyő-)szervezet volt, a „szövetségek szövetsége”, mely részben állami feladatokat is ellátott. Ebből adódott a különlegessége, ami miatt világszinten is érdekes az olasz sport rendszere. Az idő haladtával működése természetesen nem mentesült a módosításoktól, a jövőbeni szerepe pedig éppen most van kialakulóban. Az egyik vezérel, Giovanni Malagò elnök elképzelései szerint, a privát szféra megfelelő és lehető leghasznosabb bevonása, az épek és a fogyatékkal élők még szorosabb együttműködésének kialakítása e területen, vagyis a „sport akadályok nélkül” elv jegyében a mindenki számára elérhető sport.

A CONI működésének szabályozását először az 1942. február 16-i 426-os törvény határozta meg, mellyel a sportmozgalom legfelsőbb szervévé vált immár hivatalosan is. Legjelentősebb módosításai időrendben a 1992. július 23-i 242-es törvény,<sup>10</sup>

<sup>10</sup> Ez a rendelet biztosította a CONI alapvető újrászervezését, ez az alapító okirat egyfajta átírata. Ekkor kerül be a tevékenységi feladatok körébe

illetve 2004. január 8-i 15-ös,<sup>11</sup> mely jelenleg is érvényben van (Coccia és mtsai, 2002).

Az 1948-ban visszaállított „függetlenség” először az ún. „fifty-fifty”<sup>12</sup> megállapodás létrejöttével csorbult, ami lassan a Totocalcio teljes bevételeinek fokozatos elvesztéséhez is vezetett (Baglioni, 2008), hiszen nem csak a bevételek oszlottak meg több szereplő között, hanem egyszerre a totó-lottó játékok több variációja is megjelent.<sup>13</sup>

A CONI köztestület, feladata a sport előmozdítása, az olimpiai felkészülés elősegítése, a sport ügyeinek szabályozása.

A CONI:

- független, de az állam által felügyelt;
- nem gazdasági jellegű, azaz nem profit-orientált szervezet (gazdasági tevékenységet saját funkciói ellátására folytathat, profitot nem termel);
- a sport-feladatok ellátásában első fokú testület, a sport előmozdításának felelőse;
- „associativo”, ami azt jelenti, hogy minden egyes sportoló (akár amatőr is) tagja a CONI-nak, az adott egyesületen, szervezeten keresztül, ahol a sporttevékenységet folytatja;
- „federativo”, vagyis élén az elnök áll, mint a szervezet vezetője, alatta pedig jól elkülönített szerepkörökkel rendelkező hierarchikus rendszer található;
- operatív, azaz feladata a közérdekek ellátása (sporttevékenységek előmozdítása) (Coccia és mtsai, 2002).

A sport előkelő helyet foglal el az olaszok

a „Mindenki Sportja” is, valamint lehetőséget ad például tőketársaság alapítására is.

<sup>11</sup> Többnyire jogi szempontból fontos, pontosítja a CONI, mint köztestület szerepét, nagyobb hangsúlyt helyez a társulási/egyesületi természetére.

<sup>12</sup> 1965. szeptember 29-i 1117-es törvény, mely során a lottó bevételek fele az államhoz, másik fele a CONI-hoz került.

<sup>13</sup> [http://www.camera.it/\\_dati/leg14/lavori/stampati/pdf14PDL0031280.pdf](http://www.camera.it/_dati/leg14/lavori/stampati/pdf14PDL0031280.pdf)

mindennapi életében, ezt jól jelzi a regisztrált sportolók aránya, illetve az ún. amatőr sportolók nagy száma is, ellentétben a hazai hagyományokkal. Ennek ellenére alkotmányos szabályozásra igen későn került sor. Az eredeti alkotmány szövege a sportra közvetlen utalást nem tesz, csak a 2000. évi módosításba emelik be a „sportrendszer” (*ordinamento sportivo*) kifejezést, melynek azonban pontos meghatározása elmaradt. Tisztázza, hogy az állam feladata az alapelvek meghatározása, a részletek kidolgozása azonban a régiók hatásköre. (*Coccia és mtsai*, 2002) Az olasz sportban a területi rendszer igen komoly hangsúlyt képvisel, amint azt a 3. ábra is mutatja.

#### A CONI felépítése

A testület ma 45 nemzeti sportszövetséget (FSN-Federazioni Sportive Nazionali), 16 nem olimpiai sportszövetséget (DSA – Discipline Sportive Associate) – mint például a krikett-, bowling- vagy a biliárdszövetség – 14+1 nemzeti és területi sportmozgalmat elősegítő sportszervezetet (EPS-Enti di Promozione Sportiva,<sup>14</sup> pl. Mindenki Sportja Szövetség; Olasz Egyetemi Sport Központ)<sup>15</sup> fog össze. Vagyis ezek azok a szervezetek, melyek nemzeti szintű együttműködésre alapozva viszik előbbre a sport ügyét; valamint még magában foglal 19 értékőrző sportintézményt (Associazioni Benemerite), mint pl. az Olasz Nemzeti Fair Play Bizottság (*C.N.I.F.P.*)<sup>16</sup>, vagy az Olasz Nemzeti Olimpia Akadémia (*A.O.N.I.*)<sup>17</sup>. A szervezet az ország 19 régiójában és 102 tartományában van jelen. Érdekesség hogy a Paralimpiai Bizottság például a 45 sportszövetség közé tartozik, és nem alkot külön egységet. Így körülbelül 95 000 sportegyesület és kb. 11 millió regisztrált sportoló tagja a CONI-nak. Ehhez képest Magyarországon az igazolt sportolók száma kb. 200 000 fő, ami a lakosság 2,5-3%-át jelenti a feljebb említett 7%-kal szemben (az egyesületek száma kb. 1600-ra tehető).<sup>18</sup> Természetesen a

CONI a NOB által elismert szervezet, mely a már említett feladatok mellett az olimpiai felkészülést is segíti. Ebből a célból a sportegyesületek (*società-k*) és sportszövetségek közötti állandó, szoros együttműködést épít ki a jelenleg folyamatban lévő sport ügyek előmozdítása érdekében. A sportrendszer szerkezetét a 3. ábra foglalja össze.

A CONI az alábbi szervezeti egységekre tagolódik:

- *Nemzeti Tanács*, melynek feladatai többek között az olimpiai eszme és a sporttevékenységek propagálása, az alapvető szabályok megszilárdítása, a professzionális és amatőr sport elválasztása, Nemzeti Bizottság költségvetésre irányuló döntéseinek ratifikálása.
- *Nemzeti Bizottság/Junta*: az általános adminisztratív feladatok ellátása, különböző célok, programok meghatározása, szolgáltatások és hivatali ügyek szervezésének ellenőrzése, költségvetési tervzet előterjesztése a Nemzeti Tanácsnak, a főtítkár kinevezése
- *Sportolók Nemzeti Testülete*
- *Elnök*
- *Főtítkár*
- *Számvizsgáló Bizottság*

A CONI elnöke az alapkormányban rögzített feladatokat látja el. Az elnököt, a köztársasági elnök dekrétuma alapján nevezik ki, megválasztása a Nemzeti Tanács hatásköre, mandátuma 4 évre szól, amit legfeljebb kétszer tölthet be. A 3. ciklust akkor kezdhetheti meg, ha az első valamely okból 2 év egy napnál rövidebb ideig tartott.<sup>19</sup> Elnök lehet, aki minimum négyéves tagsággal rendelkezik valamely szövetségben (FSN vagy DSA), illetve további három feltétel egyikének is megfelel: bármely sportági szövetség elnöki vagy alelnöki funkcióját betöltötte vagy a Nemzeti Bizottság, illetve a CONI területi szervezetének tagja; nemzeti válogatott tagja volt; kiemelkedő sportolói tevékenységéért érdeméremet, kitüntetést kapott (*Coccia és mtsai*, 2002). A fogyatékkal élők sportjának előmozdítása is a CONI feladata, az azonos díjazás kiharcolása hozzájárul a speciális olimpia törvényes kereteinek biztosításához. A jóléti és kulturális miniszter feloszlathatja a Nemzeti Bizottságot, annak nem megfelelő működése következtében. Az FSN-k és DSA-k mint magánjogi személyiséggel bíró szervezetek, nyereséget nem termelhetnek.

<sup>14</sup> 1948-ban jött létre, CONI 1974. augusztus 2-án, míg a Belügyminisztérium 1989. május 6-án. Fő célja a sporthoz való jog minden egyes állampolgárra történő kiterjesztése.

<sup>15</sup> Fő tevékenysége az egyetemi sportközpontok létrehozása, ez által a testnevelés és sporttevékenység minél szélesebb körű terjesztése az egyetemi hallgatók körében. Továbbá felügyeli az adott egyetem sportlétesítményeit, és programokat szervez ott.

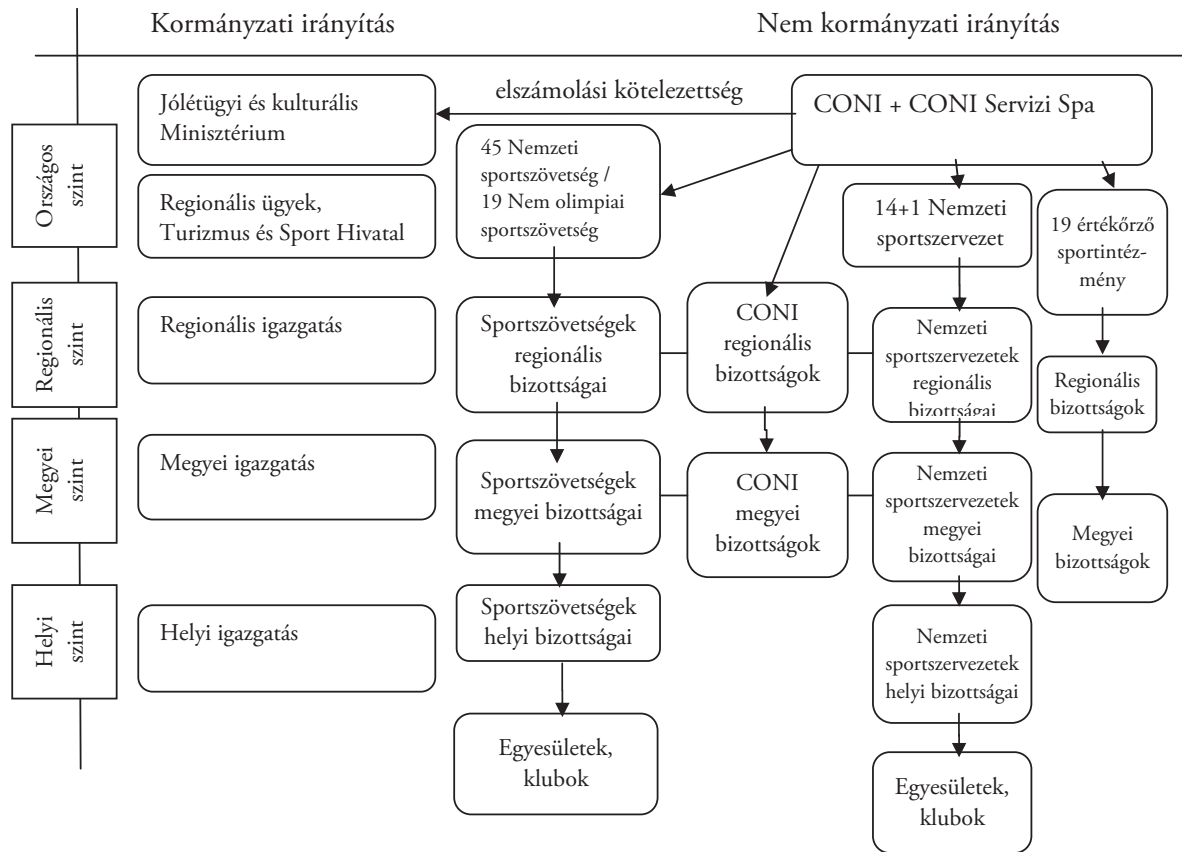
<sup>16</sup> Comitato Nazionale Italiano per il Fair Play.

<sup>17</sup> 1987-ben jött létre. Volt sportolók, szakemberek, kutatók, tudósok a tagjai. Az olimpiai eszme védelme és terjesztése a célja.

<sup>18</sup> [http://www.coni.it/fileadmin/Documenti/II\\_NUMERI\\_DEL\\_CONI\\_EM\\_2010.pdf](http://www.coni.it/fileadmin/Documenti/II_NUMERI_DEL_CONI_EM_2010.pdf)

<sup>19</sup> 2004. január 8. 15-ös törvény





### 3. ábra: Kormányzati és nem kormányzati sportirányítás Olaszországban

(forrás: <https://www.dshs-koeln.de> és <http://www.coni.it>)

A központi szervezeti egységek mellett ki kell emelnünk még a CONI szolgáltató részvénytársaságot is (*CONI Servizi Spa*), mely 100%-ban a Gazdasági Minisztérium részét képezi. Szolgáltatói szerződésben áll a CONI-val, és annak operatív testületként működik. Olyan gyakorlati feladatokat lát el például, mint a nemzeti olimpiai központok, a sportiskolák vagy az Orvosi és Sporttudományos Intézet irányítása. Szabályzata összhangban áll mind a cégekre, mind az egyesületi szervezetekre vonatkozó előírásokkal. A CONI Servizi Spa a polgári jog alapján szerveződött, ellentétben a CONI-val, mely a közjogi szabályozás mentén (*Baglioni, 2008*).

#### Finanszírozás

A sport bevételei, úgy ahogy Európa más országaiban is, négy nagyobb forrásból erednek (háztartások, helyi vagy nemzeti források, szponzoráció és adományok, önkéntesség), az ezek közti arányok országonként különböznek. Az Európai Bizottság 2011-es, tömegsportra vonatkozó jelentése alapján Olaszországban a háztartások

kiadásai a sport-szektor 55%-át tették ki 2008-ban, az állami és helyi ráfordítások a költségek 20%-át (*Eurostratégies, 2011; v. ö. Farkas és Mihályi, 2011*).

Az általános sportfinanszírozás jelentős részét a Totocalcio (a mi Totónkhoz hasonló játék 1946 óta) teljes bevétele adta, mivel kezelése kizárólag a CONI hatáskörébe tartozott, vagyis az államnak nem kellett anyagi forrásokkal ellátnia a sportot. Viszont több fogadó játék és lottó együttes bevezetésével (Superenalotto, Lotto) jelentősen csökkentek a CONI közvetlen bevételei, mivel azok kezelése már nem egy kézben összpontosult (*Baglioni, 2008*). A bevételek elosztása is átkerült az államhoz, a CONI Servizi Spa, valamint a Sportkredit<sup>20</sup> intézményén keresztül történik, melyet a 350/2003 törvénnyel iktattak hatályba.

A felhasználható források között megtalálhatók még a Pénzügyminisztérium és a Belügyminisztérium hozzájárulásai, de csakis a létesítmények megvalósítására, fenntartására. A jogi szabályozások

<sup>20</sup> Istituto per il credito sportivo. Jelenleg a sportot és kultúrát előmozdító befektetéseket segítő hitelintézet, melyet 1957-ben alapítottak (1295/1957 törvény).

kiemelik az uniós források, programok által szerzhető támogatások lehetőségét is. Összefoglalva tehát a sport finanszírozására az alábbi források állnak rendelkezésre:

- állami forrás, éves szinten kb. 450 millió eurót juttatnak sportra;
- háztartások;
- helyi szervezetekkel történő együttműködések-ből eredő bevételek;
- szponzoráció;<sup>21</sup>
- totó/lottóbevételek, fogadások egy része – nem meghatározott, általában sportolói jutalmazásokra fordítják – (*Eurostrategies*, 2011);
- az Európai Unió programjaiból szerzhető támogatások;
- „5 per mille”, személyi jövedelemadóiból származó adományok.<sup>22</sup>

Az olasz sport egy másik jellegzetessége az önkéntesek munkája, melyre óriási szükség van, hiszen az egyesületek léte saját kreativitásukon, ügyességükön múlik, mivel az állam védelmi szerepet nem vállal. A létesítmények fenntartásáért, állapotáért felel, de a klubok működése nem tartozik hatáskörébe. Az Európai Bizottság 2011-es jelentése alapján átlagosan 10-11 önkéntes dolgozik egy-egy sportegyesületnél (*Eurostrategies*, 2011).

#### *Klubok és egyesületek*

A CONI mellett az olasz sportrendszer fontos tényezői az ún. *società*-k (klubok), vagyis profitot termelő sportvállalkozások, és a sportegyesületek (*associazione sportivo*), az amatőr egyesületek, melyek kizárólag sportszolgáltatást nyújthatnak. Ugyan a két kategória között összefonódás is megfigyelhető, mivel a „società”-nak létezik egy fajtája, az ún. amatőr klub, mely a sportolói egyesülettel megegyezően profitot nem termelhet (*Coccia és mtsai*, 2002). Ezek képezik a rendszer alapját, a sportolni vágyók ide tudnak leigazolni, tagokká válni (*tesserati*). A klubok, egyesületek betagozódnak a CONI-ba valamely szövetség által, melynek feladata a versenysport szervezése, szabályainak megalkotása (*Cevoli*, 1997).

Az amatőr egyesületek az alábbi formákban működhetnek:

- jogi személyiséggel bíró egyesület;
- jogi személyiséggel nem bíró egyesület;

- amatőr sporttársaság, melynek két altípusa lehet:

- önálló tőkével rendelkező egyesület, mely azonban forrásait kizárólag sporttevékenységre fordíthatja, profitot nem termelhet;
- nonprofit együttműködési társaság.

Az egyesületek, társaságok finanszírozása, működtetése szintén főként területi, regionális szinten működik, annak ellenére, hogy nemzeti szinten is összefogott. Mivel az olasz sportfinanszírozás leginkább „önellátó”, szükség volt egy Nemzeti Sportalap létrehozására, mely a kétéves tervezési ciklusok mellett egyfajta biztonsági alapot is nyújt a sport számára, hiszen az túlságosan függött a gazdasági viszonyoktól.

Az amatőr sport bizonyos kedvezményekben is részesül, melynek rendszere szintén eléggé kidolgozott. Az egyszerűsített pénzügyi rendszer segítségével például engedményekhez jutnak a számlázási, regisztrációs kötelezettségek, a leltár és számvitel vezetésének tekintetében, vagyis az adminisztrációt könnyítik. A bevételek terén pedig a következő előnyökkel jár: az intézményi működésből eredő bevételek ez esetben nem adókötelesek, míg a kereskedelmi tevékenységből, versenysportból, szponzorációs és közvetítési jogokból eredő bevételek esetén az adó mértéke 3%.

#### **Összegzés**

Az olasz sport rendszere a majdnem teljes pénzügyi és igazgatási önállósága miatt különleges. Az olimpiai felkészítés mellett, a CONI által irányított sportmozgalom természetesen ma már egyre bővebb körre terjed ki. A CONI, hogy függetlenségét, egyedülálló szerepét el ne veszítse, a mindenki sportja irányítását is saját struktúrája alá rendelte, elismerve a tömeg- és szabadidő-sport szövetségeket hivatalos tagként. Ez azonban, az amúgy folyamatosan apadó források mellett (Totocalcio térvesztése, tévéközvetítési jogdíjak nem tisztázott bevételei), egyéb finanszírozási csatornák, formák bevonását igényelte.

A CONI, mint az összes sportot összefogó nemzeti testület egy jól strukturált piramis csúcsán, felépítése és önfinanszírozó rendszere révén rendkívül hatékonynak bizonyult egészen 2000-ig. Különleges szerepet tudhatott magának, ám a gazdasági, technikai, társadalmi változásokra, a sportot érintő botrányokra (bundaügy, dopping) választ kellett találni, és ezt jelenleg az állam kontrollja, pénzügyi

<sup>21</sup> 2008-ban 24%.

<sup>22</sup> A magyar „adó 1%”-ához hasonló rendszer, mellyel az állampolgárok hozzájárulhatnak a 3. szektor fejlesztéséhez.

forrásokat elosztó szerepe igyekszik garantálni.

A különböző szereplők feladatkörei kellőképpen megkülönböztethetők: A kormányzati irányítás szereplői a NOB-on kívül eső nemzetközi kapcsolatokért felelnek, illetve egyfajta kontrollszerepet töltenek be. Külön sportbírótság teszi lehetővé a sporttal kapcsolatos vitás kérdések jogi megoldását, míg a sportlétesítmény-fejlesztések kivitelezésében az ICS nyújt segítséget. Nem kormányzati oldalon a CONI feladata az olimpiai és szabadidősport előmozdítása, szervezése, míg a CONI Servizi Spa a képzési, illetve operatív feladatok felelőse.

Az olasz rendszer azonban még így is kellő önállóságot biztosít a kluboknak, egyesületeknek, kreativitásra készítve őket, de ugyanakkor egyfajta állandó alapot is jelent, mint a szabályok kialakítója, felügyelője. Bizonyos jogi, finanszírozási nehézségeket rejt magában, de összességében egy szilárd, szerkezetileg jól működő rendszerről van szó, melynek alapját a területi szerveződés (régiók, megyék, helyi közösségek), a különféle szövetségekbe tömörülő sportszervezetek és a bő számú önkéntesek képezik. Európai szempontból az önfinanszírozási forma különösen érdekes lehet, az állam kontrolja inkább politikai-stratégia és sportirányítási tevékenység.

### Felhasznált irodalom

1. Bagliolini, S. (2008): Third Sector Organizations: The Case of Sport in Italy. Third Sector Organizations Facing Turbulent Environments: *Sports, Culture and Social Services in five European countries*. Berlin, 2008 november 13-14.
2. Bortolotti, A. (2004): *The Sport Organization in Italy*, Bologna
3. Cevoli, M. (1997): *Lo sport condiviso – Associativismo sportivo e strategie di rete*, CONI, Róma.
4. Coccia, M. és De Silvestri, A., Forlenza, O., Fumagalli, L., Musumarra, L., Selli, L. (2002): *Diritto dello Sport*. Le Monnier Università, Róma.
5. Európai Bizottság (2007): *Fehér könyv a sportról*. Az Európai Közösségek Hivatalos Kiadványainak Hivatala, Luxemburg, 12. p.
6. Eurostrategies (2011): Study on the funding of grassroots sports in the EU. With a focus on the internal market aspects concerning legislative frameworks and systems of financing. *Final Report, Volume II – Country Reports*, 128-135.
7. Farkas P. (2008): Sportstruktúrák Európában: Ahol legerősebb az állami befolyás. *Kalokagathia* 1, 5-13.
8. Farkas P. (2009): Út a Fehér könyvig. *Kalokagathia* 2-3. 33-47.
9. Farkas P., Bardocz-Bencsik M. (2009): Az európai sport a Lisszaboni Szerződés ratifikálása idején. *Kalokagathia* 2-3. 48-64.
10. Farkas P., Mihályi A. (2011): Sportstruktúrák Európában: Finnország sportigazgatási modellje. *Kalokagathia* 1, 88-100.
11. Rác B. (2010): *Összefogás vagy széthúzás? A sport jövője az EU-ban*, Diplomadolgozat. Veszprém.

## Imparitás faktorok (esélyegyenlőtlenségi tényezők) a nők sportvezetővé válásában

### Imparitas factors (gender inequality factors) in relation to women's sportleadership

Trenka Magdolna

**Absztrakt:** "Teljesen világos, hogy a lányok, asszonyok számos akadállyal szembesülnek, a sportban, minden szinten" (Androulla Vassiliou, Európai Unió Sportbiztos; 2013). Ezek a speciális női akadályok a sportvezetésben markánsan vannak jelen. Kutatásom ezen akadályok feltárására irányult, melyeknek a leírására új konceptuális kategóriákat alkottam. (többek között az "imparitás factor", az "inter pocula-t", és a "hagyományok automatizmusát"). Ezeket szeretném a jelen tanulmányban bemutatni kvalitatív, nőközpontú, kritikai feminista alapokból kiinduló kutatásom eredményét. Az "imparitás faktorokat", mint gyűjtőfogalmat alkottam meg, a speciális, strukturális-funkcionális női akadályok (impedimentumok) összefoglalására. Az "imparitás faktorok", alá több új fogalmi kategóriát határoztam meg, ebből mutatok be most hármat. Az "inter pocula-t" a "hagyományok automatizmusát"; és a "közéleti patriarchizmust"; melyek egyszerre írják le és egyben magyarázzák is a női esélyegyenlőtlenséget a (sport)vezetésben. Az "inter pocula" mint új strukturális-működési metafora használatával, lehetővé válik a probléma többoldalú megközelítése. A másik új kategória a "hagyományok automatizmus" modellezi a sportvezetésre különösen is jellemző, patriarchális, tekintélyelvű működési mód hatását, folyamatos újra termelődését. Az "imparitás faktorok" közé sorolt harmadik akadályt, "közéleti patriarchizmusnak", neveztem; ennek a kategóriának a nevét Walbytól (1994) 'kölsönöztem', azonban az ezzel a kategóriával leírt jelenség – a politikai és gazdasági eliteknek a magasabb sportvezetői posztok iránt megnyilvánuló 'élénk érdeklődése', mint új női akadály – teljes mértékben a saját kutatásom eredménye. Az új kategóriák bevezetése – reményeim szerint – hozzájárul a sportban zajló folyamatok mélyebb megértéséhez; és így, ezen keresztül, elvezet ezen női akadályok lebontásához. A sportvezetésben a nők helyzetét eddig még csak a nemzetközi sporttudományban vizsgálták. Komplex, és hazai vizsgálat még nem volt. Ez adja a téma abszolút újdonságát.

**Kulcsszavak:** nemek közti esélyegyenlőség, kritikai feminizmus, sportvezetés, imparitás faktorok, közéleti patriarchizmus

**Abstract:** "...It is clear that girls and women still face numerous barriers when it comes to participating in sport at all levels..." (Androulla Vassiliou, European Commissioner responsible for sport; 2013). These special female barriers are significantly present in the case of sport leadership. The present research was designed to explore these barriers, for the description of which some new conceptual categories were created (such as the "imparitas factors", the "inter pocula", the "automatism of traditions", etc.). In the present study, I would like to introduce them based on the research deriving from a qualitative, women-centred, critical feminist approach. The "imparitas factors" were created as a generic term for summarizing the structural-functional female barriers (impedimentum); such as the background of female inequality. Under this new generic term ("imparitas factors"), a number of new conceptual categories were determined; three of them to be discussed in the paper: the "inter pocula", the "automatism of traditions", and the "public patriarchy"; which simultaneously describe and also explain women's inequality in (sports) leadership. The "inter pocula" being used as a new structural and operational metaphor, makes it possible to approach the problem from several viewpoints. The other new category, the "automatism of traditions" models the effect of the patriarchal, authoritarian mode of operation particularly present in sports leadership, and its continuous re-production.



The third female barrier listed among "imparitas factors" is called category of "public patriarchy"; the name of which was borrowed from Walby (1994), but the phenomenon described in this category, i.e. the 'intense interest' of the political and the economic elites for higher sport leadership positions, as a new female barrier, is entirely the result of my own research. The introduction of the new categories hopefully can contribute to an in-depth understanding of the processes taking place in the sport; and in this way, leads to the breaking down of these female barriers. The situation of women in sports leadership has only been investigated in international sports science, complex research has not been carried out in Hungary, which underlines the relevance of the topic.

**Keywords:** gender equity, critical feminism, sports leadership, imparitas factors, public patriarchy

### Bevezetés

A múlt század nyolcvanas évei óta kibontakozóban lévő nőtudomány, (women's studies) – bár még mindig nem az érteken elismert módon – napjainkra már markánsan, a sportra is kiterjedő, nő-kutatásokkal is jelen van a társadalomtudományok között. A women's studies-t művelők ugyanakkor szüntelenül szemben találják magukat a háritás legkülönbözőbb formáival: a női esélyegyenlőség témájának leértékelésétől, a nemek szembeállításának vádjáig; a kérdéskör elavultnak bélyegzésétől (felesleges rá szót vesztegetni, hisz már régen megvalósult), az individualizáció stigmájáig (ugyan már, az ismerőseim vagy én magam nem érezzük magunkat nőként, hátrányban) igen széles a skála. Magam is találkoztam ezzel az attitűddel, amióta a women's studies-t művelem. Jelen tanulmányban a kutatásom eredményeként általam kreált új konceptuális kategóriákat ("imparitás factor", "inter pocula-t" és a "hagyományok automatizmusát") szeretném bemutatni. Az "imparitás factorokat", mint gyűjtőfogalmat alkottam meg, a speciális, strukturális-funkcionális női akadályok (impedimentumok) összefoglalására. Kutatásom nyomán, öt ilyen "imparitás factor" nevesítettem. Öt, speciális, (jellemzően) nőkkel szembeni akadályt (impedimentumot) soroltam az "imparitás factorok" közé, melyeket új fogalmi kategóriák (metaforák/allegóriák) bevezetésével definiáltam, írtam le. Ezen női akadályok közül most hármat mutatok be. Az "inter pocula-t" a "hagyományok automatizmusát"; és a "közéleti patriarchizmust". (A további két impedimentum bemutatása meghaladná jelen cikk terjedelmi kereteit). Az "inter pocula (poharazás közben), mint új kategória egyszerre jelenti az évezredek alatt megkövesedett,

férfijogú, patriarchális struktúrát, és írja le annak rejtett (Merton, 1980) működését, metaforaként. A "hagyományok automatizmus" a patriarchális, tekintélyi modell újratermelődését magyarázó, annak szimptomáit leíró új kategória. Az "imparitas factorok" közé sorolt harmadik női akadályt, "közéleti patriarchizmusnak", neveztem; ennek a kategóriának a nevét Walbytól (1994) 'kölsönöztem', azonban az ezzel a kategóriával leírt jelenség – a politikai és gazdasági eliteknek a magasabb sportvezetői pozíciók iránti 'élénk érdeklődése', mint új női akadály – teljes mértékben a saját kutatásom eredménye. Ezen új fogalmi kategóriák, a mögöttük álló jelenségek mélyebb és teljesebb megértését kívánják elősegíteni. Jelen cikk továbbá arra is felhívja a figyelmet, hogy a nők esélyegyenlőségének kutatása, a "nő" kérdés napirenden tartása ma is időszerű, a sportban különösen az, tekintettel arra, hogy a nemek közötti esélyegyenlőség még ma is csak elérendő álom. Az Európa Tanács Miniszteri Bizottsága 1988. novemberében „Nyilatkozat”-ot fogadott el „A nők és férfiak egyenjogúságáról”; Ebben megállapították: „...noha a nők és férfiak egyenjogúsága az ember személyiség jogainak egyik alapelve melyet, mint alapvető jogot, az Európa Tanács tagállamai alkotmányaikban és nemzeti törvényeikben garantálnak”, „...a nők és férfiak közötti egyenlőtlenségek mind jogilag, mind ténylegesen továbbra is fennállnak”. Azóta közel negyedszázad is eltelt és azt kell megállapítani, hogy ezek a szavak ma is érvényesek. Különösen a sportra, mint speciális társadalmi alrendszerre azok. Talbot, svédországi tapasztalatok alapján kijelenti: „...a női egyenjogúság kérdése a sport területén elmarad a társadalmi vagy a kulturális (sőt az egyházi) élet más területén tapasztaltaktól.” (Talbot, 2000, 107.). A téma tehát abszolút időszerű.

## Módszerek

Kutatásom célja a sportvezetés/sportdiplomácia női szempontú vizsgálata. „*A sportszervezet vonatkozásában is végeztek már elemzéseket, melyek világosan bemutatják, hogy a nők hátrányos helyzetben vannak a férfikkal szemben, a lehetőségek és a pozíciók vonatkozásában*” (Talbot, 2000, 105.). A vizsgálódás nézőpontja ebből a hátrányos helyzetből való – kritikai – reflexiót jelent. Kijelenthető, Radford Ruether analógiája nyomán: a kutatási folyamatban a vizsgálati nézőpontnak, így a nőközpontú *'point of view'*-nak sincs véglegesen lezárt definíciója (Buday, 2001). A nőközpontú vizsgálati nézőpont kritikai aspektusú; azaz, rá kíván mutatni az elfogult androcentrikus gondolkodás egyoldalúságára, mely a sportban, mint a hagyományosan férfi dominált társadalmi alrendszerben az évszázadok során kialakult. A nőközpontú *'point of view'* jelenti továbbá: az eddig leginkább a férfiak tapasztalatára épülő – és ezáltal meglehetősen torz – megállapítások helyett egy egyetemes szemléletmód alapján történt értékelést. A nőközpontú vizsgálati módszer egyben felmutatja a patriarchizmusnak nőkre és férfiakra gyakorolt, egyaránt ártalmas hatásait. Ugyanakkor *a legcsekélyebb mértékben sem férfiellenes, és a legteljesebb mértékben keresi a párbeszéd lehetőségét.* Ez adja a feldolgozás módszertani újdonságát. A kritikai (feminista) megközelítés szerint a női lét vizsgálatához elengedhetetlen maguknak a nőknek a meghallgatása, ezért a kutatásban sportvezető nőkkel készítettem interjúkat, melyeket úgy használtam, mint a kvalitatív kutatások egyik, gyakori módszerét. Az interjúk feldolgozásánál, a CDA-t, alkalmaztam, a kritikai diskurzus elemzést, (*critical discourse analysis* - CDA) mely nem deskriptív, hanem interpretatív, azaz értelmező, tehát diszkurzív módszer. Mivel a kutatási területem a nők sajátos helyzete a társadalom egy speciálisan férfiuralmi területén (sportvezetés), a CDA mint értelmezési keret alkalmazása kézen fekvő volt, hiszen a módszer egyik fő alapelve szerint a hatalmi relációknak diszkurzív megjelenése is van.

## A téma újdonsága

A férfiak által dominált sport(vezetés) rejtett mechanizmusainak vizsgálata kapcsán Nancy Théberge, 1991-ben, egy sportszociológiai konferencián felidézte Hargreaves elhíresült megállapításait: „...az olimpiák története a hatalom, az

elitizmus, a megszállottság, a túlzások, a megosztottság, és a kizsákmányolás története.” Továbbá „...az olimpizmus férfi sovinizmussal, férfi dominanciával teljes” (Théberge, 1991, 1.). Az élsportot azóta még inkább a túlzások, a megszállottság, az (ön)kizsákmányolás jellemzi. És továbbra is jelen van a férfi dominancia; mint „a harc” modern formája. A sport feminista kritikája szerint „a szexizmus a sportban kulturális és strukturális interakciós formákban” (Kovács, 2009, 65.) van jelen. Érdeklődésem központjában azok a strukturális, kulturális tényezők állnak melyek a nők sportvezetővé válásában, ottani sikerességükben vagy éppen kudarcaikban szerepet játszanak. Az elmúlt 20-25 évben természetesen sok változáson ment keresztül a sport; döntően üzletivé vált. A sportszervezetek pedig egészen hasonlóan kezdtek működni, mint a gazdaság egyéb vállalatai. A sportolónők számának növekedése értelemszerűen maga után vonta, hogy nők is megjelentek az edzői, a sportvezetői „karban”. Azonban csaknem ugyanazokkal – a kisebbségi létből fakadó – problémákkal találták magukat szemben, mint a sportoló nők, már úgy 30-40-50 éve. Korábban számos vizsgálat, tanulmány készült a sportoló nők férfiakéhoz képest marginális helyzetéről (pl.: Théberge, 1991, Pfister, 2003, Talbot, 2000); napjainkban az edzőnők (Bodnár, 2012) sajátos problémáival kapcsolatban. Az Európai Unióban pedig manapság kezdik vizsgálni a nők döntéshozatalban és végrehajtásban betöltött szerepét. Ez lassanként megjelenik a sport területén is. Azonban mindezekig senki nem foglalkozott az egalizálódó női versenyzői arányok elemzésével, egészen konkrétan a nők sportvezetői /sport diplomataként/ marginális helyzetével, annak okaival. Átfogó és komplex nőkutatás, a sportvezetőnő-kutatás mint téma abszolút újdonságnak tekinthető. Ebben a tanulmányban néhány új összefüggésre és az ezek definiálására kreált új konceptuális kategóriák bemutatására vállalkozom.

## Eredmények

### 1. Megérteni a szabályokat, avagy az "inter pocula" jelensége, mint esélyegyenlőtlenségi tényező – "imparitás factor" - I.

„A nőknek ...meg kell érteniük a szabályokat, ha a folyamatokat irányítani kívánják.” (Talbot, 2000, 99.). E nélkül nincs esélyük eredménnyel kandidálni vezetői pozíciókra; e nélkül nincs esélyük az esetleg, – kivételként – mégis elnyert vezetői

tisztségükben sikeresnek lenni. A férfitársadalom szabályai szerint, századok óta lényegében változatlanul, /kvázi zárt klubként/ működnek ma is a politikai, gazdasági, sport és művészeti elitet leképező társaságok, szövetségek, pártok, egyéb szervezetek. A status quo jól jön a férfiaknak. Mindennemű változás ugyanis a férfiak – vezetői – sikerét veszélyezteti. „Ézért alapvető létérdekük a női versenytárs megjelenésének és sikeres adaptálódásának tudatos vagy tudat alatti akadályozása.” (Koncz, 2011, 39.). A férfiak – a patriarchális társadalmi struktúrák mentén – „monopolizálták a hozzáférést és az ellenőrzést az élet alapvető lehetőségeinek intézményes meghatározóihoz, különösen a gazdaság és az állam területén”. (Dunning, 2002, 141.). Ez az évszázadok óta változatlan strukturális meghatározottság, forrása és alapja a férfiuralomnak. (Bourdieu, 2000). Mely a sportban, sportvezetésben is, markánsan jelen van

Ezt, a strukturális meghatározottságot, és egyben működési módot írom le, egy kategóriában: az "inter pocula" terminológiával, benne nevesítve a jelenség két oldalát. Ugyanis így, az új struktúra működés, metafora használatával, egyszerre válik lehetővé a probléma többoldalú, újszerű megközelítése, bemutatása, mely elvezethet a Talbot által is elengedhetetlennek tartott megértéshez.

#### *A fogalom definiálása*

Az "inter pocula" (poharazás közben), mint új kategória: egyszerre jelenti az évezredek alatt megkövesedett, férfijogú, patriarchális struktúrát, annak rejtett működését, melyet metaforaként jellemez, azaz, a tisztségek, posztok, beosztások és szerepek „poharazás közbeni”, terített asztal melletti le- és kiosztását. Ahol a hatalom strukturái, az informális kapcsolatok, a kapcsolati tőke az elsődleges; ezért a nők (sport)vezetővé válásának lehetőségét markánsan, mögöttesen, és nagyfokú látenciában – gátolja.

