

# TESTNEVELÉS, SPORT, TUDOMÁNY

PHYSICAL EDUCATION, SPORT, SCIENCE

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

2. évf., 4 szám  
Year 2, Issue 4  
2017.

tf.hu/tst  
english.tf.hu/pss  
tst@tf.hu

ISSN 2498-7646



## LENDÜLETBEN A LABDARÚGÁS / FOOTBALL IN ACTION

### EREDETI KÖZLEMÉNYEK / ORIGINAL RESEARCH PAPERS

**A 3D computer simulator to examine the effect of wind and altitude on a soccer ball trajectory**

*A szél és a magasság futball labda röppályájára gyakorolt hatásának vizsgálata három dimenziós számítógépes szimulációval*

**Posztok és szerepek az európai női kosárlabdázásban a riói olimpián**

*Playing positions and roles in European women's basketball at the Rio Olympics*

**Esélyegyenlőség-vizsgálat utánpótláskorú labdarúgók körében**

*Equity examination among youth soccer players*

**Sportpszichológiai körkép 2017-ben. A Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság világgongresszusának legfontosabb témái**

*Sport psychology in 2017. The most important topics of the World Congress of the International Society of Sport Psychology*

**Konfliktuskezelő stratégiák a labdarúgó edző-játékos-szülők közötti interakciókban**

*Conflict management strategies in the soccer coach-player-parents interactions*





# TESTNEVELÉS, SPORT, TUDOMÁNY

PHYSICAL EDUCATION, SPORT, SCIENCE

---

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



2. évfolyam, 4. szám / Year 2, Issue 4  
2017

ISSN 2498-7646

# TARTALOM / TABLE OF CONTENT

Előszó / Foreword ..... 6

## EREDETI KÖZLEMÉNYEK / ORIGINAL RESEARCH PAPERS

### ◆ TERMÉSZETTUDOMÁNYOK / NATURAL SCIENCES

◆ A 3D computer simulator to examine the effect of wind and altitude on a soccer ball trajectory / *A szél és a magasság futball labda röppályájára gyakorolt hatásának vizsgálata három dimenziós számítógépes szimulációval* ..... 8  
*Alexander Egoyan, Ilia Khipashvili, Karlo Moistsrapishvili*

### ◆ SPORTÁGI TUDOMÁNYOK / SPORT SCIENCES

◆ Posztok és szerepek az európai női kosárlabdázásban a riói olimpián / *Playing positions and roles in European women's basketball at the Rio Olympics* ..... 19  
*Balogh Judit*

### ◆ GAZDASÁG- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYOK / SOCIAL SCIENCES

◆ Esélyegyenlőség-vizsgálat utánpótláskorú labdarúgók körében / *Equity examination among youth soccer players* ..... 31  
*Tóth Péter László, Dóczy Tamás*

◆ Sportpszichológiai körkép 2017-ben. A Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság világtalálkozásának legfontosabb témái / *Sport psychology in 2017. The most important topics of the World Congress of the International Society of Sport Psychology* ..... 45  
*Török Lilla, Kovács Krisztina, Gyömbér Noémi, Boda-Ujlaky Judit, Lénárt Ágota*

◆ Konfliktuskezelő stratégiák a labdarúgó edző-játékos-szülők közötti interakciókban / *Conflict management strategies in the soccer coach-player-parents interactions* ..... 55  
*Németh Zolt*

## TST+ / PSS+

◆ Iskola- és mozgáskultúra Szingapúrban, egy magyar testnevelő szemével / *Education and Active Life Style in Singapore, through the eyes of a Hungarian PE Teacher* ..... 82  
*Kovács Katalin*

◆ Kitekintés a sporttudományok világába / *Window to the world of sport sciences* ..... 89

◆ A 47. Mozgásbiológiai Konferencia programja / *Program of the 47th conference on motion biology* .. 93

◆ Útmutató szerzőinknek ..... 98

◆ Guidelines for authors ..... 101



# IMPRESSZUM

## FŐSZERKESZTŐ / EDITOR-IN-CHIEF

Koller Ákos (természettudományok / natural sciences)

## SZERKESZTŐK / EDITORS

Mocsai Lajos (sportági tudományok / sport sciences)

Hamar Pál (testnevelés és pedagógia / physical education and pedagogy)

Sterbenz Tamás (gazdaság- és társadalomtudományok / social sciences)

## SZERKESZTŐSÉGI MUNKATÁRSÁK / EDITORIAL STAFF

Dóczi Tamás, Ortutayné Léces Melinda, Török Lilla

## NYELVI LEKTOR / LANGUAGE PROOFREADER

Nemerkényiné Hidegkuti Krisztina

## LAPTERV ÉS NYOMDAI ELŐKÉSZÍTÉS / DESIGN AND PREPRESS

Király András

## SZERKESZTŐBIZOTTSÁG / EDITORIAL BOARD

Ács Pongrácz Pécsi Tudományegyetem (HU), Balogh László Debreceni Egyetem (HU), Borbély Attila Wekerle Sándor Üzleti Főiskola, Budapest (HU), Czyz, Stansislaw North West University, Potchefstroom (ZA), Duncker, Dirk Erasmus MC, Rotterdam (NL), Gál Andrea Testnevelési Egyetem, Budapest (HU), Géczi 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 Testnevelési Egyetem (HU), Préda István HM Honvédkórház, Budapest (HU), Révész László Eszterházy Károly Egyetem, 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 ÉS KIADÓ / EDITORIAL OFFICE AND PUBLISHER

A Testnevelési Egyetem hivatalos tudományos lapja | Megjelenik online és nyomtatásban, évente 4-szer. Lektorált folyóirat: az eredeti közleményeket két független, anonim bíráló véleményezi. Kiadja a Testnevelési Egyetem, Budapest. Felelős kiadó: Mocsai Lajos, rektor. Cím: 1123 Budapest, Alkotás u. 44. | Telefon: +36-1-487-9213 | E-mail: [tst@tf.hu](mailto:tst@tf.hu) | ISSN 2498-7646 (online), ISSN 2560-0346 (nyomtatott) / Official scientific journal of the University of Physical Education, Budapest, Hungary | Published online and in print 4 times in a year. Peer-reviewed journal: the manuscripts are reviewed by two independent experts. Published by the University of Physical Education, Budapest, Hungary. Publisher: Lajos Mocsai, rector. Address: Alkotás u. 44., Budapest, 1123 Hungary | Phone: +36-1-487-9213 | E-mail: [tst@tf.hu](mailto:tst@tf.hu) | ISSN 2498-7646 (online), ISSN 2560-0346 (print)

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 Olvasók! Tisztelt Szerzők!

Üdvözlöm Önöket a **Testnevelés, Sport, Tudomány (TST) 2017/4** számának megjelenése alkalmából. Az eddigi számok és a nagy érdeklődés bizonyítja, hogy a sporttémájú tudományos közlemények igénylik ezt a magas szintű, kétnyelvű fórumot. A TST hivatása, hogy hangsúlyozza a sporttudományok interdiszciplináris jellegét. Mivel a sport kizárólag az emberre jellemző önkéntes tevékenység, talán ez az egyik legkomplexebb tudományos terület. Bár a sport hatásainak egyes elemei vizsgálhatók az állatoknál is, a sporttevékenység pszichológiai, pedagógiai, társadalmi-gazdasági jelenségei és az azokat szabályozó mechanizmusok állatkísérletekben nincsenek jelen. Természetesen a humán kutatások esetében az egyes mechanizmusok tisztázása nehéz, de éppen ezért ez annál izgalmasabb feladat.

A sport és a testnevelés egyre nagyobb szerepet tölt be a társadalomban és az emberek egészségének fenntartásában, ezért fontos eszköze lehet annak, hogy magasabb szintre emelhesük a **Klebsberg Kunó által megfogalmazott jelszót: „Szellemet, erkölcsöt, erőt egyesíts”**. Bár sokszor nehéz szóba önteni egy edző munkáját, vagy a sportpályán elvégzett mozgásokat, gondolatokat és érzelmeket, mégis fontos hogy ezt megtegyük. Egy latin közmondás szerint: **„Verba volant, scripta manent”** azaz, **„A szó elszáll, az írás megmarad”**. És pont ezért fontos megjelentetni írásban azt a tudást, amit a sporttal foglalkozó szakemberek és kutatók pályájuk során felhalmoztak, így az örökíthető lesz a következő generációknak.

A jelen számban megjelenő közlemények izgalmas témákat ölelnek fel, melyben a kutatók a testnevelést és a sportot természettudományi, gazdaságtudományi, és neveléstudományi módszerekkel vizsgálták. A címlapon: **„Lendületben a labdarúgás”** jelzi, hogy ebben a számban 3 labdarúgással foglalkozó tudományos cikk jelenik meg, melyekről reméljük, hogy hozzájárulnak a magyar foci felemelkedéséhez.

A TST szerkesztősége várja mindazokat a sporttudományokkal foglalkozó kéziratokat, eredeti közleményeket és összefoglaló tanulmányokat, melyek a testnevelés, edzésmódszertan, társadalom- és természettudomány területén folyó kutatásokról számolnak be. Emellett, a sport bármely aspektusában végzett kísérletek, kutatások, vizsgálatok eredményeiből születő publikációknak is szeretnénk fórumot adni. Mivel újságunk kétnyelvű, ezért mind hazai, mind külföldi szerzőktől várunk kéziratokat. Minden beküldött cikket legalább két független bíráló értékeli, akik a rangos hazai és külföldi kutatókból álló szerkesztőbizottság tagjai közül kerülnek ki, ezzel is biztosítva a közlemények magas szintű minőségét.

**TST+** névvel bevezettünk egy új fejezetet, melyben érdekes híreket, beszámolókat, véleményeket, rövid eredményeket, riportokat, és konferencia felhívásokat foglalunk össze. Ide került be a **„Kitekintés a sporttudományok világába”** rovat, melyet érdemes elolvasni, mivel érdekes angol nyelvű sporttudományi cikkek tartalmát foglaljuk össze magyarul. Ezen cikkek megtalálhatók az interneten és javasoljuk, olvassák el őket a cikkekben idézett irodalommal együtt, még ha nem is szorosan tartozik az olvasó szakterületéhez.

A TST elsősorban online megjelenésű, mint sok más rangos tudományos folyóirat, így az interneten mindenki számára elérhető ([tf.hu/tst](http://tf.hu/tst)), elősegítve az olvasottság növelését, a tudományos kutatás és a már felhalmozott a tudás terjesztését. Emellett azonban a TST limitált példányszámban nyomtatott formában is megjelenik.

A szerkesztőség és a szerzők folyamatosan arra törekednek, hogy a TST az évek folyamán egy magas szintű sporttudományi folyóirattá nője ki magát. A Szerkesztőbizottság és a magam nevében kérem az Önök segítségét, hogy e nemes célt elérjük!

Tisztelettel,



Koller Ákos, főszerkesztő

## Foreword

Dear Readers and Authors!

I welcome you on the occasion of publishing the **2017/4 issue of Physical Education, Sport, Science (PSS)**. We hope that similar to the previous issues this one also measures up to the expected level of sport sciences. There is a great need for a high level bilingual forum to publish the scientific results obtained in various fields of sport sciences. It is important to emphasize that sport sciences are multidisciplinary, especially because sport is unique, as it is voluntarily “exercised” only by humans. Although some elements of sport and exercise can be studied in animal experiments, but the human aspects of psychology, pedagogy and social-economy and the mechanisms underlying these aspects are not present. Of course, this makes it even more difficult to clearly pinpoint the mechanisms responsible for the observations and the collected data, but this makes research even more challenging.

Physical education and sport (competitive or leisure) play an increasingly important role in the society and in the maintenance of healthy life of individuals. This recognition imposes a great responsibility on us and on our students to serve the idea of **Kuno Klebelsberg, the founder of our Institution: “Unite the mind, morals and strength”** to a higher level by doing high quality research in the fields of physical education and sport sciences.

Although, often it is very difficult to express the ideas and work of coaches or movements, thoughts and feelings of athletes on the field verbally or in written forms, yet it is very important to do it. As the Latin proverb says it: **„Verba volant, scripta manent”** that is: **“What is spoken flies, what is written never dies”**. For that very reason coaches and sport scientist have to put their knowledge in writing and to publish it in scientific journals to pass over their knowledge to the next generations.

On the cover page: **„Football in action”** indicates that 3 research articles are included in this issues dealing with football (and we hope that they will contribute to the improvement of Hungarian soccer).

PSS is open for manuscripts of original research and reviews on any field of sport sciences, such as physical education, theory of training, social sciences, or in economics. As this journal is bilingual, we are expecting manuscripts from foreign researchers, as well. Each manuscript sent to the journal is reviewed at least by two independent peer reviewers, primarily by the members of the Editorial Board, thereby ensuring the high quality of the papers and the journal.

In this issue we have introduced another section **PSS+**, which includes interesting news, comments, reports, brief results and information regarding future conferences. In this section can be found the **“Window to the world of sport sciences”** aiming to draw the attention of readers to important publications in various fields of sport sciences. We publish them in Hungarian language in the hope of reaching a wider range of Hungarian readers, but the original publication can be found on the Internet. Please read them, even if they are not closely related to your field of interest!

Just like many other prestigious scientific journals, PSS is published online (**english.tf.hu/pss**), thus it is accessible for all readers promoting the dissemination of knowledge and scientific research on sport sciences.

We hope that over the years the quality of PSS will further increase and will be “The Journal” to publish sport sciences related papers. On behalf of the Editorial Board and myself I am asking for your help in order to achieve this noble aim!

Sincerely yours,



Akos Koller, Editor-in-Chief

## A 3D computer simulator to examine the effect of wind and altitude on a soccer ball trajectory

### A szél és a magasság futball labda röppályájára gyakorolt hatásának vizsgálata három dimenziós számítógépes szimulációval

Alexander Egoyan, Iliia Khipashvili, Karlo Moistsrapishvili

Georgian State Teaching University of Physical Education and Sport, Tbilisi, Georgia

**Abstract** - It is well known that wind, altitude and air resistance can affect the trajectory of a soccer ball and cannot be neglected by players and coaches. The theoretical model of our ball kicking simulator is based on a system of differential equations and describes the complex effect of wind, altitude, temperature and Magnus force on a soccer ball trajectory. Our program together with calculated diagrams is supposed to help coaches and players to predict the necessary velocity vector to kick the ball into the goal. The main features of our simulator are its simplicity, the intuitive graphical design, the three-dimensionality, the possibility of adding virtual players and to view shots in the real-time regime. The program's interface represents a first-person's point of view where a virtual football player can move in the directions perpendicular and parallel to the opponent's goal. Simply by pressing the keyboard buttons, the user can easily change parameters and generate three-dimensional trajectories of a soccer ball. Our program allows us to calculate a soccer ball trajectory for different wind speeds and different altitudes and make rough approximations. Knowing the strength of their kicks, the players will be able to select the best angle for a kick taking into account the wind and altitude.

**Keywords:** projectile aerodynamics, Magnus force, computer modeling, air resistance

**Absztrakt** - Közismert, hogy a szél, a magasság és a légellenállás egyaránt befolyásolhatja a futball labda röppályáját, ezt pedig a játékosok és az edzők sem hagyhatják figyelmen kívül. Az általunk alkalmazott, a labda elrúgásának vizsgálatára készített szimulátor differenciálegyenletek rendszerén alapul, és megmutatja a szél, a magasság, a hőmérséklet és a Magnus-effektus bonyolult hatásmechanizmusát, mely a labda röppályáját meghatározza. A programunk, illetve a számításokat bemutató diagramok segítségével az edzők és játékosok megjósolhatják a szükséges sebességvektort, amellyel a labda a kapuba juttatható. Szimulátorunk legfontosabb tulajdonságai az egyszerűség, az intuitív grafikai dizájn, a háromdimenziósság, valamint a virtuális játékosok hozzáadásának, illetve a felvételek valós idejű megtekintésének lehetősége. A program kezelőfelülete egyes szám első személyű nézőpontból mutatja meg a helyzetet, amelyben egy virtuális labdarúgó az ellenfél kapujához képest párhuzamosan és merőlegesen mozgatható. A számítógép billentyűinek egyszerű lenyomásával a felhasználó könnyen alakíthat a paramétereken és létrehozhatja a futball labda különböző háromdimenziós röppályáit. A program segítségével kiszámíthatóvá és megbecsülhetővé válik a labda röppályája különböző szélerősség, vagy magasság esetén. Lövőerejükhöz mérten a játékosok képesek lehetnek a szél és a magasság figyelembevételével kiválasztani az ideális szöveget a rúgás elvégzéséhez.

**Kulcsszavak:** aerodinamika, Magnus-effektus, számítógépes modellezés, légellenállás

## Introduction

The motion of a ball through the air is one of the most complex problems in sports science, and it is still not completely understood to this day. One of the reasons why this problem is so challenging is that, in general, there are many different forces acting on the ball, including gravity, drag and Magnus force, which in their turn depend on the ball's mass, cross-sectional area, form and shape, as well as on the external factors such as air density and the air velocity (De Mestre, 1990; Dupeux et al., 2010; Mehta, 1985; White, 2010).

It is possible to classify the different ball sports in three categories: the ones dominated by gravity, the ones dominated by aerodynamics and the ones where both effects can be used. For example, table tennis, golf and tennis are dominated by aerodynamics; basketball and handball by gravity; and, finally, soccer, volleyball and baseball belong to the third group of sports where both gravity and aerodynamics play comparable roles (Dupeux et al., 2011).

The forces on projectiles moving through the air have been discussed in many articles [De Mestre, 1990; Mehta, 1985; Myers & Mitchell, 2013; Wesson, 2002; White, 2010]. The trajectory of a soccer ball is governed by three different forces: gravity, drag and Magnus force.

Simulation software helps us to understand how elite soccer players like Beckham and Carlos do what they do in a free kick (Bray & Kerwin, 2003; Carre' et al., 2002; Passmore et al., 2008). Thanks to simulation software, researchers at the University of Sheffield, Yamagata University, and Fluent have been able to figure out the complex physics of soccer and solve the mystery of "bending" free kicks (Asai et al., 2007; Barber et al., 2009; Goff & Carre, 2009; Goff & Carre, 2010). Researchers study how the motion of soccer balls depends on the shape and design of the balls by using computer modeling (Alam et al., 2012; Alam et al., 2014; Asai & Seo, 2013; Carre' et al., 2005; Oggiano & Sætran, 2010).

Since there are many football kick simulators for modeling how the same kick behaves under different external conditions, it is often difficult to decide which one to choose. Main factors which put obstacles in the way of the use of many existing simulators are the following:

- Data published in the scientific literature often

contradict each other. A good model should have enough complexity and be compatible with the reliable scientific data.

- Almost all simulators which model the effect of altitude and Magnus force are not programmed to model the effect of wind.
- We failed to find simulators modeling the wind effect for arbitrary directions of the wind and not only for head or tail winds or crosswinds.
- Most simulators are two-dimensional or use wrong proportions when displaying the field in 3D.
- Many simulators have complicated interfaces and are non-intuitive.

The purpose of our research is to create a reliable computational approach for modeling a soccer ball trajectory taking into account the complex effect of such factors as wind and altitude. The research also has educational purposes to make the process of modeling of the motion of a soccer ball simpler and more comprehensible.

## The Method of Computer Modeling

To calculate the trajectory of the ball in the air the following model is used. The force acting on the ball could be calculated as (Myers & Mitchell, 2013):  $F = F_G + F_D + F_S + F_L$ , where  $F_G$  is the downward force experienced by gravity,  $F_S$  is the sideways component of the Magnus force and  $F_L$  is the lifting component of the Magnus force. Fig. 1 shows the various forces on the ball: the gravitational force  $F_G$  points downward; the drag force  $F_D$  is opposite to the ball's velocity  $v$ ; the lift force  $F_L$  is perpendicular to the ball's velocity  $v$  and lies in the plane formed by the velocity  $v$  and the ball's weight; and the sideward force  $F_S$  (not shown) is toward the page.

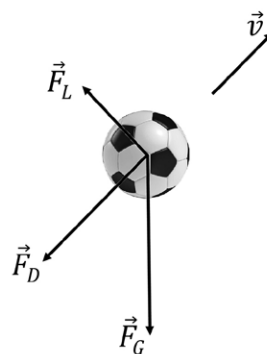


Figure 1. Forces acting on a soccer ball.