*Az "inter pocula" mint strukturált hatalom, és mint rejtett (Merton, 1980) működési mód*

A (sport)vezetővé válás rögzös útján a döntő elem a (ki)választás kérdése. Az esélyegyenlőtlenség gyökere ugyanis elsődlegesen a vezetői – hatalmi – posztokra történő kiválasztásban, a betöltés (eljárás) rendjéből adódik. Kutatások „... kimutatták, hogy a szervezetben belüli előrejutást a szervezeti elit kontrollálja, és a hiedelmekkel ellentétben nem az egyének nyílt versenyéből kerülnek ki a magasabb pozíciókat elnyerők.” (Bodnár, 2012, 111.). Vizsgáltam

és úgy találtam, hogy a 'lex sportiva', a sportszervezetek tagsági, jelölési (kandidálási) írott szabályai még mindig férfijogú struktúrákat tükröznek. A vezetővé válás – íratlan – szabályai pedig még inkább patriarchálisak. Ezt fel és el kell ismerni. „... az öltözőkben, az igazgatósági szobákban megismélt szervezeti kultúrák ténylegesen marginalizálják a nők szerepét, karrierlehetőségét ...”. (Talbot, 2000, 95.). Hollandiában edzők között kutatást végeztek, arra kiterjedően, ki hogyan került a klubhoz: a hétszázhusz megkérdezett edzőnek csak 5%-a került a klubjához hirdetés útján (Knoppers és Elling, 1999, in: Bodnár, 2012, 116.), a többiek informális, kapcsolati úton nyerték el az állást. A posztra történő kiválasztás „... informális jellegét, a döntés személyes hatáskörét azzal is hangsúlyozzák, hogy az állástárgyalásokra legtöbbször az egyesület bárjában került sor. Lényeges, hogy már az álláslehetőségről sem tudhat(ott) a szakma széles köre, csak a beavatottak. Azok, akik egy bizonyos kapcsolati és információs hálónak, vagyis az in-groupnak tagjai voltak” (Bodnár, 2012, 116.). A hollandiai eset, igaz nem vezetői kiválasztásról volt szó, de egészen pontosan mutatja a sportban működő strukturális meghatározottságot, patriarchális működési mechanizmust. Ez maga az "inter pocula", a sajátos, kettős arculatával; melyet a következőkben elemeire bontva is bemutatok. A modern sport része a gazdaságnak, számos kapcsolódási pontja van az állammal, az adminisztratív és pénz hatalommal egyaránt. A sportvállalkozások hasonló módon működnek, mint a gazdasági nagyvállalatok. Kanter (1977) vizsgálta a férfi-női szerepeket nagyvállalatoknál. (szervezeti modell). Megállapításait a „male homosociabilitás” kategóriájával írta le: azaz a szervezetekben a hatalmat (döntően) zárt férfitársaságok tarják meg maguknak (Giddens, 2008). A sportban, sportvezetésben is jelen vannak ezek a zárt férfitársaságok és sajátos patriarchális szokásjoguk szerint működnek. Idegent, nőt nem – szívesen – engednek maguk közé; a szegregáció mögött „a világ legkülönlegesebb férfi klubjának fenyegetettsége áll” (Kovács 2009, 65.), nyilatkozta az egyik sportvilágszervezet vezetője, a nők adott sportágban való diszkriminációja kapcsán. „... a nők továbbra is – pozíciójuktól függetlenül – egy szimbolikus negatív hányadossal vannak elválasztva a férfiktól”. (Bourdieu, 1990, in: Hadas, 2002, 181.). A hatalom a demarkációs vonalakban és az ezeket fenntartó gondolkodási rendszerekben rejtetik (Alvesson és Deetz, 1998). A hatalom az egyének vagy egy



csoport tagjainak az érdekérvényesítő képessége; azaz az a képesség, hogy bizonyos célokat elérjenek – pl.: vezetővé váljanak –, a körülményeket a céljainak megfelelően alakítsák (Giddens, 2008). „...a férfiak a nőknél lényegesen több hatalomforrást (személyes kapcsolatok, erőforrások birtoklása, mint pénz, információ) akkumuláltak a társadalmi munkamegosztásban betöltött szerepeik és tevékenységük során.” (Koncz, 2011, 39.).

Mindezek miatt az "inter pocula" által ábrázolt jelenség, a nők számára versenyhátrány jellege vitathatatlan: a nők a tisztségek, posztok, beosztások 'poharazás közben, terített asztal mellett' történő szerep le- és kiosztásából ki vannak rekesztve (részben vagy egészében), a sportban is. Tehát már a sportvezetővé válásuk elején, a 'startnál' szembesülniük kell a szegregáció különféle formáival. „...az anomália abból ered, hogy a sport kulturális koncepciói maskulin természetűek, amelyben nincs helyük a nőknek...” (Kovács, 2009, 65.).

A maskulin sportvezetés, a hatalmi osztozásból, legtöbbször kihagyja a nőket.

Először, mert nőket eleve ritkán vonnak bele a 'poharazás közbeni' háttér alkukba. (Ha csak nem egyéb céllal hívják meg őket...). Az egyik férfi (sporttárs, sportújságíró, sportvezető stb.) a másikat minden további nélkül, elhívhatja egy korszorra, egy golf meccsre, utána szaunázásra<sup>11</sup>, wellness partira stb., közben mindketten „érdeket érvényesítenek”. „...egy férfi sokkal nagyobb mestere annak, hogy pozicionálja magát!” fogalmazta meg a realitásokat egyik interjúalanyom. A sör, szoty, foci lobbó léténél fogva, sajátosan a férfiak eszköze, a maskulinitás megnyilvánulási terepe; „...a férfiak játéka...” definiálta tömören ugyanaz a sportvezető. Megjegyzendő, Bourdieu használta a 'játék' kifejezést (Bourdieu, 1990, in: Hadas, 2002, 181.) a férfiak által a nők kirekesztését megjelenítő hegemon maskulinitás megnyilvánulásaira.

Másodszor azért sem vonják be a nőket ezekbe a háttéralkukba, mert, az "inter pocula"-hoz szükséges és elégséges hatalommal, érdekérvényesítő potenciállal a nők nem rendelkeznek; nincs értelmű hatalmi osztozásra olyanokat hívni, akiktől viszont támogatás nem remélhető csekély befolyásuk miatt. A hatalmi 'játsszák' aktoraitól elvárás a kölcsönösségi alapon történő viszonyosság, ahogy azt az interjúalanyaim közül többen konkrétan megfogalmazták.

Így aztán nem meglepő, hogy az "inter pocula" a nőket sújtja elsődlegesen. (A kimaradó férfiakat is természetesen, mert a férfiak között is vannak olyanok, akiknek nincs elég hatalmuk, 'körön belülre', az 'in-group'-ba, bekerülni.).

Az "inter pocula" egy ritkán nevesített, – elhallgatott – sajátos arca.

A megkérdozett sportvezetőnők, egyben azzal is tisztában voltak, hogy nőként az "inter pocula"-tól – saját döntés okán is – legtöbbször, távol kell maradniuk. „Az természetes, hogy a férfiak az üzleti partnereiket éjszakai szórakozóhelyekre viszik, ugyanakkor ezek a programok a nők számára elképzelhetetlenek” (Sümegei, 2007, 43.). Jól mutatja, hogy mennyire nem egyenlők a nők, hogy „...még ma is nehéz egy szórakozóhelyre a nőnek úgy elmenni, hogy az ne járjon státuszvesztéssel, vagy ne provokálja ki a férfiak nem kívánt figyelmét. Ez ... az évszázados férfuralom eredménye, és azé a társadalmi rendszeré, ami továbbra is él, és ezt az uralmat tükrözi, illetve szilárdítja meg.” (Dunning, 2002, 148.). Ez a működő férfuralom, a mai napig korlátozza – a nőket minden területen –, témánk szempontjából, vezetővé válásuknak már esélyeit is. Jól tudjuk, hogy egy-egy sportesemény kapcsán a vezetők és a sportolók milyen éjszakai ünnepléssel, mulatozással 'kapcsolódnak ki'. Viszont ezeken az alkalmakon nem „szerencsés” nőként részt venni; magára valamit adó nő az ilyen 'buliktól' önként marad távol. Akkor is, ha ezzel esetleges előrelépési esélyeit csökkenti. Az edzőnők között végzett, már hivatkozott kutatás, a nők önkéntes távolmaradását, az "inter pocula"-tól, hátrányként definiálja, „mert az informális kapcsolatoknak a működtetése és megerősítése is ekkor történik.” (Bodnár, 2012, 116.).

Az informális kapcsolatok jelentősége a sport egészében nagy szerepet kap. A döntéshozók ugyanis jellemzően, döntően, nagy kapcsolati hálóval, hatalommal rendelkező, az "inter pocula"-t, rutinosan használó férfiak. Még ha testületi döntésről van szó, a háttérben mindig találhatunk olyan hatalmi potenciállal bíró személyeket, akiktől a választás kimenetele függ. Ezeket a személyeket különböző módokon lehet megnyerni; így 'poharazás közben' különösen is.

Férfi-nő relációban a befolyásolás ilyen módja félreértésekre, szexuális zaklatásra adhat okot és módot. Egy sportvezető – magánbeszélgetésben – spontán fogalmazott így: „...minden tisztességes

<sup>11</sup> Sokáig tematizálta a sajtó a hír, mely szerint az egyik magas sportvezetői poszt miként „kelt el” az ígéretek színtjén, szaunázás közben.



*eszközt felhasználók (az előrejutásáért), de nem fogok lefeküdni senkivel ezért*". Nem gondolom, hogy a sportvezetői tisztségeket *'kanapén osztják el'*, de a nők sportkarrier építése során – sajnos – nem zárható ki a különféle nemi zaklatások lehetősége. És nem csak a kiválasztás során, hanem a sportvezetői tevékenység idején is előfordulhat zaklatás. Az interjúk során többször tapasztaltam, hogy a nyilatkozó sportvezetőnők közül többeket ért sportéletükben szexuális molesztálás. Egyikük hosszabban is beszámolt arról, (a zaklatókat nem nevesítve), hogy mind idehaza, mind a nemzetközi sportvezetésben folyamatosan többektől, számos alkalommal szexuális zaklatásnak volt kitéve. *„...ez végig kísérte az életemet...”*, mondta az interjúalanyom végtelen szomorúsággal. A jelenség tehát létezik – mondhatjuk, hogy köztünk él – csak nem, vagy keveset beszélünk róla. Jelen kutatás sem terjed ki ennek a területnek (nemi zaklatások, abúzusok) a vizsgálataira; ez olyan hatalmas és a téma fő vonalától eltérő irány, hogy erre nem vállalkozhat egy pilot study; csak mint az "inter pocula" sajátos oldalát mutathatja be.

## **2. A "hagyományok automatizmusa", mint esélyegyenlőségi tényező – "imparitás factor"-II.**

Jelen kutatás nyomán az látszik, hogy van egy további oka a nők alacsony sportdiplómái, illetve felső sportvezetői pozíciókban való marginális jelenlétének. Mégpedig az, hogy bizonyos posztokat a hagyomány szerint csak férfiak tölthettek be. A tapasztalat az mutatja mind a diplomáciában, mind a sportban, hogy a hagyománynak igen nagy, máig élő, determináló szerepe van. *„...a sport marad a közélet egyik legkonzervatívabb, és legkevésbé rugalmas területe, amely messze elmarad más társadalmi struktúrák mögött”*. (Talbot, 2000, 91.).

A nemzetközi társadalomtudományban – a természettudományok nyomán, az interdiszciplináris területeken – legújabban „*mémeknek*” nevezik azt a kifejezést, melyet itthon Falus András biológus terjesztett el, és jelentése szerint az epigenetikusan átöröklődőnek tartott egyes társadalmi-szociológiai elemeket értjük alatta. Ilyennek tartják például a „férfi tekintély” öröklődéséhez kapcsolódó szimp-tómákat. A patriarchális, tekintélyi modell működési módját, újratermelődését leíró új kategóriát: a "hagyományok automatizmusának" neveztem, két dologra értve alatta:

- A hagyomány a férfinak eleve magasabb státust, tekintélyt tulajdonít, melyet a társadalom mechanikusan fogad el. A nőknek aktuálisan mindig meg kell harcolni a tekintélyükért, míg a férfiaknak pusztán férfi mivoltuk okán, erre nincs szükségük.
- A hagyományok alapján a döntéshozók – sőt sokszor maguk a hátrányosan megkülönböztetett nők is (!) – azt feltételezik a férfiakról, hogy alkalmasabbak vezetői pozícióra, mint a nők. Egyik, az általam megkérdezett csúcs sportvezetőnő, a beszélgetés során, mikor arról esett szó, hogy itthon még a szinkronúszó szövetség elnöke is férfi, egy spontán, automatikus reakciójában – láthatólag maga is meglepődve, mit is mondott – kijelentette: *„...célszerűbb férfit választani...”* (elnöknek).

Íme a hagyományok automatizmusa, a maga teljes és egészen konkrét valóságában.

Egy másik, a hagyományok automatizmusának működését jól jellemző történet: 2013 nyarán az egyik csapatsportban, új kapitány kinevezése vált szükségessé. Nem a csapattal addig dolgozó másodedző(nőt) nevezték ki, hanem egy másik személyt, egy olyan férfit, aki kétségtelenül alkalmas a pozíció betöltésére. A másodedzőnő, a várható döntést megelőzően maga nyilatkozott úgy sajtóban: *„...valahol úgy éreztem, még nem állok készen a válogatott kapitányi feladatra. Még sok mindent meg kell élnem hozzá, hogy ezt a feladatot jól tudjam végezni.”* Kérdés, hogy egy negyvenes, a sportágban 'megöregedett', tapasztalt nő miért nem tartja magát az első vonalra felkészültnek? Pedig aki alkalmas a vezető közvetlen munkatársaként dolgozni, aki alkalmas a távollévő vezetőedzőt önállóan helyettesíteni, és ezt már többször be is bizonyította, kinevezhető lett volna a kapitányi posztra. Egy negyvenes férfinak – hasonló – sport(vezetői) múlttal, vélhetőleg eszében sem jutna, hogy „alkalmatlan” lenne. Ebben a konkrét esetben is kimutatható "hagyományok automatizmusának" mindkét aspektusa:

- A döntéshozók (mind férfi) maguk is – első vezetőnek a válogatott mellé – „automatikusan” alkalmasabbnak, tekintélyesebbnek látták férfitársukat. Holott először mindenki kezdőként indul el az első vonalbeli vezetői munkában. Ugyanebben a situációban vélhetőleg egy 'férfi' másodedző bizalmat kapott volna. Az adott sportágban megtörtént már a múltban, hogy 'beugróként' férfi lett az első számú vezető, tehát

konzerválódott ez a modell.

- Az előzőekben hivatkozott nagyon gyakori jelenség, hogy maga az érintett nő sorolta magát a 'második sorba', a férfijelölteket alkalmasabbnak ítélve. Nagyon valószínű, hogy itt nem pusztán az adott sportvezetőnő személyes 'gátlásairól' van szó, hanem egyfajta 'társadalmi' megfelelési kényszerről; no meg a realitásról (vagy előítélet-ről), hogy nem ő lesz a befutó.

### 3. A "közéleti patriarchizmus" (Walby, 1994, in: Andorka, 2006, 368.), mint esélyegyenlőtlenségi tényező – "imparitás factor"- III.

Ahogy a bevezetőben már jeleztem, a most bemutatásra kerülő, az "imparitás factorok" közé sorolt harmadik akadálynak a nevét, a "közéleti patriarchizmust", Walbytól (1994) 'kölcönöztem', azonban az ezzel a kategóriával leírt jelenség – a politikai és gazdasági eliteknek a magasabb sportvezetői posztok iránt megnyilvánuló 'élénk érdeklődése', mint új női akadály –, teljes mértékben a saját kutatásom eredménye. A pályafutásukat befejező élsportolók egy része érthetően sportvezetői vagy edzői karrierben gondolkodik. Samaranch volt NOB elnök óta ezek a sportemberek némi előnyt is élveznek a többiekkel szemben. Mellettük megjelentek a magasan képzett – de nem feltétlenül volt élsportoló – sportszakemberek. Mindkét csoportnak szembe-sülnie kell azonban azzal, hogy sportvezetőnek lenni nem pusztán, és nem elsődlegesen sportszakmai tudás kérdése. A sportban a vezetővé válás hordoz egy konkrét sajátosságot: a sportszervezetek, mint munkahelyek kevésbé szabályozottak: struktúrájuk, foglalkozási szerepeik nincsenek konkrétan – normatívan – meghatározva, így a vezetők formális és informális mozgástere lényegében kötetlen (Bodnár, 2012). Mindezek miatt egy-egy sportvezetői posztra a kiválasztás nem nélkülözi a szubjektív elemeket. Nincs olyan norma, mely a sportszervezetekben, és még inkább a sportklubokban, sportegyesületekben, a vezetővé váláshoz elengedhetetlen, konkrét, adekvát, szakmai feltételeket szabna meg. Míg egy kórházigazgató rendszerint gyakorlattal rendelkező orvos, esetleg tapasztalt közgazdász, addig a sportvezetővé váláshoz nem elengedhetetlen a Testnevelési Egyetem-i vagy egyéb diploma, sőt a sportszakmai gyakorlat sem kötelező. A sportmúlt előny, de ez sem feltétel. Tehát tisztázatlanok az adott sportvezetői poszt vonatkozásában az 'indulási' feltételek. Ez a nőknek nem kedvez; tehát ez egy olyan speciális

versenyhátrány a számukra, mely – a sportvezetés körül felbukkant, politikai és gazdasági elit (lobbi) tevékenységével összefüggésben – az utóbbi időben fokozódott. Számos sportszövetség vezetőjének (elnök) köze nincs az adott sportághoz. Van viszont jelentős gazdasági, politikai potenciálja. Több évtizedes sportvezetői gyakorlattal rendelkező, neves, volt élsportoló-olimpikon (férfi) nyilatkozta: „*Bejön egy dilettáns (a szakszövetségbe) és elnök lesz, politikai vagy szponzori hátszéllel...*”. Az utóbbi évek tapasztalata ezt megerősíti: azaz sportvezetőnek lenni nem elsődlegesen az egyéni alkalmasság hanem, politikai-hatalmi kérdés. Mint azt az előzőekben már láttuk, a nők hatalmi potenciálja, társadalmi tőkéje, az "inter pocula"-ként meghatározott jelenségek nyomán (is), jelentősen kisebb, mint a férfiaké. A megkérdezett sportvezetőnők közül többen is elismerték, hogy az ő lobbi erejük nem versenyezhet a férfiakéval. Ezért a nők számára kedvezőbb a formális, normatív kiválasztási rend. Maguk a megkérdezett interjúalanyaim is jobban bíznak ebben, ezért is tartozik vezetői attitűdjükhöz a lifelong learning (az élethosszig tartó tanulás) mint a vezetői kiválasztásnál a versenyhátrányukat kompenzáló egyedül mérhető elem. Ugyancsak az előző neves magyar férfi sportvezető mondta még 2009-ben a következőket: „*a magyar sportirányítás prostituálódott – tisztelet a kivételnek – politikailag megosztott, befolyásolt és kiszolgáltatott*”. A politika befolyása gyakran a személyi döntésekre is kiterjed. Egy másik tradicionális sportágban, a nemzetközi sportszövetségében, a közelmúltban tisztújítás révén újabb ciklusra megbízást elnyert, magyar (férfi) sportvezető pedig így jellemezte a választást: „*...soha korábban nem szólt bele ennyire a választásokba a politika, a pénz, az intrika, mint manapság*”. A politikai (és a gazdasági) elit tehát markánsan megjelent a sportvezetés körül. Közvetve vagy közvetlenül. Ez az újdonsült és erőteljes érdeklődés ezen elitek részéről a sport – felső – vezetői pozíciói iránt jól jelzi, hogy a sportvezetés hatalommal, tekintéllyel, nem utolsó sorban magas jövedelemmel kecseget. Egyben azt is jelenti, hogy a sportban a nőknek egyre fogy az esélyük, hogy valaha is egyenlő helyzetből indulhatnak a senior posztokért. A női esélyegyenlőtlenség hátterében döntően a hatalom hiánya áll. „*...a hatalom az egyenlőtlenség alapvető formája...*” (Lenski, 1966, in: Andorka, 2006, 161.). Ismert az axióma: „*soha nem volt olyan társadalom, melyben a nők nagyobb hatalommal bírtak, mint a férfiak*” (Giddens,

2008, 363.). Nekik ugyanis rendszerint egyáltalán nincs elegendő hatalmuk (kapcsolatrendszerük, politikai tőkéjük), így azonos esélyük sem, hogy kandidáljanak magas sportvezetői pozíciókra; tehát még a formális kiválasztási rendben, pl.: pályázatás esetén is hátrányból indulnak. Az interjúalanyaim közül többen is rámutattak erre a női hatalmi deficitre, amely anyagi-egzisztenciális deficit is egyben. Egyikük így fogalmazott: „...*ha körülnézel az elnökök körül a sportágakban, (akkor látható, hogy az elnök) vagy olyan politikai kapcsolatokkal rendelkezik, vagy olyan egzisztenciával*”, amilyennel egy nő nem rendelkezik. Így érthető meg az a hátrány, amiből a nők indulnak (ha egyáltalán a lehetőségig eljutnak) egy-egy sportvezetői tisztségért. A strukturális egyenlőtlenséget csak fokozza a politikai és gazdasági elit megjelenése a sportvezetésben. Mivel pedig a gazdasági és/vagy politikai elit is, jellemzően – hatalommal (vagyonnal) rendelkező – férfiak által dominált, kevésbé valószínű, hogy a hatalmi potenciállal nem rendelkező, 'out-group' csoport tagjai (jellemzően nők) közül támogasson valakit ez a két elit. Jól látható az is, hogy döntően ugyanaz a férfiakból álló elit „mozog” valamennyi alrendszerben, a magas jövedelmű, hatalmi pozícióikban, így nem meglepő, hogy a sport felső vezetésében is erősen felülreprezentált a férfi nem. Az alrendszerek összefüggése, 'együttműködése' vitathatatlan. Mindezekkel összefüggésben, az interjúalanyaim valamennyien egybehangozóan állították (sportnyelven szólva), hogy nem egyenlő a nők számára a 'rajtvonal' a sportvezetővé válás terén. Jól működik a "közéleti patriarchizmus", mely strukturális hátrány, egy új akadály a nők számára. Egyes kutatók szerint körünkben az „új tőkék” felértékelődésének lehetünk tanúi (Sík, 2006); tipikusan ilyen a hatalmi/kapcsolati tőke (Putnam, 1993, 2000; Bourdieu, 2000), melyből a nőknek lényegesen kevesebb jutott. Ezzel összefüggésben a nemzetközi women's studies-ban már arról beszélnek, hogy esélyegyenlőség helyett, a „...*nemi egyenlőtlenségek új formájára számíthatunk...*” (Eagly és Carli, 2007, in: Kürtösi, 2008, 35.), az új tőkék felértékelődése nyomán.

#### 4. Az "inter pocula", a "hagyományok automatizmusa" és a "közéleti patriarchizmus" kategóriáival bemutatott jelenségek hatása – okozati összefüggések

„*Kik sétálnak a hatalom folyosóin, a sportban?*” – teszi fel a kérdést, a nők sportbeli helyzetét vizsgáló

kutató (Pfister, 2003, 3.). Az "inter pocula", a "hagyományok automatizmusa", a "közéleti patriarchizmus" virágzó működése nyomán, a hatalom csúcsain csaknem kizárólag férfiak vannak a sportvezetésben. „*A nemzetközi sporttestületekben gyakori az a helyzet, hogy a vezető beosztásokat férfiak töltik be, akik főként férfiak által dominált országos sportszervezetekből kerültek kiválasztásra.*” (Talbot, 2000, 93.). A sportvezetői tisztségekre döntően férfiakból álló testületek választanak, így nem meglepő, hogy ők jellemzően férfitársaitat részesítik előnybe. Az egyik sportvezetőnő interjúalanyom ezt így fogalmazta meg: „...*nagyobb arányban férfít fognak választani vezetőjüknek. Ez tényleg ördögi kör, ez ellen nem lehet tenni ...*”.

Londonban, az olimpián a magyar csapat 40%-a már női versenyző volt. Ezzel szemben a legfelső sportvezetésben, az újjáalakult MOB-ban a 2014-es évben az elnökségben két nőt találunk. Ez 11,1%-os női reprezentációt jelent az elnökségen belül. 'Token' pozíció (Kanter, 1977); azaz a női érdekérvényesítésre nem alkalmas. Valódi érdekérvényesítéshez, a vezetői tisztségek kb. 30%-át kellene a nőknek betölteni; ezt nevezi a szakirodalom „kritikus tömegnek” (Dahlerup, 1988). A MOB-ban a legfelső vezetők (elnök, főtitkár) férfiak, mindösszesen két női bizottságvezető van. Valamit a Női Bizottságnak is nő a vezetője, de ez még nem olyan nagy vívmány. A sportszövetségekben – a honlapok adatai szerint – nem igen találunk első számú vezetőnőt (elnököt)! A harminchárom nyári olimpiai sportági szakszövetség egyikében sem volt 2014-ben elnöknő; még elnökhelyettes is alig akadt. Sőt, ezen harminchárom szakszövetség közül tizenhétnél (!), tehát több mint a felénél, egyáltalán nincs nő az elnökségben. Női főtitkár néhány sportszövetségben található. De ők is inkább kivételnek tekinthetők, nem beszélve arról, hogy a főtitkári poszt, mint adminisztratív vezetői tisztség, az esetek nagy részében nem döntéshozói, így nem igazi vezető poszt; sőt, ahogy egyik interjúalanyom fogalmazott: „...*ez itt sziszifuszi munka...*”, azaz hierarchikus alá-fölérendeltségben egy végrehajtói pozíció, így tipikusan 'női' munka. A sportvezetés terén ma még nincs esélyegyenlőség a nők számára. A nők a sportvezetésben gyakorlatilag nem léteznek („*women virtually non-existent*”), állapítják meg egy konkrét ország kutatási adatai kapcsán (Pfister, 2003). Az a kevés sportvezetőnő, aki mégis, kivételként, döntéshozó pozícióba került, sportszervezetük vezetésében,



nőként, vagy teljesen egyedül van, vagy kisebbségként van jelen (token pozíció; Kanter, 1977). A senior pozíciókban jelenlevő kevés nő alacsony számának *további magyarázata (oksági összefüggések), éppen az "imparitás faktorokkal" konzervált – vezetőnői – kisebbségi létben (Hacker, 1951) lehet meg*; a kisebbségi lét, mint elsődleges strukturális ok (is) magyarázza, hogy nőként nehezebb a hierarchiában való előrejutás. A kisebbségi lét hatása mintegy önmagába záruló körforgás jelentkezik minden szinten: a sportban a nők előrelépése, már alacsonyabb szinteken, a klubok, egyesületek háza táján lemarad a férfiakétól. Az alacsonyabb szinteken (klubok, egyesületek) a vezetésből hiányzó nők helyzete közvetlen, ok-okozati összefüggést mutat a szakszövetségekből hiányzó nők csekély számát feltáró statisztikai adatokkal. Ma még azért nincs a sport felső vezetésében (szakági sportszövetségek) elegendő nő, mert már alsóbb szinten sem jutnak megfelelő számban a vezetői tisztséghez elengedhetetlen súlyú (középvezetői), azaz „láthatósági” pozícióhoz. Jelen tanulmányban terjedelmi okokból nem térhetünk ki a sportvezetés különböző szintjein a nők helyzetére. Az azonban egyértelműen látszik, a nyilatkozó sportvezetőnők narratíváiból kitűnően is, hogy a sport sem különbözik a többi társadalmi alrendszerétől, így a nők jellemzően csak a második vonalig jutnak el a vezetésben (Nagy, 2009). Konkrét üvegplafon számukra a MOB elnöki tisztsége, ahogy azt többen is megfogalmazták. Továbbá, többek percepciója szerint, egyéb MOB-beli (pl.: bizottság vezetői szint) és a szakszövetségeknél is az egyéb vezetői posztok (elnöki, főtitkári, vezető edzői szint stb.), szintén nehezített *'pálya'* a nők számára. A sport felső vezetéséből (sportági szakszövetségek) hiányzó nők pedig, hiátusukkal, okai annak, hogy a sport legfelső szintjén (MOB) rendkívül alulreprezentáltak. A sport különböző szintereiről hiányzó nők, hiátusukkal, saját maguk akadályai nőtársaik vezetővé válásának, esélyeiket csökkentik, egyben tovább erősítik a férfijogú dominanciát (*circulus vitiosus*). Ahogy azt az egyik megkérdezett sportvezetőnő a MOB-ba kerülés lehetősége kapcsán megfogalmazta: *"...de hát kit delegál egy szövetség, csak az elnököt (aki férfi) delegálja, ez a gyűrű ez meg, folytonosan így meg, ...és ez hátrányos a nőknek"*. A kisebbségi lét ilyen formán egyszerre ok és okozat is, egyéni és társadalmi szinten egyaránt. Könnyen belátható, a vezetővé váláshoz – különböző vezetői szinteken – láthatóvá

kell válni, jelen lenni. Már a rómaiak megmondták: *"esse quam videri"* (nem elég létezni, de láttatni kell magunkat). Ennek hiányában fogalmilag kizárt a karrier: aki nem *'látszik'*, az nem létezik! A sport alsóbb szintjein még látható nők *'eltűnnek'* a hatalmi piramis lépcsőin. A hatalmi piramis alján leginkább csak nőket látni: a sportegyesületek, sportszövetségek, adminisztratív és ügyintézői állománya döntően nőkből áll. Azonban mennél feljebb haladunk a hatalmi piramis csúcsa felé (szakosztályvezetők, főtitkárok, elnökségi tagok, alelnökök stb.) azt látjuk, egyre kevesebb a nő (üvegplafon jelenség, vertikális szegregáció). A *„láthatatlan” nők „láthatatlanságuk” okán súlyos, leküzdhetetlen hátrányba kerülnek*, mely személyes karrierjük kezdetén, annak bölcsőjénél ellehetetleníti előrejutásukat. Össztársadalmi méretekben pedig a női nem karrier-esélyeinek egyenlőtlenségét hosszú távon továbbra is fenntartja a „második nem” standard „láthatatlansága”, a negatív előítéletek beidegződése a vezetői kiválasztás során.

### Összegzés

A nők többsége a sportban kimarad döntéshozatali pozíciókból, mert. *„... még mindig találkozhatunk nemi alapú karrier akadályokkal, amelyek a nők előrejutását gátolják”*. (Sümegei, 2007, 43.). A fentiekben, mint "imparitas faktort" (esélyegyenlőtlenségi tényezőt), bemutattam három ilyen, a nők előtt álló karrier akadályt ("inter pocula", "hagyományok automatizmusa", "közéleti patriarchizmus"), melyek a férfiak által dominált sportvezetésben (is) markánsan jelen vannak. Bár tudom, hogy minden új kategória, fogalom ("inter pocula", "hagyományok automatizmusa", sőt maga az "imparitás faktor", mint gyűjtőfogalom) bevezetése, elfogadtatása nehézségeket hordoz; azonban a tudományban (is) előbb-utóbb minden novum nyilvánosságra kerül, teret nyer. Céloom tehát a problémának és az okokozatok magyarázatának első bemutatása volt, remélve, érvelésem pozitív elfogadókra talál. Minden olyan rendszer, amely igazságtalan, diszkriminatív a nőkkel szemben (és a hatalmi, vezetői tisztségek elosztása jelenleg ilyen) rossz azoknak (a férfiaknak) is, akik működtetik ezt a rendszert. A változásokhoz alapvetően a gondolkodásmód átalakítására lenne szükség a hazai sportvezetésben is; fel- és elismerni, hogy a nők arányos részvétele a vezetésben alapvető emberi igazságosság kifejezése és nem kegy. Nyilvánvaló, a jövőben további erőfeszítésre, a nemek



egyenlőségét érvényesítő vezetési modellre (*gender equality management*), ennek megfelelő szemléletre és gyakorlatra van szükség. Stratégiai nőtámogatás (*affirmative action*) kell; azaz pozitív eszközök (mentorálás, képzések, hálózat építés, stb.), melyek a nőket hátráltató, a nemi akadályok kiküszöbölését vagy legalább azok enyhítését szolgálják.

Az Európai Unió a sportot (a szabályozását) nemzeti hatáskörbe utalja. Viszont a nők és férfiak közti esélyegyenlőség, mint az Unió egyik alapértéke a sportban, a sportvezetésben is uniós szintű megvalósítandó feladat. Az *Európai Bizottság*, 2005-2010-re szóló „*Jelentés*”-ében előírta, „*A nők és férfiak közötti esélyegyenlőség*” teendőit; a nemek közötti esélyegyenlőség ügyének valamennyi uniós politikába és tevékenységbe – így a sportpolitikába, sportvezetésbe is – történő beépítését. E körben fokozott hangsúlyt kapott: „*a döntéshozatalban a nők és a férfiak egyenlő részvételének előmozdítása*”, azaz a gender mainstreaming stratégia követelményét fogalmazta meg, várja el a „*Jelentés*”. Ez az Európai Unió sportpolitikájában konkrétan, az *Európai Bizottság* ún. „*Fehér könyv a sportról*” című dokumentumában jelent meg. Ebben az Európai Bizottság ösztönzi a nemek közötti esélyegyenlőség általános érvényesítését minden sporttal kapcsolatos tevékenységben, valamint a nők számára döntéshozó pozíciók elérhetővé tételét a sportban (Nemes, 2009).

Nem hasznossági kérdés, hanem sokkal inkább az igazságosság területéhez tartozik a nők esélyegyenlőségének biztosítása, azonban nem hagyhatjuk figyelmen kívül azokat a nemzetközi adatokat – noha speciálisan nem sportvállalatok közötti felmérések eredményei –, melyek azt támasztják alá, hogy eredményesebben, nyereségesebben működnek azok cégek, ahol a nők a senior pozícióban is helyet kaptak. A Harvard Business School egyik professzora szerint: a nők azokban a képességekben jobbak, amelyek nélkülözhetetlenek a sikerhez a globalizáció idején, amikor a csapatmunka és a partneri viszony igen fontos (Cibere, 2005). Ugyanezt megtapasztalták azok a sportszervezetek is, ahol női felsővezető működik. Egyik interjúalanyom a férfiak és nők együttműködésére hívta fel a figyelmet, mikor kiemelte: „... nagyon jó lenne, ha a férfiak is felfognák, hogy egy testület sokkal hatékonyabban és sokkal jobban tud úgy működni, hogyha megosztva vannak benne a különböző nemű képviselők, mert másként tud hozzátenni egy nő értéket és

másként egy férfit, ezért egyik sem nélkülözhető”. A sajátos női értékek, látásmódok (*speciális hozzájárulás modellje*; Alvesson- Billing, in: Nagy, 2009), jelenléte a sportvezetésben vitathatatlanul többlet értékforrást jelent.

Össztársadalmi érdek tehát, hogy a népesség egyik fele (a női nem) a formális jogi egyenlőségen túl valóban, ténylegesen – esélyeiben, lehetőségeiben – legyen egyenlő; a sportvezetésben is. A fentiekben ismertetett "imparitás faktorok" (I-III.), igen jól demonstrálják, hogy a nőknek még megnyit kell haladniuk, hogy legalább megközelítsék a férfakkal való egyenlőséget (Dunning, 2002). „*A sport nem engedheti meg magának, hogy figyelmen kívül hagyja a társadalom több mint felének tehetségét...*” (Talbot, 2000, 97.).

A teljes megoldást csak a rendszerszintű változások jelenthetik, melyeket mindenki, férfiak és nők egyaránt akarnak, mert ez mindannyiunk közös érdeke. „*Together Stronger: For the Future of Sport*” ("Együtt erősebbek vagyunk: a jövő sportjáért" – Nők és Sport 5. Világkonferencia jelmondata.).

#### Felhasznált irodalom

1. Andorka R. (2006): Bevezetés a szociológiába. Osiris, Budapest.
2. Alvesson, M. - Deetz, S. (1998.): A munkahelyi uralom modern formái, avagy mit üzen a kritikai és a posztmodern gondolkodás a szervezetkutatás számára? (Ford.: Kocsis T.- Baranyi Á.). <http://epa.oszk.hu/00700/00721/00003/pmodrov.html>
3. Bíró, E. (2008): A nők megjelenítése a legjobb film Oscar-díját, 1970-2005 között elnyert filmekben. <http://phd.lib.uni-corvinus.hu/619/>
4. Budai, K. (2001): *Az alma meg a fája*. [http://www.magyarpaxromana.hu/tevekenysege/kongress/43/buday\\_kornelia.html](http://www.magyarpaxromana.hu/tevekenysege/kongress/43/buday_kornelia.html)
5. Bodnár, I. (2012): *Az edzői munka mint női foglalkozási életpálya*. [http://phd.sote.hu/mwp/phd\\_live/vedes/export/bodnarilona.d.pdf](http://phd.sote.hu/mwp/phd_live/vedes/export/bodnarilona.d.pdf)
6. Bourdieu, P. (2000): *Férfuralom*. Napvilág, Budapest.
7. Cibere, I. (2008): *Gender ABC; The EQUAL Programme is funded by the European Social Fund and the Hungarian Government*. <http://www.szocanszek.unideb.hu>
8. Dunning, E. (2002): A sport, mint férfiaknak fenntartott terület. *Korall* 7-8, 140-154. (Ford: Lengvári István).
9. Eagly, A.H., Karau, S.J. (2002): Role Congruity

- Theory of Prejudice Toward Female Leaders. *Psychological Review* 3, 573–598. <http://dx.doi.org/10.1037//0033-295X.109.3.573>
10. Ely, R., Padavic, I. (2007): A feminist analysis of organizational research on sex differences. *Academy of Management Review* 32:4, 1121-1143 <http://dx.doi.org/10.5465/AMR.2007.26585842>
  11. Giddens, A. (2008): *Szociológia*. Osiris, Budapest.
  12. Hadas M. (2002): *A libido academica narcizmusa; Pierre Bourdieu: Férfiuralomról. Replika* 47- 48. 175-194.
  13. Nagy, B.(1993): Nők a vezetésben. *Szociológiai Szemle* 3:3-4, 147-166.
  14. Nagy B. (2009): Férfiak és nők a vezetésben. in: Nagy I., Pongrácz T. (szerk.): *Szerepváltozások. Jelentés a nők és férfiak helyzetéről 2009*. TÁRKI - Szociális és Munkaügyi Minisztérium, Budapest. <http://www.szmm.gov.hu/>
  15. Koncz K. (2011): A nők esélye a parlamentben - húsz év távlatából. *Esély* 2011/1. <http://www.esely.org>
  16. Kovács K. (2009): Küzdelmek a ringben és azon kívül. *Kultúra és közösség 2009/III-IV*. 63-77.
  17. Kovács K.(2012): Sportoló csoportok a Debreceni Egyetemen. <http://www.campuslet.unideb.hu>
  18. Nemes, A.(2009): *Sportjog jegyzet TF*.
  19. Pfister, G. (2003): *A world power in Women's Sport – Women Without Power in Sport: Gender, Power, and Sport in East Germany*. <http://www.idrottsforum.org/articles/pfister/pfister.html>
  20. Pfister, G., Radtke, S. (2005): *Sport, Women and Leadership: Selected Results of the German Project "Women Taking the Lead"*. [http://www.idrottsforum.org/articles/pfister/pfister\\_radtke050503.html](http://www.idrottsforum.org/articles/pfister/pfister_radtke050503.html)
  21. Poulsen, A. L., Pfister, G. (2007): *Leaders in sport organisations who "dropped out"*. <http://www.nexs.ku.dk>
  22. Hargreaves, J. (1985): Playing Like Gentlemen While Behaving Like Ladies; Contradictory Features of the Formative Years of Women's Sport. *British Journal of Sports History* 2:1, 40-52. <http://dx.doi.org/10.1080/02649378508713562>
  23. Kürtösi, Zs. (2008): *Nők és férfiak társadalmi kapcsolati hálózatának eltérései a munka szervezetekben*. <http://phd.lib.uni-corvinus.hu>
  24. Sümegi, B. (2007): *Nők a vezetésben, nehézségek és lehetőségek*. [http://elib.kkf.hu/edip/D\\_13900.pdf](http://elib.kkf.hu/edip/D_13900.pdf)
  25. Talbot, M. (2000): Döntéshozatal a sportban. in: Perényi E.- Berta G. K. (szerk): *Nemzetközi tapasztalatok a nők sportjának világából. ISM értesítő* 2000/11, 91-116.
  26. Théberge, N. (1991): Women and The Olympics: A Consideration of Gender, Sport and Social Change. in: Landry, F., Landry, M., Yerlès, M. (eds): *Sport... The Third Millennium: Proceedings of the International Symposium, Quebec City, Canada, May 21-25, 1990*. Les Presses de l'Université Laval, Quebec. 385-396.
  27. Women, Leadership and the Olympic Movement (2004): *Final Report (by IOC and Loughborough University)*, 11-45.
- Dokumentumok
1. [http://www.eu.europaibizottsag](http://www.eu.europa.eu/europaibizottsag)
  2. Az Európai Bizottság Nyilatkozata (1988): A nők és férfiak egyenjogúságáról.
  3. Az Európai Bizottság Jelentése (2005): A nők és férfiak közötti esélyegyenlőségről 2005 -2010.
  4. Documents the European Commission Justice, Fundamental Rights and Citizenship (2011): Positive Action Measures to Ensure Full Equality in Practice between Men and Women.
- Weblapok (megtekintve 2013. július 24-25.)
1. [www.nemzetisport.hu](http://www.nemzetisport.hu)
  2. [www.sportgeza.hu](http://www.sportgeza.hu)
- Weblapok (megtekintve 2012. október, november)
1. [www.euroinfo.hu](http://www.euroinfo.hu)
  2. [www.euvonal.hu](http://www.euvonal.hu)
  3. [www.ioc.org](http://www.ioc.org)
  4. [www.mob.hu](http://www.mob.hu)
  5. [www.nokmozgasban.com/2010/01/reszvetel-sportban-es-dontesekben-de-jo.html](http://www.nokmozgasban.com/2010/01/reszvetel-sportban-es-dontesekben-de-jo.html)
- Újságok
1. Nők Lapja, 2011/2: Több szoknyát a Parlamentbe.
  2. Magyar Nemzet, 2012 aug. 24.: Parajelenség.
  3. Magyar Nemzet, 2013 máj. 21.: A.T. továbbra is elnök.
  4. Magyar Nemzet, 2013 aug. 24.: Molesztálások, bántalmazások tömkelege.