To further explain  $F_S$  and  $F_L$  imagine a ball that is rotating strictly with topspin or backspin. The ball will have no sideward rotation hence  $F_S = 0$ . Likewise, consider a ball that has strictly a sideward spin. The Magnus force now has no component in the z direction and thus  $F_L = 0$ . However, when a ball is rotating in more than one axis,  $F_S$  and  $F_L$  must be considered.

According to the accepted theoretical model, magnitudes of forces  $F_D$ ,  $F_S$ ,  $F_L$  are proportional to the air density, the ball's cross-sectional area and the corresponding aerodynamical coefficient, and inversely proportional to the mass of the ball:

$$F_D = C_D \cdot (\rho \cdot A / 2.0 / m), F_L = C_L \cdot (\rho \cdot A / 2.0 / m), \\ F_S = C_S \cdot (\rho \cdot A / 2.0 / m),$$

where  $\rho$  is air density,  $A$  is the cross-sectional area of the ball,  $m$  is the mass of the ball and  $C_D$ ,  $C_L$ ,  $C_S$  are aerodynamical coefficients which depend on air density, wind, ball's velocity, spin, form and shape.

Air density  $\rho$  decreases with increasing altitude. An approximate relation gives about a 3% reduction in air density for every 305m increase in altitude. This relation can be described using a simple formula:

$$\rho = \rho_0 \cdot (100 - (h \cdot 3 / 305)) / 100, \text{ where } \rho_0 = 1.225 \text{ kg/m}^3 \text{ is air density at sea level at } 15^\circ\text{C}.$$

For describing the motion of the ball in the air the system of differential equations (8)-(10) from (Myers & Mitchell, 2013) was used. The system doesn't include wind, so we had to add the wind component. This has been done according to the method described in (Wesson, 2002).

The typical parameter values used in our model are shown in Table 1 (see (Myers & Mitchell, 2013; Wesson, 2002)).

**Table 1.** Typical parameter values.

Parameter	Value
Ball's mass $m$	0.430 kg
Ball's diameter $D$	0.22 m
Ball's cross-sectional area $A$	0.039 m <sup>2</sup>
Air density $\rho$	1.225 kg/m <sup>3</sup>
Temperature $T$	288.15 K
Drag coefficient $C_D$	0.2
Drag coefficient $C_S$	0.0
Drag coefficient $C_L$	0.0

The main features of our ball kicking simulator that distinguish it from other simulators are:

1. Its simplicity: only by pressing the arrow buttons in combination with Ctrl, Alt and Shift keys the user can easily change the position of the virtual player on the virtual field, as well as the initial velocity, direction and angular deviance of the ball's velocity. We use left, right, up and down arrows for motion, Ctrl + arrows for rotations of the velocity vector; Shift + arrows for changing the wind's components along the directions parallel and perpendicular to the sides of the football field, Alt + arrows (left, right) for changing altitude; Alt + arrows (up, down) for changing the initial velocity of the ball, Ctrl + Alt + arrows for changing topspin and backspin and, finally, we use Enter for kicking. Pressing the arrows, we can increase or decrease the value of the selected parameter.

2. The intuitive graphical design (see Fig. 2): the program's interface represents the first-person's point of view where a virtual football player can move in the directions perpendicular and parallel to the opponent's goal. The interface has two parts: the upper part displays the football field and players, while the lower part displays the values of the main parameters and the hints containing key combinations for changing those values. Main parameters such as the ones that coordinate the virtual player on the field, the horizontal and vertical deviations of the velocity vector, the values of the initial velocity of the ball, its topspin and backspin, as well as the values of altitude and wind components are shown in the table together with the key combinations for changing those parameters. There is also an instruction explaining how to use functional keys F1, F2, F3, F4 and F8 for working with calculated trajectories at the bottom of the screen. The program also displays the coordinates of the final position of the ball when it passes through the goal or lands on the ground.

3. Three-dimensionality: the football field on the screen has a perspective, it changes its size when the user changes the shooter's position on the field and all its proportions correspond to the real football field proportions.

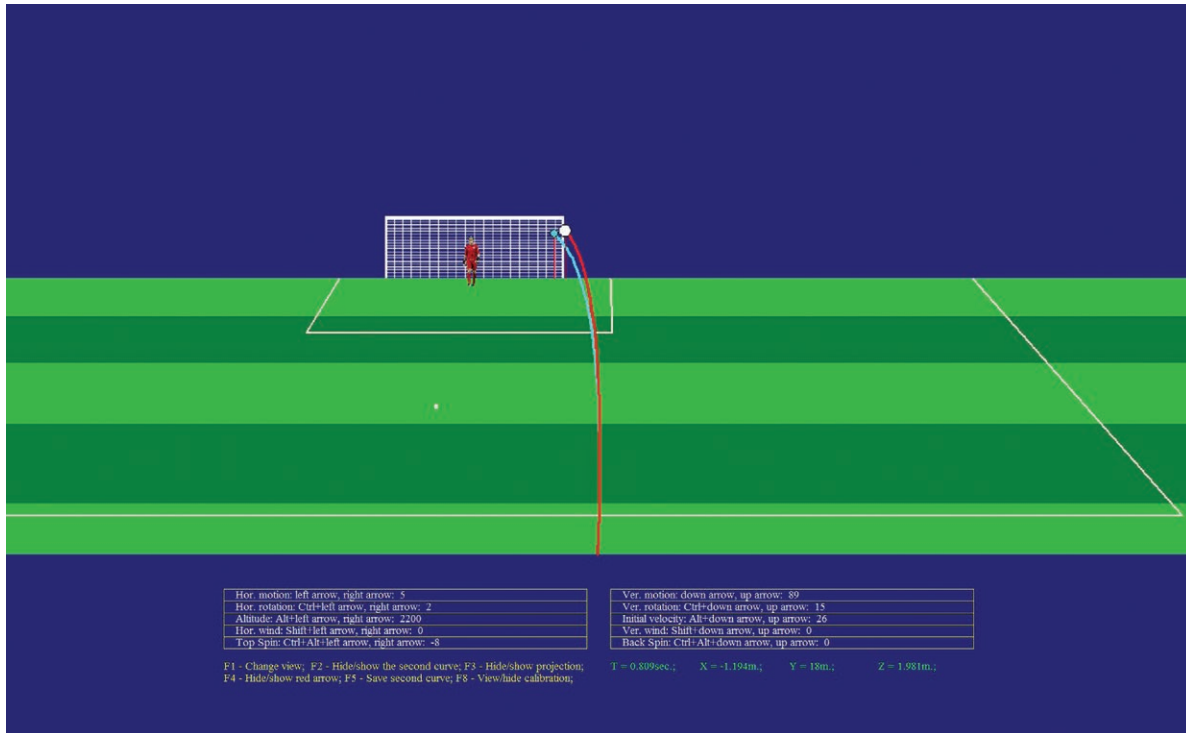
4. The possibility to add virtual players: by entering their coordinates on the field the user can add virtual players. This allows us to predict whether the ball will strike the opponent's players or not.

5. The possibility to view shots in the real-time regime: soccer ball trajectories are synchronized with the time variable making the simulation more realistic.

6. The option to compare two different trajectories: the computer program allows the user to save the calculated trajectory and display it later

together with another trajectory.

7. The option to display the projection of the ball's trajectory on the field in order to create the feeling of three-dimensionality: this option allows the user to estimate two angles - the angle of vertical deviation and the angle of horizontal azimuthal deviation of the ball's trajectory.



**Figure 2.** Interface of the computer program

The user can easily change the wind components: the orientation of the football field on the screen doesn't change and the wind may be represented as a superposition of two winds - vertical and horizontal, parallel and perpendicular to the sides of the field, respectively. The program allows switching views between three-dimensional to two-dimensional, including the top, front and side projections of the field.

### Results of Computer Modeling and Discussion

Imagine a soccer ball that flies through still air. We assume that the ball has no spin. We know that the flight of a ball through a vacuum is governed by gravity and its trajectory is a parabola. However, when the projectile is launched through the air there is an aerodynamic drag force  $F_D$  which acts in the opposite direction to the instantaneous velocity of the ball and decreases the speed of the

ball. The magnitude of the drag force depends on the speed of the ball through the air, the cross-sectional area of the ball, and the shape and surface characteristics of the ball. The shape and surface characteristics are accounted for by the drag coefficient  $C_D$  which is usually about 0.2 for non-spinning soccer balls (Asai et al., 2007; Myers & Mitchell, 2013; Wesson, 2002). Fig. 3 shows that drag can significantly change the ball's trajectory depending on the starting angle of a kick.

Trajectories of a free kick and a goal kick started at angles  $15^\circ$  and  $45^\circ$ , respectively, with the same velocities equal to 30 m/s. Dash lines show trajectories calculated without drag.

Using our program, we have calculated how the range of a goal kick launched at  $45^\circ$  depends on the starting velocity of the kick and the altitude. Fig. 4 shows that the calculated graphs have almost linear character: for  $V_0=15$  m/s the range increases only

by 0.9 m when the altitude increases from 0 m to 3000 m, while for  $V_0=30$  m/s such an increase is about 7 m and it is about 9.7 m for  $V_0=35$  m/s. A rough approximation for goal kicks is, that a ball

that travels about 50 m through the air at sea level will travel about 2.0-2.5 m further with each 1000 m increasing of altitude.

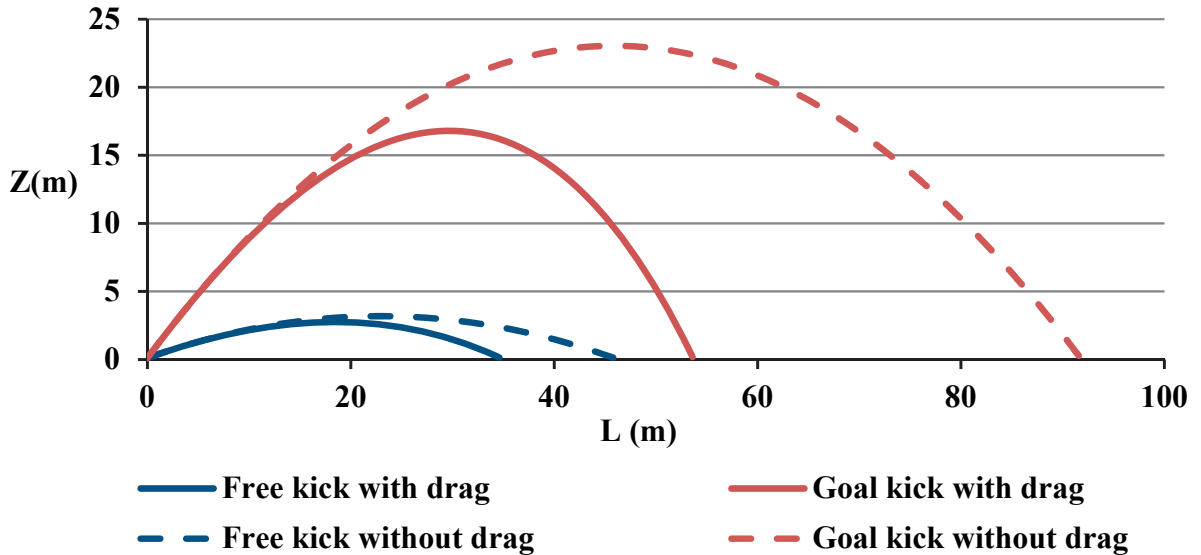


Figure 3. Trajectories of a free kick and a goal kick with and without drag.

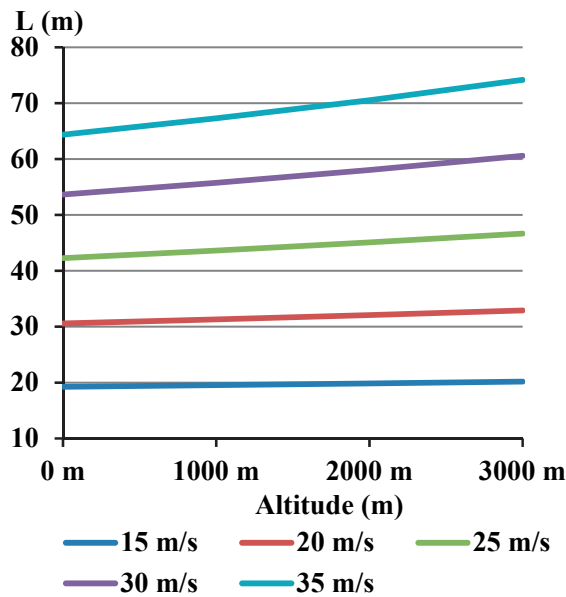


Figure 4. Dependencies of the range of a goal kick on the altitude.

When there is a wind, the speed of the air over the ball is changed and there is an additional force on a ball. This force depends on the speed of the ball and is approximately proportional to the speed of the wind [19]. It is clear that a tail wind will increase the range of a kick and head wind will decrease it. Fig. 5 shows how the range of a goal

kick depends on the ball's starting velocity and the speed of the wind.

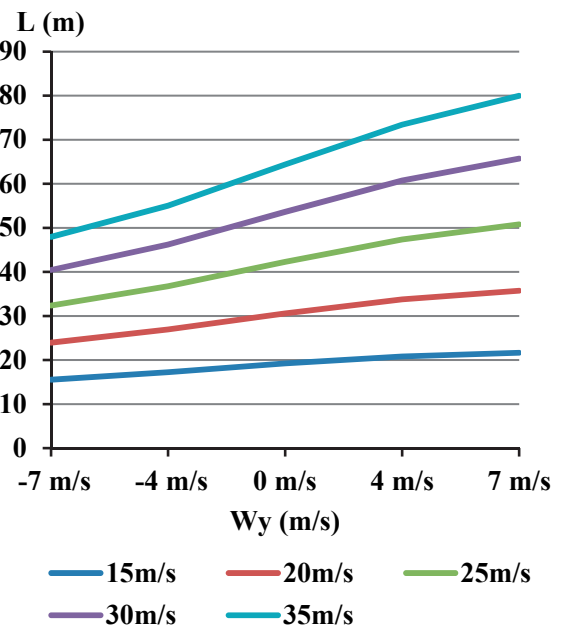


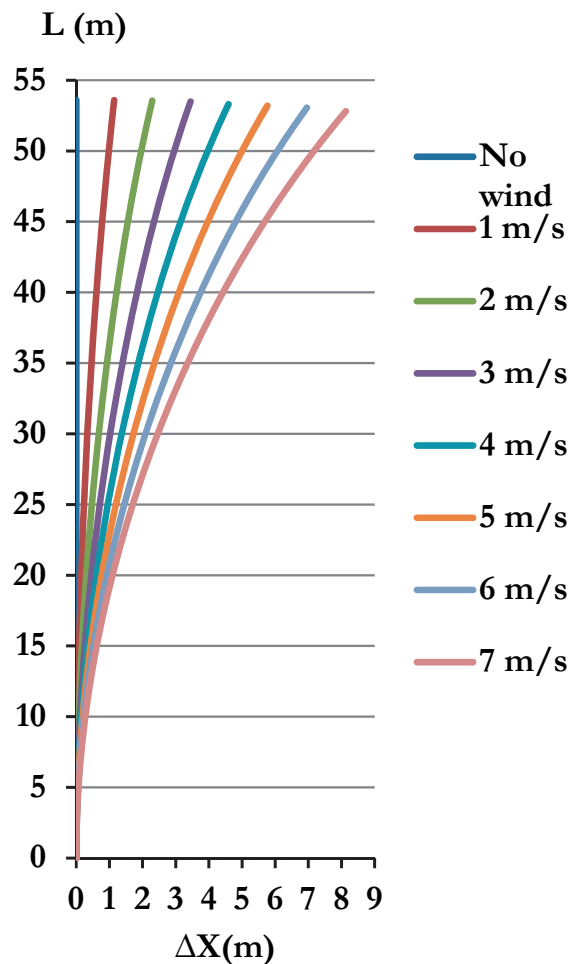
Figure 5. Dependencies of the range of a goal kick on the speed of a tail/head wind.

Here we also see almost linear graphs, where the effect of a wind increases when the initial velocity of the ball increases. For a goal kick at sea level

with  $V_0=30$  m/s, a rough approximation is that the range is increased or decreased by 2 m for each meter per second of the wind. For example, a goal kick which without a wind would reach the back of the center circle would be carried by a 13.5 m/s (30 mph) tail wind into the penalty area.

Crosswinds of moderate strength or less do not affect the range of soccer balls very much. However, they can deflect their trajectory quite considerably. The deviation traces out the curved path because of natural drag effects which reduce the duration of the flight (White, 2010).

Our calculations show that each meter per second of a side wind displaces the flight of a goal kick launched at  $45^\circ$  with  $V_0=30$  m/s approximately by 1 m (see Fig. 6).



**Figure 6.** Top view of trajectories of a goal kick deflected by a side wind.

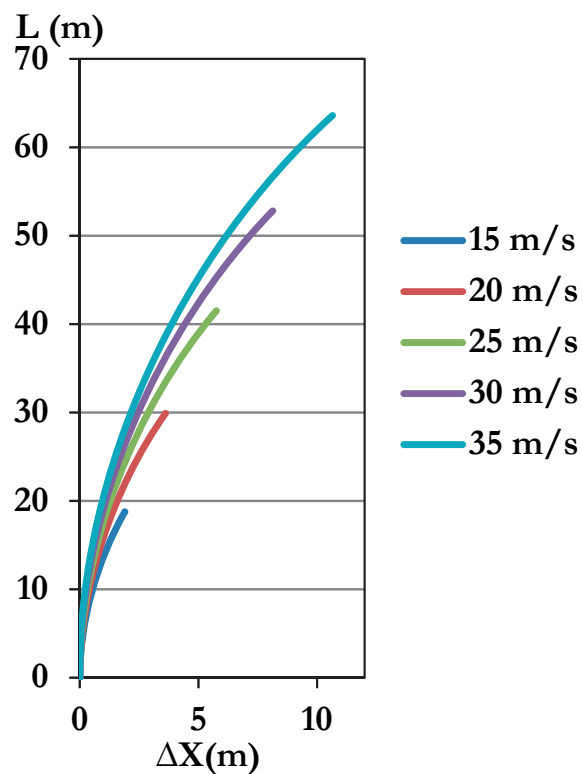
As we would expect, the deflection caused by a side wind increases with the wind speed and with

the time of flight. A 7 m/s side wind displaces the flight of a penalty kick by 18 cm, and a 10 m/s side wind by about 0.26 m. For free kicks and goal kicks the deflection caused by a side wind increases. For example, a 7 m/s side wind would deflect a 20 m free kick by about 60 cm and a goal kick by about 8 meters.

These trajectories are calculated for a goal kick with the starting parameters  $V_0=30$  m/s and  $\alpha=45^\circ$

The side wind's velocity takes all integer values from the interval between 0 m/s and 7 m/s.  $\Delta X$  is the displacement of the ball along the OX axis. The deflection  $D=|\Delta X|$ .

In Fig. 7 goal kick trajectories are shown (top view) for different starting velocities when the side wind is constant and equals to 7 m/s. Starting velocities take integer values from the interval between 15 m/s and 35 m/s. We can see that both displacements increase when the starting speed increases and are connected by the linear equation  $L \approx 5 \cdot \Delta X + 10$  (see Fig. 7).

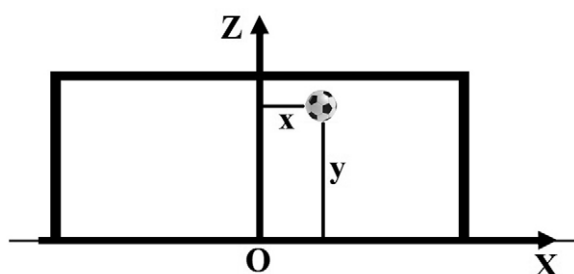


**Figure 7.** Top view of trajectories of goal kicks deflected by a 7 m/s side wind.

These goal kicks are launched at the same angle  $\alpha=45^\circ$  with different velocities: 15 m/s, 20 m/s, 25 m/s, 30 m/s and 35 m/s.