## A női labdarúgás története: Európa, mint a sportág bölcsője

### The history of women's football: Europe, the cradle of this sport

Déri Diána

ELTE Neveléstudományi Doktori Iskola

**Absztrakt:** 120 éve, 1895. március 23-án rendezték az első hivatalos női labdarúgó mérkőzést Londonban. A tanulmány áttekintést kíván nyújtani arról, milyen utat járt be ez alatt a több mint egy évszázad alatt a női labdarúgás. Jelen vizsgálat célja kettős: egyrészt az európai és a magyar labdarúgás történetét elemezve próbálja bemutatni a sportág fejlődését, másrészt valamennyi UEFA tagország (N=54) adatait alapul véve, keresztmetszeti vizsgálat által kívánja összefoglalni a női labdarúgás jelenlegi helyzetét. A vizsgálat módszere dokumentumelemzés és statisztikai adatfeldolgozás. Eredményeink alapján elmondható, hogy az elmúlt szezonokban folyamatos növekedés figyelhető meg a női labdarúgók számában. A női labdarúgás fejlődése ugyanakkor nem kizárólag sportszakmai, de nagymértékben társadalmi, gazdasági kérdés is.

**Kulcsszavak:** női labdarúgás, labdarúgás története

**Abstract:** It was more than 100 years ago, on 23 March 1895 when the first official women's football match was held in London. The study intends to give an overview about the long way come in by women's football during more than a century. The objectives of the present research are twofold: on the one hand, by analyzing the history of the European and the Hungarian football an attempt is made to explain the evolution of this sport. On the other hand, in a cross-sectional study based on the data given by all member countries of the UEFA (N=54) it is intended to summarize the present situation of women's football. The methods of the research are document analysis and data analysis. According to our results, in the last seasons continuous growth can be observed in the number of female football players. Nevertheless, the development of women's football does not only have a sport professional dimension, but a social and economic one as well.

**Keywords:** women's soccer, history of soccer

#### Bevezetés

120 éve, egészen pontosan 1895. március 23-án rendezték az első hivatalos női labdarúgó mérkőzést Londonban, Észak és Nyugat csapata között (Lee, 2008; <http://fifa.com>). Az azóta eltelt több mint egy évszázad alatt a „gyengébb” nem hatalmas utat járt be és bár a változások lassúak voltak, de számukra is széles körben megnyíltak a sportolási lehetőségek (Hargreaves, 1994).

Ha visszatekintünk az első (modern) nyári olimpiára (1896), azt látjuk, hogy mindösszesen 9 sportágban hirdettek győztest, azonban ezek egyike sem volt csapatsportág. Ennek oka az volt, hogy a

közép- és felsőbb osztálybeliek ízlésének leginkább az egyéni sportágak feleltek meg. Ezzel szemben a kor legdinamikusabban fejlődő sportága a labdarúgás volt, amely bázisát főként diákok, később alsó osztálybeli munkások alkották. A kialakuló labdarúgó csapatok mögött jól körülhatárolható társadalmi csoportok (vallási, etnikai, stb.) álltak (Horne és mtsai, 2012).

A nők ekkor még részt sem vehettek az Olimpián, őket 1900-tól engedték versenyezni. Pierre de Coubertin báró, a modernkori olimpiai játékok alapítója rosszállása ellenére (1935. augusztus 4.): „Én személy szerint nem helyeslem nők részvételét a nyilvános versenyeken, ami nem jelenti feltétlenül azt, hogy

ők egy sor sportágot nem művelhetnek, csak éppen nem nyilvánosan bemutatva. Az olimpiai játékokon szerepük kiváltképp az lehet – miképp a régi lovagi tornákon –, hogy megkoszorúzzák a győzteseket.”

Az első időszakban a labdarúgás is kizárólag a férfiak kiváltsága volt. A labdarúgó mérkőzések egy dologban bizonyosan követték a vallási szertartások mintáját: a nők mindkét esetben „nézőként” jelen lehettek ugyan, de részt nem vehettek (Mason, 1989).

A XX. század elején a nők már készen álltak arra, hogy küzdjenek jogaikért, elsősorban választójogukért: sorra bontakoztak ki a szüfrasset-mozgalmak. Nem telt el sok idő, hogy a sportpályákon megjelenő sztereotípiákat és korlátokat is le akarják dönteni. McCrone (1988) szerint „a testnevelő tanárok voltak inkább lelkes feministák, nem az „egyszerű” szabadidős sportolók. Valószínűleg ők karrierjük miatt ismerték fel hamarabb a női egyenjogúságért folytatott harc fontosságát”.

„A sport kapcsán nem másról van szó, mint a női és férfi szerepek újrafogalmazásáról; a „nőiességhez” és a „férfiassághoz” kapcsolódó tulajdonságok, értékek és normák átcsoportosításáról” – állítja Bodnár (2003).

Ugyanakkor Guttmann (1991) redukcionista megközelítésnek tartja a viktoriánus nők sporttevékenységét a feminizmusra visszavezetni, ezért el is veti ezt az érvelést.

Holott valóban gyakran hallani: „A labdarúgás nem nőknek való.”, „Miért focizik egy lány?”. Jelen vizsgálat a kérdést a másik oldalról közelíti meg: miért is ne focizhatna egy lány, és tulajdonképpen hányan is űzik ezt a sportágot.

Céлом, hogy bemutassam azt az utat, amelyet be kellett járni ahhoz, hogy a női labdarúgás is elismert sportággá váljon. A kutatás újszerűségét az adja, hogy bár a nők sportban elfoglalt helyzetéről születtek különböző megközelítésű elemzések, azonban kifejezetten a női labdarúgás területének tudományos feldolgozása egyelőre hiányos.

## Anyag és módszerek

A vizsgálat egyrészt dokumentumelemzés, másrészt statisztikai adatfeldolgozás igénybevételével történt. A dokumentumelemzés során, a módszer sajátosságai adódóan – tekintettel arra, hogy több mint egy évszázad alatt lezajlott folyamatot vizsgáltam – főként szekunder adatgyűjtést alkalmaztam. Ugyanakkor az egykori beszámolókon,

sajtóorgánumon alapuló tanulmányok, cikkek, könyvek mellett az elemzés tárgya volt például korabeli rádióbeszéd és internetes publikációk is.

A női labdarúgás jelenlegi helyzetének keresztmetszeti vizsgálatához az Európai Labdarúgó Szövetség (UEFA) által publikált, valamennyi UEFA tagországra (N=54) vonatkozó adatsor (<http://uefa.com>) szolgált kiindulással. Az adatfeldolgozáshoz SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) Statistics 17.0 programot használtam. A jellemzéshez leíró statisztikai módszert alkalmaztam. Az összefüggések vizsgálata Pearson-típusú korrelációs vizsgálattal történt  $p < 0,05$  szignifikancia-küszöb mellett.

## Eredmények

### A női labdarúgás rövid története

#### Kezdetek

Húsz évvel az első hivatalos női labdarúgó mérkőzést követően Londont teljesen felforgatta az I. Világháború: a férfiak a gyárak helyett a harcmezőkön szolgálták a hazát, a városok szinte teljesen kiürültek. A kialakult helyzetben a nők kényszerültek betölteni a férfiak helyét az élet szinte minden területén. Gyorsan felmerült a kérdés: ha a gyárban megállják a nők a helyüket, miért ne lenne ez így akár a labdarúgó pályákon is?

1920 karácsony másnapján, az Everton stadionjában (Goodison Park) 53.000 (!) szurkoló gyűlt össze, hogy megnézzék Lily Parrot és csapattársait. Egyértelművé vált, hogy a női labdarúgás sokkal több, mint női szeszély.

Dick, Kerr & Co volt annak a löszergyárnak a neve, amely a csapatot adta. A gyár egyik munkása, Grace Sibbert – akinek a férje szintén fogságban volt – gondolt először arra, hogy a labdarúgást nem sajátíthatják ki a férfiak és mérkőzést szervezett a gyár férfi és női munkásai között. Tekintettel arra, hogy a hölgyek meglepően jól játszottak, egy mérész dolgot talált ki. Alfred Frankland, a gyár egy tisztviselője közreműködésével jótékonysági mérkőzést szervezett a Dick, Kerr's Ladies női csapatának részvételével a sebesültek, a hadiárvák és hadiözvegyek megsegítése céljából. Valószínűleg ő maga sem gondolta, hogy ezzel a lépésével kiszabadítja a szellemet a palackból. 10.000 ember váltott jegyet erre a mérkőzésre 1917 karácsonyán. A mérkőzésből 200 angol font bevétel származott, amely körülbelül 16 millió Ft-nak felel meg mai árfolyamon. A hölgyek további mérkőzéseken gyűjtöttek



pénzt, miközben már Anglia nem-hivatalos Nemzeti Tizenegyeként tekintettek rájuk.

A Dick, Kerr's Ladies csapata volt az első, amely villanyvilágításos mérkőzésen játszott, *Winston Churchill* külön engedélyével. *Frankland* pedig fehérre festette a barna bőrlabdát, hogy jobban láthassák.

A csapat sikerei egyenes úton vezettek egy nemzetközi bemutató mérkőzés megszervezéséhez. Franciaország Női Sport Szövetségének csapatával 25.000 néző előtt játszottak a prestoni Deepdale-ben. Ezt további mérkőzések követték a két csapat között és a játékosok, főleg *Lily Parr*, hírességgé váltak, rendszeresen írtak róluk az újságírók. Mindenki látni akarta a csapatot.

#### *Nehézségek*

Azok, akik nem nézték jó szemmel a női labdarúgás népszerűsödését, ezt azzal indokolták, hogy túl veszélyes egészségügyi szempontból.

Az Angol Labdarúgó Szövetség, amely a női foci popularitása miatt a férfi labdarúgás népszerűségvesztésétől tartott, 1921. december 5-én megtiltotta a női mérkőzéseket a labdarúgó pályákon. Nem számított, hányan voltak kíváncsiak a női mérkőzésekre és az sem, hogy milyen nemes célt szolgáltak, csak a férfi labdarúgás gazdasági érdekeit tartották szem előtt. A nemzeti szövetségek ellenséges hozzáállása volt az egyik fő ok, amely gátolta a női labdarúgás fejlődését (*Williams, 2007, 2014*).

Időközben a Dick, Kerr & Co megváltoztatta a nevét English Electric Ltd.-re és innentől kezdve nem támogatta a női csapatot, még a névhasználatot sem engedélyezte. A csapat Preston Ladies néven szerepelt tovább egészen 1965-ig. *Lilly Parr*, aki a modern női futball kialakulásáig egyértelműen a világ legjobb női játékosa volt, 1951-ben hagyta abba a labdarúgást, szélsőként is egyedülálló módon 900 gólt szerezve pályafutása során. Bár 1969-ben létrejött az Angol Női Labdarúgó Szövetség, a tiltás még két évig érvényben volt, egészen addig, amíg az UEFA előírta a (férfi) labdarúgó szövetségeknek, hogy engedélyezzék a játék jogosultságot a női csapatoknak. További 12 év telt el addig, míg az Angol Női Labdarúgó Szövetség beolvadhatott az Angol Labdarúgó Szövetségbe.

A holland és a német szövetség az angolhoz hasonló döntéseket hozott, míg Európa más országaiban, mindenekelőtt Olaszországban és az északi államokban akadály nélkül fejlődhetett a női

labdarúgás.

Napjainkban az Egyesült Államok mellett Németország számít a női labdarúgás modell-országának, ahol minden úgy működik, ahogy kell. Pedig a német kezdetek elképesztőek. Bár a német nők a XX. század elejétől fociznak, de a lakosság helytelenítette, ha egy nő sportolt. A „sportos lány” nem volt divatos egészen 1920-ig, amikor a nők saját klubokat alapítottak. 1955-ben a Német Labdarúgó Szövetség (DFB) deklarálta, hogy a nők számára nem engedik sportklubok alapítását, mivel a nők gyengék és ha sportolnak, egész biztosan súlyos sérüléseket szenvednek. Az elnökség 1955-ben határozatot hozott, miszerint: „...a labdarúgás küzdősport... a nő valódi természetének ellentmond... testében és lelkében elkerülhetetlenül kárt okoz... a szülőképességet is csorbítja...”. Bár 1960-ban felmerült a Német Női Labdarúgó Szövetség felállításának gondolata, ez azonban csak terv maradt. A DFB végül csak 1970. október 30-án engedélyezte hivatalosan a női labdarúgást, igaz módosított szabályokkal. A lányok csak meleg időben játszhattak, tilos volt stoplis cipőt hordaniuk, a mérkőzés 70 percig tartott és a labda is kisebb és könnyebb volt.

Közép-Európában hasonló tendenciák figyelhetők meg. A reformszellemű húszas évek Ausztriában is olyan korszakot hoztak, amelyben színre léphettek a társadalmi emancipáció különféle kísérletei. Ezt követően azonban már a nemzetiszocializmus időszakában szóba sem jöhetett a nők előretörése a férfiak által uralt sportágakban, s ugyanez volt a helyzet a második világháború utáni, úgynevezett újjáépítési periódus nehéz éveiben (*John, 1995*).

#### *Fellendülés*

A női labdarúgás fejlődésében a kulcsfontosságú lépést 1971-ben tette meg az UEFA. Megijedve attól, hogy a tagországok két nem hivatalos világbajnokságon vettek részt Olaszországban és Mexikóban 1970-ben és 1971-ben, az UEFA szavazást tartott és a tagországok elsöprő többsége amellelt voksolt, hogy a női labdarúgás kerüljön a nemzeti szövetségek irányítása alá.

A legtöbb európai nemzet eszerint cselekedett. Németország, Svédország és Norvégia labdarúgó szövetsége rögtön 1970-ben átvette a női labdarúgás irányítását, válogatottjuk pedig a mai napig a világ legjobb 5 csapata közé tartozik.

Ez a változás lehetővé tette hivatalos nemzetközi versenyszisztéma kialakítását, illetve ekkor még csak

barátságos mérkőzések szervezését. Az UEFA Női Bizottsága 1971-ben alakult meg (kizárólag férfi tagjai voltak), majd 7 év után feloszlatták, mivel képtelen volt megszervezni a Női Labdarúgó Európa-bajnokságot. (Ez végül csak 1984-ben sikerült.)

A Nemzetközi Labdarúgó Szövetség (FIFA) 1991-ben írta ki az első hivatalos Női Labdarúgó Világbajnokságot, majd a női labdarúgás 1996-ban, Atlantában bekerült a Nyári Olimpiai Játékok programjába is. A döntőben a házigazda Egyesült Államok csapata nyert, 76.000 néző előtt.

Az 1999. évi, Egyesült Államokbeli világbajnokságra több mint félmillióan váltottak jegyet és 40 millióan nézték szerte a világban a TV-n keresztül. Az USA ismét tarolt és a siker hatására 18 hónappal később az országban elindult az első profi labdarúgó liga.

A Kínai Labdarúgó Szövetség, készülve a 2003. évi világbajnokságra, létrehozott egy félprofi bajnokságot, míg az európai nemzetek a minőségi utánpótlás-nevelés fejlesztésére fókuszáltak.

### A női labdarúgás Magyarországon

#### Kezdetek

Bármilyen hihetetlenül is hangzik, az első női labdarúgó mérkőzést Magyarországon több mint 100 évvel ezelőtt, 1912-ben játszották Szegeden, Brauswetter Boriskának köszönhetően. Az alapvető indok ugyanaz volt, mint az angol Dick, Kerr & Co labdarúgó csapat esetében: hogy a hölgyek bizonyítsák egyenjogúságukat.

Sajnos keveset lehet tudni Brauswetter Boriskáról. Annyit bizonyosan, hogy egy órakészítő családból származik. Valószínűsíthetően férjhez ment és megváltoztatta nevét. Mindenesetre teljesen eltűnt a labdarúgásból.

#### Fellendülés

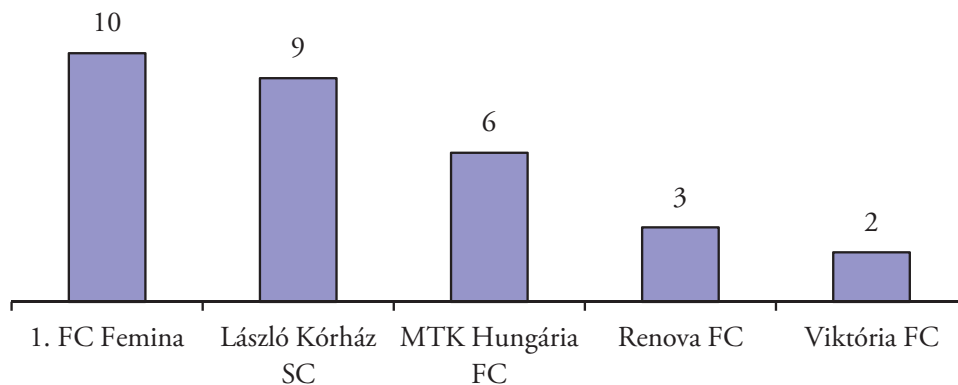
A következő mérőföldkő 1960, amikor a Testnevelési Főiskola hallgatói egy kis kézilabda pályán fociztak. Ekkor még csak hobbiból, de 1971-ben már kiírásra került az első női labdarúgó bajnokság, igaz még csak kispályán. Az első valódi bajnokságban, 1973-ban még csak budapesti csapatok szerepeltek Közülük a legrégebbi a Femina, amely a legsikeresebb női labdarúgó csapat 10 bajnoki győzelmével (1. ábra).

A Femina 1970. augusztus 19-i megalakulását követte a Renova és a László Kórház. Ez utóbbi nyerte meg az 1984-1985-ös szezonban az első nemzeti bajnokságot, amelyen már vidéki csapatok is indultak.

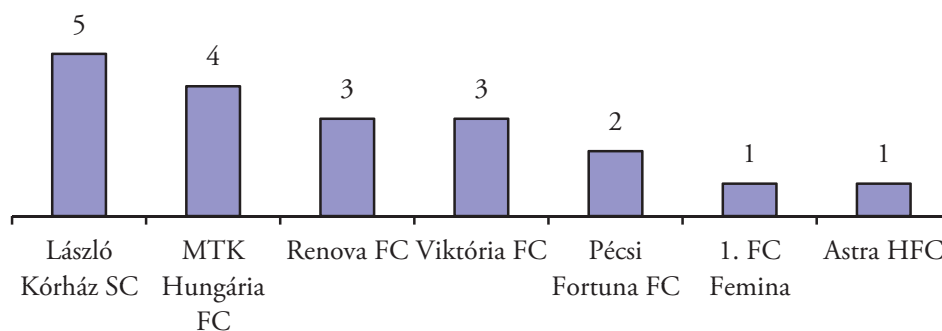
A Magyar Kupát 1992-ben írták ki először. Az első győztes a Renova csapata volt, amely abban az évben a bajnokságot és a szuperkupát is megnyerte. A kupaküzdelmeket 1993/1994-ben, 2005/2006-ban és 2006/2007-ben nem rendezték meg (2. ábra).

Az MLSZ 1985-ben hozta létre az első magyar női labdarúgó válogatottat, amely nemrég jubilált: 30 évvel ezelőtt, 1985. április 5-én lépett pályára először (hivatalos mérkőzésen) Siófokon – Kiss Mária, Bukovszkiné Boross Piroska, Kiss Lászlóné, Matskássyné Boda Mária, Jenei Anikó, Lovász Gyöngyi, Bárfy Ágnes, Szegediné Lojd Zsuzsa, Vrábel Ibo-lya (Markovics Magdolna), Kern Edit, Keresztes Zsuzsanna (Tóth Ilona) összeállításban.

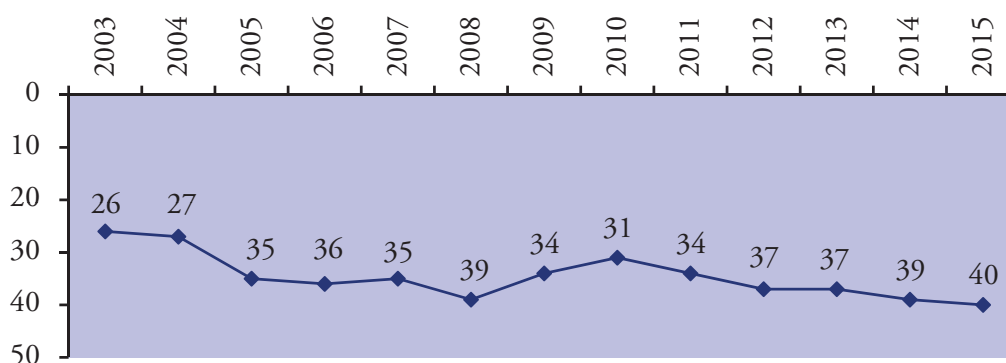
Az azóta sajnos elhunyt Tóth Ferenc szövetségi kapitány által dirigált csapat 1-0-ra győzött az akkor sem gyenge, egyebek között a napjainkban a világ egyik legjobb edzőjének tartott, a női Nationalelfet dirigáló Silvia Neidet is soraiban tudó Német Szövetségi Köztársaság válogatottja ellen.



1. ábra A magyar bajnoki cím megoszlása klubonként 1984-2014 (saját szerkesztés)



2. ábra A magyar kupagyőzelmek megoszlása klubonként 1992-2014 (saját szerkesztés)



3. ábra A magyar női labdarúgó válogatott helyezése a FIFA világranglistán (saját szerkesztés)

Jelenleg Magyarország – a 2015. március 27-én közzétett adatok szerint – a 40. a FIFA hivatalos világranglistáján. Az európai nemzetek között a 23. Legjobb helyezésünket 2003 és 2004 augusztusában értük el, ekkor 26. volt a magyar csapat. Legrosszabb helyezésünket 1996-ban értük el, ekkor 87. volt a válogatott. Átlagos helyezésünk: 34. (3. ábra)

A hazai női labdarúgás kiemelkedő alakjai közül mindenképpen meg kell említeni még a magyar válogatottsági rekorder (jelenleg 123-szoros magyar válogatott) Pádár Anitát is, aki sorozatban 16-szoros gólkirály, az év női labdarúgója 1999-ben és 2011-ben. 2013. március 6-án, a portugáliai Algarve Kupán Mexikó ellen lépett pályára 100. alkalommal címeres mezben. Bozsik József 101 válogatottságot számláló rekordjának megdöntésével pedig ő lett a legtöbbszörös válogatott magyar labdarúgó.

#### Nehézségek

Az 1980-as, 90-es években a magyar női labdarúgók Európa középmezőnyébe tartoztak, ugyanakkor a szervezeti struktúra teljesen fejletlen volt. A csapatok anyagi gondokkal küszködtek, a pályák rossz állapotban voltak, kevés játékos volt, ők

is munka vagy tanulás mellett üzték a sportágot. Ennek oka talán az is volt, hogy senki nem vette komolyan a női labdarúgást.

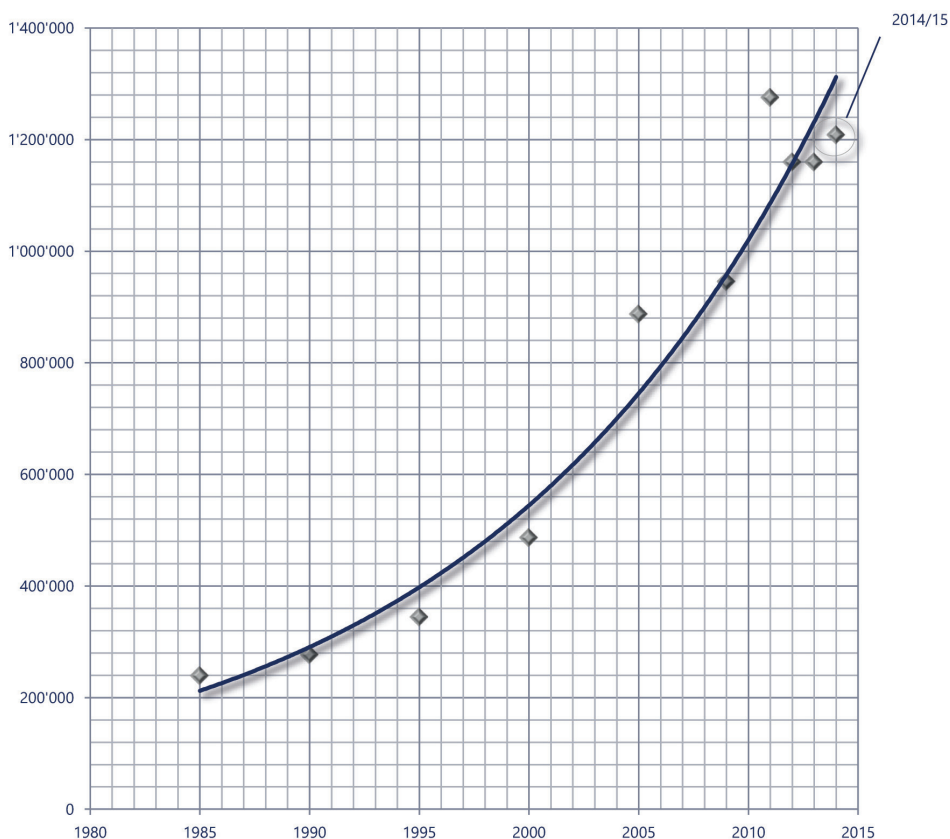
A '90-es évek sportolási szokásainak felméréséből az derült ki, hogy az a kevés nő (a 15-85 év közöttiek 24,8 %-a), aki valamilyen sporttevékenységet végez, leginkább kerékpározik, tornázik vagy úszik, mely arány megegyezik a férfiakéval.

Ugyanakkor a labdajátékokban jelentősen elmaradnak a másik nem mögött (Gáldi, 2002; Gál, 2003).

#### Jelen

Az utóbbi egy-két évben ugyanakkor pozitív változások történtek. Érdeemes megemlíteni, hogy mintegy 3.000 néző tekintette meg például a Viktória FC Szombathely és a Bayern München mérkőzését a Bajnokok Ligájában. Az MTK Hungária Bajnokok Ligája mérkőzését az osztrák NÖSV Neulengbach ellen pedig közvetítette a Duna Televízió a felcsúti Pancho Arénából.

Az öt látvány-csapatsportban megjelenő társadalmi adókedvezmény rendszerének köszönhetően a női utánpótlás finanszírozásában az utóbbi években lényegesen jobb a helyzet, ugyanakkor a TAO-ból nem finanszírozható tételek finanszírozása még mindig gondot okoz.



4. ábra. Igazolt női labdarúgók száma 1985-2014 (forrás: <http://www.uefa.com>)

A pozitív változások ellenére az igazi áttörés még várat magára. Még mindig komoly probléma, hogy kizárólag a férfiakhoz mérve tekintenek a női labdarúgásra. A nők valóban nem tudnak úgy focizni, mint a férfiak, de futni, úszni, kosarazni, teniszezni és kézilabdázni sem tudnak úgy.

2012-ben a Magyar Labdarúgó Szövetség deklarálta a női labdarúgás fejlesztésének fontosságát. Felismerték, hogy ez nem csak sportszakmai kérdés, hanem társadalmi és gazdasági is. Sőt a férfi labdarúgás is profitálhat a női labdarúgásból.

#### Jövő

Az MLSZ létrehozott *Török Gábor*, az ismert politológus vezetésével egy munkacsoportot, amely megalkotott egy tízéves fejlesztési stratégiát, a női labdarúgás 77 pontját. Ez a stratégia egy teljesen új szemléletet követ.

A női labdarúgás fejlesztésétől az alábbi közvetlen eredményeket várják:

- Évről évre dinamikusan emelkedjen a labdarúgásba bekapcsolódó lányok száma.
- Megerősödjenek a női csapatok, kiszámítható feltételek között működő stabil klubok jöjjenek

létre, a mérkőzések színvonala javuljon, a bajnokságokba bekapcsolódó csapatok száma növekedjen, a magyar bajnokság győztese pedig rendszeres szereplője legyen a Bajnokok Ligája főtáblás küzdelmeinek.

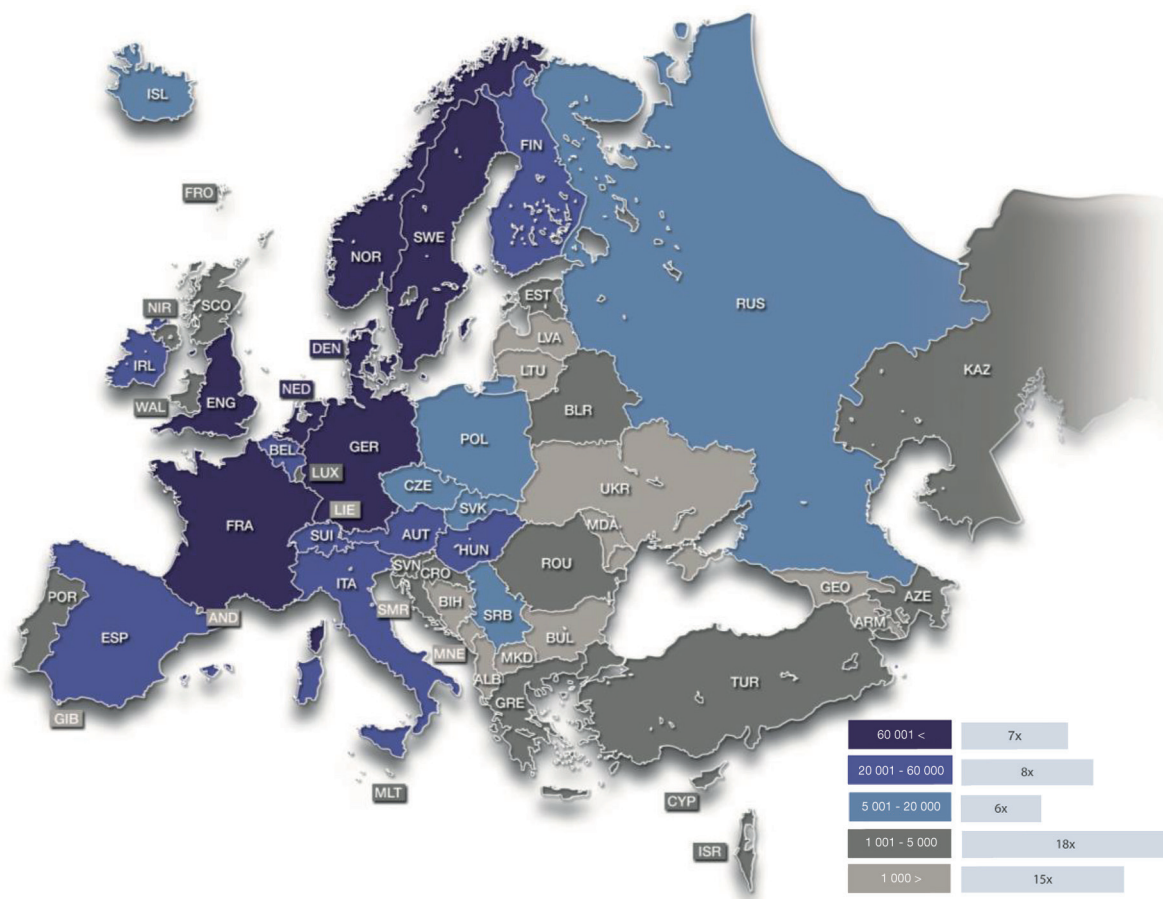
- A válogatott a korábbiaknál sikeresebben szerepeljen.

100 évre volt szükség, hogy bebizonyosodjon, a női labdarúgás szintén több mint egyszerű sport.

#### A női labdarúgás napjainkban

Giulianotti & Robertson már 2004-ben megállapította, hogy a női labdarúgás fejlődik a világon a leggyorsabban. Az elmúlt szezonokban is folyamatos növekedés figyelhető meg a női labdarúgók számában. A 2013/14-es idényben mindösszesen 1.162.314 fő igazolt női labdarúgót tartottak nyilván Európában, míg a 2014/15-ös szezonban 1.208.558 főt (4. ábra). Ez 4 %-os létszámemelkedést jelent. Ugyanakkor a játékos eloszlás nagyon egyenetlen Európában. Mindössze 7 országban úzi több mint 60.000 hölgy ezt a sportágat, de a tagországok egynegyedében még az ezer főt, közel kétharmadában pedig az ötezer főt sem éri el az igazolt női játékosok száma (5. ábra).





5. ábra. Igazolt női labdarúgók száma Európában (2014) (forrás: <http://www.uefa.com>)

Ebben a szezonban a labdarúgók 7%-át teszik ki hölgyek. Az elmúlt években azonban a nők nemcsak a labdarúgásban, de más sportágakban is egyre nagyobb létszámban aktivizálták magukat. Az Európai Kézilabda Szövetség és az Európai Röplabda Szövetség adatszolgáltatását figyelembe véve 2.603.859 nő sportol e három sportágban, s az ő 46%-uk focista.

Az utóbbi években Európa országainak (az UEFA tagállamainak) fele női labdarúgás fejlesztési programba kezdett. Ugyanakkor a játékos létszám, illetve annak emelkedése nem elsősorban a fejlesztési programmal, sokkal inkább az ország általános társadalmi-kulturális fejlettségével, a nemek egyenjogúságának helyzetével van összefüggésben. Nem véletlenül, a játékos létszám tekintetében a skandinávok járnak az élen. Részben azért, mert e területeken a női labdarúgás bekerült az általános iskolákba is.

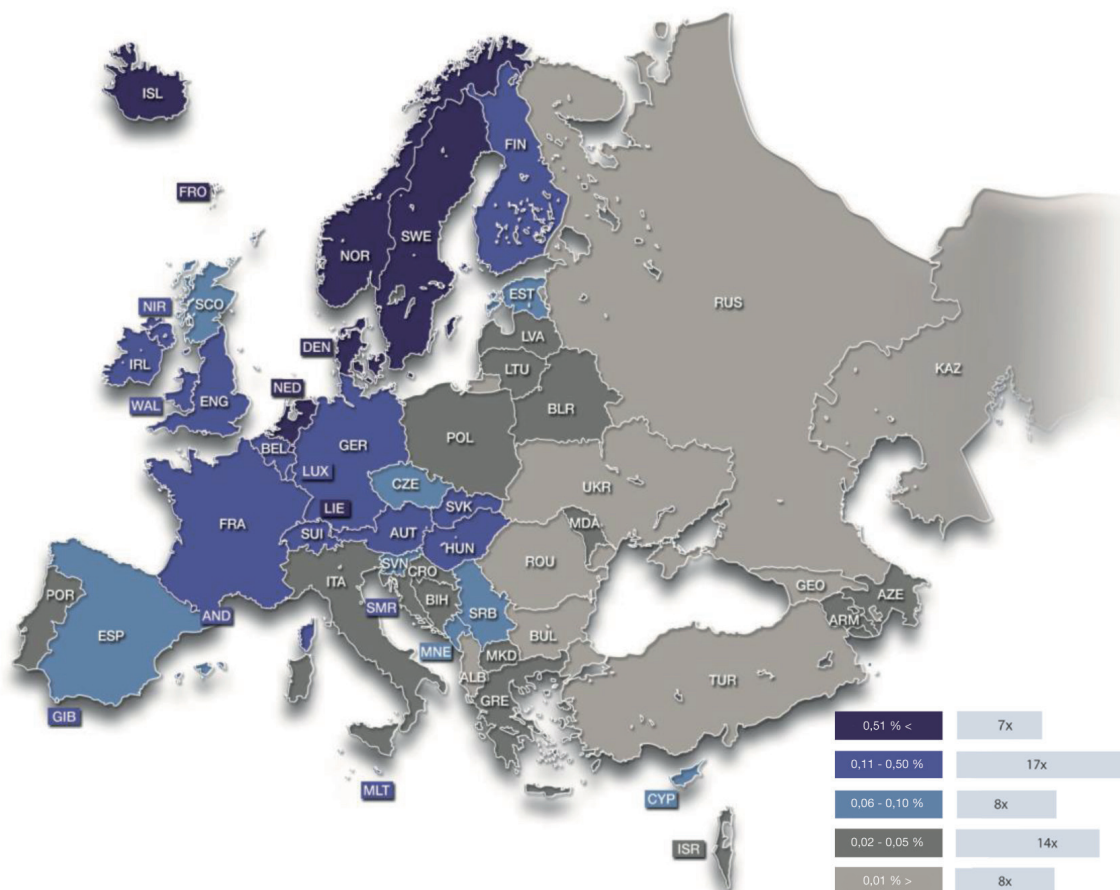
Ez számos országban lehet követendő példa, hiszen a nemzetek több mint felében a labdarúgás nem szerepel a tantervben.

Földrajzi nézőpontból az látszik, hogy Közép- és Nyugat-Európában magasabbak, míg Dél- és Kelet-Európában alacsonyabbak a létszámok. Összefüggés látszik tehát az országok gazdasági stabilitása és a sportolási hajlandóság, esetünkben a női labdarúgás között.

A részvételi hajlandóságot ugyanakkor jobban szemlélteti az a mutatószám, amely a népességszámhoz viszonyítja az igazolt sportolói létszámot. Itt megfigyelhető, hogy a tagországok 56%-ában kisebb az igazolt sportolói létszám, mint 0,1% (6. ábra).

Mindösszesen 2625 profi játékos van Európában, ami majdnem 29 %-os növekedést jelent az előző évhez képest. Ez az adat azt mutatja, hogy a profi sportolók aránya sokkal erőteljesebben nőtt, mint az igazolt sportolóké.

A lakosok száma és az igazolt sportolók száma között mindössze gyenge kapcsolat volt kimutatható. A lakosok száma és az igazolt sportolók száma közötti korreláció a 2014/2015-os szezonban 0,347 volt ( $p < 0,05$ ).



6. ábra. Igazolt női labdarúgók száma Európában a népességszámhoz viszonyítva (2014)

(forrás: <http://www.uefa.com>)

Közepes erősségű és negatív korrelációt (-0,560) mutatott ugyanakkor az igazolt sportolók száma és a FIFA rangsor helyezés. Ezt indokolhatja, hogy a hagyományosan erős országok kezdtek előbb fejlesztési programba. De itt is valószínűbb, hogy a női futballban erős országok (Skandinávia, Németország, Franciaország) nyitottabb társadalma jelenik meg a női futball eredményeiben. Anglia helyzete kicsit más, ott a fejlesztési program az erős férfi futballhoz kapcsolta a nőket. Valamivel gyengébb erősségű összefüggés (0,411) volt kimutatható az igazolt sportolók száma és aközött, hogy hány éve van az adott országban női labdarúgás.

A női labdarúgásban dolgozó edzők 80%-a férfi. A 221 női nemzeti válogatott mellett (a korosztályos válogatottakat is beleszámítva) 107 férfi szövetségi kapitány és 64 nő dolgozik (ez 60-40% a férfiak javára). Izlandon pedig ugyanaz a szakmai stáb dolgozik a férfi és a női válogatottal is. Ezt is sokkal inkább kulturális, mint sportszakmai kérdésnek tekinthetjük.

2010 decemberében az UEFA Végrehajtó Bizottsága jelentős forrás biztosításáról döntött a női labdarúgás fejlesztése céljából (<https://uefa.com>). A kezdeti próbaidőszakban, 2010/11-ben négy nemzeti szövetség (Portugália, Olaszország, Szlovákia és Írország) részesült az alapból. A pozitív eredmények hatására (pl. Írországban 2011 októberében elindult a női bajnokság) a következő szezonban is megismételték a programot, immár valamennyi tagország számára. 2012 júliusa és 2016 júliusa között a Női Labdarúgás Fejlesztési Programjára az UEFA mindösszesen 21,2 millió eurót fordít, amelyből évente max. 100.000 euró juthat minden tagországnak. A központi támogatásnak is köszönhetően az elmúlt négy szezonban majdnem a háromszorosára nőtt az UEFA 54 tagállama által a női labdarúgásra fordított összeg (27,5 millió EUR-ról 81,2 EUR-ra).

A játéklehetőség mellett az UEFA kiemelten fontosnak tartja azt is, hogy hosszú távú karriert biztosítson a női labdarúgóknak, akár edzőként,

játékvezetőként, sportvezetőként vagy testnevelőként. Néhány ország labdarúgó akadémiákat hozott létre kifejezetten női labdarúgók számára. Anglia 42 női központot (Centre of Excellence) alapított, míg Franciaországban egy nemzeti akadémia működik Clairefontaine-ben. Jelenleg 13 országban van női labdarúgó akadémia, azonban Magyarország nincsen közöttük.