At high altitudes wind effects become weaker: for example, the deflection of a goal kick with  $V_0=30$  m/s and  $\alpha=45^\circ$  caused by a crosswind with  $W_x=7$  m/s at 3000 m altitude becomes 6.924 m against 8.06 m deflection at sea level.

Next to goal kicks we study free kicks which are very important in the soccer game. Let's consider a free kick launched at the angle  $\alpha=15^\circ$  and velocity  $V_0=26$  m/s. There is no spin applied to the ball. The distance to the goal is 19 m and the starting point lies on the axis OY (see Fig. 5). The coordinates of the starting point are (0, 19m, 0). The horizontal (azimuthal) deviation of the starting velocity vector is zero. This means that the initial velocity vector lies in the YOZ plane.



**Figure 8.** A reference frame associated with the goal.

The center of the reference frame is placed on the ground in the center of the soccer goal. The coordinates of the top left corner of the goal are (-3.66, 2.44).

Using our program, we calculate X and Z coordinates of the ball on the point where it crosses the XOZ plane and also calculate the ball's possible

displacements  $\Delta X$  and L along OX and OY axes before reaching the ground. We consider the cases for still air with no wind, tail wind 7 m/s, head wind 7 m/s, crosswinds 4 m/s and 7 m/s. Altitude takes four different values: 0 m, 1000 m, 2000 m and 3000 m. Then we compare the calculated cases with the first case from Table 2 calculated at sea level with no wind. Our calculations show that at sea level a 7 m/s tail wind increases z coordinate of the ball crossing the goal's plane by 16 cm, while the head wind decreases it by 25.8 cm. The deflections caused by 4 m/s and 7 m/s crosswinds at sea level are 0.353 m and 0.635 m, respectively. The calculations clearly demonstrate that at higher amplitudes the ball flies higher and farther, but the wind's effects become weaker: for example, at 3000 m altitude the displacement along z coordinate caused by the 7 m/s tail wind and -7 m/s head wind are 10.04 cm and -14.9 cm, respectively. Crosswinds at 3000 m altitude also makes the ball's trajectory weaker and deflect the ball's trajectory by 0.244 m in case of the 4 m/s crosswind and by 0.438 m in the 7 m/s crosswind. We see that crosswinds affect the position of the point where the ball crosses the goal's plane stronger than tail and head winds of the same strength. Tail winds significantly affect the whole range of kick L increasing it by 2.5-3.5 m depending on the altitude. The effect of head winds becomes significantly weaker at higher altitude: under the influence of the -7 m/s head wind when the ball flies at 26.989 m at the altitude 3000 m, which is only by 0.684 m less than the range of the same kick in the still air at sea level.

**Table 2.** Displacements of a free kick with no spin for different wind speeds and altitudes.

#	$W_y$ (m/s)	$W_x$ (m/s)	Altitude(m)	X(m)	Z(m)	$\Delta X$ (m)	L (m)
1	0	0	0	0	1.944	0	27.673
2	7	0	0	0	2.104	0	30.218
3	-7	0	0	0	1.686	0	24.77
4	0	4	0	0.353	1.938	0.77	27.61
5	0	7	0	0.635	1.925	1.372	27.483
6	0	0	1000	0	1.992	0	28.195
7	7	0	1000	0	2.133	0	30.568
8	-7	0	1000	0	1.775	0	25.467
9	0	4	1000	0.316	1.987	0.715	28.136



10	0	7	1000	0.568	1.976	1.273	28.015
11	0	0	2000	0	2.04	0	28.742
12	7	0	2000	0	2.162	0	30.93
13	-7	0	2000	0	1.859	0	26.205
14	0	4	2000	0.28	2.035	0.656	28.686
15	0	7	2000	0.502	2.026	1.169	28.57
16	0	0	3000	0	2.087	0	29.316
17	7	0	3000	0	2.191	0	31.304
18	-7	0	3000	0	1.938	0	26.989
19	0	4	3000	0.244	2.083	0.593	29.265
20	0	7	3000	0.438	2.075	1.058	29.161

X, Z are the ball coordinates in the point where the trajectory crosses the goal's plane,  $\Delta X$  is the horizontal displacement of the ball and L is its range when the ball reaches the ground. The kick's launching angle is  $15^\circ$  and starting velocity is 26 m/s.

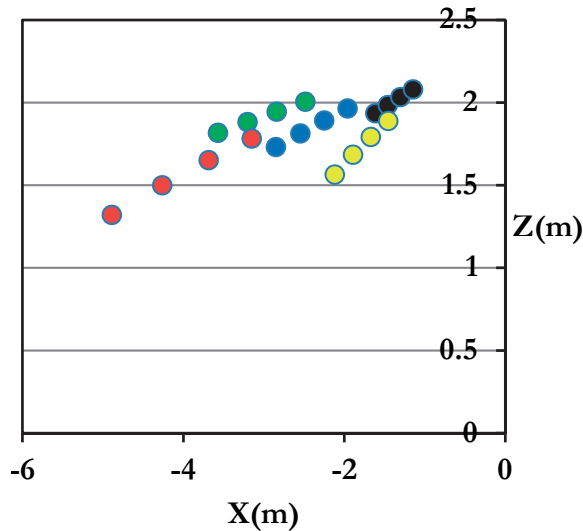
At the next stage, we consider the same kick with topspin=-8 rev/sec applied to the ball. The results of computer modeling are shown in Table 3 and

Fig. 9. In general, the aerodynamical coefficients depend on the spin of the ball and are calculated according to the diagrams presented in the reliable scientific papers ([1], [2]). In our case with topspin=-8 rev/sec,  $C_D \approx 0.242$  and  $C_S \approx -0.242$ . The initial velocity  $V_0 = 26$  m/s and its vector lies in the YOZ plane.

**Table 3.** Displacements of a free kick with topspin for different wind speeds and altitudes.

#	$W_y$ (m/s)	$W_x$ (m/s)	Altitude(m)	X(m)	Z(m)	$\Delta X$ (m)	L (m)
1	0	0	0	-2.851	1.731	-5.209	25.25
2	7	0	0	-1.616	1.936	-3.468	28.019
3	-7	0	0	-4.89	1.321	-7.116	22.14
4	0	7	0	-2.118	1.565	-3.36	23.637
5	0	-7	0	-3.571	1.817	-7.162	26.57
6	0	0	1000	-2.547	1.814	-4.914	25.981
7	7	0	1000	-1.46	1.985	-3.251	28.553
8	-7	0	1000	-4.263	1.5	-6.75	23.076
9	0	7	1000	-1.892	1.685	-3.211	24.458
10	0	-7	1000	-3.203	1.882	-6.722	27.226
11	0	0	2000	-2.251	1.892	-4.584	26.744
12	7	0	2000	-1.303	2.033	-3.014	29.107
13	-7	0	2000	-3.687	1.652	-6.334	24.06
14	0	7	2000	-1.671	1.792	-3.035	25.322
15	0	-7	2000	-2.841	1.945	-6.072	27.47
16	0	0	3000	-1.96	1.965	-4.218	27.542
17	7	0	3000	-1.146	2.08	-2.754	29.68

18	-7	0	3000	-3.151	1.783	-5.864	25.098
19	0	7	3000	-1.455	1.889	-2.829	26.231
20	0	-7	3000	-2.484	2.005	-5.712	28.612



**Figure 9.** Coordinates of spinning ball trajectories crossing the goal's plane calculated for different altitudes and winds.

$X$ ,  $Z$  are the ball's coordinates in the point where the trajectory crosses the goal's plane,  $\Delta X$  is the horizontal displacement of the ball and  $L$  is its range when the ball reaches the ground. The kick's launching angle is  $15^\circ$  starting velocity is  $26 \text{ m/s}$  and topspin  $= -8 \text{ rev/sec}$

First, we consider the ball's motion at sea level and start with kick#1 from Table 3 and then we compare kicks 2, 3, 4, 5 to that kick. Under the influence of Magnus force the ball's trajectory starts to curve to the left just like in Fig. 1. This curving leads to the final displacement  $\Delta X = -5.209 \text{ m}$  (first blue marker from the left in Fig. 9). The position of the ball in the goal is  $(-2.851, 1.731)$  against  $(0, 1.944)$  calculated without spin. Kicks from Table 3 are more widely distributed than kicks from Table 2. A  $7 \text{ m/s}$  tail wind increases the range of the kick almost by  $3 \text{ m}$  and decreases the deflection by  $1.74 \text{ m}$ , and the position of the ball in the goal is  $(-1.616, 1.936)$  (first black marker from the left in Fig. 9). A  $-7 \text{ m/s}$  head wind decreases the range of kick #1 by  $3.11 \text{ m}$  and increases the deflection by  $1.9 \text{ m}$ , and the position of the ball in the goal is  $(-4.89, 1.321)$  (first red marker from the left in Fig. 9). Side winds significantly change the deflection of the ball's trajectory when passing through the

goal: a  $7 \text{ m/s}$  side wind decreases it by  $1.849 \text{ m}$  (first yellow marker in Fig. 9), and a  $-7 \text{ m/s}$  side wind increases it by  $1.953 \text{ m}$  (first green marker in Fig. 9). The final deflections of these two kicks are  $3.36 \text{ m}$  and  $7.162 \text{ m}$ , respectively (see Table 3).

The blue markers correspond to the still air with no wind, the red - to a  $-7 \text{ m/s}$  head wind, the green - to a  $-7 \text{ m/s}$  side wind, the yellow - to a  $7 \text{ m/s}$  side wind and the black - to a  $7 \text{ m/s}$  tail wind. The kick starts from the point  $(0, 19 \text{ m}, 0)$  lying on the  $OY$  axis.

At higher altitudes balls fly faster, farther, higher and curve less: Fig. 9 shows that increase of altitude moves the markers of the same color to the right and higher. Even without wind the increase of altitude from sea level to  $1800 \text{ m}$  leads to the horizontal displacement of the ball's trajectory in the goal's plane by about  $0.55 \text{ m}$ . This result is in good agreement with the data published in (Hörzer et al., 2010).

Besides altitude there is another factor affecting the air density - the temperature. All our trajectories were calculated for the temperature  $T = 15^\circ \text{ C}$  which corresponds to sea level standard temperature  $288.15 \text{ K}$ .

Air density  $\rho$  depends on temperature  $T$  and may be calculated using the following formulas:

$\rho = p / (R_{\text{specific}} \cdot T)$ , where  $p \approx p_0 \cdot \exp(-gMh/R_0/T_0)$   
- absolute pressure,  $R_{\text{specific}} = 287.058 \text{ J}/(\text{kg}\cdot\text{K})$ ,  $T$   
- absolute temperature (K),  $p_0 = 101.325 \text{ kPa}$  - sea level standard atmospheric pressure,  $g = 0.9806 \text{ m/s}^2$  - earth-surface gravitational acceleration,  $M = 0.0289644 \text{ kg/mol}$  - molar mass of dry air,  $h(\text{m})$  - altitude,  $R_0 = 8.31447 \text{ J}/(\text{mol}\cdot\text{K})$  - ideal (universal) gas constant,  $T_0 = 288.15 \text{ K}$  - sea level standard temperature.

In our program the temperature together with the ball's mass, the ball's cross-sectional area, the ball's diameter and aerodynamical coefficients is an external parameter and may be changed using a special interface. But there is also a rough approximation: the air density decreases when temperature increases and a  $5^\circ \text{ C}$  temperature increase is approximately equivalent to a  $150 \text{ m}$  increase of altitude. This means, that the increase

of temperature by 15° C from 15° C to 30° C is equivalent to the increase of altitude by 450 m which cannot be neglected especially if there is a side wind.

## Conclusions

In this paper, a computational study of the three-dimensional equations describing the motion of a soccer ball through the air is presented. Excellent agreement is demonstrated between our results and numerical, analytical and experimental results published in the reliable scientific papers. The analytical solution shows explicitly how the ball's motion depends on parameters such as the ball size, mass and velocity and atmospheric conditions. The importance of applying three-dimensional models, rather than two-dimensional approximations, is demonstrated.

Based on our analysis we make rough approximations and recommendations for athletes and coaches:

For a goal-kick at sea level a rough approximation is that the range is increased or decreased by 2 m for each meter per second of the tail/head wind.

A rough approximation for goal kicks is, that a ball that travels about 50 m through the air at sea level will travel about 2.0-2.5 m farther with each 1000 m increasing of altitude.

Our calculations show that each meter per second of a side wind increases the deflection of the flight of a goal kick approximately by 1 m.

In case of free kicks crosswinds produce 2-3 times greater displacements in the goal's plane than tail/head winds.

At higher altitudes, it is more effective to use straight and fast free kicks, while at lower altitudes curved free kicks may be more resultative.

At higher altitudes balls fly faster, farther, higher and curve less.

Air density decreases when temperature increases. The increase of temperature by 5° C at sea level is approximately equivalent to the increase of altitude by 150 m.

Players should be aware of possible external effects on the ball trajectory. If they understand what happens in certain situations, that improves their performance. Our program helps players and coaches to understand and predict the effects of wind and altitude on the trajectory of a soccer ball. Players who are aware of altitude's and wind's

effect on aerodynamics could have an advantage over those who don't. Knowing the average initial velocity of their kicks players can model how the ball will fly under effects of wind and altitude and determine the right angle for kicking. They will be able to better predict a trajectory of a soccer ball during a game and occupy better positions.

## References

1. Alam, F., Chowdhury, H., Stemmer, M., Wang, Z., Yang, J. (2012). Effects of surface structure on soccer ball aerodynamics. *Procedia Engineering* 34, 146 – 151.
2. Alam, F., Chowdhury, H., Loganathan, B., Mustary, I., Watkins, S. (2014). Aerodynamic Drag of Contemporary Soccer Balls. 19th Australasian Proceedings of Fluid Mechanics Conference, Melbourne, Australia.
3. Asai, T., Seo, K., Kobayashi, O., Sakashita, R. (2007). Fundamental aerodynamics of the soccer ball. *Sports Eng* 10, 101–110.
4. Asai, T., Seo, K. (2013). Aerodynamic drag of modern soccer balls. *SpringerPlus* 2, 171-178. <http://dx.doi.org/10.1186/2193-1801-2-171>
5. Barber, S., Chin, S. B., Carré, M. J. (2009). Sports ball aerodynamics: A numerical study of the erratic motion of soccer balls. *Computers & Fluids* 38(6), 1091–1100.
6. Bray, K., Kerwin, D. (2003). Modelling the flight of a soccer ball in a direct free kick. *J Sports Sci* 21(2), 75–85.
7. Carre', M. J., Asai, T., Akatsuka, T., Hakke, S. J. (2002). The curve kick of a football II: flight through the air. *Sports Eng* 5, 193–200.
8. Carre', M. J., Goodwill, S. R., Haake, S. J. (2005) Understanding the effect of seams on the aerodynamics of an association football. *J Mech Eng Sci* 219, 657–666.
9. De Mestre, N. (1990). *The Mathematics of Projectiles in Sports*, Cambridge U. P., Cambridge.
10. Dupeux, G., Le Goff, A., Qur, D., Clanet, C. (2010). The spinning ball spiral. *New J Phys* 12, 1-12. <http://dx.doi.org/10.1088/1367-2630/12/9/093004>
11. Dupeux, G., Cohen, C., Le Goff, A., Quere, D., Clanet, C. (2011). Football curves. *Journal of Fluids and Structures* 27, 659–667.
12. Goff, J. E., Carre', M. J. (2009). Trajectory analysis of a soccer ball. *Am J Phys* 77(11),

- 1020–1027.
13. Goff, J. E., Carre', M. J. (2010). Soccer ball lift coefficients via trajectory analysis. *Eur J Phys* 31, 775–784.
  14. Hörzer, S., Fuchs, C., Gastinger, R., Sabo, A., Mehnem, L., Martinek, J., Reichel, M. (2010). Simulation of spinning soccer ball trajectories influenced by altitude, 8th conference of the International Sports Engineering Association (ISEA). *Procedia Eng* 2, 2461–2466.
  15. Mehta, R. D. (1985). Aerodynamics of sports balls, *Annu. Rev. Fluid Mech.* 17, 151–189.
  16. Myers, T. G., Mitchell, S. L. (2013). A mathematical analysis of the motion of an in-flight soccer ball. *Sports Eng* 16, 29-41. <http://dx.doi.org/10.1007/s12283-012-0105-8>
  17. Oggiano, L., Sætran, L. (2010). Aerodynamics of modern soccer balls. *Procedia Eng* 2, 2473–2479.
  18. Passmore, M., Tuplin, S., Spencer, A., Jones, R. (2008). Experimental studies of the aerodynamics of spinning and stationary footballs. *Proc Inst Mech Eng Part C J Mech Eng Sci* 222(2), 195–205.
  19. Wesson, J. (2002). *The science of soccer*. IoP Pub. Ltd., Bristol.
  20. White, C. (2010). *Projectile Dynamics in Sport: Principles and Applications*. Routledge.

## Posztok és szerepek az európai női kosárlabdázásban a riói olimpián

### Playing positions and roles in European women's basketball at the Rio Olympics

Balogh Judit

Testnevelési Egyetem, Sportági Intézet, Sportjáték Tanszék, Budapest

**Abstract** - Más csapatsportágakhoz hasonlóan a nemzetközi szintű női kosárlabdázásban is előtérbe került a kondicionális képességek fejlesztése. A játékosok erőnlétének javulása a szabályváltozásokkal együtt átalakította a játékot. A vizsgálat célja, hogy a riói olimpián szereplő európai csapatok szoros mérkőzéseinek (N=17) statisztikai elemzésével képet kapjunk a női kosárlabdázás egyes jellemzőiről és a posztok szerepéről a játékban. Az eredmények azt mutatják, hogy a csapatokra a korábbinál szabadabb, kevésbé merev posztfelfogás jellemző, a posztok a korábbiaknál rugalmasabbak, átjárhatóbbak lettek. A csapatok különböző szerkezetekben, szokatlan felállásokban is eredményesen játszanak. A különböző posztú játékosok aktívak a mezőnyben, sokféle feladatot ellátnak, éppen ezért minden korosztályban kiemelten fontos a sokoldalú képességfejlesztés.

**Kulcsszavak:** női kosárlabda, szerkezet, szerepek, posztok, statisztika

**Abstract** - Similarly to other team sports, the focus on strength and conditioning began to play a significant role in international women's basketball. The improvement of players' physical condition along with the rule changes modified the game. The goal of the research is to gain an understanding about some characteristics of women's basketball and the roles of different playing positions in the game by analyzing the game-related statistics of close games (N=17) played by European teams at the Rio Olympics. The results show that in contrast with earlier times, there is a much more open, less strict approach among positions that are more flexible and accessible. Teams play in different, uncommon lineups in an effective way. Players on various positions are more active on the outside areas, they perform various tasks, therefore it is a high priority for a versatile training in every age-group.

**Keywords:** women's basketball, lineups, roles, positions, game-related statistics

#### Bevezetés

A magas szintű kosárlabdázás speciális testfelépítést és sokféle képességet feltételez. A testi adottságok behatárolják a karrier lehetőségét, habár a játékosok magassága és testalkata nagy változatosságot mutat. A megfelelő fizikum mellett kimagasló technikai és taktikai tudás is szükséges, a játékosoknak támadásban és védekezésben is helyt kell állniuk.

Az elmúlt két évtizedben a legnagyobb változást a játékosok kondicionális képességeinek látványos fejlődése jelentette. A játék megváltozott, a

dinamikusabban, fizikálisabban kosárlabdázó csapatok sikeresebbé váltak, a szabályok pedig követék ezeket a változásokat. A támadóidő 30-ról 24 másodpercre csökkent, bevezették a negyedeket és távolabbra került a hárompontos vonal. A faultsabályok kevésbé szigorúvá váltak, a testi érintkezések megítélése megváltozott, ami kedvezett a védekezésnek. A szabályok módosítása tovább gyorsította a játékot (Cormery Marcil és Bouvard, 2008), ma a mérkőzések a korábbinál nagyobb megterhelést jelentenek (Klusemann, Pyne, Hopkins és Drinkwater, 2013), az ehhez történő alkalmazkodás kulcsfontosságú lett. Habár az antropometriai



mutatók kevésbé változtak, a játékosok edzettsége jelentősen átalakult (Cormery, Marcil és Bouvard, 2008). A fizikum elsődleges kiválasztási szempont lett, az erő, a gyorsaság és a mozgékonyaság fejlesztése a korábbiaknál lényegesen nagyobb hangsúlyt kapott. A csapatok mellett megjelentek az erőnléti szakemberek, az általuk vezetett speciális foglalkozások száma megnőtt. Az erőviszonyok átalakultak, korábban sikeres országok – többek között Magyarország – lemaradtak, mások a gyors alkalmazkodás következtében megerősödtek a nemzetközi szinten. Ma már elképzelhetetlen, hogy kiváló erőnlét nélkül bármilyen csapat megállja a helyét a nemzetközi mezőnyben, legyen az utánpótlás vagy felnőtt korosztályú.