Véleményem szerint időszerű lenne a különböző típusú nemzetközi akadémiai rendszereket megvizsgálni és a hazai körülményekre adaptált megoldást kidolgozni a magyar női labdarúgás fejlesztése érdekében. Pozitív példaként jelenik meg ugyanakkor az európai porondon Magyarország a férfi licence követelmények vonatkozásában. Hazánk azon, mindössze 7 nemzeti szövetség között van, ahol a férfi labdarúgó klubok indulási feltételeként előírják női labdarúgó csapat működtetését.

### Megbeszélés és következtetések

Az előbbiek jól mutatják, hogy a labdarúgás – elsőként a sportágak közül – esélyt adott a nőknek arra, hogy kivívják a polgári egyenjogúságot. A Dick Kerr's Ladies csapatának története bizonyítja, hogy a nőknek kemény harcokat kellett vívniuk a labdarúgó pályán történő elfogadtatásukhoz.

*Konrad Peschen*, a hamburgi Testnevelési Intézet igazgatója még 1969-ben is azt mondta: „*Nők a labdarúgó pályán? Lehetetlen!*” A következő majd 50 év is sok küzdelemmel járt. Érdekes, hogy a legfontosabb változásokat politikai erőfeszítések előzték meg. Ennek egyik legjelentősebb – ugyan Európán kívüli – példája, hogy 1972-ben az Egyesült Államok kormánya elindított egy programot a nemek közötti egyenlőség deklarálása érdekében. A Szenátus által elfogadott törvény 9. cikkelye kinyilvánította, hogy az egyetemeken és a főiskolákon ugyanakkora pénzügyi forrásokat kell fordítani a férfiak és a nők sportolására. A program meghozta eredményét, hiszen az USA megnyerte az I. Női Labdarúgó Világbajnokságot 1991-ben, Kínában.

1970-ben *Annemarie Seybold*, a nürnbergi Pedagógiai Akadémia dékánja azt írta tanulmányában, hogy „*A történelem során kialakított szemlélet szerint a férfiak gondolkodnak a nők helyett, vigyáznak a nőkre, meghatározzák a szokásaikat és sportolási körülményeiket. Azonban mára a nők nagykorúvá váltak és ők választják meg, mit sportoljanak akaratauk és érdeklődésük szerint.*”

A női labdarúgás fejlődése nem kizárólag

sportszakmai, de nagymértékben társadalmi, gazdasági kérdés is. A sportpályán való érvényesülés és elismerés pozitívan befolyásolja a nők társadalmi integrációját is. Nem szabad figyelmen kívül hagyni továbbá a sportolás pozitív népegészségügyi hatásait és azt sem, hogy a női labdarúgás infrastruktúrájának fejlesztése munkahelyeket teremt, és nem csekély adóbevételt jelent az államnak is. *Gál* 2003-ban megállapította, hogy a rendszeres testmozgás nem kap kellő szerepet a nők életében, holott az kedvezően hat az életminőségre, csökkenti számos betegség kockázatát és jótékony hatású a pszichológiai állapotra is.

A lányok labdarúgó képzése nem csak arról szól, hogy egy lány milyen futballista lesz, de arról is, hogy a lányok, megszeretve a futballt, a fiúk között szocializálódva támogatni fogják a sportágat, családanyaként fogyasztók és üzletasszonyként akár szponzorok is lehetnek. A közös foci pedig lehetőséget teremt arra, hogy a kisfiúk megismerjék, megértsék és elfogadják a lányokat. Ez egész életre kiható kedvező társadalmi folyamatokat indíthat el.

Egy új fejezet kezdődött a nők sportjában, a női labdarúgásban. A női labdarúgók száma dinamikusabban nő, mint a férfiaké. Magyarországon az MLSZ 10 éves fejlesztési programjában (amelynek a közepénél járunk) a fiúk száma a Bozsik Programnak köszönhetően megduplázódott, a lányok száma megháromszorozódott.

*Karen Espelund*, az UEFA Női Labdarúgó Bizottságának elnöke, az UEFA Végrehajtó Bizottságának első teljes jogú női tagja, optimistán látja a női labdarúgás jövőjét: „*Az UEFA elkötelezte magát a női labdarúgás folyamatos népszerűsítése mellett... Nagy erőt ad, hogy Európa nemzeti szövetségei konkrét akcióprogramokkal feleltek az UEFA felhívására... A női labdarúgás széles körű elterjesztésének folytatása az UEFA kulcsfontosságú célja. Az UEFA a jövőben is minden segítséget meg fog adni ahhoz, hogy segítse a női labdarúgás megerősödését.*” (<http://uefa.com>)

Ma a világban 22 millió női labdarúgó van, legnagyobb részük Észak-Amerikában, Európában, Óceániában és Ázsiában. A 207 FIFA tagállam közül 130 versenyez a nemzetközi porondon. Az előző, impozáns adatok ellenére a labdarúgás még a világon számos helyen gyerekcipőben jár: Ázsia, Afrika és Dél-Amerika még fejlődésre vár. Számos országban nincs nemzeti liga vagy nemzeti válogatott és a nőknek csak korlátozottan van lehetősége focizni.



A női labdarúgás helyzetét áttekintve, a FIFA jelenlegi elnöke, Sepp Blatter 1995-ben, a Női Labdarúgó Világbajnokságon elhangzott, és véleményem szerint még napjainkban is aktuális szavait idézném zárásként: „A labdarúgás jövője a nőké.”

### Felhasznált irodalom

1. Bodnár I. (2003): Társadalmi diskurzus a női sportról a múlt század első felében. In: Földesiné Sz. Gy., Gál A. (szerk.) *Sport és társadalom*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 116-133.
  2. Gál A. (2003): Nők formában? In: Földesiné Sz. Gy., Gál A. (szerk.) *Sport és társadalom*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest, 145-154.
  3. Gáldi G. (2002): Fizikai aktivitás Magyarországon az ezredfordulón. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 3-4. 16-18.
  4. Giulianotti, R., Robertson, R. (2004): The globalization of football: a study in the globalization of the 'serious life'. *The British Journal of Sociology*, 55(4), 545-568. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1468-4446.2004.00037.x>
  5. Guttmann, A. (1991): *Women's Sports: A History*. Columbia University Press, New York.
  6. Hargreaves, J. (1994): *Sporting Females*. Routledge, London.
  7. Horne, J., Tomlinson, A., Whannel, G., Woodward, K. (2012): *Understanding sport. A Socio-cultural Analysis*. Routledge, London.
  8. Jacobs, B. (2004): *The Dick, Kerr's Ladies*. Constable & Robinson Limited, London.
  9. John, M. (1995): Sports in Austrian Society 1890s-1930s: The Example of Viennese Football. In Zimmermann, S. (ed.) *Urban Space and Identity in the European City 1890-1930s*. Central European University, Budapest, 133-150.
  10. Lee, J. (2008): *The Lady Footballers. Struggling to Play in Victorian Britain*. Routledge, London.
  11. Mason, T. ed. (1989): *Sport in Britain: A Social History*. Cambridge University Press, Cambridge.
  12. McCrone, K. E. (1988): *Playing the Game: Sport and the Physical Emancipation of English Women, 1870-1914*. University Press of Kentucky, Lexington, 278.
  13. Williams, J. (2007): *A Beautiful Game. International Perspectives on Women's Football*. Berg, Oxford.
  14. Williams, J. (2014): *A Contemporary History of Women's Sport. Part One: Sporting Women, 1850-1960*. Routledge, London.
- Internet
- A Magyar Labdarúgó Szövetség elnöksége által felkért ad hoc bizottság (2013). *77 pont A Női Labdarúgás Fejlesztési Programja (2013-2020)* 2015. március 23. <http://mlsz-mu.devcenter.hermeszsoft.hu/wp-content/uploads/2013/03/77-pont-An%C5%91i-labdar%C3%BAg%C3%A1s-fejleszt%C3%A9si-programja.pdf>
  - Coubertin, Pierre de (1935): *Les assises philosophique de l'Olympisme moderne* (Message radiodiffusé de Berlin, le 4 août 1935 et publié à l'occasion du 60 e anniversaire des Jeux de la Ie Olympiade à Athènes, 1896.) 2015. április 26. <http://library.la84.org/OlympicInformationCenter/RevueOlympique/1956/BDCF56/BDCF56u.pdf>
  - FIFA (2015): *The women's game's organised origins*. 2015. március 23. <http://www.fifa.com/classicfootball/history/news/newsid=2569439/index.html>
  - UEFA (2014): *National Association Factsheets 2014-15* 2015. március 23. [http://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/Women/General/02/03/27/84/2032784\\_DOWNLOAD.pdf](http://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/Women/General/02/03/27/84/2032784_DOWNLOAD.pdf)
  - UEFA: *Women's Football* 2015. március 23. <http://www.uefa.org/football-development/womens-football/>
  - UEFA: *Women's Football Across the National Associations 2014-15* 2015. március 23. [http://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/Women/General/02/03/27/84/2032784\\_DOWNLOAD.pdf](http://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/Women/General/02/03/27/84/2032784_DOWNLOAD.pdf)
  - UEFA: *Women's Football Development Programme FACTSHEET* 2015. március 23. [http://www.uefa.org/MultimediaFiles/Download/EuroExperience/Women/WFDP/01/72/39/37/1723937\\_DOWNLOAD.pdf](http://www.uefa.org/MultimediaFiles/Download/EuroExperience/Women/WFDP/01/72/39/37/1723937_DOWNLOAD.pdf)





## Különböző sportágakban versenyző sportolók sportmotivációjának és flow élményének összehasonlító vizsgálata

### Comparative study of sportmotivation and flow-experience in different sport competitors

Szemes Ágnes<sup>1</sup>, Harsányi Szabolcs Gergő<sup>2</sup>, Tóth László<sup>3</sup>

1 TE, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék

2 SZTE-BTK, Pszichológia Intézet

3 TE, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék

**Absztrakt:** Külső vagy inkább belső tényezők motiválják a versenysportolókat? És vajon átélik-e az optimális élményt versenyzés közben? Kutatásunkban ezekre a kérdésekre igyekszünk választ találni különböző sportágak versenyzőinek segítségével. Vizsgálatunk során az eredeti 7 faktoros sportmotivációs kérdőívet és a legújabb sportbeli flow élményt mérő kérdőívet alkalmaztuk. Összesen 115 fő, 57 nő és 58 férfi vett részt a vizsgálatban (40 taktikai, 35 állóképességi, 20 művészi, 20 küzdősportoló), melyet internetes kérdőív formájában végeztünk. A sportmotivációra vonatkozóan azt tapasztaltuk, hogy a küzdősportolókat úzók a leginkább belsőleg motiváltak, míg a flow élményre vonatkozóan azt figyeltük meg, hogy a művészi sportok esetén jelenik meg a legkevésbé az élmény. Megvizsgáltuk az esetlegesen nemi, életkori és teljesítménybeli különbségeket is, de egyedül a nemek között jelentkezett szignifikáns eltérés a sportágak között. A kapott eredmények alátámasztanak korábbi kutatási eredményeket, viszont felvetnek újabb kérdéseket is, melyek további vizsgálatokat igényelnének.

**Kulcsszavak:** sportmotiváció, flow élmény, különböző sportágak

**Abstract:** Do external or internal factors motivate competitors better? Do they go through the optimal experience during racing? We tried to find answers to these questions in this research with the help of competitors from different sports. The original seven-factor sport motivation questionnaire and the latest sporting measuring flow experience questionnaire were used. Altogether, 115 persons, 57 women and 58 men, participated in the study (40 tactical, 35 endurance, 20 artistic, 20 combat athletes), conducted through online questionnaires. As far as sport motivation is concerned, it was found that competitors in combat sports are the most internally motivated. Flow experience most rarely appears in the case of artistic sports competitors. The possible differences between sexes, ages and performance levels were also investigated. Significant differences occurred only between the sexes in the case of these athletes. The results supported previous research findings, however, new issues were also raised that would require further investigations.

**Keywords:** sport motivation, flow experience, different sports

#### Bevezetés

Bármilyen teljesítmény elérésének két, egymástól jól elkülöníthető feltétele van. Az egyik a cselekvés végrehajtásához szükséges képességek és készségek megléte, a másik pedig egy elégséges ok, amiért

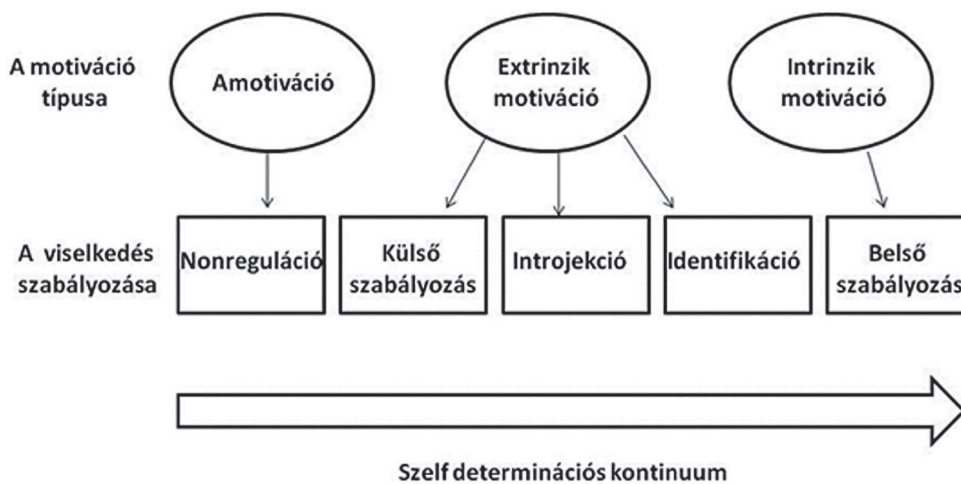
a cselekvés történik. Ezt a belső hajtóerőt nevezzük motivációnak, mely magában foglalja a későbbi képességek kialakulásának valószínűségét, bár részben igazodik a már meglévő képességekhez is (Nádori és mtsai, 2011). A pszichológiában gyűjtőfogalomként használják, mivel többféle motívumból épül



fel, és magában foglal minden cselekvésre készítő belső tényezőt (Keményné, 1999). A jelenség magyarázatára számos elmélet született, többféleképpen rendszerezhető, abban viszont minden kutató egyetért, hogy a motiváció felelős a viselkedés beindításáért, irányításáért és fenntartásáért, míg a fellépő hiányállapot kielégülése be nem következik, illetve meghatározza a viselkedés szervezettségét, hatékonyságát, egyben a szervezet aktivitásának mértékét is (Szabó, 2004).

A sportolók motivációját magyarázó elméletek közül talán a legismertebb Deci és Ryan (1985, 1991) nevéhez fűződik. A szelfdeterminációs (önmeghatározás) elmélet szerint a motiváció mértéke annak helyétől függ, ezáltal megkülönböztethető egymástól belső (intrinzik) és külső (extrinzik) motiváció. A legtöbb kutató szerint mindkét motivációs típus egy-egy globális konstrukció, a belső motiváció célja maga az öröm és az elégedettség érzése, míg a külső motivációt külső hatások irányítják, melyek eszközként vesznek részt a cél elérésében (Pelletier és mtsai, 1995). Azonban az önszabályozás szintjei alapján további motívumok is elkülöníthetők, újabban ezáltal már kontinuumon ábrázolják őket. Pelletier és munkatársai (1995) kutatásukban három-három motivációs fajtára bontották a külső és a belső motivációt, és az általuk alkotott definíciók alapján alkotta meg Vallerand (1997) hierarchikus

motiváció elméletét (lásd. 1. ábra). A tudás megszerzésére irányuló belső motiváció esetén az adott aktivitáshoz kapcsolható ismeretszerzés a cél, pl. a sportolók új edzés módszereket, vagy új technikákat igyekeznek elsajátítani. A befejezettségre törekvés belső motivációjával az a sportoló rendelkezik, aki megpróbál önmagán is túltenni. Ilyenkor a cselekvés folyamatán van a hangsúly és nem a végeredményen, például egy technika tökéletesítése. Az élvezetkeresés belső motivációjával különböző érzések megtapasztalása a cél, mint pl. öröm, izgalom, szórakozás (Járai, 2004). A külső szabályozók szintjén a viselkedés célja a jutalom elérése vagy a büntetés elkerülése, pl. ha egy sportoló hírnévre vágyik. Az introjektált szabályozók szintjén a cselekvés céljává már az önértékelés növelése és a szorongás elkerülése válik, pl. ha a sportoló fizikai megjelenésén szeretne változtatni, vagy lelkiismeret furdalást érez az edzője elégedetlensége miatt (Mikulás és Pikó, 2012). Az identifikáció szintjén pedig a belső törekvések és a külső elvárások közti határ összemosódik, az egyén határozza meg a célt, de ezzel eleget tesz a külvilág követelményeinek is, pl. ha egy sportoló a barátai miatt jár edzésekre (Járai, 2006). A motiváció kapcsán fontos megemlíteni azokat az eseteket is, amikor a sportolók elveszítik motivációjukat, vagy valamilyen cselekvésre nem motiváltak (Vallerand, 1997).



1. ábra: Vallerand hierarchikus motiváció elméletének modellje (Ryan és Deci (2000), 72.o.)

Az áramlat (flow), vagy más néven optimális élmény kutatása és elmélete a belső motiváció jelenlétéből nőtt ki magát. Az áramlat élmény a személyiség kiteljesedésének és a képességek fejlődésének mozgatórugója, olyan pszichikus állapot, mely egy

aktuális cselekvésbe való teljes bevonódás útján alakul ki (Csikszentmihályi, 1997). Az élmény átélése univerzális, bármilyen cselekvés közben megjelenhet, ugyanakkor megfigyelhetők benne egyéni különbségek akár az élmény minőségében, akár a

cselekvés átélésének vágyában vagy gyakoriságában (Oláh, 2005). Csíkszentmihályi (2000) összegyűjtötte az autotelikus személyiség jellemzőit is, melyek közé az általános kíváncsiság és érdeklődés, valamint a kitartás is tartozik, ami eredményezi a belső motivációra való hajlamot. A sport számos alkalmat nyújthat az áramlat élmény eléréséhez, de létrejöttében bizonyos feltételeknek eleget kell tenni (Jackson és Csíkszentmihályi, 2001). Nagyon fontos, hogy a sportoló képességeinek egyensúlyban kell lennie a választott kihívásaival, hogy ezáltal megtapasztalhatóvá váljon számára a cselekvés feletti kontroll érzése is. Világosan meg kell fogalmazni az elérendő célokat, valamint folyamatos visszajelzésekre is szükség van az áramlat élmény megszületéséhez. A mély koncentráció, a teljes figyelmi kapacitás feladatra fordítása azt eredményezi, hogy a cselekvő és cselekvés megszokott kettősége eltűnik, a cselekvés spontánna válik, nincs idői nyomás sem. A problémákról és aggodalmakról elfeledkezve, az autotelikussá vált tevékenységek végzésének élménye annyira kellemes és jutalmazó lesz, hogy az egyén mihamarabb meg akarja ismételni azt (Jackson, 1995; Nakamura és Csíkszentmihályi, 2003). Egyes kutatások szerint a különböző tényezők felismerése azok észlelésbeli eltérésétől függ. A flow első szintjén az autotelikus élmény, a világos célok, a kihívás-képesség egyensúly és a cselekvéstudat összeolvadása áll, míg a második, mélyebb szinten a pillanatnyi feladatra való koncentráció, a kontrollézés, az egyértelmű visszajelzések, az öntudat elvesztése és az időélmény átalakulása. A flow mélyebb szintjén lévő összetevőket nehezebb észrevenni, ezért több flow élmény adta tapasztalatot is igényelnek a tudatosításhoz (Tennenbaum, Fogarty és Jackson, 1999).

A pszichológiai kutatások egyelőre kevés figyelmet szenteltek az említett sportmotivációs típusok és a sportbeli flow élmény mélyebb feltárására, és még kevesebbet a kettő kapcsolatára. Brière, Vallerand, Blais és Pelletier (1995) francia nyelven hozták létre az első olyan sportmotivációs skálát (SMS), mely egyszerre vizsgálja mind a 7 motiváció típusát, és melyet azóta, megbízható eredményei miatt, több nyelvre lefordítottak. Jackson és Marsh (1996) nevéhez fűződik a speciálisan csak sportolókra kifejlesztett Flow Állapot Skála (FSS), viszont az eredményeik megkérdőjelezték a skála érvényességét, ezért Jackson és Eklund (2002) megalkottak egy újabb verziót (FSS-II). A skála megbízhatósága

erősebb lett, és megfelelően mérte mind a 9 flow tényezőt, így a későbbiekben ezt a skálát is validálták más nyelveken. Kowal és Fortier (2000) utal elsőként a két jelenség összefüggéseire, sportmotivációs modelljükben kihangsúlyozzák az áramlat élmény jelenlétét, mint a motivációs folyamat következményét, illetve Martin és Cutler (2002) figyelték meg vizsgálatukban, hogy az optimális élmény pozitív kapcsolatban áll a belső motivációval.

Fontos kiemelni, hogy a fent leírt, mai napig használatban lévő vizsgálóeszközökkel végzett kutatások többnyire nem tettek különbséget a sportágak között, több száz fős sportolói mintát, vagy egy-egy speciális populációt vizsgáltak. Leginkább labdajátékosokat és egyéb, könnyebben elérhető rekreációs sportolókat vagy ifjúsági versenyzőket (pl. úszás, futás), illetve egyéni és csapatsportok közti különbségeket figyeltek meg. Azonban ennél jóval több csoportosítása ismert a különböző sportágaknak. Budavári (2007) szerint elkülöníthető egymástól a taktikai, állóképességi, művészi és küzdősportok sportági profilja. A taktikai sportok közé a különféle labdajátékok, a vívás, a sakk és a curling tartoznak, és e sportok művelői számára elengedhetetlen a taktikus gondolkodáshoz, gyors helyzetelemzéshez és problémamegoldáshoz szükséges intellektuális képességek megléte. Az állóképességi sportok közé az úszás, a kajak-kenu, evezés és a futás tartoznak, melyekben egyértelműen a fizikai állóképesség és a monotónia tűrés a domináns. A művészi sportok közé a torna, ritmikus gimnasztika, műkorcsolya, műugrás sorolható, ahol a hagyományos állóképesség mellett precíz, koordinált mozgásra és eleganciára van szükség. A küzdősportok közé a cselgáncs, a birkózás és az ökölvívás sorolható, melyekben a nyílt támadó viselkedés lehetőségét nyújt az esetleges agressziók kiélésére is.

### Célkitűzés

Kutatásunkban szeretnénk magyarországi mintán megvizsgálni, hogy milyen tényezők motiválják a versenysportolókat, illetve mennyire képesek átélni mozgás közben az áramlat élményt. További célunk, hogy Budavári (2007) felosztása alapján összehasonlítsunk sportágakat, esetleges nemi, életkori és teljesítménybeli különbségeket vizsgáljunk. A vizsgálat során kérdőíveket alkalmazunk, így lehetőségünk nyílik a különböző dimenziók mérésére illetve a különbségek feltárására helyzetek és személyek között. Továbbá a választott skálák

segítségével megbízhatóan tudjuk mérni mind a sportmotiváció, mind az optimális élmény összes tényezőjét.

### Hipotézisek

1. Sportmotiváció: *Bollók, Takács, Kalmár és Dobay* (2010) kutatási eredményei szerint a csapatsportot űzőkre jellemzőbb a győzelem és versenyorientáltság. Párhuzamot vonva *Budavári* (2007) sportági felosztásával és a motivációs típusokkal, azt feltételezzük, hogy a taktikai sportág versenyzői elsősorban külsőleg motiváltak, míg az egyéni sportokban, jelen esetben a küzdősportokban, jelentkezik egy magasabb önmeghatározás, tehát belsőleg motiváltabbak (*Murcia, Gimeno és Coll*, 2007).
2. Flow élmény: *Budavári* (1976) felmérése szerint több az introvertált személy az állóképességi sportolók között, sokkal intenzívebbek a belső pszichés történéseik, mint más sportágak sportolóinál, ezért úgy véljük, nekik könnyebb a flow élmény összetevőit elérniük, hiszen a belső világuk felé való fordulás jobban lehetővé teszi az észlelést (*Tennenbaum, Fogarty és Jackson*, 1999).
3. Nemek: *Deaner és Smith* (2012) összefoglaló tanulmányukban leírják, hogy a férfiak motiváltsága nagyobb a küzdősportok terén, melynek okai az evolúciós fejlődéssel magyarázhatók (fizikai agresszió, fenyegető nemi jellegek). Ez alapján azt gondoljuk, hogy a férfiak belső motivációja és ezáltal mélyebb flow élménye (ezek kapcsolatára utal *Martin és Cutler*, 2002) jobban megfigyelhető a küzdősportok esetén, míg a nőknél ez leginkább a művészi sportokban jelentkezik, hiszen a társadalmi megítélés szerint a tánc például nőies sportágnak számít (*Klomsten, Marsh és Skaalvik*, 2005).
4. Életkor: *Mikulán és Pikó* (2012) kutatásukban említi, hogy a gyermekkorban egyaránt jellemző külső és belső motiváltság az életkor előrehaladtával inkább belsővé válik. *Neulinger* (2007) azonban kihangsúlyozza, hogy a környezet nagy befolyással bír minderre. Nemcsak a szülők, a kortársak, hanem az iskola, a média, és a társadalom is megszabhatja az egy-egy sportág iránti érdeklődést. Magyarországi közvélemény kutatás alapján a gyerekek között jelenleg a különféle labdajátékok számítanak a legnépszerűbb sportágnak. Ezért úgy vélem, hogy a

taktikai sportoktól eltérően a többi sportágban nagyobb a sportolók belső motiváltsága gyermekkorban, hiszen kisebb a nyomás feléjük. A flow élmény átélése tekintetében nem várunk sportágak közti különbségeket, hiszen minél idősebb valaki, annál több lehetősége adódik a sporton kívül más területeken is átélni az optimális élményt (*Tennenbaum, Fogarty és Jackson*, 1999).

5. Teljesítmény: *Nagy, Sós, Ökrös és Szájer* (2014) vizsgálatukban kiemelik, hogy a belső motiváltság összefüggésben áll a jó teljesítménnyel. *András* (2003) pedig azt hangsúlyozza ki műhelymunkájában, hogy a sportok támogatása az egyes sportolók teljesítményén és a sportág népszerűségén múlik. Mindez alapján azt feltételezzük, hogy a taktikai sportoknál a teljesítmény növekedése egyre nagyobb külső motivációt eredményez, míg a többi sportágról ez nem mondható el. Továbbá itt sem számítunk flow élménybeli eltérésre, mivel minél többet sportol valaki, annál valószínűbb, hogy átéli a flow élményt, mely tapasztalat közelebb viszi a mélyebb összetevők felismeréséhez is (*Hefferon és Ollis*, 2006).

### Módszerek

Vizsgálatunkban összesen 115 versenysportoló vett részt (40 taktikai, 35 állóképességi, 20 művészi és 20 küzdősportoló), 57 nő és 58 férfi, akiket a hólabda módszer segítségével értünk el. A résztvevők 13 és 55 év közöttiek voltak (átlag=24,57; szórás=6,99).

A vizsgálatához az angol nyelvű Sport Motivation Scale-t (*Pelletier és mtsai*, 1995) és a Flow State Scale-II-t (*Jackson és Eklund*, 2002) használtuk, melyeket két angol szakos segítségével magyarra fordítottunk és a visszafordítást is ellenőriztük. Az így létrehozott magyar nyelvű Sportmotivációs Skála 28 tételből áll, melyek mérik az intrinzik motiváció és az extrinzik motiváció Vallerand-féle hierarchikus modelljében megnevezett részeit, az intrinzik elsajátítást, tökéletességre törekvést, tapasztalatkeresést, és az extrinzik külső szabályozást, az introjekciót, identifikációt, valamint az amotivációt is. Minden motivációs faktorhoz négy item tartozik, melyek mindegyike a „Miért sportolsz?” kérdésre válaszol. A magyarra fordított Flow Élmény Skála összesen 36 tételből áll, melyek mérik a Csíkszentmihályi által megnevezett 9



flow összetevőt, az autotelikus élményt, a világos célokat, a kihívás-képesség egyensúlyt, a cselekvés-tudat összeolvadását, a pillanatnyi feladatra való koncentrációt, a kontrollérzést, az egyértelmű visszajelzéseket, az önmagunkkal kapcsolatos tudatosság elhalványulását és az időélmény átalakulását. Minden összetevőhöz négy item tartozik, és mindegyik „A verseny ideje alatt...” mondat folytatása.

A vizsgálatot internetes kérdőív formájában végeztük Google Drive segítségével. A vizsgálati személyeknek az volt a feladatuk, hogy a sportmotiváció esetén egy hétfokú Likert-skála segítségével jelöljék meg, hogy mennyire érzik igaznak önmagukra vonatkozóan az adott állításokat. Az 1 az „Egyáltalán nem igaz rám”, míg a 7 a „Teljesen igaz rám” kijelentést jelentette. A flow élmény esetén egy ötfokú Likert-skálán kellett megjelölni, hogy melyik érték fejezi ki leginkább az átéltekkel kapcsolatos érzéseket. Ez esetben az 1 az „Egyáltalán nem értek egyet”, míg az 5 a „Teljesen egyet értek” kijelentésnek felelt meg. A feladat előtt néhány demográfiai kérdést is feltettünk. Megkérdeztük a nemüket, az életkorukat, hogy hány éve sportolnak (1-10, 10-20, 20-30, 30-40, 40-évnél több), majd hogy mi a legjobb versenyeredményük és ezt milyen típusú versenyen (klubközi verseny, területi bajnokság, országos bajnokság, magyar bajnokság, nemzetközi verseny, Európa/ világbajnokság) érték el.

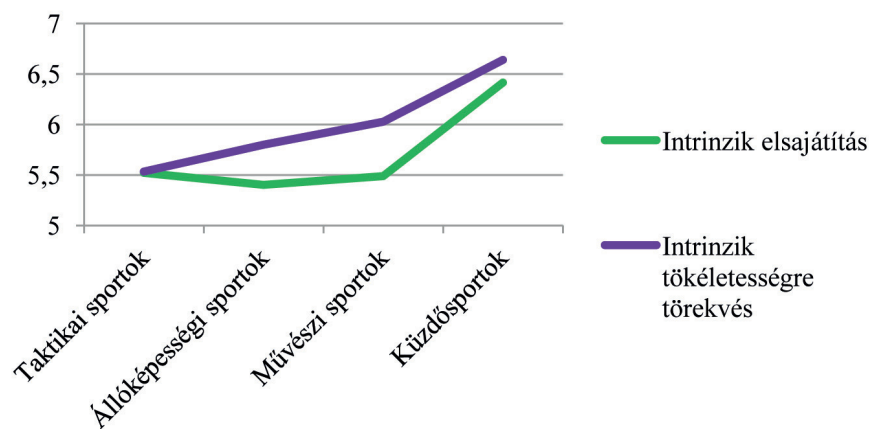
## Eredmények

Először a skálákra vonatkozóan belső konzisztencia mérést és faktoranalízist végeztünk, hogy ellenőrizzük azok megbízhatóságát. A sportmotivációs

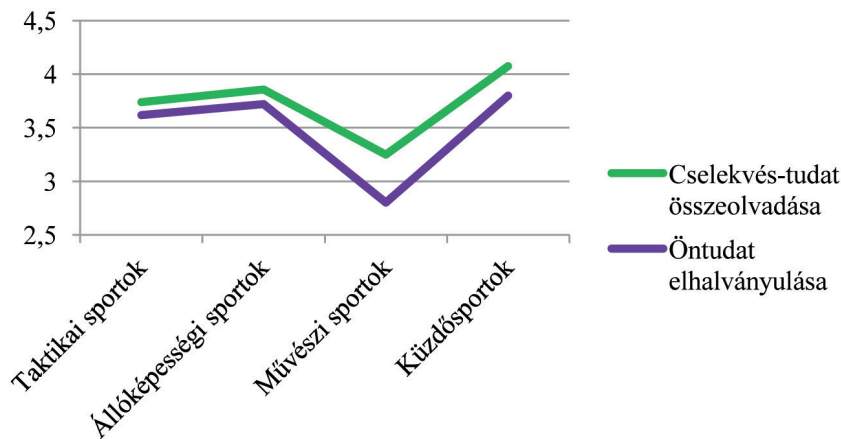
skála és a flow élmény skála esetén is erős az itemek közti kapcsolat ( $\alpha=0,856$ ,  $\alpha=0,832$ ) illetve az egy típusba tartozó elemek is összefüggnek egymással ( $0,9 < \alpha < 0,5$ ). A faktoranalízis alapján megfelelő a változók illeszkedése, páronkénti korrelálatlanság is elvethető (KMO=0,778, BTS<0,001), a faktorok az eredeti stuktúrához hasonlóan alakultak. A normalitásvizsgálat alapján pedig az mondható el, hogy a hisztogramok és a Shapiro-Wilk teszt alapján is többnyire homogének a személyek válasza ( $p < 0,05$ ), tehát követik a normál eloszlást, így paraméteres próbákat használhattunk a későbbi mérésekhez. A sportolók eredményeit független mintás T-próbával, és egyszempontos varianciaanalízissel vizsgáltuk meg.

Az első hipotézis tesztelésénél azt találtuk, hogy a belső motiváció két típusánál, az intrinzik elsajátításnál ( $F(3)=5,778$ ;  $p=0,001$ ) és az intrinzik tökéletességre törekvésnél ( $F(3)=6,935$ ;  $p < 0,001$ ) jelenik meg szignifikáns különbség a sportágak között. A Post Hoc teszt alapján egyértelműen látszik, hogy a küzdősportok versenyzői motiváltak a leginkább belsőleg, míg a másik három sportági típus nem különbözik egymástól (2. ábra).

A második hipotézisre vonatkozóan azt kaptuk eredményül, hogy csupán a flow élmény két összetevője, a cselekvés-tudat összeolvadása ( $F(3)=3,482$ ;  $p=0,018$ ) és az öntudat elhalványulása ( $F(3)=3,253$ ;  $p=0,024$ ) esetén szignifikáns a sportágak közti különbség. A Post Hoc teszt értékei alapján a művészi sportokat űzők élik át legkevésbé a fenti flow tényezőket, a többi sportágban pedig hasonlóak a tapasztalatok (3. ábra).



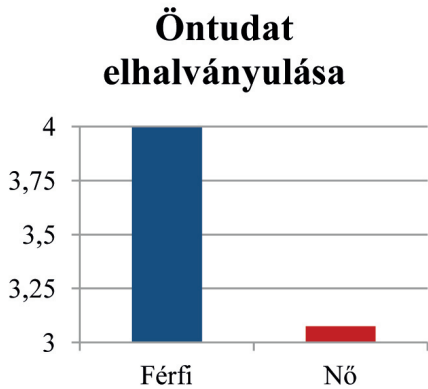
2. ábra: Sportágak közti különbségek a sportmotiváció intrinzik elsajátítás és intrinzik tökéletességre törekvés típusaiban, a résztvevők válaszainak átlaga alapján



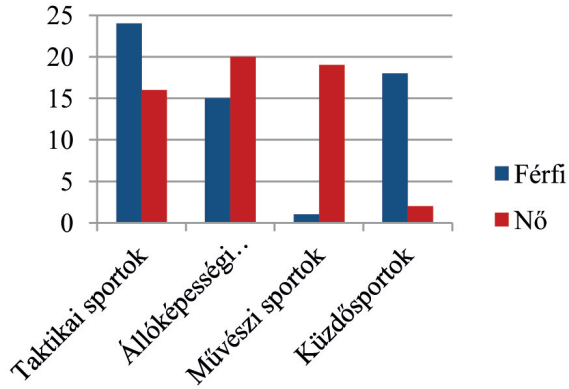
**3. ábra: Sportágak közti különbségek a flow élmény cselekvés-tudat összeolvadása és az öntudat elhalványulása összetevőiben, a résztvevők válaszainak átlaga alapján**

A harmadik hipotézis tesztelése során az eredmények a következők lettek: sportmotiváció esetén nincs szignifikáns nemi különbség, a flow élményre vonatkozóan egyedül az öntudat elhalványulása összetevő kapcsán jelenik meg nemi eltérés ( $t(113)=4,357$ ;  $p=0,024$ ), vagyis a férfiakra jellemzőbb e mélyebb flow összetevő észlése (4. ábra). A sportágak nemi eloszlása alapján a

küzdősportokban és a művészi sportokban figyelhető meg szignifikáns különbség ( $F(3)=13,841$ ;  $p<0,001$ ) a másik két sportághoz képest (5. ábra). Mindezek alapján elmondható, hogy a férfiaknál megfigyelhető öntudat elhalványulása jellemzőbb a több férfi sportolóval rendelkező sportágaknál, azaz a küzdősportokban.



**4. ábra: A flow élmény öntudat elhalványulása összetevőjének átélésében jelentkező nemi különbség, a résztvevők válaszainak átlaga tükrében**



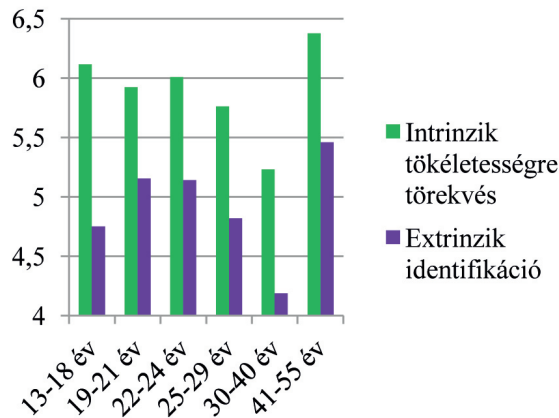
**5. ábra: Nemi arányok megjelenítése a különböző sportági típusokban**

A negyedik hipotézis teszteléséhez különböző életkori csoportokat hoztunk létre. A 13-18 éves korosztályba 13 fő, a 19-21 éves korosztályba 26 fő, a 22-24 éves korosztályba 36 fő, a 25-29 éves korosztályba 22 fő, a 30-40 éves korosztályba 12 fő és végül a 41-55 éves korosztályba 6 fő került. A korosztályok között életkorbeli különbség

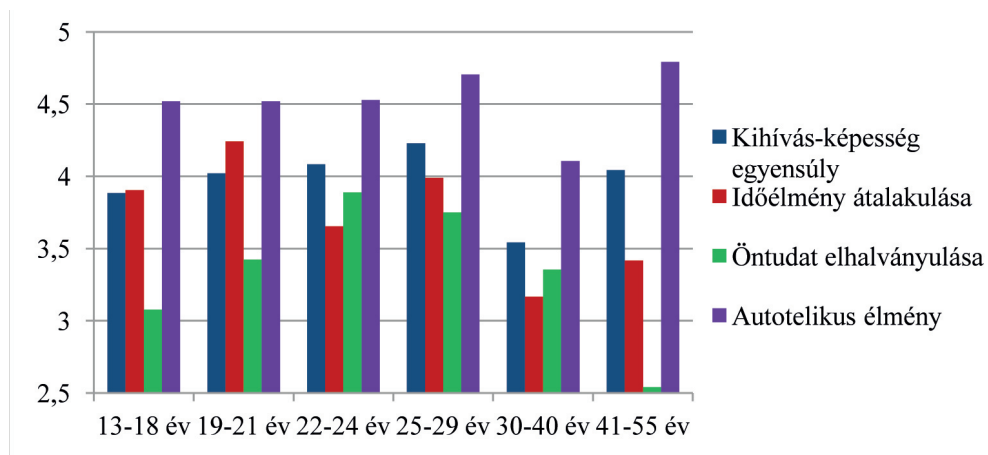
sportmotiváció esetén egyedül az extrinzik identifikációnál jelenik meg ( $F(5)=2,436$ ;  $p=0,039$ ), viszont a Post Hoc teszt eltérést mutat az intrinzik tökéletességre törekvés tényezőnél is. A külső motivációs típus esetén egy haranggörbe, majd azt követően egy nagy motivációs ugrás mutatkozik, ami arra utal, hogy a külső motiváltság az ifjúkorban és

40 éves kor után a legnagyobb. A belső motivációs típus gyermekkorban erőteljes, azt követően fokozatosan csökken, végül 40 éves kor után megugrik a jelenléte, akárcsak a külső motivációé (6. ábra). A flow élményre vonatkozóan életkori eltérés a kihívás-képesség egyensúly ( $F(5)=2,378$ ;  $p=0,043$ ) és az időélmény átalakulása összetevőnél jelentkezik ( $F(5)=2,755$ ;  $p=0,022$ ), továbbá a Post Hoc teszt

során az öntudat elhalványulása és az autotelikus élmény esetén is különbség mutatkozik. Minden összetevő kapcsán egy folyamatos észlelési gyakoriság figyelhető meg, viszont a 30-40 éves korosztályban drasztikusan lecsökken a tapasztalásuk, akárcsak a motiváltság is (7. ábra). A sportágak között azonban nem mutathatók ki különbségek a korosztályok között.