A játék fejlődésével a játékosok új kihívásokkal szembesültek. Atlétikusabb, erősebb játékosok jelentek meg. Ezt jól mutatja, hogy női nemzetközi szinten néhány fontos kondicionális mutatóban nincs jelentős különbség a különböző posztokon játszó játékosok között (Legg, Williams, Pyne, Semple és Ball, 2017; Štrumbelj, Vračar, Robnik-Šikonja, Dežman és Erčulj, 2013). Éppen ez teszi lehetővé a posztok átjárhatóságát, egyre több az olyan sokoldalú játékos, aki képes több feladatot ellátni, több szerepkörben is helytállni. A centerek között korábban számos erős testalkatú, lassú, csak a gyűrű közelében veszélyes játékost találtunk, ma azonban a legmagasabb szinten csak elvétve van ilyen játékos. A magas emberek mozgékonyak, közép-távrolról, sőt távolról is képesek kosarat szerezni, a gyűrűtől távolabb is eredményesen védekeznek; a mezőnyjátékosok a korábbinál erősebbek, nem kerülnek a fizikai kontaktust. Ennek köszönhetően az edzők számára új lehetőségek adódtak: a stratégiai lehetőségek kibővültek, és a taktikai variációk száma megnőtt.

Kezdetben a játékosok feladatai nem különültek el, 1941-ben azonban már találkozunk a hátvéd, a bedobó és a középjátékos említésével (Balogh és Szabó, 1941). A hatvanas években a hazai szakirodalom meghatározta az irányító, a mezőny- és a középjátékos feladatait (Páder, 1968), melyek azonban még jelentősen különböztek a későbbi felfogásoktól. A mai kosárlabdázásban a posztok egyrészt testalkat, másrészt speciális képességek és feladatok szerint különülnek el (Radu, 2015; Rose, 2004). A testmagasság önmagában nem alkalmas a posztok meghatározására, a nemzetközi női mezőnyben találunk 190 cm körüli mezőnyjátékosokat

és ennél alacsonyabb centereket, de az irányítók között sem ritka a 15-20 cm-es testmagasság különbség. A posztok hagyományos, 5 pozíciót megkülönböztető felosztása szerint az 1-es az irányító, a 2-es a hátvéd/alacsony bedobó, a 3-as a bedobó, a 4-es az erőcsatár/alacsony center és az 5-ös a center. Feladatkörök és gyűrűtől való távolság szerint hármas felosztás is lehetséges: irányító, bedobók és centerek.

Korábbi kutatások felvetették a hagyományos posztfelosztás újraértékelésének szükségességét (Alagappan, 2012; Bianchi, Facchinetti és Zuccolotto, 2017), mivel a játékosok egy része nehezen sorolható be a meglévő pozíciókba. Fent említett szerzők az 5-ös felosztás kibővítését javasolják további kategóriákkal, melyek figyelembe veszik az egyéni játéktílusok közti különbségeket, ill. a különböző feladatokban való szerepvállalást. Kétségtelen, hogy az atipikus, szigorúan vett pozíció nélküli, speciális képességekkel rendelkező játékosok esetében a jelenlegi posztfelosztás olykor nehezen értelmezhető.

A vizsgálat célja, hogy a posztok egyes statisztikai mutatóinak elemzésével képet kapjunk a legmagasabb szintű európai női kosárlabdázás jellemzőiről, a csapatok közti szerkezeti különbségekről és az egyes posztok játékban betöltött szerepéről.

## Módszer

A vizsgálat mintáját a riói olimpia szoros (különbség < 11 pont) női mérkőzéseinek statisztikai mutatói adják, melyeket öt európai csapat játszott. A nagyobb különbségű találkozók valószínűleg nem megfelelően tükrözik a csapatok stratégiáját, mivel a több cserelehetőség felboríthatja a szerkezeteket, ezért ezek nem kerültek be a vizsgálatba. Az elemzett 17 találkozó között Szerbia hat, Franciaország és Fehéroroszország öt-öt, Törökország négy és Spanyolország két mérkőzése szerepel. A FIBA honlapján elérhető hivatalos statisztikák mutatói közül azokat elemeztük, melyek alapján meghatározható a csapatok szerkezete (játékpercek), a pontszerzésben vállalt szerep, valamint vizsgáltuk az utóbbi évtized egyik legszembetűnőbb változását, a magas emberek távoli dobáskísérleteinek megnövekedett számát, ami jelzi a posztok szerepében bekövetkezett változásokat.

Emellett azokat a mutatókat vizsgáltuk, melyeket korábbi kutatások a magas szintű női kosárlabdázásban a győzelem kulcsmutatóiként

azonosítottak (Gómez, Lorenzo, Sampaio és Ibáñez, 2006; Milanović, Štefan és Škegro, 2016): a mezőny-dobószázalékot, a büntetődobásokat, a lepattanó labdákat, a gólpaszokat, az eladott és a szerzett labdákat.

A különböző adatok értékelése posztokra bontva történt, melyben a hármas felosztást alkalmaztuk, mivel a játékokban sokszor nehéz megkülönböztetni a 2-est a 3-astól, vagy a 4-es pozíciót az 5-östől, emellett a hármas felosztás jobban kifejezi az egyes posztok közti különbségek elmosódását (Young Miller és Coffey, 2009). A játékosok pozíciókba sorolása a nemzetközi szövetség honlapján elérhető, a csapatok edzői által megadott hivatalos információk alapján (<http://www.fiba.com/olympicwomen/2016>), ill. a játékosok ismeretében történt.

A kutatásban a következő kérdésekre kerestük a választ:

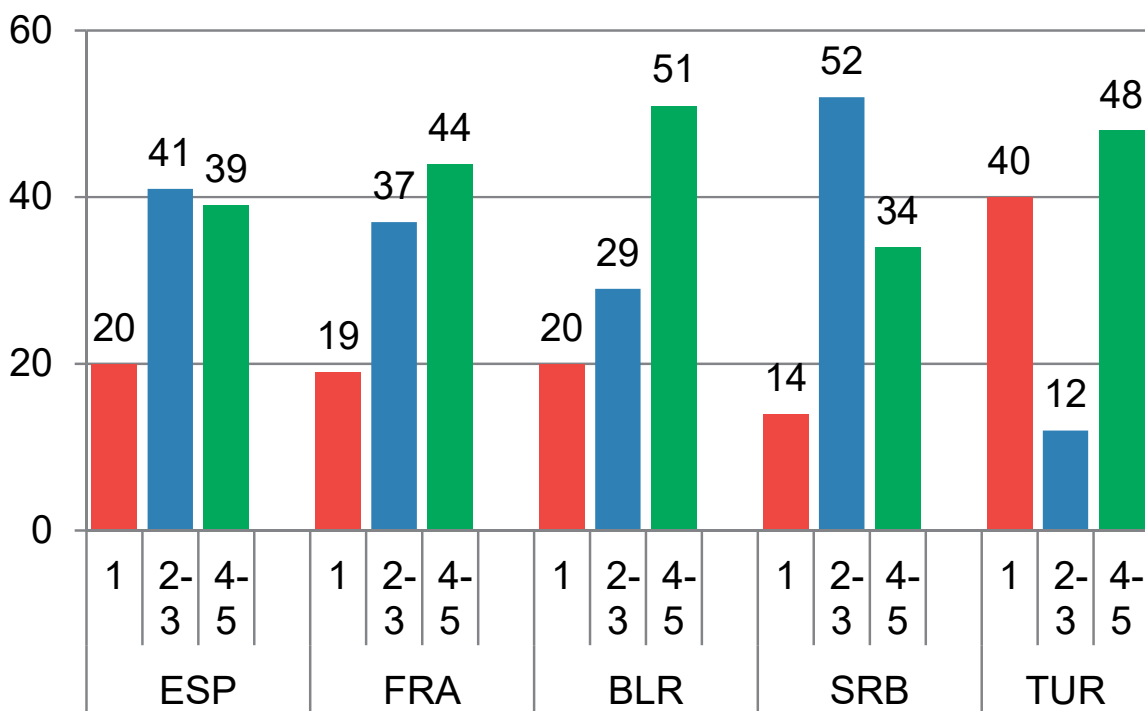
- Milyen szerkezeteket alkalmaznak a csapatok?
- Hogyan veszik ki a részüket az egyes posztok a különböző feladatokból?
- Az eredmények tükrében mennyire tarthatóak a posztok klasszikus szerepfelfogásai?

## Eredmények és megbeszélés

A játékpercek a klasszikus (egy irányító, két

bedobó, két center) felállásban 20-40-40 százalékban oszlanának meg a posztok között. Az 1. ábrán látható, hogy ehhez legközelebb a spanyol csapat áll, de a franciák sincsenek messze az arányos eloszlástól. A többi csapat nem ragaszkodott a hagyományos felálláshoz, rendhagyó, a megszokottól eltérő szerkezeteket alkalmaztak. Ennek legfőbb oka a játékosállomány hiányosságaiban keresendő, sokszor a csapatok nem minden posztra rendelkeznek megfelelő képességű játékosal, vagy éppen több kiemelkedő tudású játékosuk van ugyanarra a posztra.