6. ábra: A sportmotiváció intrinzik tökéletességre törekvés és extrinzik identifikáció típusainál megfigyelhető életkori különbségek, a résztvevők válaszainak átlaga alapján



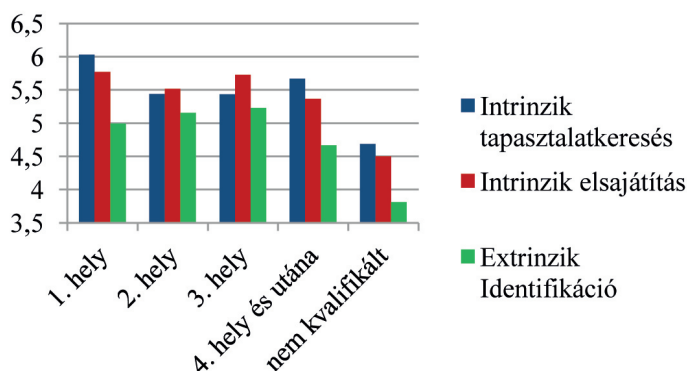
7. ábra: A flow élmény kihívás-képesség egyensúly, időélmény átalakulása, öntudat elhalványulása és autotelikus élmény összetevőjének átélésében jelentkező életkorral kapcsolatos különbségek, a résztvevők válaszainak átlaga alapján

Az ötödik hipotézis tesztelésekor azt találtuk, hogy a sportmotivációnál az intrinzik tapasztalatkeresés esetén szignifikáns a teljesítménybeli különbség ( $F(4)=4,129$ ;  $p=0,004$ ), a Post Hoc teszt pedig még két típus esetén mutat eltérést, az intrinzik elsajátítás és az extrinzik identifikáció kapcsán. A belső motiváció a helyezések számának növekedésével egyre csökken, a dobogó 3. fokánál erősödik meg, míg a külső motiváltság éppen

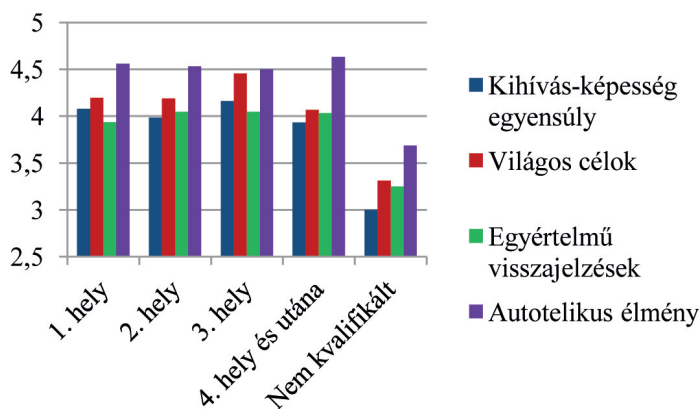
eddig nő, majd a dobogós helyezésekről lecsúszva fokozatosan csökken (8. ábra). A legnagyobb belső motiváltság minimum 10 és maximum 30 verseny között, illetve leginkább a nemzetközi és világversenyek alkalmával jelentkezik. A flow élmény esetén szignifikáns teljesítménybeli különbség egyedül a kihívás-képesség egyensúly összetevőnél mutatkozik ( $F(4)=3,539$ ;  $p=0,009$ ), de a Post Hoc teszt során a világos célok, az egyértelmű visszajelzések és

az autotelikus élmény észlelése során is megfigyelhetők eltérések. Az élmény megtapasztalása a dobogós helyezéseknél a legmagasabb, az autotelikus élmény átélése ugyanakkor jellemző a 3. helyet követően is, míg a legkevesebb flow élményben a nem

kvalifikált sportolók részesülnek (9. ábra). Viszont nem figyelhető meg különbség az egyes sportágak teljesítményei között.



**8. ábra: A sportmotiváció intrinzik tapasztalatkeresés, intrinzik elsajátítás és extrinzik identifikáció típusainál megfigyelhető teljesítménybeli különbségek, a résztvevők válaszainak átlaga alapján**



**9. ábra: A flow élmény kihívás-képesség egyensúly, világos célok, egyértelmű visszajelzések és autotelikus élmény összetevőinek észlelésében jelentkező teljesítménybeli eltérések a résztvevők válaszainak átlaga alapján**

### Megbeszélés

A kutatásban sikerült megerősíteni több általánosabb feltételezést a sportmotivációval és a flow élménnyel kapcsolatban, viszont a sportágak közötti különbségekre vonatkozó hipotézisek kis része igazolódott csak be. Fontos kiemelni, hogy mivel a minta nem reprezentatív és a használt kérdőívek kísérleti jellegűek, nem lehet messzemenő általánosításokat levonni, tehát az értelmezés csak ezen mintára vonatkozóan igaz.

Elsőként azt feltételeztük, hogy a taktikai sportokban a leginkább külsőleg, míg a küzdősportokban a leginkább belsőleg motiváltak a sportolók.

Külső motivációra vonatkozóan nem kaptunk szignifikáns eredményt, viszont a belső motivációra irányuló feltevés beigazolódott; a belső motiváció két típusánál is szignifikánsan nagyobb a küzdősportok versenyzőinek motiváltsága a többi sportág versenyzőéhez képest. A külső motiváció sportágbeli különbségeinek hiányára magyarázat lehet, hogy nemcsak a taktikai sportokban, hanem az állóképességi és a művészi sportokban is a kitöltők többsége csapatban versenyez, pl. együtt eveznek, váltóban futnak, párban táncolnak. Ráadásul a magyar sportolókra, sportágtól függetlenül, jellemző a győzelem és versenyorientáció, valamint a fizikai erőnlét és megjelenés, ami a külső motiváció két



magasabb típusának felel meg (*Mikulán és Piko*, 2012).

Második feltevésünk az volt, hogy az állóképességi sportolók élik át leginkább a flow élmény egyes összetevőit, hiszen a szakirodalmi adatok alapján ők figyelnek leginkább a belső folyamataikra. Az eredmények ezt nem tudták alátámasztani, viszont a művészi sportolók esetén szignifikánsan kevesebb a flow élmény tapasztalása, mint a másik három sportágnál. *Vea és Pensgaard* (2004) szerint negatívan korrelál a flow élménnyel az állandósult tökéletességre törekvés, mely különösen igaz a művészi sportokban. Kiemelten fontos a test esztétikus megjelenése, ezért speciális diétát vagy fokozott kontrollt kell gyakorolniuk a táplálkozásuk terén, amit a sikeres szereplés tud elfogadhatóvá tenni. Sokszor a szép mozgást nem értékeli nagyra a környezetükben, emiatt frusztráltakká válhatnak, a szorongás pedig szintén negatív kapcsolatban áll a flow átélésével (*Oláh*, 2005). Azt az eredményt, hogy az állóképességi sportokban miért nem jelent meg szignifikánsan több flow tapasztalat magyarázhatja az, hogy a náluk domináló fizikai állóképesség mellett szükség van még taktikai gondolkodásra is, pl. hogyan adagolják az erejüket (*Budavári*, 2007), ezáltal pedig nem különböznek a küzdősportoktól és a taktikai sportoktól.

Harmadik hipotézisünk szerint a férfiak a küzdősportok, míg a nők a művészi sportok terén motiváltabbak belsőleg, és e sportágakban élik át leginkább a flow élményt. Motivációbeli különbség nem mutatható ki, viszont az eredmények alapján elmondható, hogy a férfiak valóban a küzdősportokban tapasztalják meg az optimális élmény egyes összetevőit. A nőknél azonban nem jelentkezett a várt különbség, mely talán a kisebb elemszámból következett.

Negyedik hipotézisünkben azt feltételeztük, hogy a taktikai sportok esetén nagyobb a külső motiváció gyermekkorban, mint a másik három sportági típusban, míg flow élmény tekintetében nincs életkorból adódó különbség közöttük. A hipotézis második felét sikerült igazolni, viszont sportmotivációban nem jelentkezett korosztálybeli szignifikáns különbség a sportágak között. Az eredmény utalhat arra, hogy a sport minden életkorban képes élvezetes élményt adni, ezáltal belsőleg motiválni, legyen az bármilyen mozgásforma (*Jackson*, 1995).

Ötödik feltevésünk az volt, hogy a többi sportágtól eltérően a taktikai sportolónál a

teljesítménynövekedés egyre nagyobb külső motivációt eredményez, azonban flow élmény esetében nem lesz szignifikáns eltérést. A flow élményre vonatkozó hipotézist az eredmények is igazolják, viszont motiváció tekintetében itt sem találtunk szignifikáns eltérést a sportágak közti teljesítményekben. Magyarázatul *Fortier, Valerland, Briere és Provencher* (1995) kutatási eredménye szolgálhat, melyben kiemelik, hogy a versenyzők alapvetően kisebb belső motiváltsággal rendelkeznek, sportágtól függetlenül nagyobb az extrinzik identifikáció és az amotiváció valószínűsége is, mint a rekreációs sportolónál.

Úgy véljük, hogy kutatásunkkal több érdekes megfigyelést tettünk, azonban fontos felhívni a figyelmet vizsgálatunk eredményeinek korlátaira. A speciális populáció ellenére több kitöltővel szignifikánsabb eredmények születhettek volna, el lehetett volna különíteni az egyes sportági típusokon belül az egyéni és csapatsportokat, illetve ki lehetett volna egyenlíteni a mintát, mert az eredmények így könnyebben torzulhattak. A vizsgált sportágcsoportok felosztását *Kalmár és munkatársai* (2006) szerint elvégezve a jelenleginél esetleg megbízhatóbb eredményekre lehetne jutni egy életkor szempontjából szűrebb mintán (1. ifjúságiak-U21, 2. 21-30 évesek, 3. 31-40 évesek). A későbbiekben a gyengeségeket szeretnénk majd kiküszöbölni, és egy megbízható mérőeszköz validálása mellett a sportolók motivációjának és flow élményének mélyebb feltárásával segíteni az eredményességüket.

### Felhasznált irodalom

1. András, K. (2003). *A sport és az üzlet kapcsolata – elméleti alapok*. Műhelytanulmány, Budapesti Közgazdaságtudományi és Államgazgatási Egyetem.
2. Bollók, S., Takács, J., Kalmár, Zs. és Dobay, B. (2010). External and internal sport motivations of young athletes. *Biomedical Human Kinetics*, 3, 101-105. <http://dx.doi.org/10.2478/v10101-011-0022-5>
3. Briere, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R. és Pelletier, L. G. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: L'échelle de Motivation dans les Sports (ÉMS) [On the development and validation of a French form of the Sport Motivation Scale]. *International Journal of Sport*

- Psychology*, 26, 465-489.
4. Budavári, Á. (1976). Az ifjúsági úszók pszichológiai vizsgálatának néhány tapasztalata. *Testnevelési és Sportegészségügyi Szemle*, 17(2), 125-132.
  5. Budavári, Á. (2007). *Sportpszichológia*. Budapest, Magyarország: Medicina Könyvkiadó Zrt.
  6. Csíkszentmihályi, M. (1997). *A flow – az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája*. Budapest, Magyarország: Akadémiai Kiadó.
  7. Csíkszentmihályi, M. (2000). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
  8. Deaner, R. O. és Smith, B. A. (2012). Sex differences in sports across 50 societies. *Cross-Cultural Research*, 20(10), 1-41. <http://dx.doi.org/10.1177/1069397112463687>
  9. Deci, E. L. és Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, NY: Plenum Press.
  10. Deci, E. L., és Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
  11. Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Brière, N. M. és Provencher, P. J. (1995). Competitive and recreational sport structures and gender: A test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 24-39.
  12. Hefferon, K. M. és Ollis, S. (2006). 'Just clicks': an interpretive phenomenological analysis of professional dancers' experience of flow. *Research in Dance Education*, 7(2), 141-159. <http://dx.doi.org/10.1080/14647890601029527>
  13. Jackson, S. A. (1995). Factors influencing the occurrence of flow state in elite athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7(2), 138-166. <http://dx.doi.org/10.1080/10413209508406962>
  14. Jackson, S. A. és Csíkszentmihályi, M. (2001). *Sport és flow. Az optimális élmény*. Budapest, Magyarország: Vince Kiadó.
  15. Jackson, S. A. és Marsh, H. W. (1996). Development and validation of scale to measure optimal experience: The flow state scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 17-35.
  16. Jackson, S. A. és Eklund, R. C. (2002). Assessing flow in physical activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 133-150.
  17. Járai, R. (2004). Nemi különbségek a sportmotivációban: Klasszifikációs faelemzés. *Pszichológia*, 24(3), 305-314.
  18. Járai, R. (2006). *Szelf determináció és tehetőség kapcsolata fiatal sportolóknál*. Tézisgyűjtemény, Pécsi Tudományegyetem.
  19. Kalmár, Zs., Sipos, K., Hamza, I. és Takács, B. (2006). Óvodáskorú fiúk és lányok sportág preferencia vizsgálata a Stuller-féle sportágcsoportok iránti érdeklődést vizsgáló teszt (SPÉT) segítségével. *Kalokagathia*, 44(3-4), 7-21.
  20. Keményiné, P. K. (1999). *Bevezetés a pszichológiába*. Budapest, Magyarország: Nemzeti Tankönyvkiadó.
  21. Klomsten, A. T., Marsh, H. W. & Skaalvik, E. M. (2005). Adolescents' Perceptions of Masculine and Feminine Values in Sport and Physical Education: A Study of Gender Differences. *Sex Roles-a Journal of Research*, 52(9-10), 625-636. <http://dx.doi.org/10.1007/s11199-005-3730-x>
  22. Kowal, J. és Fortier, M. S. (2000). Testing relationships from the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation using flow as a motivational consequence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(2), 171-181. <http://dx.doi.org/10.1080/02701367.2000.10608895>
  23. Martin, J., és Cutler, K. (2002). An exploratory study of flow and motivation in theater actors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 344-352. <http://dx.doi.org/10.1080/10413200290103608>
  24. Mikulán, R. és Pikó, B. (2012). Iskoláskorú sportoló fiatalok káros szenvedélyeinek vizsgálata a sportmotivációik és a sportág típusa tükrében. *Iskolakultúra*, 4, 35-50.
  25. Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C. és Coll, D. G. C. (2007). Young athletes' motivational profiles. *Journal of Sport Science and Medicine*, 6(2), 172-179.
  26. Nádori, L., Gáspár, M., Rétsági, E., Ekler, J., Dancs, H., Woth, P. és Gáldi, G. (2011). *Sportelméleti ismeretek*. Budapest, Magyarország:

- Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.
27. Nagy, N., Sós, Cs., Ökrös, Cs. és Szájer, P. (2014). Motivációs környezet vizsgálata szabadidős és versenyzőknél. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 15(57), 24-27.
  28. Nakamura, J. és Csíkszentmihályi, M. (2003). The Concept of Flow. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 89-105). Oxford, United Kingdom: Oxford University Press.
  29. Neulinger, Á. (2007). *Társas környezet és sportfogyasztás: A folyamatos megerősítést igénylő tanult fogyasztás*. Doktori Disszertáció, Budapesti Corvinus Egyetem.
  30. Oláh, A. (2005). *Az optimális élmény mérésének lehetőségei: egy új szituáció-specifikus Flow kérdőív tesztkönyve*. Budapest, Magyarország: Hi Press.
  31. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M. és Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 35-53.
  32. Ryan, R. M. és Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
  33. Szabó, M. (2004). Motiváció In Kollár, N. K. és Szabó, É. (Eds.), *Pszichológia pedagógusoknak* (pp. 169-191). Budapest, Magyarország: Orisis Kiadó.
  34. Tenenbaum, G., Fogarty, G., és Jackson, S. (1999). The flow experience: A Rasch Analysis of Jackson's Flow State Scale. *Journal of Outcome Measurement*, 3(3), 278-294.
  35. Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (pp. 271-360). New York, NY: Academic Press. [http://dx.doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60019-2](http://dx.doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60019-2)
  36. Veal, S., és Pensgaard, A.M. (2004). *The relationship between perfectionism and flow among young elite athletes*. Advancement of Applied Sport Psychology Annual Conference, Minneapolis, MN.

# A MAGYAR TUDOMÁNY ÜNNEPE A 90 ÉVES TESTNEVELÉSI EGYETEMEN

2015.  
NOVEMBER  
27.

## TUDOMÁNYOS PROGRAM

9:00-9:30 **Megnyitó (Dr. Sávolt-Szabó Tünde**, Emberi Erőforrások Minisztériuma, sportért felelős államtitkár, **Prof. Dr. h. c. Mocsai Lajos** rektor, **Prof. Dr. Koller Ákos** tudományos rektorhelyettes)

9:30-9:50 **Ünnepi műsor** a Művészetek Palotája előadóinak részvételével

10:00-12:30 **Tudományos előadások** (Hepp Ferenc Díszterem és 62-es terem)

**I. szekció Természettudományi Intézet** (Hepp Ferenc Díszterem) - Elnök: **Dr. Szóts Gábor, Bartusné Dr. Szmodis Márta** (Testnevelési Egyetem, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék)

10:00-10:20 **Maurovich-Horvát Pál** (Semmelweis Egyetem, Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika, adjunktus): Megelőzhető-e a hirtelen szívhalál a sportpályán?

10:20-10:40 **Loncsár Tibor** (Microsoft Magyarország, kormányzati technológiai vezető): A telemetria lehetőségei a sportban

10:40-11:00 **Koller Ákos** (Testnevelési Egyetem, tudományos rektorhelyettes): Egy felfedezés, amiért Alfréd Nobel orvosi Nobel díjat kaphatott volna

**II. szekció Gazdaság és Társadalomtudományi Intézet** (Hepp Ferenc Díszterem) - Elnök: **Sárközy Tamás** (MTA TK Jogtudományi Intézet), **Földesiné dr. Szabó Gyöngyi** (Testnevelési Egyetem, Társadalomtudományi Tanszék)

11:10-11:25 **Magas István** (Budapesti Corvinus Egyetem, egyetemi tanár): A sport, mint a gazdaság hajtóereje

11:25-11:40 **Kállai Gábor** (nemzetközi sakk nagymester): Tudomány Fehéren és Feketén

11:40-12:00 **Boda-Újlaky Judit** (Testnevelési Egyetem, Tanárképző Intézet): Humor a sportban

**Tóth László** (Testnevelési Egyetem, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék): Implicit tanulás és sportteljesítmény

12:00-12:15 **Muszbek Mihály** (sportközgazdász), **Nyíró Márton** (Dolphio Technologies): Mennyit érnek egy stadionban látható reklámok, ha a mérkőzést a TV közvetíti

12:15-12:30 **Géczi Gábor, Gősi Zsuzsanna, Sipos-Onyestyák Nikoletta,**



**Kassay Lili** (Testnevelési Egyetem, Sportmenedzsment Tanszék): Tanszéki tanulmány, önkéntességről a sportban

12.30-12.45 **Vermes Katalin** (Testnevelési Egyetem, Társadalomtudományi Tanszék): A Fair Play értékvilága, röviden egy tanszéki kutatási témáról

**III. szekció: Sportági Intézet (62-es terem)** - Elnök: **Ökrös Csaba** (Testnevelési Egyetem, Sportjáték Tanszék), **Csáki István** (Testnevelési Egyetem, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ)

10:00-10:15 **Mocsai Lajos** (Testnevelési Egyetem, rektor) Új módszer, új tudás a mindennapos testnevelésben, különös tekintettel a kézilabdázásban

10:15-10:30 **Szalma László** (Testnevelési Egyetem, Atlétika Tanszék), **Vágó Béla** (Testnevelési Egyetem Atlétika Tanszék): A Kölyök Atlétikai Program három éves tapasztalata

10:30-10:45 **Prukner László** (Testnevelési Egyetem, pro licences labdarugó edző): Hunting Territory és a taktika kapcsolata: Esettanulmány

10:45-11:00 **Bartha Csaba** (Testnevelési Egyetem, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ, igazgató): A funkcionális tréning szerepe a kondicionális képességfejlesztés módszertanában

11:00-11:15 **Gyulai Gergely** (Testnevelési Egyetem, Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék): A felső végtagon keresztül közölt egésztest vibráció mechanikai- és élettani hatása tornászok esetében

**IV. szekció Tanárképző Intézet (62-es terem)** - Elnök: **Szikora Katalin** (Testnevelési Egyetem, Társadalomtudományi Tanszék), **Varga András** (Magyar Testnevelő Tanárok Országos Egyesülete, alelnök)

11:30-11:50 **Gombocz János** (Testnevelési Egyetem, Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék): A harmadik dimenzió

11:50-12:10 **Hamar Pál** (Testnevelési Egyetem, oktatási rektorhelyettes): Helyzetkép az iskolai testnevelésről 2013-2014

12:10-12:30 **Gombocz Gábor** (Deutsche Schule Budapest), **Gombocz Orsolya** (EMMI miniszteri delegált, PPKE BTK egyetemi docens): Utánpótlásedzők pedagógiai nézetei

13:00-14:30 **PhD Mini szimpózium** (Hepp Ferenc Díszterem) - Elnök: **Radák Zsolt** (Testnevelési Egyetem, Sport- és Természettudományi Kutató Központ), **Chaudhuri Sujit** (Testnevelési Egyetem, Sportmenedzsment Tanszék)

14:30-18:30 **Tudományos Diákköri Konferencia**



## A Testnevelési Egyetem 2015-ös Tudományos Diákköri Konferenciájának absztraktjai

### Abstracts of the Student Congress on Sport Sciences 2015 of the University of Physical Education

Az absztraktok a szerzők által beküldött, eredeti formában kerülnek megjelenésre.

#### I. GAZDASÁG- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYI SZEKCIÓ

##### Sport általi nevelés az Európai Unió szakpolitikájában

*Faragó Dóra, Rekreáció szervező és egészségfejlesztő szak, II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Farkas Judit, Stratégiai Igazgatóság*

Az EU szakpolitikák közül az oktatás-képzés un. puha kompetencia. Az uniós tagállamok hatásköre megmaradt saját köznevelési, szakképzési, felnőttképzési és felsőoktatási rendszerével kapcsolatban, de azok szuverén döntéseit és szabályzását az Európai Bizottság további, uniós szintű forrásokkal és programokkal kiegészítheti, támogathatja és koordinálhatja. A sport általi nevelés (angolul education through sport, ETS) a sport és az oktatásügy metszetén az egyik olyan téma, amit kifejezetten népszerű és jól támogatott szakpolitikai és szervezeti szinten. Ugyanakkor, e téma legfőbb gondozója, a helyi és nemzetközi szintű programok, projektek megvalósítói nem a sport vagy az iskolaügy, hanem az ifjúságpolitika szervezeti és egyéni szereplői.

Ezért ez évek során, a sportpedagógia gondozásában már ismert kifejezés, a sport általi nevelés az uniós szervezeteinek dokumentumaiban és a tagállamok kormányzati és civil szervezeteinek ágazati és ágazatközi szakmai programjaiban kibővült fogalommal és tevékenységgé vált. Az oktatásügyben helyet kaptak vagy megerősödtek az olyan fogalmak, mint az informális vagy non-formális tanulás, annak eredményeinek elismerése és validálása, 2006-ban bevezetésre került a kulcskompetenciák listája, a kompetencia alapú oktatás, és a munkaerőpiac által a szakképzettség mellett hasonlóan fontosnak tartott szociális, ill. transzverzális készségek. Ezek mind alapoznak a sport általi nevelésre

vagy magukban foglalják.

A tanulmány célja, hogy összevesse a sport általi nevelés szűkebb és tágabb értelmezését, a programok megvalósítását és azzal támogassa a sportszakembereket, hogy bemutassa a fejlődést, annak okait, eredményeit és következményeit. A két legismertebb eredmény, a sport egészségfejlesztő hatásának/funkciójának köszönhetően is, hogy 2014-től uniós sportprogram és euró-milliók támogatási rendszer indult vagy hogy a 'TAO'-ként ismert speciális, hazai utánpótlás sporttámogatási konstrukció engedélyt kapott az Európai Bizottságtól.

**Kulcsszavak:** sport általi nevelés, sportpedagógia, Európai Unió

##### A látássérültek szabadidősportja

*Fóris Norbert, Sportszervező szak II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Gál Andrea, Társadalomtudományi Tanszék*

A rendszerváltás és az Európai Unióba való belépés óta a fogyatékosokkal élők élsportja lényegesen nagyobb nyilvánosságot, erkölcsi és anyagi elismerést kap, mint a korábbi időszakokban, szabadidősportjuk ugyanakkor kevesebb figyelemben részesül, így fejlődése is lassabb ütemű.

Kutatásunk célja az volt, hogy a látássérültek szabadidősportjában részt vevő szereplők vélemények elemzésével feltérképezzük, vajon milyen problémákkal szembesülnek a sport szervezése, működtetése, illetve a sportban való aktív részvétel során. Emellett a látássérültek szabadidősportjának társadalmi elfogadottságával, valamint a sport integráló hatásának kérdésével is foglalkoztunk.

Adatfelvételi módszerként félig strukturált mélyinterjúkat készítettünk. Interjúalanyaink egyrészt egyesületi/alapítványi vezetők/elnökök ( $n_1=3$ ), önkéntesek ( $n_2=10$ ), illetve látássérült sportoló

személyek ( $n_3=15$ ) voltak. A kutatást - érintettsége révén - a szerző saját gyakorlati tapasztalata is segítette.

Kérdéseink elsősorban arra irányultak, hogy mit és milyen rendszerességgel tudnak az érintettek sportolni, milyen problémák jelennek meg a mindennapi sportolás során, illetve mennyire elfogadott a társadalomban a látássérültek sportja.

Vizsgáltuk még a sportegyesületek/alapítványok működési feltételeit; itt arra voltunk kíváncsiak, hogy vajon mi lenne a legnagyobb segítség a látássérült sport számára az érintett sportolók, és az alapítványi/egyesületi vezetők tapasztalata alapján.

Főbb eredményeink azt mutatták, hogy a megkérdezett látássérültek jelentős többsége a mozgás szeretete miatt végez valamilyen sporttevékenységet. Leggyakrabban a futás, az úszás és a tandemkerékpározás jelenik meg a sporttevékenységek között. A látássérültekkel foglalkozó egyesületek, alapítványok heti rendszerességgel szerveznek futó, úszó és egyéb más edzéseket a sportolni kívánók részére. Sokan említették, hogy szívesen kipróbálnának olyan sportokat is – például motorozás, vízilabda -, amelyekben a látás hiánya akadályozza őket.

Az interjúalanyok véleményéből egyöntetűen kiderült, hogy a legnagyobb problémát ezen a területen a másik embertől való függés, és a finanszírozás nehézsége jelenti.

Az önkéntesek szerepe a látássérültek sportjában óriási, főleg az olyan, helyváltoztatáson alapuló sporttevékenységek végzése során, mint a futás, vagy a tandem-kerékpározás.

Az önkéntesek az interjúk során egyöntetűen arról számoltak be, hogy a segítség fontossága, és az együtt mozgás szeretete miatt sportolnak közösen látássérült sportolóval. Arra a kérdésre, hogy nagyobb élmény-e valakit segítve részt venni versenyen, mint egyedül, az önkéntesek egyértelműen igennel válaszoltak. Emellett azt is kihangsúlyozták, hogy bár a sport jó eszköz a látássérültek integrációjához, de önmagában nem elég, hisz az csak egy szegmense a társadalmi életnek. A mindennapokban is aktívan meg kellene, hogy jelenjen az épek részéről a látássérültek elfogadására való törekvés.

**Kulcsszavak:** szabadidősport, látássérültek, sport-önkéntesség

-----

## Az NHL, mint befektetés

*Géczi Gergely, Sportmenedzser MSc, I. évfolyam, levelező*

*Témavezető: Kassay Lili, Sportmenedzsment tan-szék*

### 1. Bevezetés

Személyes érdeklődésem a jégkorong, és a gazdaság iránt egyértelművé tette számomra, hogy ennek a kettőnek az ötvözetét vizsgáljam, melyre a legmagasabb szintű jégkorongliga, az észak-amerikai National Hockey League (NHL) a legalkalmasabb. Egy, a TF-re készített beadandó dolgozat kapcsán ismerkedtem meg az NHL gazdasági adataival, és rögtön feltűnt, hogy a csapatok értéke milyen hatalmas mértékben növekedett az elmúlt 4 évben. Kíváncsi lettem, hogy vajon egy befektető szempontjából mennyire lehet vonzó ajánlat az NHL Franchise-ba történő befektetés. Ennek az egyik alapvető mérőszáma a Return On Investment (ROI), amely a befektetés által elért nyereség és az annak megszerzésére fordított költség hányadosa.

### 2. A kutatási kérdés, a kutatás tárgya

Kutatásomban arra keresem a választ, hogy ROI alapján mennyire vonzó befektetés az NHL Franchise. A kérdéskört az NHL kapcsán a befektetés és megtérülés közötti mérhető összefüggésekre fókuszálva jártam körbe a következő feltételezésekre támaszkodva:

NHL Franchise-ba történő befektetés nagyobb profitot hoz, mint a NASDAQ-100 súlyozott tőzsdeindex;

Az NHL kanadai székhelyű csapatai magasabb ROI-t tudnak produkálni, mint az amerikai székhelyű csapatok;

Feltételezem, hogy a helyszíni nézőszám és a ROI között erős, pozitív irányú korrelációs kapcsolat figyelhető meg.

### 3. Felhasznált adatok

Kutatásom az elmúlt négy teljes gazdasági év, és az idei év becslült adatai alapján mutatott számomra érdekes összefüggéseket. Kutatásomhoz az adatokat a Forbes: The Business of Hockey rovata, az ESPN.com statisztikai központja és a Yahoo Finance oldala biztosította.

### 4. Módszerek

A kutatás desk research típusú dokumentum-elemzés, amely során a nyilvánosan elérhető adatokat elemeztem a Microsoft Excel és az SPSS 21.0 szoftverek használatával.



## 5. Eredmények

A kutatás alapján megállapítható, hogy az NHL Franchise-ba történő befektetés által magasabb ROI érhető el, mint a NASDAQ-100 indexbe történő befektetés esetén, azonban a hozamok szórása (amely megfeleltethető a befektetés kockázatával) nagyobb az NHL esetében. Ennek értelmében az első hipotézist részben elfogadottnak tekintem.

Az NHL kanadai székhelyű csapatainak elemzésénél egyértelműen megállapítottam, hogy az oda történő befektetéssel magasabb hozam érhető el, amely magyarázható egyrészt a kisebb csapatszám, illetve a kanadai emberek jégkorong iránti elkötelezettségének. Ez alapján a második hipotézist elfogadottnak tekintem.

Gyenge pozitív irányú korrelációs kapcsolatot találtam a csapatok átlagos ROI-ja és a helyszíni nézőszám átlagos változása között, amely érthető, hiszen a mérkőzésnap helyszíni bevétel csak kis százalékát teszi ki a csapatok bevételeinek. Ennek értelmében a harmadik hipotézist csak részben fogadom el, mert valóban van pozitív irányú kapcsolat a két változó között, azonban az csak gyengének minősíthető.

A téma további tanulmányozása és eredményei segíthetik a magyar jégkorongsport üzletszerű működésének kialakítását.

**Kulcsszavak:** NHL, ROI, NASDAQ

### Az egyenjogúság racionalitása az alpesi sísportban

**Hámori Zsófia, Sportszervező szak, III. évf.**

*Témavezető: Dr. Gécz Gábor, Sportmenedzsment Tanszék*

Az élsportban megfigyelhető a nemi elkülönítés, viszont az elmúlt években alternatívaként jelentek meg a vegyes párosok/capatok versenye, a tenisz vegyes páros mintájára. Thomas Bach, Nemzetközi Olimpiai Biztosság elnökének támogatásával, ezek az új vegyes számok: parallel sí, vegyes síugró, bób, bicikli csapatok versenyszámjai felkerülhetnek a 2018-as téli-, és 2020-as nyári olimpiai játékok repertoárjába (Vigneron, 2015). Ennek ellenére még mindig akadnak olyan női sportolók, akik mégis a férfi mezőnyben akarnak indulni saját versenyszámukban, és nem egyfajta koedukált csapatversenyben szeretnének versenyezni. 2012 őszén

nagy port kavart az akkor már négyszeres összetett világbajnok Lindsey Vonn kérelme a Nemzetközi Sí Szövetség felé, miszerint indulni szeretne a Lake Louis-ban rendezett férfi lesikló világbajnokság versenyen. Kérelmét elutasították, az indoklás szerint „egyik nem képviselője nem indulhat a másik versenyen, a FIS nem tesz kivételt” (Pinelli, 2012).

Dolgozatomban két kérdéskörrel foglalkozom. Elsőként megvizsgálom az alpesi sí világbajnokság végeredményeket befolyásoló tényezőket nőkre és férfiakra lebontva. Ezután összehasonlítva a különbségeket szeretném megállapítani a nők teljesítményét a férfi versenykörülmények között. Dolgozatomban feltételezem, hogy a kiemelkedő teljesítményt nyújtó nők versenyképesek lehetnek a férfi mezőnyben, azonos feltételrendszer mellett. Ezzel párhuzamosan feltételezem, hogy a férfiaknak és nőknek biztosított hasonló versenykörülmények ellenére, a férfiaknál nagyobb verseny alakul ki az összetett világbajnokság cím elnyeréséért.

Az alpesi sí világbajnokság sorozat utolsó öt év adatainak kvantitatív kutatási módszer segítségével elemeztem a női és férfi versenyszámok és versenyeredmények közötti különbségeket, ezáltal figyelembe vettem a sportmenedzsment egyik legfontosabb feltevést: a bizonytalan kimenetet. Majd ezeket az adatokat összehasonlítva megvizsgáltam, hogy milyen százalékos eltérés van egy top hármas női versenyző eredményében a férfi mezőnyhöz képest.

A kapott eredmények alapján az első feltételezésemet részben elfogadottnak tekintem, míg második feltételezésemet elfogadtam, melyekről részletezen az előadásomban térek ki.

A kutatásom alapján jelenleg nincs racionalitása az alpesi sí sportban a nők férfiak közötti versenyzésének, míg a férfiak női versenyében való indulása nem is lehet alternatíva.

**Kulcsszavak:** alpesi sí, egyenjogúság, versenyegyensúly

### A táncterápia

**Horváth Vivien, Sportszervező szak, II. évfolyam**

*Témavezető: Dr. Chaudhuri Sujit, Sportmenedzsment Tanszék*

Kutatásunkban a tánc jelentőségével, illetve terápiaként is használt pozitív hatásaival foglalkozunk.



Kezdenénk maga a tánc bemutatásával, ami a művészetek egyik legtermészetesebb formája. A ritmus szinte mindenhol megjelenik, így például a természetben is, gondoljunk csak a szívdobogásra, vagy a Nap és a Föld körtáncára. Az emberiség már az ősidőkben is felismerte ezt a ciklikusságot, ritmust. Eleinte a kommunikáció közlése különféle utánpótlásra épülő, táncszerű jelekkel működött. A tánc a mai napig is a nonverbális kommunikáció, kapcsolatépítés, érzelm kifejezés egyik legfontosabb eszköze.

Kutatásunk célja bebizonyítani milyen hatással lehet a tánc az emberi lélekre és az idegrendszerre. Összehasonlítjuk a táncterápia két legismertebb fajtáját, a pszichodinamikus és integrált kezeléseket. Elemzéseink terapeutákkal és pácienseikkel való interjúkból, kérdőívekből állnak és mindemellett segítségül veszünk néhány internetes forrást is, melyek eredményeit összesítve támasztjuk alá állításainkat.

„Ép testben ép lélek” szól a sokszor hallott mondat. Nem is gondolnánk mennyire igaz. A mindennapokban általában nem foglalkozunk azzal, hogy mit érez a testünk vagy már csak akkor, ha nagy baj van, betegség alakult ki.

Ezek alapján különböző hipotéziseket állítunk fel, mint például:

A tánc képes a stressz oldására, levezetésére és az idegállapot javítására.

Azok az emberek, akik táncolnak, a vidámsági, nyugodtsági szintjük jóval magasabb. A tánc a különböző zavarokkal küzdő egyéneknek segít az önértékelés javításában.

A táncterápia a mozgás és a tánc pszichoterápiás használata az érzelmek, észlelés, társas kapcsolatok, viselkedés és egyéb fizikai állapotok javítására. Mivel ez egy kifejező terápia, a mozgás és az érzelmek kapcsolataira épül. Az alapvető célja az, hogy egészséges egyensúlyt és teljességérzést nyújtson. Alapfeltételezése, hogy a test és a lélek elválaszthatatlanok. Ebből indulnak ki elméletének alapelvei, például, hogy a test és a lélek kölcsönhatásban vannak egymással, tehát egy mozgás változtatása minden funkcióra kihatással van vagy az, hogy a mozgás visszatükrözi a személyiséget. Megmutatja, hogyan reagál testünk a történésekre és ez által önismeretre tehetünk szert. A táncterápia folyamata az egyént a gyógyulás útjára segíti. Általában pedagógiai, egészségügyi területen használható leginkább. Rehabilitációs központokban, egészségügyi létesítményekben, oktatási intézményekben, szanatóriumokban,

illetve különböző egészségfejlesztő programokban.

Ezen kívül bizonyos speciális esetekben is rendkívül hatásos lehet, például autizmus, Parkinson kór vagy PTS szindróma esetében. A folyamatban kiemelt szerepük van terapeutáknak. A táncterapeuta képzés külföldön elterjedtebb, de ma már itthon is ismertté vált ennek oktatása.

**Kulcsszavak:** tánc, egészség, gyógyulás

## A nyári Universiadékon és az Olimpiai játékokon elért helyezések közötti összefüggések vizsgálata

*Jakab Teodóra, Rakvács Franciska, Sportmenedzser MSc, II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Sterbenz Tamás, Gulyás Erika, Sportgazdasági és Döntéstudományi Kutató Központ*

**Bevezetés:** Régóta érdekes kérdés az egyetemi sport rangjának megítélése, illetve az Universiadékon és az Olimpiai játékokon elért eredmények közötti kapcsolat. A MEFS által végzett kutatások alapján (Lévai György, 2015) feltételezzük, hogy az Universiadékon való eredményes szereplés és egy adott ország Olimpiai sikeressége között szoros összefüggés áll fenn (Downward, Dawson, Dejonghe, 2009). Kutatásunkban ennek a feltételezésnek az összefüggéseit vizsgáljuk.

**Célkitűzések:** Elsődleges célunk, hogy bemutassuk, milyen kapcsolat van az Universiadékon és az Olimpiai játékokon elért helyezések között a hagyományosan sikeres és kevésbé sikeres sportágak körében. Továbbá célként tűztük ki annak vizsgálatát, hogy az Universiadékon helyezést elérő versenyzők később hogyan teljesítenek az Olimpiai játékokon.

**Vizsgálati módszerek:** A kutatásunkban az 1959-2015 közötti időszak Universiadék és Nyári Olimpiai Játékok magyar eredményeit gyűjtöttük össze vízilabda, kosárlabda, úszás és tenisz sportágakban. Előbbihez a Magyar Egyetemi és Főiskolai Sportszövetség adatbázisát, illetve a FISU hivatalos honlapján szereplő adatokat vettük alapul. Az Olimpiai eredmények összegyűjtéséhez az Infosztráda adatbázisát használtuk vagy hívtuk segítségül. A kutatás során kapott adathalmazt leíró statisztikával vizsgáltuk különböző szűrések és összehasonlító elemzések segítségével.

**Eredmények:** Megállapítottuk, hogy az

Universiadékon elért helyezések nagy valószínűséggel előre vetítik az Olimpiai Játékokon elért eredményességet és eredménytelenséget, mind a sportágak, mind a sportolók individuális teljesítményének tekintetében. Kutatásunkból kiderült, hogy az Universiadékon 18, még Olimpiákon 9 alkalommal sikerült dobogós helyen végeznie a vízilabda csapatnak. Úszásban az Universiadékon 39 érmes helyet szereztünk, még az Olimpiákon 36-ot. Kosárlabda és tenisz sportágakban Universiadékon összesen 8 esetben értünk el dobogós helyezést, Olimpiákon pedig egyszer sem.

**Következtetés:** Az Universiadékon és az Olimpiai Játékokon elért eredmények között egyértelmű összefüggés mutatkozik. A kutatás eredményei alapján kijelenthetjük, hogy az egyetemi és főiskolai sport kiemelt szereppel bírhat az olimpiai felkészülésben. Mindezek alapján a jövőben érdemes nagyobb figyelmet fordítani az Universiadén résztvevő sikeres sportolókra, a képességeik fejlesztésére, a tehetségük teljes kiaknázására.

**Kulcsszavak:** Universiade, Olimpiai játékok, helyezések

### Nemzetközi konfliktusok, nemzeti identitás: kihívás a sportmenedzsment számára

*Keszti Mihály, Sportmenedzser MSc, II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Dóczy Tamás, Társadalomtudományi Tanszék*

Napjaink labdarúgással kapcsolatos kutatásainak többsége a sportág központi országaira fókuszál, kevés foglalkozik a periféria országaival (Szerovay, Itkonen&Vehman, 2015). Érdemes azonban vizsgálni, hogy milyen társadalmi jelenségek jelennek meg ez utóbbi csoporttal kapcsolatban. A sport nemzeti identitást erősítő funkciója közismert. Számos példa mutatja, hogy egy fiatal ország identitásalakításában fontos szerepet játszott a sport (Horak&Spitaler, Heinrich, 2003). Castells (2006, idézi Dóczy, 2011) szerint a nemzetek a közös történelem eredményeként születtek meg. A sport így módon a közös történelem részévé válhat. Viszont kevés szó esik ennek a veszélyeiről.

Kutatásom során egyrészt az Albánia esetében sporttörténeti jelentőségű Európa-bajnoki kvalifikáció nemzeti identitást befolyásoló hatását

vizsgáltam, interjúkutatás segítségével (N=12). A nyílt végű interjúkérdésekre kapott válaszok a büszkeség, csalódottság és várankozások dimenzióiban kerülnek értelmezésre. Másrészt a 2014 októberében zajló Szerbia-Albánia labdarúgó mérkőzésen történeteket, ennek előzményeit és utóéletét elemeztem sportmenedzseri szempontból. Jelen esetben feltáró jellegű kvalitatív kutatásról beszélünk, így módszertanilag nem indokolt hipotézisek felállítása.

A két ország konfliktusának eredete egyrészt történelmi eredetű, másrészt ezen történelmi események jelenkori értelmezésének, aktuálpolitikai vonatkozásának, és nemzeti identitás befolyásoló mivoltának következménye. Ilyen esetekben döntési alternatívaként felmerülhet a hasonló helyzetben lévő két ország sportbéli mesterséges szeparációja. Ám ez ellentétben áll a sport „Coubertini” békét megtestesítő funkciójával.

Az interjúkutatás eredményei megmutatják, hogy a megkérdezettek intenzíven élnek meg a kvalifikációt, a kontinensviadalt nagy várankozás előzi meg. Az esettanulmány feldolgozásából kirajzolódnak azok a kihívások, amellyel a jelenkor sportmenedzsmentjének meg kell birkóznia. A labdarúgás, mint szimbolikus sportág a nemzeti büszkeség forrása lehet. Ugyanakkor a nemzeti büszkeség tömegesen átélte élménye veszélyeket is hordoz magában. Ez vonatkozik a történéseket a média által követőkre is. A történetek közvetlenül hatottak a két ország kapcsolatára, a térség stabilitására. A sokak által a Balkán békéjének szempontjából áttörő jelentőségű miniszterelnöki találkozót a mérkőzésen történetek miatt el kellett halasztani. A mérkőzés utóélete is komoly kihívás. A nemzetközi szövetség utólagos fegyelmi döntései is nagy mértékben befolyásolják a konfliktus kimenetelét.

A kutatás szempontjából fontos kérdés, hogy mely érintettektől milyen magatartás várható el hasonló helyzetben. Az elemzés során megállapításra kerülnek ezen csoportok felelősségi területei. Érintettként említhetőek a két ország politikai döntéshozói, a nemzetközi szövetségek döntéshozói, a média, a sportolók és a szakmai stáb, a játékevezetők és a mérkőzéshez kapcsolható hivatalos személyek, továbbá a mérkőzés biztosítását ellátó személyek.

**Kulcsszavak:** nemzeti identitás, etnikai konfliktus, labdarúgás

## A nagyközségtől a fővárosig: Általános iskolák sportlétesítményei és a diákok sportolási lehetőségeinek összehasonlítása

*Kurucz Anita, Laskovics Tímea, Patonai Krisztina Anna, Oszatlan Testnevelő-gyógytestnevelő-egészségfejlesztő II. évfolyam, MA Testnevelő-gyógytestnevelő és II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Szikora Katalin, Társadalomtudományi Tanszék*

Nem könnyű a sportágválasztás, mivel sok minden befolyásolja egy gyermek sportolási lehetőségeit. Meghatározó a családi és társadalmi helyzet, anyagi lehetőségek és lakhelyének infrastruktúrája. Sajnos a mai modern világban a diákok többsége a délutánjait a számítógép előtt tölti, ezért nagyon fontos, hogy az iskolában biztosítsanak számukra megfelelő sportolási lehetőségeket. Ezt nagyban befolyásolja a mindennapos testnevelés bevezetése.

Kutatásunk tárgya a településtípusok által nyújtott sportfoglalkozások vizsgálata, valamint összehasonlítása három település tekintetében; a nagyközségek közé tartozó Dömsödön, Székesfehérvár megyei jogú városában és fővárosunkban, Budapesten. A témaválasztásunkat azzal indokoljuk, hogy mind a hárman más környezetből érkezünk, melyeknek adottságai nagymértékben eltérnek egymástól; a kutatás hitelessége végett választottuk lakóhelyeinket, ezáltal saját tapasztalatainkat is beépíthettük a dolgozatba. Ezenkívül vizsgáltuk a mindennapos testnevelés meghatározó szerepét, a sportlehetőségek kibővítésének perspektívájából.

Dolgozatunkkal kapcsolatban a következő hipotézist állítottuk fel. Feltételeztük, hogy a nagyközségen belül található a legkevesebb alternatíva a sporttevékenységekre vonatkozóan, továbbá, hogy a főváros létesítményei a legjobban felszereltek, valamint, hogy a mindennapos testnevelés bevezetésével a tanórai mozgásanyag kibővült.

Kutatásunk során kérdőíves vizsgálati módszert választottunk. Három általános iskola 7-8. osztályos tanulóit kérdeztük sportolási szokásaikról. Kitértünk a tanórai foglalkozásokra és a délutáni edzés lehetőségekre. A kérdőívek még kiértékelés alatt állnak, de az előzetes feltételezések alapján hipotézisünk megdőlni látszik, az iskolák felszereltségének szempontjából. Ugyanakkor a hipotézis, miszerint a mindennapos testnevelés kibővítette a mozgásanyagot igaznak bizonyul.

Dolgozatunk célja, hogy megvizsgáljuk és

összehasonlítsuk a három település iskoláinak testnevelési szokásait, felszereltségének függvényében az oktatott tananyagot és a diákok iskolán kívüli sportolási lehetőségeit. Végül rávilágítunk arra, hogy a mindennapos testnevelés sokszínűbbé tette a tanórákat.

**Kulcsszavak:** felszereltség, sportolási lehetőség, mindennapos testnevelés

## A személyes márkaépítés jelene és jövője, „A magyar Iron Lady” példáján keresztül

*Tóth Fruzsina, Sportmenedzser MSc, II. évf.*

*Témavezető: Dr. András Krisztina, Sportmenedzsment Tanszék*

**Bevezetés:** A személyes márkaépítés a modern marketingszemlélet egyik leginkább fejlődő területe. Az elmúlt évtized során jelentős marketing-eszközzé nőtte ki magát, így egyre nagyobb erővel és népszerűséggel bír a sportmarketing területén is. Mára már nem csak a „fejlett nyugaton”, hanem térségünkben is kezdik felismerni jelentőségét, az ebben rejlő potenciált. Ennek megfelelően Magyarországon is láthatunk erre irányuló törekvéseket. A hazai márkaépítés egyik legismertebb úttörője Hosszú Katinka és csapata. Az általuk képviselt és kialakított marketingstratégia kirívó, Magyarország vonatkozásában kuriózumnak számít. Dolgozatomban arra keresem a választ, hogy a Hosszú Katinkaék által képviselt stratégia vizsgálható-e márkaépítésként, megfelel-e a márkaépítés szakirodalmi, tudományos meghatározásának, és az elmélet gyakorlati interpretációjának. Ezen túlmutatóan, azt kívánom feltárni, hogy az általuk képviselt jövőbemutató stratégia a következő évek tekintetében piacképes, illetve követendő lehet-e más sportágak és sportolók számára.

### Hipotézisek:

Az „Iron Lady” mint brand, a személyes márkaépítés egyik gyakorlati példája.

A márkaépítés bemutatott példája piacképes és követendő modell lehet hazai és nemzetközi viszonylatban is.

**Vizsgálati módszerek:** Kutatásom során két felületen kívánok vizsgálni. Dolgozatomban első felében tartalomelemzést végzek, mely során a személyes márka megjelenési felületeit kutatom. Az első hipotézisem vizsgálata ezáltal kerül elemzésre.

A kutatás második felében, kvalitatív vizsgálódás keretein belül, a kettes számú hipotézisemet igyekszem alátámasztani, vagy arra rációfolni. Szakértőkkel lefolytatott mélyinterjúk támogatásával, a bemutatott stratégiai irányzat jövőbeni létjogosultságára keresem a választ.

**Eredmények:** A kutatási eredmények területén előzetes várakozásaimat tudom prezentálni. A tartalomelemzés elvégezéssel egy szakmai követelményeknek megfelelő márkaépítési stratégiát megállapítását várnám el. A szakértői interjúk lefolytatása eredményeként, egy jövőorientált és jövőbemutató szemlélet és stratégia kijelentését vízionalizálok.

**Összefoglalás:** Kutatásom célja kettős. Egyrészt a személyes márkaépítés mibenléte kerül vizsgálatra Hosszú Katinkáék marketingstratégiájának vonatkozásában. E mellett a hazai piacképesség kerül górcső alá vételre. Arra keresem a választ, hogy az elemzett stratégiai modell rendelkezik-e potenciálal a hazai, regionális, globális piacra való terjeszkedés tekintetében. Az irányban vizsgálódom, hogy más sportágak, és sportolók számára ez a sikertörténetnek bizonyuló törekvés képviselhet-e iránymutatást, követendő példát a személyes márkaépítés tekintetében.

**Kulcsszavak:** „Iron Lady”, személyes márkaépítés, piacképesség

-----

### **NBA Bevásárlólista 2016 - Mit várhatunk a fizetési sapka emelkedésétől és hogyan építsünk bajnokcsapatot a leggazdaságosabban**

*Világi Kristóf, Sportszervező III. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Chaudhuri Sujit. Sportmenedzsment tanszék*

#### **Bevezetés, problémafelvetés**

Kutatásomat egy alapgondolat köré építettem: Feltettem egy kérdést, mik a céljai egy NBA csapatnak illetve az ott játszó játékosoknak? Bajnokságot nyerni, minél tovább maradni a csúcson illetve, mivel ez profi szint, hogy sok pénzt keressenek. Ezek a közös céljaik, ezekért dolgoznak minden nap.

Vannak viszont esetleges érdekellentétek, amik kisebb-nagyobb vitákba torkollanak. Esetleg ha egy vita már nagyon elmélyül, akkor az lockout-hoz vezet, ami a tulajdonosok és a játékosok szakszervezete között jön létre és ilyenkor, amíg nem egyeznek meg, nincsenek meccsek és NBA-s rendezvények.

2011-ben ez megtörtént és emiatt majdnem 4 hónapot csúszott a szezon kezdete. De a 2011-es lockout-ot végül az liga vezetősége és a tulajdonosok nyertek meg, sikerült a játékosok fizetéseit “ésszerű” keretek közé szorítani és szabályozásokat bevezetni. De a játékosok nem felejtenek és a nemrég megkötött NBA-Turner TV deal, ami garantálja az évi 2,6 milliárd dollár bevételt a ligának, elég nagy mozgásteret fog adni nekik a visszavágásra. Mit tehetnek ilyenkor a csapatok? Mit tehet az NBA, hogy ne következzen be még egy lockout?

#### **Anyagok és módszerek**

Ez a TV deal, a jelenlegi NBA szabályozásból kiindulva, tehát a BRI szerinti 51%-os részesedést figyelembe véve a csapatok jövőre 70 millió dolláros sapka helyett 88 millió dollárral tudnak majd gazdálkodni. Tehát a sapka jelentős mértékben nő, a kötelező 15 játékos száma viszont nem. Sok játékos erre vár, ezért kötnek, vagy kötöttek olyan szerződéseket, amik vagy az idei szezon végén járnak le, vagy ki tudnak lépni belőle saját döntésből.

Kutatásom célja, hogy az Amerikában már elterjedt és alkalmazott teljesítmény-elemzéssel, egy “gazdaságos” játékos bevásárló listát állítok össze már építkező csapatoknak, főleg olyanoknak, akik a rájátszásba jutásért küzdenek évek óta, ezzel növelve az esélyüket a bajnoki cím megszerzésére.

Eközben azt a szempontot is megvizsgálom, hogy mit tehet ilyenkor a liga, hogyan tudná elkerülni a lockout-ot, úgy hogy nem engedi, hogy egyes játékosok akár háromszor annyit keressenek, mint most.

#### **Eredmények és megbeszélés**

A csapatot, amit a teljesítmény elemzéssel állítok össze, figyelembe véve a fizetési sapka mozgásait illetve a liga esetleg korlátozásai. A lockout esélyét is figyelembe veszem.

#### **Következtetés és összegzés**

Összegzem az eredményeimet, és mint egy javaslat tárlalom őket, ha sikeres a bevásárlás, akkor egy csapat nagyon sokáig tud eredményes maradni. Kitekintek arra is, hogy ez a módszer áthozható-e a magyar élvonalba.

**Kulcsszavak:** teljesítmény elemzés, sportanalitika, finanszírozás



## II. SPORTÁGI SZEKCIÓ

### Az agilitás és az explozív erő kapcsolata elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók körében

**Bognár Márton<sup>1</sup>, Kovács Kristóf, Karpjuk Gábor<sup>2</sup>** (<sup>1</sup>Testnevelőtanár - Gyógytestnevelő MA, I. évfolyam, <sup>2</sup>Testnevelő-edző III. évfolyam)

*Témavezető: Csáki István, Konzulens: Dr. Sáfár Sándor, Sportmenedzsment Tanszék, Magyar Labdarúgó Szövetség*

#### Bevezetés

A labdarúgás komplex képességeket követel meg a profi játékosoktól. Egy elit labdarúgó kb. 30 – 40 különböző távú sprintet és több mint 700 fordulatot, irányváltást hajt végre egy mérkőzés során (Bloomfield és mtsai, 2007), az ilyen magas intenzitású tevékenységet a játékidő 8.6%-ban teljesítik (Bangsbo és mtsai, 1991), melyek kb. 90 másodpercenként jelentkeznek és 2 – 4 másodpercig tartanak (Stolen és mtsai, 2005). Matlák és mtsai. (2014) szerint, a mozgások eredményes végrehajtására való képességet a nemzetközi szakirodalom agilitás címszó alatt tárgyalja. Az agilitás a test mozgásirányának és pozíciójának gyors megváltoztatására való képesség a horizontális síkon (Valentinos-Santos és mtsai, 2014); gyors, egész testtel végzett mozgás, a mozgás sebességének vagy irányának valamilyen ingerre való változtatásával (Sheppard és Young, 2006). A sebesség és az explozív láberő a sikeresség egyik előfeltétele az utánpótlás labdarúgóknál (Reilly és mtsai, 2000). Kutatásunk célja, hogy bemutassuk, milyen kapcsolat van az explozív erő és az agilitás között, valamint van-e különbség az elit és az amatőr labdarúgók teljesítménye között a mért változók tekintetében.

#### Anyag és módszer

Vizsgálati mintánkat egy megyei I. osztályú, illetve egy hazai elit akadémia U17-es és U21-es labdarúgói alkották, összesen 58 sportoló (N=58, elit 36, amatőr 22). Az eredmények kimutatására a nemzetközi szakirodalom által leggyakrabban alkalmazott két agilitás (Illinois, ZigZag – labdával és labda nélkül) és egy explozív láberő tesztet (helyből távolugrás) alkalmaztunk. Az eredmények statisztikai feldolgozásához az SPSS 19.0 Statisztika programot használtuk.

#### Eredmények

Az elit utánpótlás korú labdarúgók szignifikánsan jobb eredményeket produkáltak az Illinois és

a ZigZag labdás és a labda nélküli agilitás tesztek esetében, mint az amatőrök ( $p < 0,05$ ). Az explozív erő tekintetében nem találtunk statisztikailag kimutatható különbséget a szintek között. A korosztályokat összehasonlítva megállapítottuk, hogy az U21-es korosztály mind az 5 teszt során jobb átlageredményt mutatott, mint az U17, de szignifikáns különbséget – a helyből távolugrást leszámítva – nem találtunk az eredmények között. Erős korrelációs kapcsolatot találtunk a helyből távolugrás és az agilitás ( $r = 0,745$ ,  $p < 0,01$ ), valamint a labdás és a labda nélküli agilitás tesztek eredményei között ( $r = 0,857$ ,  $p < 0,01$ ).

#### Diskusszió

Az agilitás tesztek alkalmasak arra, hogy megkülönböztessük egymástól az amatőr és az elit utánpótlás korú labdarúgókat az elért eredmények alapján. A változás nyomán követése miatt, szükségzerű a különböző motoros próbák folyamatos alkalmazása mindkét csoport esetében. Javasoljuk továbbá, hogy a labdarúgásban az explozív erő és agilitás tesztjei mellett, érdemes olyan próbákat kifejleszteni, melyek a Young-féle agilitás modell (2002) mindkét fő komponensét figyelembe veszi, így teljes, objektív képet kaphatunk a játékosok teljesítményéről.

**Kulcsszavak:** agilitás, explozív láberő, utánpótlás labdarúgás

### A kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző-sportoló kapcsolat összehasonlító elemzése elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók körében

**Faltusz Zoltán<sup>1</sup>, Kádár László<sup>2</sup>** (<sup>1</sup>Sportszervező III. évfolyam, <sup>2</sup>Testnevelő-Gyógytestnevelő MA II. évfolyam)

*Témavezető: Csáki István, Konzulens: Dr. Sáfár Sándor, Sportmenedzsment Tanszék, Magyar Labdarúgó Szövetség*

#### Bevezetés

A magyar labdarúgásban a kiválasztás, a tehetséggondozás és a játékos-edző kapcsolat objektív mérése nagyon kevés figyelmet kapott. A szakemberek a honi labdarúgás optimális fejlődése szempontjából nagyon fontosnak tartják utánpótlás nevelés folyamatos fejlesztését. Ebben a fejlődési folyamatban kiemelt szerepet kap a kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző-sportoló kapcsolat

objektív mérése is (Csáki és mtsai 2013). Mások szerint az objektív mérések mellett fontosak az edzők és játékosmegfigyelők szubjektív véleménye is (Reilly és mtsai, 2003). A sportágban a külső és belső tényezők egyaránt befolyásolják a sportágválasztást a tehetséggondozás folyamatát és az edző-sportoló kapcsolatot is. Jelen tanulmányunk célja, hogy bemutassuk a kiválasztást, a tehetséggondozást és edző-sportoló kapcsolatot amatőr és elit utánpótlás korú labdarúgók körében.

#### **Anyag és módszer**

Kutatásunkban magyar elit és amatőr U17 és U21-es labdarúgó csapatok utánpótlás korú labdarúgóit hasonlítottuk össze (N=121, elit 58, amatőr 63). Kérdőíves módszert alkalmaztunk a játékosok felméréséhez, melyhez Révész (2008) által elkészített kiválasztással és tehetséggondozással kapcsolatos, labdarúgásra átdolgozott kérdőívét használtuk fel (Csáki, 2013). A kérdőív zárt jellegű kérdéseket tartalmazott, melyeket 1-től 5-ig terjedő attitűdskálán kellett meghatározni a játékosoknak, hogy mennyire értenek egyet az adott állítással. Az 1-es érték jelentette az állítással való egyet nem értést, az 5-ös pedig a teljes mértékű egyetértést. Az adatok elemzéséhez SPSS 21.0 statisztikai programcsomagot alkalmaztunk.

#### **Eredmények**

Az elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók körében szignifikáns különbséget találtunk a kiválasztás területén: „jól akartam érezni magam” és a „szüleim is sportoltak, ezt várták tőlem” ( $p < 0,001$ ). A tehetséggondozás területén túlnyomó részt szignifikáns különbség mutatkozott a külső tényezőkben: szüleim, családom támogatásának köszönhetem eredményeimet ( $p < 0,001$ ). Ezzel szemben a belső tényezők elenyésző különbséget mutattak. Az edző sportoló kapcsolat esetében nem találtunk statisztikailag kimutatható különbséget az elit és amatőr utánpótlás korú játékosok között.

#### **Következtetés**

Számos, statisztikailag kimutatható szignifikáns különbséget találtunk a kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző sportoló kapcsolat esetében elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók között. Ez arra enged következtetni, hogy a dolgozatban használt kérdőív alkalmas lehet az elit és amatőr labdarúgók megkülönböztetésére. Az edző szerepe mellett a játékosok véleménye szerint a család szerepe kiemelten fontos az eddig elért eredményeikben, ami alátámasztja több kutató eredményeit. A játékosok

hozzállásának és a kitartásának magas foka utal a sportolók magas én- hatékonyság érzésére, továbbá e tényezők megfelelő alapot és motiváltságot adnak a képzéshez, ami elengedhetetlen a későbbi sikerhez.

**Kulcsszavak:** labdarúgó tehetséggondozás, kiválasztás, edző-sportoló kapcsolat

#### **A motiváció poszt-specifikus vizsgálata elit akadémiai labdarúgók körében**

*Györi Tamás, Marczinka Tamás, Keresztesi Botond, MA Testnevelőtanár - Gyógytestnevelő I. évfolyam*

*Témavezető: Csáki István, Konzulens: Dr. Sáfár Sándor, Sportmenedzsment Tanszék, Magyar Labdarúgó Szövetség*

#### **Bevezetés**

A motiváció és a sport sikerek napjainkra elválaszthatatlanok egymástól (Gyömbér és mtsai 2012). A motiváció olyan gyűjtőfogalom, ami magába foglalja cselekvéseink háttérét, mozgatórugóit és ez által felel viselkedésünk beindításáért, irányításáért, valamint fenntartásáért (Szabó 2004). Az egyén versenysportra való felkészítése egy hosszú folyamat, aminek sikerességét, eredményességét, sportoló különböző pszichés jellemzői (motivációja, megküzdési stratégiái, általa észlelt motivációs környezet, stressz tűrése) alapvetően meghatározza (Révész 2008). Hardy és Parfit (1994) szerint kimondható, hogy a motiváció és akaratere kifejezetten nagymértékben van hatással az élsportolóvá válás folyamatában. A labdarúgó tehetségek kiszűrésével és bevalásával foglalkozó szerzők elemzéseiben megjelennek pszichés komponensek mérései, azonban az élettani, az antropometriai, motoros sportág-specifikus képességeket vizsgáló természet-tudományos kutatásokkal szemben kevés vizsgálat irányul azokra. (Csáki és mtsai 2013). Kutatásunk célja, hogy hazai utánpótlás korú labdarúgók körében, poszt-specifikusan felmérjük és bemutassuk a sportmotivációt és az észlelt motivációs környezetet.

#### **Anyag és módszer**

Vizsgálatunk mintáját, hazai, elit labdarúgó akadémiai utánpótláskorú sportolói alkották, összesen 183 labdarúgó (N=168, kapus=18, védő=63, középpályás=60, támadó=42). Kutatásunkban két

kérdőívet alkalmaztunk, melyek a sportmotivációt, illetve az észlelt motivációs környezetet vizsgálják. (Sport Motivation Scale, Pelletier és mtsai, 1995; Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire, Newton és mtsai 2000). A kérdőívekből kapott eredmények statisztikai elemzését SPSS 22.0 programmal végeztük.

### Eredmények

A labdarúgók sportmotivációját vizsgálva kijelenthetjük, hogy a fiatalok külső- és belső motivációs értékei optimálisak, a felmért játékosok kellően motiváltak (intrinzik=5,91±0,88; extrinzik=4,49±1,10; amotiváció=1,46±0,74). A posztok közötti különbségeket vizsgálva, nem találtunk szignifikáns eltérést. Az észlelt motivációs környezet tekintetében a fiatalok TASK és EGO-orientációs értékei szintén optimálisak (Task=4,18±0,47; Ego=2,78±0,46). Az ANOVA statisztikai eljárás szignifikáns különbséget mutatott a posztok között a „Fejlődésre való törekvés” alskála tekintetében (F(2,97); p<0,05).

### Diszkuszió

A dolgozatban bemutatott motivációs értékek fontos információkkal szolgálhatnak, az edző, illetve a szakmai stáb számára a labdarúgók aktuális motivációs állapotáról. A kapott eredmények ismeretében meg tudjuk erősíteni azon véleményeket, miszerint az élsportban a belső motiváció magas értékei jellemzők, azaz a felmért utánpótlás korú labdarúgók belső indíttatásból, önmaguknak való megfelelés érdekében edzenek és dolgoznak, művelik a sportágat. Érdekes eredmény és egyben további vizsgálatokra ad okot az, hogy a középpályások „a fejlődésre való törekvés” alskála esetében különböznek a többi poszttól.

**Kulcsszavak:** sportmotiváció, motivációs környezet, utánpótlás labdarúgás

## A magyar röplabdázás eredményességének vizsgálata a korosztályos és a felnőtt válogatott játékosállományán keresztül

### *Inczeffy Zsombor, Sportmenedzser II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Sterbenz Tamás, Sportgazdasági és Döntéstudományi Kutatóközpont*

### Bevezetés

Tudományos kutatásom témáját idei év

eredményei alapján választottam. Magyar női röplabda válogatott Európa-liga győzelme és az Európa bajnokságon elért eredményük alapján több kérdésre kerestem választ. Kutatásom három részből állt. Elsődlegesen megvizsgáltam, hogy a korosztályos válogatottak közül, milyen arányban kerültek be felnőtt válogatottba, illetve a nemzetközi eredményeket hasonlítottam össze korosztályos és felnőtt szinten. Második elemként megvizsgáltam, hogy mennyire változott a külföldi játékosok száma hazánkban, illetve változott-e a külföldi bajnokságokban szereplő magyar játékosok létszáma. Harmadik elemként pedig megvizsgáltam válogatott kereteink összetételét, vagyis milyen arányban oszlik el hazai illetve külföldi bajnokságokból behívott játékosok száma.

### Célkitűzések

1. Korosztályos válogatottjainkban szereplő játékosaink közül kevesebb, mint 30%-ban kerülnek be a felnőtt válogatottba, ezáltal nincs összefüggésben a korosztályos csapataink eredményessége a felnőtt korosztály jövőbeni szereplésével.

2. Az utóbbi években megnőtt a külföldön szereplő és külföldről igazolt játékosok száma, amely egyértelmű fejlődést mutat a hazai csapatok eredményességében.

3. Válogatott kezdőjében nagyobb arányban szerepelnek a külföldi bajnokságban szereplő játékosok, bő keretet tekintve legtöbb játékos a hazai csapatokból származik. Emellett a nemzetközi versenyrendszerekben, szereplő klubcsapatainkban a külföldi játékosok száma állandó.

### Vizsgálati módszerek

A vizsgálat során a 2000-ig visszamenően kigyűjtöttem a korosztályos válogatottjaink névsorát, és felmenő rendszerben kigyűjtöttem, hogy kik kerültek be a felnőtt válogatottba is. Visszamenőleg összehasonlítottam a korosztályos eredményességet a felnőtt válogatottak eredményeivel. A két adat segítségével vizsgáltam, hogy a felnőtt válogatottak jövőbeni eredményességét ki lehet-e következtetni a korosztályos válogatottak eredményi alapján. Kutatásom másik pilléréként 2000-es évek elejétől megvizsgáltam a külföldre szerződött játékosok, valamint a hazánkban légióskodó sportolók számát, amivel összefüggést kerestem klub és válogatott csapataink eredményességével.

### Eredmények

A vizsgálat bizonyította egyértelműen az 1. állításunk megvalósulását. A 2. célkitűzésünk is

beigazolódott, ami jól mutatja a játékos migráció aktualitását.

3. állításunkat is megerősíthetjük, amellyel több kérdést is felvet a hazai és a külföldi bajnokságok összehasonlításában.

#### **Összefoglalás**

Kutatásom során megállapíthatjuk, hogy az erős külföldi bajnokságok vonzóak a legjobb játékosaink számára, amely következtében a hazai klubok külföldi játékosokkal pótolják játékosállományukat. Az utánpótlás nevelés nem elég erős a játékos migráció pótlásához, amelyet a korosztályos válogatottak eredményei és a válogatott eredményei alapján lehet következtetni. Női nemzeti válogatotunk 2015-ben elért kiemelkedő eredményét nem lehetett kikövetkeztetni a korosztályos válogatottak adatai alapján.

**Kulcsszavak:** Röplabda, nemzetközi versenyszerű rendszer, eredményesség, válogatott

#### **Élvonalbeli magyar labdarúgó csapat és kiemelt utánpótlásban futballozó fiatal magyar játékosok bajnoki mérkőzés alatti mozgásteljesítményének összehasonlítása**

**Papp Károly, Testnevelő tanár. MA, Levelező szakos I. éves**

*Témavezető: ifj. Tóth János, Konzulens: Dr. Tóth János, Labdajáték Tanszék*

A kutatás célja a magyar labdarúgók mozgásteljesítményének a vizsgálata. A kutatás során egy élvonalbeli egyesület felnőtt labdarúgóinak 15 hazai bajnoki mérkőzésének mozgásteljesítményét elemeztem ki a Datapower (DATAPOWER Lab ZRT. Budapest) rendszer segítségével. Ezzel párhuzamosan a 13 és a 19 éves korosztályok több mérkőzését is rögzítettem GPSopr (GPSport Canberra, Ausztrália) eszköz segítségével. Minden korosztály esetében legalább öt mérkőzés felvételére került sor. A dolgozatomban két fő szempontot emelek ki. Egyrészt a mérkőzésen elért összes mozgás mennyiségét, másrészt az ezen belüli 20 km/h-nál gyorsabb mozgások arányát. A felnőtt NB.1.-es csapat mérkőzésenként átlagosan 10904 méter/játékos mozgásmennyiséget produkált, ebből a 20 km/h-nál gyorsabb futás 933 méter/játékos volt. Az U19 10892/509m, az U18 10793/497m, az U17 11031/601m, az U16 10149/598m. A 15 éves játékosok 80 perc játékidő alatt 9001/281mmétert

teljesítettek, az U14 8696/294 méter. A 13 éves gyerekek 70 perc alatt, 70x50 méteres pályán 7093/148 méterert produkáltak. Megfigyelhető a korosztályok közötti egyenetlen teljesítmény eloszlás. Ugyanis a mért mérkőzéseken az U16-os csapat több intenzív mozgást produkált, mint az U19. Nincs jelentős eltérés az összes mozgásmennyiség vonatkozásában. Különösen nagy eltérés figyelhető meg a 19 éves játékosok és a felnőtt csapat játékosai közötti gyors futások mennyiségében.

A dolgozat során az eredményeket statisztikai analízissel szeretném értékelni.

A későbbiekben össze akarom hasonlítani a saját felmérési adataimat a külföldi csapatok hasonló mérési adataival, különös tekintettel a 20 km/h feletti mozgásintenzitási zóna vonatkozásában. Ki szeretném emelni a nemzetközi élvonal és a magyar csapatok között mutatkozó különbségeket.

**Kulcsszavak:** Labdarúgás, mozgásteljesítmény, nagy intenzitású mozgások

#### **A Teqball sportág bemutatása technikai elemek szempontjából**

**Szalkai Kitti, Testnevelő-edző szak, III. évfolyam**

*Témavezető: ifj. Tóth János, Konzulens: Dr. Tóth János, Labdajáték Tanszék*

Bevezetés: TDK-m témája egy új, innovatív sportág, a Teqball. A Teqball egy futballalapú sport, amely mind a profi focistáknak, mind az amatőr sportbarátoknak kiválóan alkalmas a technikai tudásuk, a koncentrációs készségük és az állóképességük fejlesztésére. A játékosok között nincs fizikai kontaktus, sőt, az eszközt sem lehet megérinteni a játék közben, ebből adódóan a sérülésveszély kockázata alacsonyabb a kontakt rokon sportághoz képest. Mondhatjuk, hogy a játék három sportág keveréke: a lániteniszé, az asztaliteniszé és a labdarúgásé. Maga az asztal, és a szabályzat a legjobban az asztaliteniszéhez hasonlít, annak ellenére, hogy azt a sportot kézzel és ütővel játsszák. Azonban a technika, és a labda visszaadása a labdarúgó technikán múlik a legjobban. A lániteniszhez annyiban hasonlít a sportág, hogy azt is lábbal játsszák, a pálya, a taktika, és a szabályok azonban merően eltérnek. A feltalálók először ping-pong asztalon kezdtek el focilabdával játszani, de a labda nem úgy pattant az



asztalon, ahogy az egy élvezetes játékot hozhatott volna. Ezért gondolták azt, hogy „meghajlítják” az asztal két végét. Több mint két év empirikus tesztelési és mérnöki számítási folyamat után lett a jelenlegi formájára kialakítva a Teqball table, a multifunkcionális asztal, amin a játékot játsszák.

Hipotéziseim: 1. A mérkőzések során a férfiak labdával való találkozásainak száma magasabb értéket mutat a nők eredményeivel szemben. 2. A Teqball egyéni versenyszámában a labdával való találkozások száma több, mint páros játék esetében.

Anyag és módszer: Méréseimet videó elemzések alapján készítettem, azonban kevés anyag áll a rendelkezésemre, hiszen egy rendkívül fiatal sportágról van szó. További méréseket a 2015.11.14-én megrendezésre kerülő Teqball bajnokságon fogok végezni.

Eredmény: Meglévő adataimból az első hipotézisemet tudtam vizsgálni, miszerint a férfiak inkább kihasználják a három érintést. Számszerűsítve a férfiak esetében egy két szettes mérkőzésen 250-300 érintésről van szó fejenként, nőknél ez az adat nem érte el a 200-at sem, átlagban 150 érintés volt megfigyelhető. A labdaérintés illetve maga az átadás azonban mindkét nemnél fejjel, illetve az ügyesebbik láb lábfejének különböző részével (főleg belsővel), vagy combbal történt a legtöbbször.

Összefoglalás: Egy rendkívül érdekes, és hasznos sportágról van szó, hiszen a szabályoknak megfelelően a játékosok nem érinthetik kétszer ugyanazzal a testrésszel a labdát, és átadás sem történhet háromszor egymás után ugyanazzal a testrésszel, ezért technikailag sokat fejlődhet egy játékos, és a megszerzett technikai elemeket akár be is tudja építeni a labdarúgó mérkőzésbe. Mindezeket előadásom során videó felvételekről is prezentálom. A feltalálók bizakodva és további munkával törekednek arra, hogy egyszer olimpia sportággá válhasson e magyar találmány.

Hipotéziseim: 1. A mérkőzések során a férfiak labdával való találkozásainak száma magasabb értéket mutat a nők eredményeivel szemben. 2. A Teqball egyéni versenyszámában a labdával való találkozások száma több, mint páros játék esetében.

Anyag és Módszer: Méréseimet videó elemzések alapján készítettem, azonban kevés anyag áll a rendelkezésemre, hiszen egy rendkívül fiatal sportágról van szó. További méréseket a 2015.11.14-én megrendezésre kerülő Teqball bajnokságon fogok végezni.

Eredmény: Meglévő adataimból az első hipotézisemet tudtam vizsgálni, miszerint a férfiak inkább kihasználják a három érintést. Számszerűsítve a férfiak esetében egy két szettes mérkőzésen 250-300 érintésről van szó fejenként, nőknél ez az adat nem érte el a 200-at sem, átlagban 150 érintés volt megfigyelhető. A labdaérintés illetve maga az átadás azonban mindkét nemnél fejjel, illetve az ügyesebbik láb lábfejének különböző részével (főleg belsővel), vagy combbal történt a legtöbbször.

Összefoglalás: Egy rendkívül érdekes, és hasznos sportágról van szó, hiszen a szabályoknak megfelelően a játékosok nem érinthetik kétszer ugyanazzal a testrésszel a labdát, és átadás sem történhet háromszor egymás után ugyanazzal a testrésszel, ezért technikailag sokat fejlődhet egy játékos, és a megszerzett technikai elemeket akár be is tudja építeni a labdarúgó mérkőzésbe. Mindezeket előadásom során videó felvételekről is prezentálom. A feltalálók bizakodva és további munkával törekednek arra, hogy egyszer olimpia sportággá válhasson e magyar találmány.

**Kulcsszavak:** Teqball, technika, újdonság

## Különböző életkorú élvonalbeli birkózók észlelt motivációs környezetének és külső-belső motivációs tényezőinek összehasonlító vizsgálata

*Tóth László, Humánkineziológia szak, II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. habil. Tóth László, Konzulensek: Szemes Ágnes, Vigh Péter, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék*

Deci és Ryan (1985) önmeghatározás teóriáját (SDT) alkalmazva elméleti keretként férfi birkózók észlelt motivációs környezetét és külső-belső (extrinzik-intrinzik) motivációs tényezőit vizsgáltuk meg. A sportpszichológiai kutatások jelentős része foglalkozik a sportolók motivációjával, mivel a motivációs bázis, mint a teljesítőkészség egyik alaptényezője, a sportteljesítmény és a siker fontos meghatározójának tekinthető (Trzaskoma-Bicsérdy, Bognár és Ozsváth, 2007). Az SDT modell alapján Ryan és Deci (2000), ill. Vallerand (1997) kidolgozta az extrinzik és intrinzik tényezők hierarchiáját és hatását az egyén motivációs bázisára, melyek szoros kapcsolatot mutatnak az érzelmekekkel, a koncentrációs képességgel, a megküzdési stratégiákkal, a célkitűzéssel, és a kielégéssel (Weiss és

Amorose, 2008). Az egyénenként eltérő motivációs profilok jelentős szerepet töltenek be a sportolók pszichológiai készségeinek fejlesztésében, melynek felismerése és formálása az edzői munka egyik kiemelt feladata (Olympiou, Jowett, és Duda, 2008). Különbséget kell tennünk a feladat-orientált és én-orientált motivációs környezet között, melyek eltérő edzésmódszertani hozzáállást feltételeznek (Seifriz, Duda és Chi, 1992). Korábbi kutatások alátámasztották a pozitív kapcsolatot a sportteljesítmény és az észlelt motivációs környezet között (Dorogi, Szabó és Bognár, 2008). Bizonyították, hogy a sikeresebb sportolóknál az edzők többnyire feladat-orientált motivációs környezetet tudtak biztosítani (Miller és munkatársai, 2004).

Jelen kutatás célja az volt, hogy megvizsgálja a korosztályos válogatott birkózók körében ezt a két jelenséget, és az összefüggések alátámasztásán túl fényt derítsen az edző-sportoló kapcsolatra és a motiváltsági állapotra egyaránt. A mintát 59 válogatott férfi versenyző alkotta (M=19,4 év; S=5,6 év), akik az SMS (Sport Motivation Scale; Pelletier és munkatársai, 1995) és a PMCSQ-2 (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (Newton, Duda és Yin, 2000): magyarul Révész és munkatársai, 2014) kérdőívek magyarra fordított változatát töltötték ki. Korábbi vizsgálatok szerint a PMCSQ-2 és az SMS kérdőív is megfelelő megbízhatósági mutatókkal rendelkezett, amelyet vizsgálatunk is alátámasztott (Cronbach alfa=0,43-0,89). Az eredmények szerint a két skálában szignifikáns kapcsolat mutatható ki az egoinvolváltsági klíma és a külső motiváció ( $r=0,285$ ;  $p=0,0029$ ), valamint a feladatorientált motivációs klíma és a belső motiváció ( $r=0,264$ ;  $p=0,043$ ) között. Az életkori csoportok között szignifikáns eltérés az extrinzik motiváció/külső szabályozás tekintetében volt megfigyelhető ( $F(3,49)=3,903$ ;  $p=0,014$ ).

Vizsgálatunk alátámasztja azokat a korábbi eredményeket, melyek a hosszú távú jó teljesítmény kritériumaként jelölik meg a feladat-orientált motivációs környezetet és az intrinzik motivációt. A sportpszichológiai diagnosztikában és tervezésben releváns tényezők vizsgálata az eredmények gyakorlatban való alkalmazását segíti elő.

**Kulcsszavak:** sportmotiváció, észlelt motivációs környezet, birkózás

## A párharcok eredményessége és a mérkőzések kimenetének összefüggése a kézilabdában

**Török Bence, MA Testnevelő tanár – Gyógytestnevelő tanár szak, II. évfolyam**

*Témavezető: Dolnegó Bálint, Edzésméleti és Módszertani Kutató Központ*

**Bevezetés:** A kézilabda rendkívül összetett sportág, amelyben a mérkőzések kimenetét sok dolog befolyásolja. Döntő lehet például, hogy milyen százalékkal értékesítik kísérleteiket az átlövő játékosok, meghatározhatja a végeredményt a lerohanások sikeressége is. Azonban kutatásomban arra kerestem a választ, hogy vajon a párharcok eredményessége befolyásolja-e a mérkőzések alakulását?

**Szakirodalmi áttekintés:** A kézilabdában az eredményt meghatározó különböző tényezőkről már sok tanulmány értekezett. Kimutatták, hogy az átlövő pozíciókból érkező lövések eredményessége befolyásolja a mérkőzés eredményét, valamint sok esetben érvényesül a hazai pálya előnye is, illetve az egyéni áttörések és lerohanások is befolyásolják a mérkőzés kimenetét (Gomez et al. 2014, Srhoj et al. 2001, Gruic et al. 2006). A technikai hibák gyakorisága viszont nem mérvadó Ilic vizsgálata szerint (Ilic et al. 2011).

**Célkitűzések:** Hipotézisem a következő: Összefüggés van a párharcok kimenetének negatív és pozitív aránya és a végeredmény között.

**Anyag és módszer:** A kutatás 24 mérkőzés elemzésével történt ( $n=24$ ), nem valószínűségi kiválasztás alapján – önkényes kiválasztással, tehát a minta nem reprezentatív. E mérkőzések nemenkénti, korosztályonkénti és játékszinti felosztásban is vegyesek. Az adatok felvétele élőben, elektronikusan, a kézilabdában előforduló párharcok statisztikai regisztrálására kifejlesztett szoftverrel történt, mely az AJT Sport Kft. tulajdonát képezi. Ennek pontos szempontrendszere és maga a program is üzleti titok, a tulajdonos engedélyével használtam fel. A mérkőzéseken átlag 66,79-11,7 esemény került rögzítésre. Az adatok feldolgozása a Statistica 13 programmal történt, leíró statisztikákat és Pearson-féle korrelációs vizsgálatot végeztem ( $p<0,05$ ).

**Eredmények:** A huszonnégy mérkőzésen átlagosan 32,20-7,79 eredményes párharc került feljegyzésre, 26,04-5,58 eredménytelen és 8,54-2,78 szabálytalan párharc mellett. A párharc-együttható és az eredmény együttható között erős pozitív kapcsolatot van ( $r=0,70$ ,  $p=0,00013$ ). A szűkített

párharc-együttható és az eredmény együttható összehasonlításakor még erősebb korrelációt mutatott ki a vizsgálat ( $r=0,72$ ,  $p=0,00008$ ). Az eredményes párharcok száma is összehasonlításra került az eredmény együtthatóval, közepes pozitív kapcsolatot mutatott a vizsgálat ( $r=0,63$ ,  $p=0,009$ ). A párharcokból kapott gólok száma és az eredmény együttható közötti összefüggés is felmerült, így ez is vizsgálat alá került. A teszt gyenge negatív kapcsolatot mutatott ( $r=-0,21$ ,  $p=0,31$ ).

Megbeszélés: A kapott eredmények alapján a hipotézist elfogadtuk. Összefüggés van a párharcok kimenetelének negatív és pozitív aránya és a végeredmény között. A továbbiakban szeretném megvizsgálni a végeredményt meghatározó többi eseményt is, érdemes a bevezetésben említett tényezőkhöz egy együtthatót rendelni, majd a korrelációs vizsgálat után a kapcsolatokat egymáshoz hasonlítani.

**Kulcsszavak:** párharc, kézilabda, végeredmény, eredményes, kimenet

### Az edző-versenyző kapcsolat jellemzői, és az edzők véleménye az önkéntesek bevonásáról a Ritmikus Gimnasztikában

*Vándor Ágnes, Sportszervező, I. évf.*

*Témavezető: Dr. Géczy Gábor, Sportmenedzsment Tanszék*

Köztudott, hogy évek óta nem sikerült hazánkat képviselnie az olimpiai játékokon magyar versenyzőknek magyar színekben. A hazai ritmikus gimnasztika edzőképzés keveseket érdekel, és a világszínvonalról jelentősen elmaradott, tehát az egész sportágnak komoly fejlesztési folyamaton kell átmennie ahhoz, hogy nemzetközileg komolyabb eredményeket tudjon elérni. Ez ugyanakkor nem egyedi jelenség, a szakirodalomban sok szerző foglalkozik a témával (Révész és mtsai 2012; Géczy és mtsai, 2014; Géczy, 2015) Kutatásom egyik célja felmérni a hazánkban jelenleg dolgozó edzők képzettségét, foglalkoztatási módját és összevetni a foglalkoztatott versenyzők számával, a foglalkozások minőségi és mennyiségi mutatójával.

Első feltételezésem, mely szerint a magasabban kvalifikált edzők több és eredményesebb versenyzővel dolgoznak, mint a gyengébb végzettséggel rendelkezők részben bizonyítottak tekinthetjük.

A kivétel ez alól pont a legeredményesebb egyesület, az MTK, melyben csak sportoktatói, sportedzői OKJ-s bizonyítvánnyal rendelkező edzők dolgoznak.

Az önkéntességet választottam felmérésem második témájának, hiszen a társadalmi integrálódás egyik lehetséges módjaként, a ritmikus gimnasztikában is jelentős idő, pénz és energia szabadulna fel az edzők számára az önkéntesek bevonásával. Nemcsak az edzőknek lenne könnyebb dolga, de az önkéntesként foglalkoztatott középiskolások közösségi szolgálatot is teljesíthetnének ilyen módon. Kérdőíves formában kértem a Magyar Ritmikus Gimnasztika Szövetség 26 egyesületének 86 végzettséggel rendelkező edzőjét arra, hogy értékelje, számára mennyire lenne hasznos önkéntesek alkalmazása, milyen gyakran, illetve milyen feladatok elvégzésére alkalmazná őket.

Második feltételezésem, miszerint az edzők szívesen alkalmaznának önkénteseket a munkájuk segítésére még nem tekinthető sem részben, sem egészben bizonyítottak, mert az interjúk még folyamatosan zajlanak. Az eddigi eredményekből úgy tűnik a ritmikus gimnasztikában a versenyek szervezésén és lebonyolításán kívül nincs igény önkéntesekre.

Kutatásom első részéből egyértelműen kiderül, hogy az edző-versenyző kapcsolatban, a versenyzők eredményességéhez a személyiség és a hozzáállás sokkal inkább hozzájárul, mint az edzők képzettsége. A felmérésem második részének legfontosabb eredménye, hogy a ritmikus gimnasztika versenyek szervezéséhez szükség van önkéntesekre, azonban ez a lehetőség nincsen eléggé meghirdetve. A legtöbb egyesület saját sportolójától, illetve azok családjától kér segítséget az esemény lebonyolításához. A kutatást tovább kívánom folytatni, és egyben remélem, hogy tudományos vizsgálataimmal tudok segíteni szeretett sportágamnak a fejlődésben.

**Kulcsszavak:** RG, edző-versenyző kapcsolat, önkéntesség

### III. EGÉSZSÉGTUDOMÁNYI SZEKCIÓ

#### Van sportélet betegség után (is)!

*Beck Monika, Rekreáció szak MSc, I. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Komka Zsolt, Dr. Zima Endre,*

*Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék és Semmelweis Egyetem Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika*

Napjainkban a fejlett országok népességének fele hal meg szív- és érrendszeri betegségekben. Ez a betegség együttes a korai halálozás egyik legjellemzőbb válfaja, ezért is fontos kellő figyelmet fordítani a betegségek megelőzésére, a hatékony kezelésre, illetve a rehabilitációra.

Az orvostudomány évről-évre fejlődik, egyre modernebb technikákkal lehet szűrni a betegségi-típusokat, kezelni a rizikófaktorral élő személyeket. A lakosság, ezen belül is a fiatal felnőtt betegek utókezelése és segítése az élet újra kezdésére nagyon fontos feladat.

Gyermekként átesni egy nyitott szívűműtéten, majd családalapítás előtt szívritmuszavar miatt pacemaker beültetésen – ez mind olyan tényező, amely nagy mértékbe befolyásolja egy ember életét. Átadni a tapasztalatokat, megtanítani a betegtársakat egy új életre, ez is egy gyógymód.

1974-ben egy nyitott szívűműtét komoly szívsebészeti beavatkozásnak, 1991-ben egy szívritmus-szabályozó készülék beültetése különlegesnek számított. Ma már rutinszerűen, szinte ambuláns úton gyógyítják a betegeket, eltelt 20 év. Az elmúlt években rohamosan fejlődött a szívsebészet, a kardiológiai beavatkozások lehetősége. Egy mellkasi műtét vagy egy katéteres beavatkozás között nagy a különbség. Mind időben, mind beavatkozásban, mind a rehabilitációban.

Az utógondozás egyik fontos célja, hogy a betegség után mindenki lehetőséget kapjon az élhető életre. Mit számít élhető életnek? Ahol a betegek jól, tünetmentesen és egyenlőnek érzik magukat az egészséges társaikkal. A gyógyszerek mellett a környezet hozzáállása, a megfelelő betegtájékoztató és a helyes életmód kialakítása az első lépés, azaz a betegkommunikáció alkalmazása.

Mit lehet tenni egy műtéti heggel a mellkason? Egy beültetett PM készülékkel a testben? Hogyan lehet élni? Melyek lehetnek a veszélyek? Kérdések, amelyek megválaszolásra várnak. Vannak olyan területek, amelyek esetében egyszerű a megoldás, de van, amely mindig érzéseket válthat ki az érintettekből. Ilyen a mozgás is.

Napjainkban, egy komolyabb beavatkozás, akár szívűműtét után vagy transzplantációt követően a bevált gyógymód, a kímélő- és mozgásszegény

életmód, amelyek nem okoznak problémát (gondolhatják a szakemberek). Ezek egy idő után újabb tüneteket produkálnak, nő a rizikófaktorok száma, a beteg személy újra kezelésre szorul, hosszabb lesz a gyógyulási idő.

Mi lehet a megoldás? A mozgás, mely maga is gyógyszer. Miért épp ez? Feszültségoldó, méregtelenítő, változásokat képes elindítani a testben, jótékony hatással bír a beteg szervezetre. Speciális terhelési szűrésekkel, folyamatos kontrollal, képalakító diagnosztikai vizsgálatokkal és a feszegethető határok elérésével új utakat lehet nyitni a betegek előtt. A jövő? Műtött, transzplantált fiatal felnőttek és gyermekek terhelés élettani vizsgálata, személyre és betegségre szabott szűrésekkel, mozgásterápia kialakítása.

25 év tapasztalata egy életútban a gyermekkor-tól, a családvállaláson át a karrierépítésen keresztül egészen sportolásig.

Van (sportos) élet betegség után!

**Kulcsszavak:** betegség, mozgás, rehabilitáció

## **Fiatal felnőtt férfiak és nők szénhidrátfogyasztása és tápláltsági státusza**

*Berta Annamária, Rekreációs szervezés és egészségfejlesztés szak, levelező, III. évfolyam*

*Témavezető: Bartusné Dr. Szmodis Márta, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék*

### **Bevezetés**

A 18-34 éves nők 37%-a, a férfiak 41%-a a túlsúlyos vagy elhízott kategóriába sorolható (OTÁP, 2014). Kutatásom célja annak feltérképezése, hogy milyen a fiatal felnőttek tápanyagbevitel, azon belül a szénhidrátok fogyasztása, van-e különbség a férfiak és a nők táplálkozásában, valamint táplálkozásuk és testtömeg-indexük (BMI) között igazolható-e összefüggés. Célcsoportként azért választottam fiatal felnőtteket, mert érdekelt a korosztályom tápanyagbevitel, és ebben a korban még pozitív irányban befolyásolhatók a táplálkozási szokások. Feltevésem szerint a férfiak magasabb szénhidrát-fogyasztása összefüggésbe hozható testtömeg-indexük alakulásával.

### **Anyag és módszer**

A vizsgálatban 132 fiatal felnőtt vett részt (férfiak: 60, nők: 72 fő). A férfiak átlagéletkora  $23,83 \pm 3,18$ , a nőké  $22,17 \pm 2,90$  év. A férfiak 60%-a, a nők fele



végez rendszeres testmozgást. A résztvevők 3 napos étrendi naplóját Nutricomp® szoftver segítségével elemeztük. Rögzítettem a testmagasságot, testtömeget, sportolási szokásokat, kiszámítottam a BMI-t. Az adatelemzést Statistica 12 programmal végeztem. A nemek közötti különbségeket kétmintás t-próbával, az összefüggéseket lineáris korreláció-analízissel vizsgáltam, a szignifikancia szint  $p < 0,05$  volt.

### Eredmények

A résztvevők napi energiabevitel nem haladta meg a kívánt mértéket (férfiak:  $2549,17 \pm 855,93$  kcal, nők:  $1997,24 \pm 601,8$  kcal;  $p = 0,000$ ). A szénhidrátok részesedése az energiabevitelből mindkét nemből az ajánlott aránynál kisebb volt (férfiak: 49%, nők: 50%). A férfiak átlagos BMI-je  $24,89 \pm 2,77$  kg/m<sup>2</sup>, ami mindössze 0,2-del maradt a túlsúlyos kategória határa alatt, a nőké  $20,75 \pm 2,33$  kg/m<sup>2</sup>, ami a normál tartomány közepén van ( $p = 0,000$ ). A rostfogyasztás negatív irányban, nagy egyéni különbségekkel eltért a kívánatostól (férfiak:  $25,75 \pm 18,75$  g, nők:  $21,10 \pm 10,33$  g). A zsír-fogyasztás részesedése mindkét nemből a megengedettnél magasabb (férfiak: 31,4%, nők: 32,8%), a fehérjefogyasztásuk is (férfiak: 19%, nők: 17%;  $p = 0,000$ ) az ajánlott arány felett volt, de ez, valamint a BMI átlagos értéke betudható annak, hogy a vizsgált személyek több mint fele rendszeresen sportol. A BMI lazán, de szignifikánsan összefüggött az energiabevitellel ( $r = 0,24$ ), a fehérje%-kal ( $r = 0,31$ ) és a szénhidrát%-kal ( $r = -0,2$ ).

### Összefoglalás

Mindkét nemből a szénhidrátbevitel aránya alacsonyabb volt a javasoltnál, a rostfogyasztásuk sem volt elegendő. A férfiak és nők táplálkozásában nem mutatkozott jelentős különbség. testtömeg-indexük a normál tartományon belül volt. Hipotézisemet megcáfolja az az eredmény, hogy a férfiak és nők szénhidrátbevitelében nem mutatható ki differencia (1%). A zsírbevitel mindkét nemnél a megengedett energiarészesedés felett volt. Véleményem szerint az ilyen irányú és további, szélesebb körű felmérések tapasztalatait is felhasználva a célzott prevencióra nagyobb hangsúlyt lehetne fektetni.

**Kulcsszavak:** fiatal felnőttek, szénhidrát, BMI

## Az excentrikus és izometriás térdhajlító edzés hatása a H/Q arányra prepubertás korú lányoknál

*Bognár Gábor, Gombos Zoltán, Humánkineziológia MSc II. évfolyam, Humánkineziológia MSc I. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Tihanyi József, Biomechanikai labor*

**Bevezetés.** A térdhajlító izom rendkívül fontos szerepet játszik a térd stabilizálásában. Abban az esetben, ha a térdhajlítóizmok izmok nem megfelelően edzettek, akkor sportolás során vagy hirtelen mozdulatkor, amikor a lábszár nagy sebességgel előre csapódik, akár hiperextenzió is kialakulhat. A térdízületben, az elülső keresztszalag részlegesen vagy teljesen elszakadhat. A két izomcsoport erőki-fejtésének a hányadosát H/Q aránynak nevezzük. A funkcionális H/Q arány a térdhajlító excentrikus, míg a térdfesztők koncentrikus erőki-fejtésének a hányadosa. Steindler (1955) valamint Coombs és Garbutt (2002) a 2:3 arányt, azaz 0,67-et tartják ideális aránynak. Holcomb és mtsai (2007) vizsgálata alapján az ideális arány a 0,6, ez alatt jelentősen megnő a sérülések kockázata. Devan és mtsai (2004) szerint 60 %/s szögsebességre vonatkoztatva a H/Q aránynak 0,6 és 0,69 közé kell esnie. Holcomb és mtsai (2007) vizsgálata alapján 6 hetes térdhajlító specifikus edzés hatására a H/Q arány szignifikánsan nőtt.

**Cél és hipotézis.** Kutatásunk célja, hogy a prepubertás korban megbomló arányt korrigáljuk, és ehhez megtaláljuk a megfelelő edzőmódszert. Hipotézisünk szerint specifikus térdhajlító gyakorlatokkal ez a H/Q arány eltolódás csökkenthető.

**Módszerek.** A vizsgálatba tíz prepubertráskorú röplabdás lányt vontunk be (életkor:  $11,2 \pm 0,7$  év; testtömeg:  $41,3 \pm 6,54$  kg; sportmúlt:  $1,2 \pm 0,5$  év). A személyeket két csoportba osztottuk: excentrikusan, izometriásan edző csoportra, amely tíz hétig tartott. Heti három edzéssel. Az erőfejlesztés a hajlító izomra vonatkozott. A kontrakciók száma az első öt héten háromszor öt, a második öt héten háromszor tíz volt. Az edzések előtt és után a vizsgált személyek ülőhelyzetet foglaltak el a Multicont II dinamométeren és a test rögzítése után megmértük a térdfesztő (TF) izmok maximális forgatónyomatékát 60 fok/s állandó szögsebesség alatt. A térdhajlító (TH) maximális forgatónyomatékát

excentrikus kontrakció során határoztuk meg szintén 60 fok/s sebességet, és három ismétlést alkalmazva. A funkcionális H/Q arány a hajlítók excentrikus forgatónyomatékának és a térdfesztők koncentrikus forgatónyomatékának arányát fejezi ki. Átlagot és szórást számítottunk. Az átlagok összehasonlítása egymintás Student-t teszttel történt.  $P < 0,05$ -nél húztuk meg a szignifikancia szint határát.

**Eredmények.** A funkcionális H/Q arány a vizsgálat megkezdésekor  $1,099 \pm 0,54$  volt, míg utána  $1,09 \pm 0,338$  ( $p=0,958$ ). Szignifikánsan nem történt változás. Ennek ellenére mind az izometrán, mind az excentrikusan edzők csoportjánál szignifikánsan nőtt a hajlítók maximális excentrikus forgatónyomatéka. Előtte  $52,15 \pm 10,83$ , utána  $65,65 \pm 13,09$ ,  $p=0,00021$ .

**Konklúzió:** Hipotézisünket elvetettük, mivel a H/Q arány szignifikánsan nem változott. Feltehetően azért nem találtunk szignifikáns változást, mert nemcsak a TH excentrikus forgatónyomatéka, de a TF forgatónyomatéka is növekedést mutatott.

**Kulcsszavak:** HQ arány, térdhajlító izmok, excentrikus, izometriás erőfejlesztés

## A Baranta karikás ostor verseny terhelésdiagnosztikai elemzése

*Falatovics Ádám, Testnevelő-gyógytestnevelő szak, II. évfolyam*

*Témavezető: Dr. Rácz Levente, Sporttudományi Kutató Osztály*

**Bevezető:** a Baranta, történelmi magyar, katonai, és népi testkultúrára épülő, a hagyományos gondolkodást, életszemléletet és nevelést felhasználó sport. A magyarság jellemző jegyeit magán viselő önálló harcművészeti stílus. 14 alapfegyvere közül egyik a karikás ostor. Először került sor e sportágban, a verseny, szervezetre gyakorolt hatásának terhelésdiagnosztikai vizsgálatára.

Tanulmányunk célja, egy meghívásos ostor verseny 3 versenyszámának élettani terhelésének összehasonlító vizsgálata.

**Hipotézis:** *nullhipotézist* állítottunk fel. Feltételeztük, hogy a versenyszámok terhelése élettani szempontból nem különbözik egymástól.

**Anyag és módszer:** Korábbi versenyeken nyújtott kimagasló teljesítményei alapján kiválasztott

kilenc felnőtt férfi (életkor:  $27 \pm 9$  TM:  $178 \pm 3$  TT:  $80 \pm 13$ ) vett részt vizsgálatunkban.

Az első forduló egy 65-70 mp időtartamú egyéni formagyakorlat bemutatása, a második forduló átlagosan 2,5 min időtartalmú akadálypálya teljesítése, a harmadik szám ostorvívás szabályainak megfelelően megrendezett párbaj küzdelem volt.

A versenyt megelőzően, az egyes versenyszámok során, valamint azokat követően rögzítettük a vizsgált változókat. Nyugalomban a szívfrekvencia variabilitás (HRV) statisztikai változóit, a nyugalmi tejsav szintjét ( $LAC_{ny}$ ), az egyes fordulók során a maximális szívfrekvenciát ( $HR_{MAX}$ ), illetve a terhelést követő 1. percben mért tejsavszinteket ( $LAC_{1-2-3}$ ) határoztuk meg.

A HRV, és HR adatok rögzítésére RS800 CX polar órát, valamint Pro Trainer5 szoftvert, a  $LAC_{ny}$ ,  $LAC_{1-2-3}$  mérésére h/p/cosmos sirius típusú mobil tejsavmérő készüléket használtunk. A változók átlagait Student's T teszttel ( $p \leq 0,05$ ), illetve az egyéni trendek összehasonlításával elemeztük.

**Eredmények és megbeszélés:** a nyugalmi mérések azt igazolták, hogy a szív-keringési rendszer, és az anyagcsere szempontjából sem optimális állapotban lévő versenyzők kerültek vizsgálatra. A nyugalmi tejsav szint csak egy személy esetében közelítette meg az optimális értéket, 7 versenyzőnél 2-3 mmol/l között, míg egy főnél az anaerob küszöbnek megfelelő 4 mmol/l fölötti értéket találtunk. A nyugalmi HR, és HRV paraméterek esetében is jelentős szórással talákoztunk, főként a vegetatív idegrendszer egyensúlybontását, illetve a stressz kezelő képességet jellemző paraméterek esetében. Az egyes versenyszámok között a  $HR_{MAX}$  esetében nem találtunk különbséget, ami a nullhipotézist igazolta. A fordulók után mért tejsavsint átlagai statisztikailag nem különböztek és mindhárom esetben meghaladták az anaerob küszöböt. Az egyéni értékek alapján az első két fordulót követően, egy esetet kivéve, mind túllépték az anaerob küszöböt, de a párbajküzdelmek után a résztvevők 1/3-ánál találtunk 4mmol/l-nél kisebb értéket.

**Összefoglalás:** jelentős, a gyakorlatba alkalmazható eredmények birtokába jutottunk. Versenyzőinknek nagyobb gondot kell fordítani a formaidőzítésre, az optimális állapot elérésére. Hasznos volt látni egyénenként is, egy többfordulós verseny szervezetre gyakorolt hatásainak dinamikáját.

**Kulcsszavak:** HRV, laktát, pályateszt

## A komplex rehabilitáció hatékony a serdülőkori elhízás kezelésében

Heintz Bernadett, Humánkineziológia szak, MSc I. évfolyam

*Témavezető: Prof. Dr. Nyakas Csaba, Konzulens: Dr. Medveczky Erika, Sporttudományi Intézet*

### Bevezetés

Az obezitás hazánkban is egyre gyakoribb a kisiskolás és serdülő gyermekek körében. Mindezt meg kell tenni, hogy ne alakuljon ki felnőtt korra hypertonia, diabetes és következményes cardiovascularis betegség. A korai diagnosztikát követő, komplex rehabilitációs szemléletű gondozás, az eredményes prevenció feltétele. Ehhez multidiszciplináris team felállítása szükséges, melynek tagjai: mozgástudományi szakember, dietetikus és pszichológus. A holisztikus szemléletű program magában foglalja a rendszeres sportolást, speciális mozgásgyakorlatok végzését; dietetikai szempontból a megengedő étkezés, valamint az éhezés elkerülése lényeges. A program fontos eleme a pszichológiai állapotfelmérés és pszichoedukáció, szülők bevonásával. Az utógondozásban a mérések megismétlése, állapotkövetés céljából.

### Módszer

Tizenöt 10 és 17 év közötti obes gyermek vett részt a háromhetes nyári táborban, a Szent János Kórház Gyermekgyógyászati Rehabilitációs Osztályán, a Testnevelési Egyetem hallgatóinak bevonásával, orvosi felügyelet mellett. A klasszikus szomatikus státusz meghatározása után fizikai és pszichológiai állapotfelméréseket végeztünk mind a felvételtől, majd középidejűben, illetve a tábor végén. A mozgásos program összeállításánál fontos szempont volt, hogy az dinamikus és statikus elemeket egyaránt tartalmazzon. A program dietetikai részének tervezésekor is az volt a cél, hogy a jóhatást elkerüljük, ezért nem éhezettük őket: napi 1600-1700 kalóriát fogyaszthattak (napi 5x étkezés, fokozott folyadékbevitel). Harmadik fő elemként pedig számos pszichológiai, pedagógiai jellegű foglalkozás várta a táborlakókat.

### Mérés

(1) energiabevitel számítása (alapanyagcsere), (2) BMI, testösszetétel-mérés (bio-impedancia) testzsír, izomszázalék, derék, csípő, comb, illetve kar körméretek, (3) Pszichológiai felmérő tesztek, távozáskor és a follow-up részeként 3 hónappal később

### Eredmények

BMI: felvételtől 39.4, távozáskor (három hét múlva) 38.0, utógondozás (3 hónap múlva) 32.2. Testsúlycsökkenés felvételtől – távozásig 5.5 ( $p < 0.001$ ), testzsír 7.4 ( $p < 0.01$ ), izomszázalék 4.3 ( $p < 0.05$ ), derék körméret 3.5 ( $p < 0.0005$ ), csípő 4.0 ( $p < 0.001$ ), comb 4.1 ( $p < 0.01$ ) kar 6.6 ( $p < 0.0005$ ). A kérdőívek számos pozitív változást mutattak az életmódbeli és viselkedési szokások, a társas kapcsolatok tekintetében, mind a gyerekek, mind a szülők elmondása szerint.

### Következtetések

A komplex rehabilitációs program hatékonynak bizonyult az obes fiatalok kezelésében: szignifikáns javulás mutatkozott mind az antropometriai adatok, mind a pszichés státuszuk terén. A megismételt mérések további javulást mutattak. A program szervezőinek szándéka, hogy felhívják a figyelmet a gyermekkori elhízás holisztikus szemléletű kezelésére, valamint javasolt, hogy az érintett fiatalok gondozása kifejezetten testnevelési és sporttudományi szakemberek bevonásával történjen az egészségügyi intézetekben.

**Kulcsszavak:** rehabilitáció, prevenció, obesitas

## Új eszköz fejlesztése a Barracuda elem, és annak változatainak tanítására, szinkronúszás sportágban

### Lovas Adél, Humánkineziológia III. évfolyam

*Témavezető: Dr. Tihanyi József, Konzulens: Dr. Szőke Zsuzsanna, Biomechanika, Kineziológia és Informatika Tanszék, MOM Sport Uszoda és Sportközpont*

**Bevezetés** – A szinkronúszás sportágban a Barracuda elemnek (kiszúrás) és különböző változatainak rendkívül nagy jelentősége van egy sportoló egész pályafutása során, egyik legalkalmasabb a sportágspecifikus gyorsuló mérésére (M. Peric, N. Zenic 2012). Dinamikus elem révén és a sportág sajátosságából adódóan (közegváltás a végrehajtáskor, 3 dimenziós erő kifejtés) az elem tanítása, kiiskolozása meglehetősen nehéz.

Ebből a gyakorlati problémából született egy új eszköz kifejlesztésének ötlete, mert edzőként szeretném hatékonyabbá és eredményesebbé tenni munkámat. Az eszköz a mozgás helyes tengelyét és irányát adja meg, ezzel segítve a sportolót a helyes

testtudat kialakításában. Ehhez hasonló eszközt a műkorcsolyázás is használ (ugróhám=jumping harness), de más céllal és más felfüggesztéssel.

**Hipotézisek** - Kutatási hipotézisem, hogy az eszköz használatával hatékonyabbá tehető és lecsökkenthető a tanulási folyamat. Javulás érhető el (1) a testhelyzetre vonatkozóan (függőlegeshez viszonyítva), (2) a végrehajtás magasságára vonatkozóan.

**Vizsgálati módszerek** - A felmérésben 12 sportoló vesz részt (n=12), életkoruk 10±1 év (FINA korcsoport szerint: under 12). A kutatás időtartama 6 hét, heti 2 alkalommal 6 fő az eszköz használatával, 6 fő az eszköz használata nélkül (kontrollcsoport) tanulja az elemet.

Az eredmények kiértékelésekor a fentiekben említett 2 szempontot vettem figyelembe: (1) a testhelyzet, (2) a kiszúrás magassága (az adott egyén testén meghatározva, nem cm-ben mérve, hivatalos FINA bírói értékelés alapján). A szempontok kiválasztásakor alapul vettem azt a kutatást, melyben a tartott vertikális helyzetet értékelték (Winarski, Slawomir 2013), valamint a FINA hivatalos értékelési elveit. Folyamatosan dokumentálom az adatokat, valamint a felmérés végén egy záró értékeléskor minden gyermek végrehajtja az elemet edzésen, versenyszimuláció keretében.

**Eredmények** – Kutatásom jelenlegi állása szerint, az eredmények még nem mutatnak szignifikáns különbséget a vizsgált és a kontroll csoport között. (1) a testhelyzetet a vertikálistól való szögeltéréssel, (2) a magasságot a bírói pontozással a testen mérhető kiemelkedés nagyságával mérem (Statica prog.) Az eddigi eredmény oka lehet, hogy teljesen szokatlan az eszköz használatával végrehajtani az elemet, ez a bizonytalanság köti le a gyerekek figyelmét és nem a saját testére figyel, még nem következett be az önálló testérettség kialakulása.

**Összefoglalás** – Kutatásomban az alap Barracuda vizsgálatát helyeztem előtérbe. További felméréssel a Barracuda 360° elemet vizsgálnám (melyben a süllyedés közben egy egész fordulatot tesz meg a sportoló), ehhez speciális, erre a célra gyártott csapággal egészíteném ki az eszközt. Emellett az összes tartott vertikális helyzetű elemnél használható lenne az eszköz a helyes testtudat kialakítására. A Watlicam rendszerrel szemléletesebbé tenném az eredményeket (vízfelszín alatti és feletti egy képből filmzés, törés nélkül). Fő céloom a sportág edzés módszereinek fejlesztése.

**Kulcsszavak:** innováció, szinkronúszás, Barracuda, biomechanika

-----  
**Az öregedés befolyásolja a kinesztéziát és annak transzfer hatását a domináns oldal függvényében egészséges személyeknél (részeredmények)**

*Szilágyi Borbála, Galamb Kata, Humánkineziológia, III. évfolyam*

*Témavezető: Négyesi János, Fájdalom Ambulancia*

**Bevezetés** A kinesztézia a szervezet azon képessége, mely során érzékeljük testünk, egyben végtagjaink mozgását és helyzetét. Bizonyított, hogy a bal kezes egészséges populáció tagjai kevesebb hibával hajtják végre a propiocepciós gyakorlatokat, mint a jobb kezes csoport tagjai (Goble és mtsai., 2009), mely ideganatómiai különbségekre enged következtetni. Ezen túl bizonyított, hogy a kor előrehaladtával a propiocepciós készség hanyatlak (Herter és mtsai., 2014). A konferencia keretein belül kizárólag a fiatal bal és jobbkezesek eredményeit mutatjuk be.

**Hipotézis** Kutatási hipotézisünk szerint nemcsak a kinesztetikus érzékelés, hanem annak végtagok közti átvitele is szignifikánsan különbözik jobb- és balkezes fiatal vizsgálati személyek között az alsó végtag tekintetében (térdízület).

**Vizsgálati módszerek** A vizsgálatban 16 egészséges személy vett részt (18-35 év, 8 bal kezes, 8 jobb kezes). A neurológiai és fizikai egészséget MMSE és SPPB tesztekkel ellenőriztük a vizsgálat előtt. A vizsgálati személyek térdízületét egy Cybex NORM dinamométer 90°-os szöghelyzetből kiindulva random módon 30, 45, és 60°-os szöghelyzetekbe passzívan mozgatta (szöghelyzetenként 5 alkalommal).

Minden passzív mozgást követően a motor karja 5 másodperc után a kiinduló, 90°-os szöghelyzetbe állt vissza. Ezt követően a motor karja ismét elindult, a vizsgálati személy pedig igyekezett gombnyomással a lehető legpontosabban megállítani a motor karját a kívánt szöghelyzetben. Az eredményeket kétmintás t-próba segítségével elemeztük, a szignifikancia szintet  $p \leq 0.05$  értékben határoztuk meg.

**Eredmények** A vizsgálat eredményei nem mutatnak szignifikáns különbséget sem a



kinesztetikus érzékelésben ( $t = 1.347$ ,  $p = 0.078$ ), sem a végtagok közti átvitelben ( $t = 0.406$ ,  $p = 0.302$ ) bal- és jobbkezes vizsgálati személyek között. **Összefoglalás** Korábbi vizsgálatok (Goble és mtsai., 2009) eredményeivel szemben jelen tanulmány azt mutatja, hogy nincs szignifikáns különbség a kinesztetikus érzékelésben és annak transzferében bal- és jobbkezes fiatal vizsgálati személyek között. Mindazonáltal megjegyzendő, hogy az eredmények részeredmények. A minta elemszáma kiterjesztésre kerül, mely módosíthatja a közölt eredményeket. A teljes tanulmány célja annak vizsgálata, hogy miként is alakul az ideg-izomrendszer átalakulása az öregedés során bal és jobbkezes populációk esetében. Bízunk abban, hogy eredményeink hasznos

alapjául szolgálhatnak olyan terápiák kidolgozásában, melyek segíthetnek az öregedéssel járó neuromuszkuláris problémák prevenciójában.

**Kulcsszavak:** propiocepció, végtagok közti átvitel

#### Referencia

D. J. Goble, B. C. Noble, and S. H. Brown, "Proprioceptive target matching asymmetries in left-handed individuals," *Exp Brain Res*, vol. 197, pp. 403-8, Aug 2009.

T. M. Herter, S. H. Scott, and S. P. Dukelow, "Systematic changes in position sense accompany normal aging across adulthood," *J Neuroeng Rehabil*, vol. 11, p. 43, 2014.



A Testnevelési Egyetem és a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény meghívja a 90 éves TF tiszteletére rendezett jubileumi kiállításra.

# A HEGYVIDÉK SPORTTÖRTÉNETE

Időpont:  
2015. december 10. csütörtök, 11.30

Helyszín:  
Testnevelési Egyetem (Budapest XII., Alkotás utca 44.),  
Főépület I. emelet, az 50-es terem előtti folyosó

Köszöntőt mond:  
**Fonti Krisztina**  
a Hegyvidék alpolgármestere

A kiállítást megnyitja:  
**Prof. Dr. h. c. Mocsai Lajos**  
rektor



Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény  
1126 Budapest, Beethoven u. 1/b. | Email: [info@hegytortenet.hu](mailto:info@hegytortenet.hu) | Web: [hegytortenet.hu](http://hegytortenet.hu) | [facebook.com/Hegyortenet](https://facebook.com/Hegyortenet)

## 7th Conference of the International Society for the Social Sciences of Sport (ISSSS) 2015 Budapest

### “Sport in changing social, economic, political and cultural contexts”

Abstracts of the Institutes and PhD students associated with the University of Physical Education, Budapest, Hungary. Abstracts are published without grammatical and scientific editing.

#### Organizational Theory Elements in Managing Sport Related Organizations

*Sujit Chaudhuri*

*University of Physical Education, Budapest*

The paper discusses the implications of organizational theory elements to sport related organizations management such as:

- Strategy, Goals and Effectiveness
- Design and Structural Tools
- Sport Organizations Competitiveness and Their Environment
- Power and Politics
- Conflict Resolution and Managing Change
- Human Resource Management and Culture
- Leadership and Decision Making

It strives the need for proper choice and efficient and effective use of above listed area tools to ensure sustainable competitive advantage.

#### Dimensions of inequalities in sport participation in Hungary: gender and social disadvantage

*Tamás Dóczi, Andrea Gál*

*University of Physical Education, Budapest*

In the past decades, sport has become recognized as an important tool for the social inclusion of various social groups, among them, women and socially disadvantaged people. The policy documents of the EU reflect that there is increasing attention to such a function of sport, which however can still be regarded as a terrain of inequalities. In

2013-2014, a nationwide research project was carried out in Hungary, which aimed at translating the European dimensions of sport to the Hungarian context. A key research area of this project was the social inclusion of women and socially disadvantaged groups (SDG) in and through sport. This part of the research was based on a survey carried out in five different samples of the Hungarian population (over 18: N=1000; age 15-29: N=3000 (offline) and N=5286 (online); SDG: N=500; people with disability: N=500). The objective of the present paper is to reveal some of the inequality dimensions in the frequency, motivations and perceived barriers to sport participation with a focus on gender and social inequalities. The results indicate that women in Hungary lag behind their male counterparts in sport participation and have a different motivational structure as well. Gender differences in sport however, are most articulate in SDGs, which indicates a multiple disadvantage for women with a low SES. Although their motivations do not significantly differ, the barriers they face can be more diverse, and related not only to economic, but also to non-material reasons. In order to address this issue, sport policy in Hungary needs to adapt to the EU sport policy related to the social inclusion of disadvantaged populations and women in particular, and aim to contribute to the general social policy agenda as well.

**Key words:** social inclusion, women, socially disadvantaged groups, sport participation, Hungary, ESF TÁMOP/SROP project

## Overview of the EU-funded Hungarian Preparatory Project for the First-ever Evidence-based Sport and Physical Activity Policy-making

*Judit Farkas, Tamás Dóczi*

*University of Physical Education, Budapest & Hungarian Sports Management Society  
University of Physical Education, Budapest*

**Introduction:** Project TÁMOP 6.1.2/11/2-2012-0002 titled “Exploring the Hungarian dimensions of sport, Aiming to enlarge the number of physically active citizens” was running in a consortial form by the Hungarian Society of Sport Sciences and the Hungarian Sport Management Society between December 2012 and June 2014. It was professionally supervised and after the completion most results have been overtaken by the Directorate of Health Development Policy at the Ministry of Human Capacities.

**Main objectives:** to strengthen leisure sport communities in Hungary, to give professional support for sport providers, to enhance strategic planning and decision making in sport and to offer input to the discourse on the positioning of sport in the 2014-20 MFF period.

**Methods:** The project was organized according to the European dimensions of sport for various target groups on different levels. The main European dimensions of sport have been explored to obtain the state of play of areas (Hungarian dimensions of sport), such as HEPA, Social inclusion: sport and PA for women, socially disadvantaged groups and people living with disability, Education, training and qualifications: EQF, dual career, Volunteering and active citizenship, Good governance. Good practices in sport management have been collected as case studies of successful programs and clubs. Another outcome was the publication of Innovative and creative communication, media and marketing content to support health development through PA.

**Results and Discussion:** Since the publication of the EU WP on Sport in 2007, in Hungary national level implementation activities/measures have not been initiated before via sustainable, purposely funded cross-sectorial cooperation and projects.

The ultimate goal was to provide better circumstances for a more successful sport participation for

all, including people with disabilities. The collection of research papers and representative surveys on all EU/Hungarian dimensions of sport serves as one of the most significant input for a new policy paper and strategy for sport for Hungary.

**Keywords:** National Policy on Sport and Physical Activity, ESF TÁMOP/SROP project, Implementation of EU recommendations, guidelines and policy papers

### Sport: a tool for reaching EU's foreign policy and development goals?

*Bence Garamvölgyi*

*University of Physical Education, Budapest*

With the ratification of the Lisbon Treaty (2009) sport became the competence of the European Union. Sport policy has increasingly gained ground in EU Law and article 165 of the Treaty provides the community with a reference for developing the European dimension of Sport. The White Paper on Sport (2007) is the first EU policy document which mentions sport as a tool of EU's external relations, while the Pierre de Coubertin Action Plan (2007) identifies the use of sport as a tool for EU development policy and promotes sport as an element of EU's public diplomacy. Nevertheless the recognition of sport's role in reaching EU external policy goals, no inner mechanisms exist to increase the use of sport in development projects. Therefore, the aim of the research is to investigate possible ways of enhancing sport related development projects and to present the best examples of EU funded sport projects taking place in developing countries. The research combines both qualitative and quantitative methods. The analysis of the EU's related policy documents is complemented with first-hand interviews with key persons involved in EU Sport policy. The collection and analysis of EU funded projects using sport as a tool for development constitutes the quantitative part of the research. The paper demonstrates that so far sport has been playing a marginal role in the field of EU development policy. The lack of EU recommendations in the field hinders the involvement of sport in development cooperation which could be improved with the topic's introduction into the next EU Work Plan for Sport. Since sport



became an EU competence, a limited number of EU funded sport related projects have taken place in developing countries. Due to the recent involvement of sport into the Erasmus Plus Programme, it is expected that the number of EU funded sport development projects will rise.

**Key words:** sport policy, sport for development, European Union

### Volunteering in Hungarian Sport

*Gábor Gécz, Lilli Kassay, Zsuzsa Gösi, Nikolett Sáros-Onyestyák*

*University of Physical Education, Budapest*

Similarly to other countries, in Hungary, one of the most important civil activities in sport is volunteering. There are many kinds of appearance of volunteering; the coaches, the leaders and other stakeholders can effectively help the operation of the sport organizations (Unger & Thumhuri, 1997; Doherty, 2006). Our investigation aimed to gain data about volunteers in Hungarian sport. We used three different methods to get the data in 2014; firstly we examined a representative sample (N=1000 – A group) in the Hungarian population over 18 years of age, secondly we concentrated on the age group between 15-29 – personal interviews (N=3000 – B group); thirdly we used the internet in the same age group (15-29) to gain the requested data (N=5000 – C group).

By the informal way of usual volunteer activities the samples showed us different results (A=13.5%, B=13.9%, C=38.3%). One of the most interesting results of our investigation showed that only the 13,6% of the A group (136 people) work regularly as volunteers, and only 17% (23 people) of the volunteers were active in sport only. In the answer to our question “Would you like to be a volunteer in the field of sport?” 125 people said that they would like to. It means that there is a big reserve of volunteers in sport, but the question is how can we applicate them into sport.

We hope that after our pilot project study there will be more scientific researches in our topic.

**Keywords:** sport, volunteering, motivation, civil, ESF TÁMOP/SROP project

### Views of elite athletes and employees of the media about sport communication: commonalities and differences

*Ágnes Kovács*

*University of Physical Education, Budapest*

In the last decades the significance of communication in general and sport communication in particular has been increasing. In this process, the phenomena labelled as globalization, consumer society, and entertainment industry have played a significant role. The aim of this paper is to present the view of elite athletes and employees of the media as participants of the entertainment industry. Based on a theoretical framework, the empirical research presented in the paper will focus on the following research questions. How necessary component is sport communication of an athlete's life? How are elite athletes prepared for general communication? How are elite athletes prepared to treat the media? How are the employees of the media prepared to communicate with elite athletes? The research was carried out using personal semi structured interviews with elite Olympic athletes and employees of the media, focusing on their views of general sport communication and personal experiences about cooperating (or not) with each other. The interviews will be analysed according to the following dimensions: elite athletes' appearance in media, the role of old and new media in sport communication, and the motivation factors in the nexus of the two parties. The results indicate that the two parties have common views related to having a well functioning relationship with each other; however, their opinions could differ in terms of the reasons for the media appearance in the news of elite athletes. Elite athletes would like to see more news in the media about their sport career instead of their private life, however for the employees of the media elite athletes private life could be more interesting than what they actually achieve in the playing field. The goal for both parties is to negotiate with each other, and find common a balance in the news about elite athletes, which can give a win-win situation to both parties.

**Keywords:** sport communication, elite athletes, sports media, entertainment industry, globalization

## Dual Career, as a societal aspect of sport and its policy development in Hungary

*Tibor Kozsla, Judit Farkas, Mariann Bardocz-Bencsik, Attila Heim*

*University of Physical Education, Budapest*

**Introduction:** The dual career of high-level athletes means the combination of one's sport career with his/her civil life in a way that once the athletic career is over, the person could find his/her place in civil life profession-wise. The EU Guidelines on Dual Careers of Athletes have been adopted in 2012 to suggest some actions to the member states to support athletes in making right career decisions and conduct their dual career in the best way.

**Methods:** The stakeholders of the topic of dual career in Hungary were divided into four categories: athletes, sport organisations, employers and higher education institutions. An online survey was compiled to each of the groups of stakeholders. Document analysis has been made along the European policy analysis and also on the current situation in Hungary, and policy recommendations have been made for national stakeholders to take actions that are in line with the recommendations.

**Results:** Based on the incoming data and document analysis an overview was put together on the implementation of the dual career guidelines of the EU, and some recommendations were formed to implement those that haven't been implemented yet.

The results of the research were communicated to various groups of stakeholders, decision-makers and the wider public in Hungary, and the recommendations – based on the EU guidelines – were sent out to main national decision-makers in Hungarian. The dissemination of the results is still ongoing on national and international level, supporting the creation of a nation-wide, multi-level DC programme backed by the revised National Sport Strategy.

**Keywords:** Dual Career, Implementation of EU policy papers, ESF TÁMOP/SROP project

## Measuring sport and tourism motivation factors and flow experience among water-based tourists

*Kinga Nagy, Noémi Gyömbér*

*University of Physical Education, Budapest*

In the Western territories water has been associated with restorative qualities. Urbanism and the fever of work don't revitalize the balance of the harmony in body and mind. The recreational factors are triggered due to the social changes resulted from industrialization, especially from the changes of working conditions. The result of shifts in perspectives and values regarding work and leisure are; standards of living; income; increases in leisure time, participation rates in water-based experiences. They start to burgeon the life style in the industrialized nations. Previous surveys have showed that holiday-makers are not thinking, neither acting in a rational way. They are intensely affected by all-time trends in the sport tourism. By considering the above results, the psychological research should have its importance in the field of this specific branch of tourism.

The present *pilot study* – which was conducted during the summer season of 2015 – did *investigate the* Hungarian watersport at Lake Balaton, within the motivation and the psychological characteristics including the experiences of their sportive choices. The following recreational possibilities *have been selected for analysis*: hobie cat, dinghy sailing, windsurfing, kayaking, stand up paddle boarding, SUP joga.

The *objectives* of this paper is to present the recreational water-sport tourists including his traveling, his sport psychological skills, the sport-related coping skills and the study in the measurement of the state of flow.

*Data were gathered in* quantitative research techniques: Iso Ahola's model of the social psychology of tourism, Flow State Questionnaire (2012), Sport Motivation Scale and Athletic Coping Skills Inventory.

The *results* indicate that the participants major psychological features in these sports. Recognizing the distribution of extrinsic or intrinsic motivation or amotivation in the behaviour including the escaping and seeking of inducement in tourism are key issues in this segment of the athletes' society.

**Keywords:** water-based sport tourism, flow state, sport motivation, coping skills

## Resilience and emotion regulation of soccer player

*Natália Pataki, József Bognár*

*University of Physical Education, Budapest*

Psychological resilience is important fact in sport, although researchers have begun to explore this construct only recently in Hungary. Other important factor in resistance to difficulties is effective emotion- and behavior regulation. The level of resilience and emotion regulation affects the achievement of athletes. The main purpose of this research is to empirically analyse relationships between resilience and emotion regulation. The groups of this investigation are soccer players of different age and non-athletes at the same age group. The study was used the Resilience scale (Connor Davidson, 2003) and the DERS - Regulation Difficulties in Emotional Scale (Gratz and Roemer, 2004). Both scales have Hungarian adaptation. The results of the tests will be processed along the following dimensions: resilience, non-acceptance of emotional responses, difficulties engaging in goal directed behaviour, impulse control difficulties, lack of emotional awareness, limited access to emotion regulation strategies, lack of emotional clarity. The results of this research concluded that there is a correlation between quality of emotion regulation and the resilience. Developing emotion regulation ensures adaptive, resilience answer to internal or external stress sources. This ensures mental health and even beyond that: increase of sporting performance. The mental conditions of high achievement athletes need more research.

## HEPA for children: EU-funded project reveals the effect of daily curricular physical education lessons on Hungarian student's physical activity levels and body composition

*Anna Protzner, Emese Trájer, Edit Bosnyák, Anna Udvardy, Gábor Szöts, Miklós Tóth, Márta Szmodis*

*University of Physical Education, Hungarian Society of Sport Sciences*

**Introduction:** It is well known that as children grow, the amount of spontaneous physical activity

decreases which is balanced by the 2012 introduction of daily curricular physical education system in Hungary.

The presentation is based on a selected data of an EU-funded project, which supported the national mapping activity of Hungarian sport, PA and PE in 2013 and 2014. The project followed the structure of the EU White Paper on Sport, therefore HEPA was one of the key elements. The collection of research papers and representative surveys on all EU dimensions of sport serves as one of the most significant input for a new policy paper and strategy for sport for Hungary.

**Methods:** Within the EU-funded project we measured 3400 school children's parameters (multi-disciplinary scientific research: anthropometry, fitness, nutrition, habitual PA, health behaviour). For a special analysis we selected some of the data of 196 persons: 5th graders and 9th graders participating in curricular physical education classes on a daily basis, as well as control groups of 4<sup>th</sup> grader and 8<sup>th</sup> graders with 3 PE lessons/week. Habitual physical activity was obtained with Actigraph, (GT1M/GT3X) and body fat percentage was calculated from anthropometrical measurements.

**Results:** As expected, we were able to observe a linear correlation between the physical activity levels and the body composition of the participants. The more time the subjects spent performing MVPA (Moderate and Vigorous Physical Activity), the less body fat they had. The recommended MVPA is a minimum of one hour per day, but these Hungarian children had two hours of MPVA per day.

**Keywords:** daily physical education, HEPA for children, body fat, ESF TÁMOP/SROP project

## Decision making theory as a common basis for social science

*Tamás Sterbenz*

*University of Physical Education, Budapest*

All life is problem solving (Popper, 2005), and organisations can be understood in terms of their decisions (Simon, 2000). The following lecture is based on two classical authors' approaches and tries to use their methods regarding the social science of sport.

Decision analysis is a relatively new area in the field of science, so trends which contribute to the understanding of social processes and the laws of exploration based on different ideas will be presented. Research on decision making nowadays integrates methods from economics, psychology, political science, management and from other social sciences; its application would be worthwhile for a better understanding of the world of sports as well.

In addition to a presentation of the theoretical framework, the topic of uncertainty (Gigerenzer, 2014) will be analysed in more detail since it plays a significant role in decision making and in sports as well. Complexity and uncertainty generate the types of discussions about methodology for the social sciences which could lead to the development of better forms of scientific understanding and prediction. The existing uncertainty in the social phenomenon and in sport require a different approach than the Newtonian clock model of natural science; besides the hard, data-based analysis it provides basis for softer, qualitative methods as well (Brockman, 2013). This duality in methodological approach exists also in decision making; next to the rational and maximising model, the satisfactory solutions and intuitive techniques of heuristic methods of decision-making can prove to be effective in terms of problem solving.

After the presentation of the theoretical framework, the results of the researches carried out through an analysis of decision processes are summarised. Selected examples provide an overview on classical economics-based analysis, organisational behaviour based on bounded rationality described by the administrative behaviour theory and the consequences of soft budget constraints in sport.

The final part of the presentation calls attention to the fact that, with analyses of predictions and decisions made with imperfect knowledge, the social sciences need clear, falsifiable statements in the sports world also in order to achieve genuine scientific progress.

-----

### **National mapping project to increase social inclusion of people with disabilities in Hungarian physical activity and sport policy documents**

*Zsuzsanna Szilárd, Judit Farkas*

*András Pető Institute of Conductive Education and Conductor Training College, Hungary  
University of Physical Education, Budapest*

**Introduction and Methods:** The EU-funded project supported the national mapping activity of Hungarian sport in 2013 and 2014. PA for people with disabilities was one of the key areas of the research leading to policy recommendations for actions. The data was nationwide and representative, the sub-group of people with disabilities was reached by a 48-question questionnaire. A document analysis (EU policy papers) and review of the international literature including EU-level project outcomes on including social inclusion was performed.

**Results and Discussion:** It was found that most elements needed for regular physical activity for people with disabilities are missing with a considerably high percentage. Factors such as lacking accessible buildings, or special equipment and tools, or trained professionals in all fields and all levels of APA, the unacceptable distance from residence, lacking affordable prices/costs, have all been above 80%. Over 90% of the surveyed people were ready/interested in exercising together under the scheme of sport for all.

The cross-sectorial, related EU policy recommendations and guidelines have been translated to Hungarian language. Based on the survey results, specific recommendations for the Hungarian setting have been made.

**Conclusions:** The project outputs serve as an input to several organisations strategic documents at national, regional and local level. This first evidence based policy making process is expected to bring changes and development for making sport for all available for all in Hungary.

**Keywords:** Social inclusion in and through sport, Sport policy, EU recommendations and guidelines

-----



## The rules which reserve of women's unequal opportunities in sport leadership (Or the lex sportiva from the women's point of view)

*Magdolna Trenka*

*University of Physical Education, Budapest*

Legislation and the generated norms, can be readily foreseeable and play a key role in equality between women and men. Written norms should primarily provide women's rights and equal opportunities. But, nowadays the law is an unchanged and formalized process, and has deeply masculine structure. The gender neutral law, is a misleading myth; the law is not automatically good for women, good for men as well. The created law rather than abolishes, *in latent operation*, reserves the gender imbalance among the members of society; in sport as well. The masculinities in lex sportiva operate in a hidden mode. But every actor exactly understands it. The law – *as an independent and masculine structure* – is both a tool and a mirror image of women's structural barriers. In the present lecture I reveal, [unmask] how the masculine law can reserve women's inequality in sport leadership. The effect of non *-gender-* neutral rules will be presented through the basic statutes of IOC and HOC [Hungarian Olympic Committee], namely women's point of view. Such kind of norm testing in sports has not been made yet.

**Results:** In the sport norms, [lex sportiva] hidden and incorporated gender discrimination could exist; it allows the acquisition of relationship-based positions, that is a female competitive disadvantages, which has a legal basis. The [sport]law, even today, cannot guarantee fully the equal opportunities of women.

**Key words:** The hidden operation of masculinity in the undetermined sport norms and process for the election; legal vacuum; 'rubber rules'.

## Sporting bodies: a phenomenological concept of bodily expression

*Katalin Vermes*

*University of Physical Education, Budapest*

In postmodern consumer culture, bodily practices have gained an extraordinary, yet precarious significance: a 'corporeal turn' is taking place

(Sheets-Johnstone 2009). Bodily expression offers new forms of identity in an age in which traditional and communal forms of identities have collapsed (Featherstone 1982). Preoccupation with fitness and wellness, piercing and tattoo, Paleolithic diet, yoga and others are symptoms of this special cultural dynamics. In the ambivalent process of 'corporeal turn', both recreational and competitive sports play a central role.

The question must be raised: why and how bodily expression can become a source of a renewal of personal and cultural identity?

Of the complex cultural phenomenon, this presentation focuses only on one, phenomenological aspect. In the philosophy of Merleau-Ponty, the moving body presents itself as an original field of creativity, as a primordial source of all higher forms of expression (Merleau-Ponty 1965, 150). As in the case of arts, so in the case of corporeal expression the content expressed is inseparable from the expression itself; and what is more, the expression is inseparable from the person who is being expressed. This integrative nature of bodily expression creates a special quality, a set of 'qualia', which emerges in all sporting activities. Rules and objectives not only limit, but also open space for this primordial corporeal expression (Elcombe 2012, 18). This special quality, as an integrated and immediate expression of the person who plays, makes sports enjoyable both for players and visitors. However, excessive instrumentalization of sports endangers the same creative capacity which is expected to recreate personal and cultural identities.

## Quality, as virtue of a sports club – the mission of modern sports clubs in the spirit of Aristotle

*Róbert Zimányi*

*University of Physical Education, Budapest*

In our ever changing world, the role of leisure time is revalued. Leisure time gains more weight as we lack it, which motivates us to spend it more efficiently. One way of recreation is sport. What does quality mean here? What makes a sports club of high quality? My study aims to show that already in the ancient times, people called for quality, which nowadays gains more weight due to the countless options – also in the area of sport, which

can be satisfied even today with in the spirit of the antiquity. Everybody has different demands from sport and – being humans – we all have different needs and we consider different things important. But there is one thing that we agree on: we look for quality. I examine the issues around quality with regard to sports clubs. As a starting point, I go back to Athens, more precisely to Aristotle, who was already back then engaged in the issue around quality, even if he named it differently: he mentions virtue, fairness and justice. I aim to prove, that despite of the transformation of the meaning of quality, the conception of Aristotle is not only still valid but is adaptable to today's modern

world. If we talk about the quality of sports clubs, we need the same teleological mindset – we need to consider justice, appreciation, virtue, and the nature of “good, right way of life”. Today's sports clubs (just like for-profit enterprises) are exposed to the economy's ever changing environment – however, their competitive advantage (beside the lower prices) might be the differentiation, where quality plays a key role. Analogously to Aristotle's teleological cogitation, each sports club need to identify their qualitative factors and need to introduce and adapt them efficiently to satisfy their existing and potential members.

## Kolozsvár sportja és kultúrája a reformkortól Trianonig

### Recenzió Killyéni András könyvéről

Prof. Dr. Takács Ferenc

Társadalomtudományi Tanszék, Testnevelési Egyetem, Budapest

.....

Kincses Kolozsvár újabb kincssel gazdagodott. A „kincskereső” meg a „kincstárnok” egy személyben Killyéni András, aki könyvbe foglalta Kolozsvár kultúrtörténetének eddig elhanyagolt területét: a sport (testkultúra) rügyfakadását valamint szárbaszökkenését. Több éves szorgos kutatómunkával, sárguló dokumentumokat gyűjtött egybe és szak-szerű elemzés alá vetette. Értékmentő munka ez. A határokon kívül élő magyarság sporttörténetének lényegét leginkább a helybeli lakosságnál még megtalálható tárgyi vagy esetleg verbális emlékekből lehet kihámozni. Mégpedig addig, amíg nem késő. Szerencsére a könyv bőségesen tartalmaz ilyen korabeli dokumentumokat, melyek jól alátámasztják a mondanivalót.

Kolozsvár Budapest után a történelmi Magyarország legmeghatározóbb városának számított. Szinte mindenben – némi tempó késéssel – követte a fővárosi tendenciákat, így vidéken elsők között itt hozták létre a sportos jellegű egyleteket (lövész, vívó, torna, kerékpár, stb.). Már a reformkor elején felvetődött egy vívoda felállításának igénye. Az arisztokrata fiatalság elsősorban a vívás fortélyait szerette volna elsajátítani, már csak a párbaj-mánia miatt is. Kolozsvárott az országban először nyílt meg 1824-ben a Viadaliskola, egy évvel a Pesti Vívókör előtt. Az 1848/49-es szabadságharc leverése után a Habsburg-önkényuralom betiltotta a sportegyletek létesítését és csak a kiegyezés után lehetett a diákság és a lakosság sportolási igényeit kielégítő sportegyleteket alapítani. Jelentős változást hozott a város sportéletében az 1872-ben alakult Torna- és Vívó Egylet. A részvényekből összegyűjtött pénzből felépülhetett a Tornavivoda, Kolozsvár első korszerűnek mondható tornaterme. A másik jelentős intézmény a városi Lövészegylet, mely igen népszerű lett az ifjúság és a polgárság körében.

Erdélyben, így Kolozsváron sem alakult ki a budapestihez hasonló torna-atléta háborúskodás (MOTESZ – MASZ), de kétségtelen, hogy az atlétika térhódítása bizonyos mértékig háttérbe szorította a tornászatot, majd a céllövészetet, sőt még a vívást is. Felvirágzott viszont – pest-budai hatásra – a korcsolyázás. Az 1880-as években a Kolozsvári Korcsolya Egylet nem csupán a sportolást serkentette, hanem a város polgárainak elősegítette a társadalmi érintkezését is (pl. jégbálok, zenés rendezvények, kosztümös felvonulások stb.).

A MAC mintájára létesített Kolozsvári Athletikai Club (1885) a térségben missziós tevékenységet folytatott a sportág népszerűsítése érdekében. A klub – a magyar viszonyokból következően szinte természetesen – nem kerülhette el a mélypontokat, ennek ellenére azért mindvégig számottevő szerepet játszott a magyar atlétika fejlesztésében.

Alig gördült végig a pesti Stefánián az első kerékpár, már Kolozsváron is megjelentek a kerekesek, akik országos szinten is kiváló eredményeket értek el mindaddig, amíg az átgondolatlan kerékpáradó lehetetlenné nem tette a sportág további prosperálását.

Megközelítőleg Budapesttel egy időben honosodott meg a labdarúgás Kolozsváron az 1890-es években. Kezdetben két csapat – a KAC és a Kereskedelmi Akadémia – jeleskedett, amelyek mintaként szolgáltak az erdélyi futballélet számára. A kolozsvári Vasas megalakulása után, 1907-ben a város labdarúgó csapatai beléptek a Magyar Labdarúgó Szövetségbe és ekkor írta ki az MLSZ az első erdélyi bajnokságot. Az 1911-ben felépült sétatéri sportpálya korszerű körülményeket teremtett és tovább növelte a labdarúgás népszerűségét. Már ekkor felvetődött, hogy a nemzeti bajnokságot (NB I) ki kell egészíteni a vidéki együttesekkel, ezt

azonban a háború kitörése meghiúsította.

A dualizmusban a kolozsvári sportélet – elsősorban báró Jósika Lajos és dr. Haller Károly tevékenysége folytán –, jelentős fejlődésen ment át. Közös munkálkodásukat a szerző külön fejezetben összegzi, érzékeltetve, hogy a sport fejlesztésével a város kulturális arculatát is átformálták (pl. parkok, szobrok, terek, épületek, stb.). Példamutató munkásságukat szerencsére többen folytatták hasonló értékteremtő módon, mint például Fabinyi József és Szabó Dénes, akikről szintén megemlékezik a könyv.

A labdarúgáshoz hasonlóan a korcsolyázás további népszerűsödése kihatott egész Erdély téli sportéletére. A kezdetleges bemutatók és spontán rendezvények után a nyolcvanas évek végére már

szabályszerűen kiírt korcsolyaversenyekkel is találkozhatunk. 1907-ben a KEAC által rendezett országos versenyen a legjobbak indultak, így többek között a világbajnok Kronberger Lili tudását is megcsodálhatta a kolozsvári közönség.

A Kolozsvári Atlétikai Club és a Magyar Atlétikai Club közötti párhuzamot végig érzékelhetjük az egyes fejezetekben. Molnár Lajos – Esterházy Miksa „jobb keze” – már a MAC alakulásának évében, 1875-ben sikeres előadást tartott a kolozsvári Városházán, ahol ismertette a sportág célját és szépségét. Majd a MAC egykori titkárának, Baintner Hugónak Kolozsvárra költözésével indult el a város atlétikájának szisztematikus fejlesztése.



A város sportjának kultúrtörténeti szerepét a szerző további sportágak históriájába való bepillantással érzékelteti. A könyv minden témáját átgondolt argumentációkkal tárgyalja, ennek alapját a szerző előző publikációi adják (pl. a Kolozsvári Református Kollégium sporttörténete, 2004., A kolozsvári sport életrajzi gyűjteménye, 2006., Somodi István emlékalbum, 2008., Kolozsvár sportteljesítményei az első világháború előtt, 2010.) Külön érdeme a kötetnek, hogy a még fellelhető képi illusztrációkat összegyűjti, melyek fontos szerepet töltenek be a város sport- és kultúrtörténetének feltárásában. Közismert, hogy az erdélyi magyar

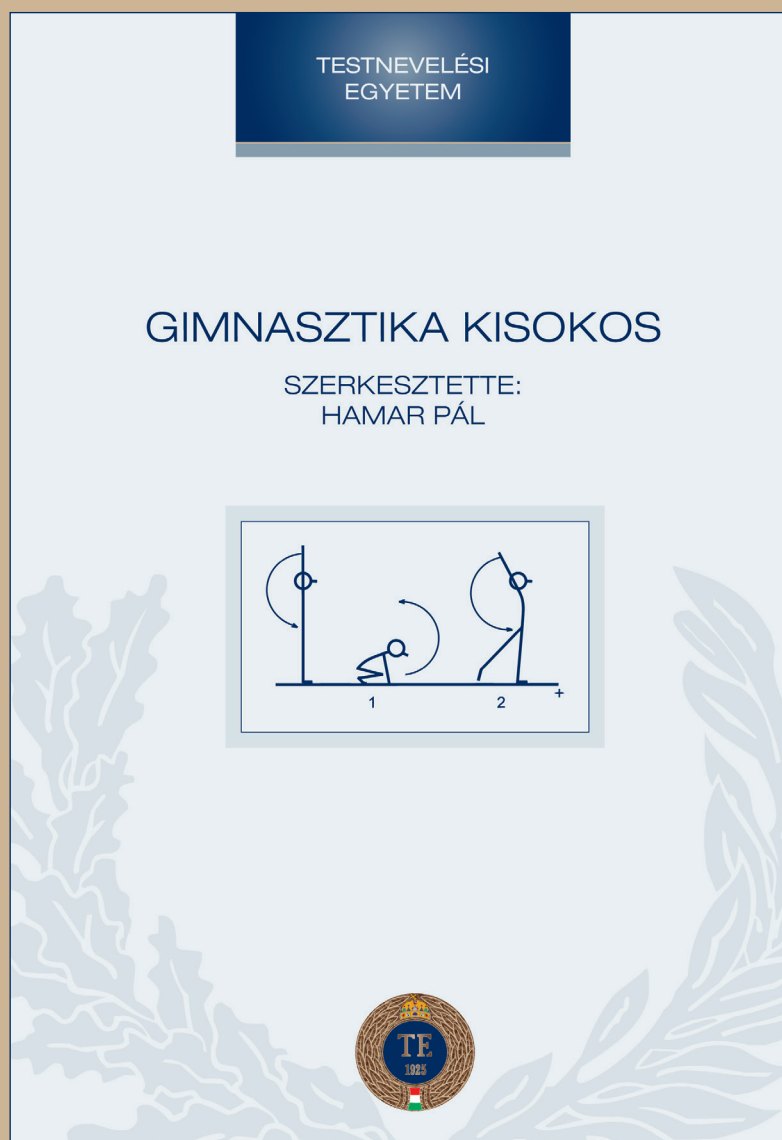
kultúráról és sportról a kommunista rezsim évtizedeiben nem lehetett nyíltan írni. Killyéni András jól kihasználja az 1989-es változást és az előzőleg megjelent kutatásokról lehántja a propagandisztikus „vörös vonalat”, így mértéktartó elemzésekkel igyekszik valóságosan feltárni a történéseket.

Jó és szükséges lenne hasonló „kincseket” előbányászni Erdély – de az egész nemzet – városainak, településeinek sportjáról és kultúrtörténetéből.

(Dr. Killyéni András: Kolozsvár sport-kultúrtörténete Trianon előtt 1868-1920, Kolozsvár, 2012.).



Megjelent a Testnevelési Egyetem legújabb tankönyve,  
a Gimnasztika kisokos, Hamar Pál szerkesztésében.



A gimnasztika elmélete és módszertana az elmúlt három évtizedben jelentős fejlődésen ment keresztül, mindez azonban csak akkor válik az egyén és a társadalom hasznára, ha az így szerzett tudásanyag az iskolai testnevelés és a sport gyakorlatába is beépül. E testgyakorlati ág személyiségfejlesztő hatásainak alkalmazása ma sem megkerülhető. A rendgyakorlatoknak, a foglalkozásszervezési feladatoknak talán még nagyobb hangsúlyt kell kapniuk az iskolai nevelésben és oktatásban, hogy a fejlett világban elterjedt testi és szellemi „tartás” romlását ellensúlyozza. A gimnasztika – sajnos – napjainkban már nem olyan elterjedt és népszerű, mint volt, például Kerezsi Endre a neves TF-es tanár idejében, de reméljük, hogy a mindennapos testnevelés bevezetésével újra nagyobb teret fog kapni az oktatásban. A testnevelés korábbi tekintélyének visszaszerzéséhez (is) igyekeznek megnyerni a gyakorló sportszakembereket és a sportszakos hallgatókat, a Gimnasztika kisokos szerzői – a Testnevelési Egyetem (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék oktatói.

## Útmutató szerzőinknek, publikációs feltételek

A TST/PSS folyóirat célja magas szakmai színvonalú írások közzlése magyar, illetve angol nyelven, a sporttudomány területén, illetve a gyakorlati sportszakmai munkára vonatkozóan. A folyóirat eredeti közlemények, review-cikkek és könyvrecenziók megjelenését támogatja, emellett fórumot biztosít a Testnevelési Egyetemen tartott sporttudományi konferenciák – válogatott – absztraktjainak. Az eredeti közlemények és az áttekintő cikkek lektori folyamaton mennek keresztül (két független, anonim bíráló), a könyvrecenziók felkérésre történnek.

### ÁLTALÁNOS FORMAI KÖVETELMÉNYEK

A kézirat Garamond (ennek hiányában Times) betűtípussal készüljön. A cím világos, informatív és figyelemfelkeltő legyen, legfeljebb 20 szó. Ezután magyar és angol nyelvű absztrakt következzen, utána pedig a főszöveg 11-es betűnagysággal és egyszeres sorközzel. Az írásmű végén irodalomjegyzék legyen. A kézirat automatikus stílusbeállítás nélkül készüljön, a szöveg formázását a szerkesztőség végzi. A cikket kérjük egyrészt szerkeszthető, másrészt PDF formátumban beküldeni.

### ABSZTRAKT

A tanulmány elejére kerülő magyar, illetve angol nyelvű összefoglaló terjedelme legfeljebb 250 szó, mely nem tagolódik bekezdésekre, és nem tartalmaz kiemeléseket. Mivel a külföldi olvasók számára többnyire csak az angol összefoglaló olvasható, és az abstract bekerülhet különböző referáló folyóiratokba, a gondos elkészítésének kiemelt jelentősége van. Az absztrakt végére 4-6 – lehetőleg a címben nem szereplő – kulcsszót is adjon meg a szerző, mindkét nyelven. Az anyanyelvi lektorálásról a szerkesztőség gondoskodik.

### TAGOLÁS

Hosszabb cikkek esetében ajánlott a főszöveg fejezetekre, alfejezetekre bontása. A fejezetcímek félkövér, az alfejezetek címei dőlt, (szükség esetén) az alfejezeten belüli alcímek álló betűvel jelenjenek meg a kéziratban. A folyóirat olvasását megkönnyíti, ha a szöveg bekezdésekre tagolódik. A szöveg

minden bekezdése a sor elején kezdődjön, behúzást ne alkalmazzunk. Egy bekezdés általában legyen hosszabb, mint egy mondat, de ne legyen hosszabb egy gépelt oldalnál. A bekezdéseket ne különítsék el sorkihagyások.

### TÁBLÁZATOK

A táblázatokat arab számokkal kell számozni. Minden táblázatnak legyen címe (félkövér betűvel írandó), a cím helye a táblázat felett van. A táblázatokra a számuk alapján kell hivatkozni. A tördelés változása miatt az írásmű szövegében kerülni kell a térbeli irányt jelölő (előző, következő, lenti, fenti stb.) utalásokat. A táblázatok adatainak önmagukban, a szövegben való elmélyülés nélkül is értelmezhetőeknek kell lenniük. Az önmagukban nem elég informatív adatokat, jelöléseket tartalmazó táblázatok alá hosszabb megjegyzést lehet fűzni. A táblázat méretezésénél gondolni kell a folyóirat formátumára (maximális szélesség: 157 mm).

### ÁBRÁK

Az ábrákat arab számokkal kell számozni. Minden ábrának legyen címe (ábraalírással), félkövér betűkkel írva. A cím nyomtatásban az ábra alatti sorba kerül, ezért a cím ne legyen a rajz része. Az ábrákra számuk alapján kell hivatkozni. Az ábrákat feliratokkal kell ellátni úgy, hogy azok önmagukban is értelmezhetőek legyenek. A szerkesztőség csak magas színvonalú számítógépes grafikákat és ábrát fogad el. Az ábra méretezésénél különösen gondolni kell a folyóirat méretére és formátumára (maximális szélesség: 157 mm). Az ábrákat kérjük

egyrészt a szövegben elhelyezni a szerző által jónak látott helyen, másrészt egy-egy önálló fájlként is elküldeni. A fájlformátum lehetőleg vektoros legyen, lévén az minőségromlás nélkül is tetszőlegesen méretezhető. Ha csak képformátum (JPG, PNG, stb.) áll rendelkezésre, akkor annak felbontása 300 DPI legyen a tervezett megjelenés méretében. Ha nincs lehetőség a DPI ellenőrzésére, akkor a pixelben lévő méret a következő képlettel számolható át milliméterre:  $P/300 \cdot 25,4$  (ahol P a kép mérete pixelben). Ezzel meghatározható, hogy a rendelkezésünkre álló digitális állomány maximum mekkora méretben használható fel a kiadványban. Például: ha van egy 2000 pixel szélességű képünk, akkor az maximum  $2000/300 \cdot 25,4 = 169,33$  mm széles lehet nyomtatásban. Sem kicsinyíteni, sem nagyítani nem célszerű, minden átméretezés rontja a minőséget (ezért praktikus a vektoros állomány).

Minden ábra esetében a szerző felelőssége a jogtiszta felhasználás. Ehhez nem elég a forrás megjelölése. Akár online, akár offline (nyomtatott) az ábra, azt alapértelmezetten védi a szerzői jog, ha csak ennek ellenkezőjéről nem rendelkezik a jogtulajdonos. Ezért tehát az idegen forrásból származó ábrák esetében kérjük csatolni az utánközlésről szóló írásbeli engedélyt.

### LÁBJEGYZETEK

A lábjegyzetekbe a szöveghez fűzött megjegyzések kerülnek. Egy lábjegyzet ne legyen hosszabb, mint öt gépelt sor. A közlendőket általában célszerű a szövegbe belefoglalni, lehetőleg mérsékeljük a lábjegyzetek számát és hosszát. Elsősorban az kerüljön lábjegyzetbe, aminek olvasása megtöri a főszöveg folyamatosságát. A publikált szövegekre az irodalomban kell hivatkozni, a lábjegyzetbe inkább a nem publikált források, levéltári anyagok megjelölése, egyéb megjegyzések kerülhetnek. Nyomtatásban a lábjegyzet azon az oldalon jelenik meg, amelyen a hivatkozás történik.

### FELHASZNÁLT IRODALOM

A hivatkozott irodalom a tanulmány végére kerül a szerzők (első szerző) szerinti szigorú betűrendben felsorolva. Ugyanannak a szerzőnek a publikációit évszám szerinti sorrendben kell felsorolni. A szövegben előforduló minden hivatkozásnak meg kell jelennie az irodalomjegyzékben, illetve az irodalomjegyzékben szereplő minden tételre hivatkozni kell a szövegben. Indokolt esetben ezen felül ajánlott irodalmat is közölhet a szerző.

### KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS, ÖSSZEFÉRHETETLENSÉG

Indokolt esetben a szerző élhet a köszönet nyilvános megjelenítésével, amely vonatkozhat a tanulmány keletkezésére, a kutatási témára, egyéni és intézményi segítségre, támogatási forrásokra stb. A köszönetet a tanulmány szövege és az irodalomjegyzék között kell elhelyezni. Bármilyen összeférhetetlenséget – akár valós, akár csak feltételezhető – a szerzőknek jelezni kell.

### SZERZŐ CÍME

A szerző a tanulmány végén közölje a megjelentetni kívánt munkahelyét, beosztását és e-mail címét, hogy lehetőség nyíljon a szerzővel történő kapcsolatfelvételtre és az írásműre való reflektálásra.

### HIVATKOZÁSOK

#### *Hivatkozások a szövegben*

A szövegben a hivatkozás a szerző(k) nevével és a megjelenés évszámával történik. A szerző(k) neve lehet része a mondatnak [... amint *Haag* tanulmányában (2002) közölt eredmények ...], vagy szerepelhet zárójelben [... a két változó közötti szoros összefüggés már korábban felmerült (*Haag*, 2002), ezért ...].

Két szerző nevét az “és” választja el egymástól: (*Sanders és Graham*, 1995). Több név esetén a nevek között vessző áll, az utolsó két név között “és” van: (*Salvara, Bognár és Biró*, 2002). Háromnál több név esetén az első előfordulásakor az összes szerző neve szerepel (*Lathrop, Brown, Womack, Ulibarri, Paton és Osmond*, 2001), a további előfordulásakor az első szerző neve és a “mtsai” rövidítés (*Lathrop és mtsai*, 2001).

A szövegben a nevek dőlt betűvel jelennek meg. A szó szerinti idézeteket idézőjelek fogják közre, a hivatkozás megjelöli az oldalszámokat is (*Kay*, 2004. 43). Ha egy szerzőnek azonos évben publikált több írására hivatkozunk, azokat az egyes évszámok után írt betűkkel különböztetjük meg (*Nagy*, 1988a).

Egy zárójelen belül egy szerző különböző munkáira hivatkozva a nevet csak egyszer írjuk, utána következnek az évszámok, egymástól vesszővel elválasztva (*Bloom*, 1955, 1956a, 1956b).

Egy zárójelen belül több szerző munkáira hivatkozva az egyes tételeket pontos vessző (;) választja el és a nevek alfabetikus sorrendben követik egymást (*Frenkl*, 2003; *Gergey*, 2004; *Keresztes, Pluhár és Pikó*, 2003).

**Hivatkozások az irodalomjegyzékben**

Önálló könyvek: Szerző(k) (évszám): *Cím*. Kiadó, kiadás helye (város). A könyv címe dőlt betűvel. Például: Nádori László és Bányai Viola (2003): *Európai unió és a sport*. Dialóg Campus, Budapest.

Szerkesztett könyvek: Szerző(k) (évszám, szerk.): *Cím*. Kiadó, kiadás helye (város). A könyv címe dőlt betűvel. Például: Mandl, H., De Corte, E., Bennett, N. és Friedrich, H. F. (1990. szerk.): *Learning and instruction*. European research in an international context. Volume 2.1. Social and cognitive aspects of learning and instruction. Pergamon Press, Oxford.

Könyvfejezetek: Szerző(k) (évszám): Fejezet (tanulmány) cím. In: Szerkesztő(k) neve (szerk.): *Könyv címe*, kiadó, kiadás helye (város). Oldalszámok: a fejezet első és utolsó oldala. A könyv címe dőlt betűvel. Például: Neves, D. M. és Anderson, J. R. (1981): Knowledge compilation: Mechanisms for the automatization of cognitive skills. In: Anderson, J. R. (szerk.): *Cognitive skills and their acquisition*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, Hillsdale. 57-84.

Folyóiratban megjelent cikkek: Szerző(k), (évszám): Tanulmány cím. *Folyóiratcím*, évfolyam [kötet] száma. Szám. Oldalszámok: a tanulmány első és utolsó oldalának száma. A folyóirat címe dőlt betűvel. Például: Veal, M. L. és Compagnone, N. (1995): How sixth graders perceive effort and skill. *Journal of Teaching in Physical Education* 14. 4, 431-444. Az irodalomjegyzékben az oldalszámok mellett **nem** szerepel az "o" betű, a "szám" nem kap megjelölést. Minden tétel végén pont van.

Korábbi kiadások, fordítások jelzése: Ha a szerző egy munka fordítására, reprintként kiadott változatára, későbbi kiadására vagy gyűjteményes kötetben újra megjelent változatára hivatkozik, és fel kívánja tüntetni az eredeti megjelenés idejét is, ezt két időpont feltüntetésével teheti meg. Az eredeti évszám törtvonallal elválasztva megelőzi az utóbbit. Az irodalomjegyzékben csak annak a kiadásnak az adatait kell megadni, amelyekre a hivatkozás vonatkozik. Például: (Neisser, 1976/1984). – szövegben, Neisser (1976/1984): *Megismerés és valóság*. Gondolat, Budapest. – irodalomjegyzékben.

Szerzők neve: a név megadása: családi név, vesző, keresztnév kezdőbetűk. A kezdőbetűk után pont áll. Például: Bloom, B. S. Szöveg közben a szerzők nevei a mondat szerkezetének megfelelően szabadon használhatók. Például: Mint Benjamin

Bloom (1956) sokat idézett könyvében írja, ... Abban az esetben, ha zárójelben van megadva a hivatkozott forrás, csak a családi név szerepel (Bloom, 1995). Irodalomjegyzékben a keresztnév kezdőbetűi között szóköz áll.