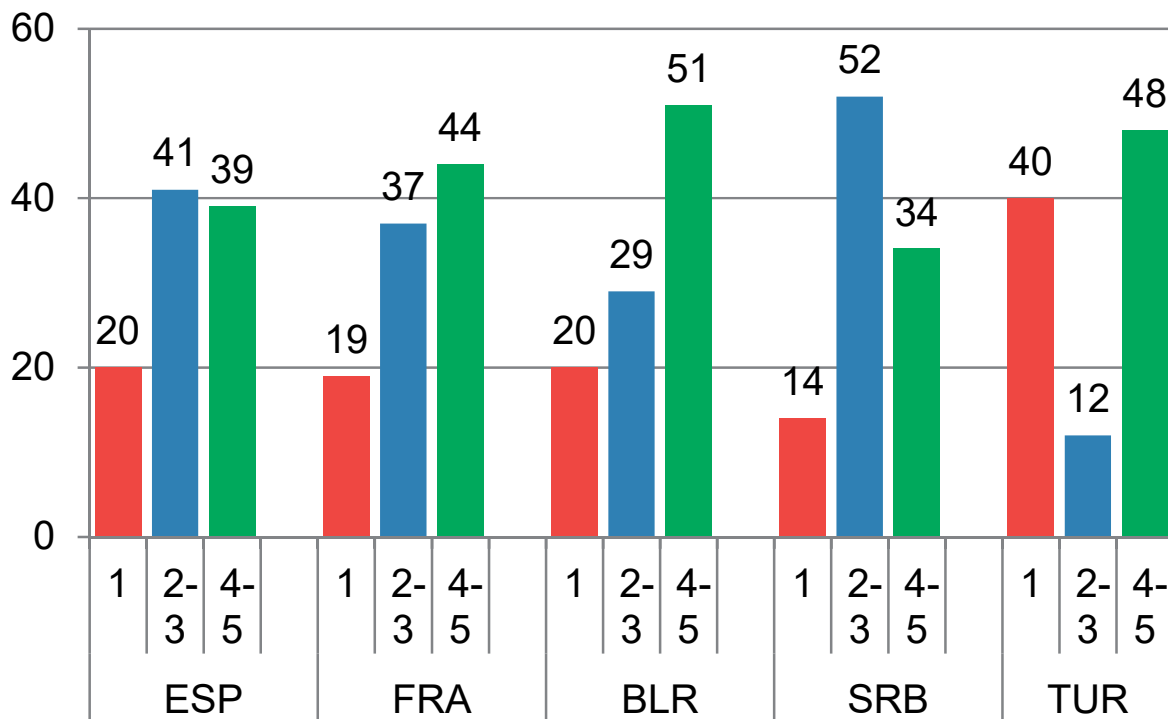
A statisztikai adatok alapján a fehér orosz csapat többször játszott három centerrel és egy bedobóval, míg a szerbeknél éppen ellenkezőleg, a bedobó játékosok túlsúlya figyelhető meg, ők az irányítótól és a centerektől is vettek el játékperceket. A legszokatlanabb a török válogatott szerkezete volt; a statisztika alapján ez a csapat mindig két irányítóval volt a pályán, és az is előfordult, hogy mellettük három center alkotta a csapatot, vagyis nem volt bedobó a pályán. Ezek a szerkezetek mozgékony, gyors, magas, ill. erős, kontaktust nem kerülő alacsonyabb játékosokat feltételeznek, akik fizikailag alkalmasak arra, hogy eredményesen felvegyék a versenyt a tőlük sokban különböző ellenfeikkel, melynek leginkább a védekezésben van jelentősége.



1. ábra. Játékpercek posztok szerinti megoszlása az összes idő arányában (%).

A dobott pontok megoszlása (2. ábra) nagy hasonlóságot mutat a játékpercekkel, a fehér orosz csapat esetében szinte azzal azonos. A törököknél viszont a centerek a szerzett pontok tekintetében még a játékperceknél is dominánsabbak, náluk a sok időt pályán töltő irányítók inkább az előkészítésben jeleskedtek (ld. 6. ábra). A dobott pontok megoszlása a csapatok egyes játékosainak támadó potenciálját tükrözi, az alkalmazott játékosok a gólerős játékosok speciális tudására épülnek.

A kapott eredmények ezeket a különbségeket jól mutatják a csapatok között. Mivel a nemzeti válogatottak esetében – a klubcsapatoktól eltérően – a játékosállomány külföldi játékosokkal való kibővítése erősen korlátozott<sup>1</sup>, ezért az edzők a csapat stratégiáját a meglévő játékosállományhoz tervezve megpróbálják a lehető legjobban kihasználni a játékosok erősségeit és minimalizálni a hiányosságokból adódó hátrányokat.



2. ábra. Dobott pontok posztok szerinti megoszlása az összes pont arányában (%).

A hárompontos dobások hagyományosan a mezőnyposztok dobásformái, mivel ők messzebb játszanak a kosártól, helyezkedésükkel és távoli dobásaikkal nyitnak teret a gyűrű alatt. Az utóbbi években azonban a magas emberek is vállalkoznak távoli dobásokra, a mintában szereplő csapatok 23 centere közül 9 a hárompontos dobásokban is jeleskedik, ami – tekintve, hogy néhányan csak pár percet töltenek a pályán –, jelentősnek mondható. A távolról is jól dobó centereknek óriási szerepe van a mai játékban, mivel így a védekező csapat nagyobb területre kényszerül, ami növeli a hibázás lehetőségét. A mai kosárlabdázásban jellemző labdás elzárás-leválás játék eredményességének is kulcsa a távolról jól dobó center, aki kifele mozgásával szabadabbá teszi a kosárközeli területet. Emellett a gyors

centerek nagyobb távolságról eredményesebben tudnak egy-egyezni, különösképpen, ha védőjük náluk kevésbé mozgékony.

Az 1. táblázatban látható, hogy a rendhagyó szerkezetekben játszó csapatok (fehérorosz, szerb, török) centerei távolról is bátran dobnak, míg a hagyományos felállást kedvelő csapatok (spanyol, francia) magas emberei csak ritkán dobnak rá a hárompontos vonalon túlról. Náluk az irányítók és a bedobók a pályán lévő posztok arányában közel ugyanannyi távoli dobást vállalnak.

A 3. ábra az összes hárompontos kísérlet megoszlását mutatja a posztok között, a fehér orosz csapat centerei az összes távoli kísérlet közel felét hajtják végre, ami annak tudatában is kiemelkedően nagy szám, hogy ők többször játszottak három centerrel;

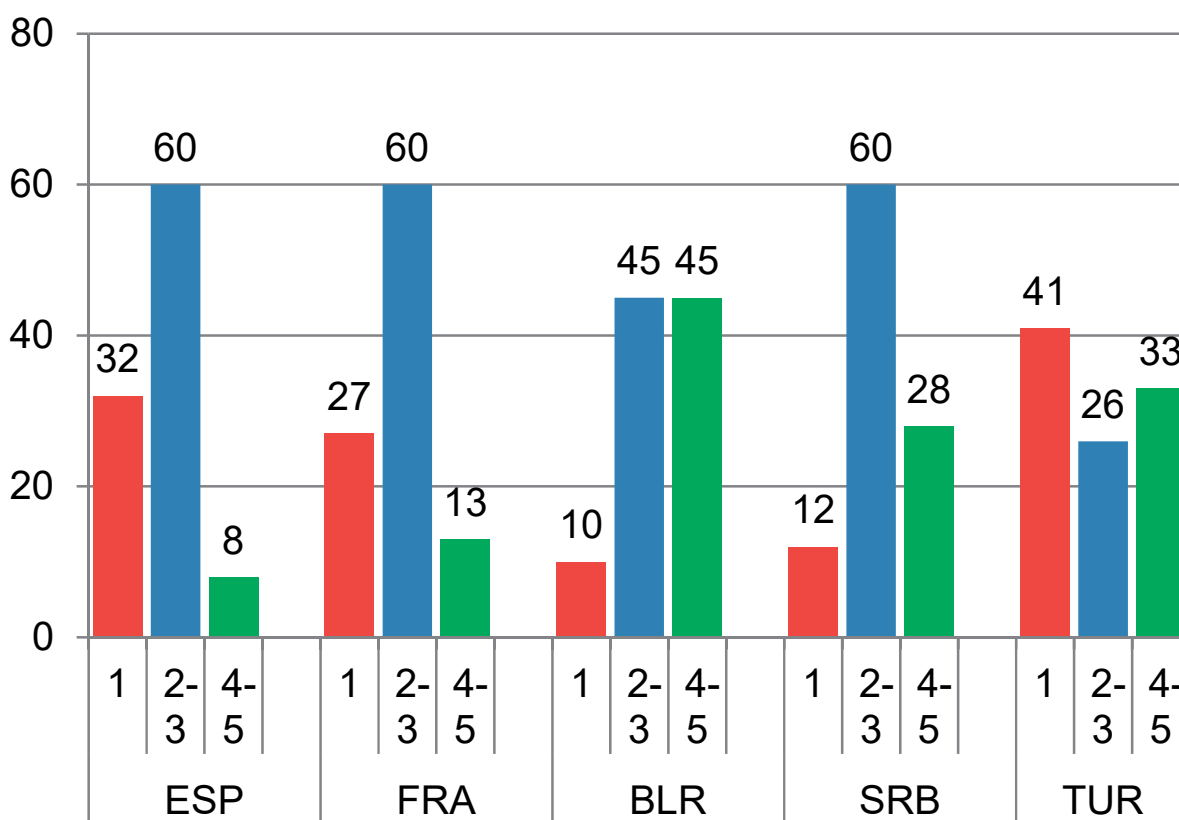
<sup>1</sup> A FIBA szabályai szerint a nemzeti válogatottakban csak egy honosított játékos szerepelhet.

a szintén több centert pályán tartó török csapat magas emberei náluk kevesebbszer próbálkoztak. A szerb centerek hárompontos kísérleteinek száma

is jelentős, ha figyelembe vesszük, hogy időnként csak egy centerük volt pályán.

**1. táblázat.** Hárompontos dobáskísérlet átlagai csapatonként és posztok szerint.

Poszt	ESP	FRA	BLR	SRB	TUR
1	3,5	4,4	1,8	2,2	6,3
2-3	7,5	9,6	7,8	10,8	4
4-5	1	2,2	8	5	5



**3. ábra.** Hárompontos dobáskísérletek posztok szerinti megoszlása az összes arányában (%).

Mezőnyből a centerektől hatékonyabb befejezések várhatók el, mivel többnyire közelebb játszanak a gyűrűhöz, így több közeli dobáskísérletük van. A mezőnydobások eredményessége nagyban

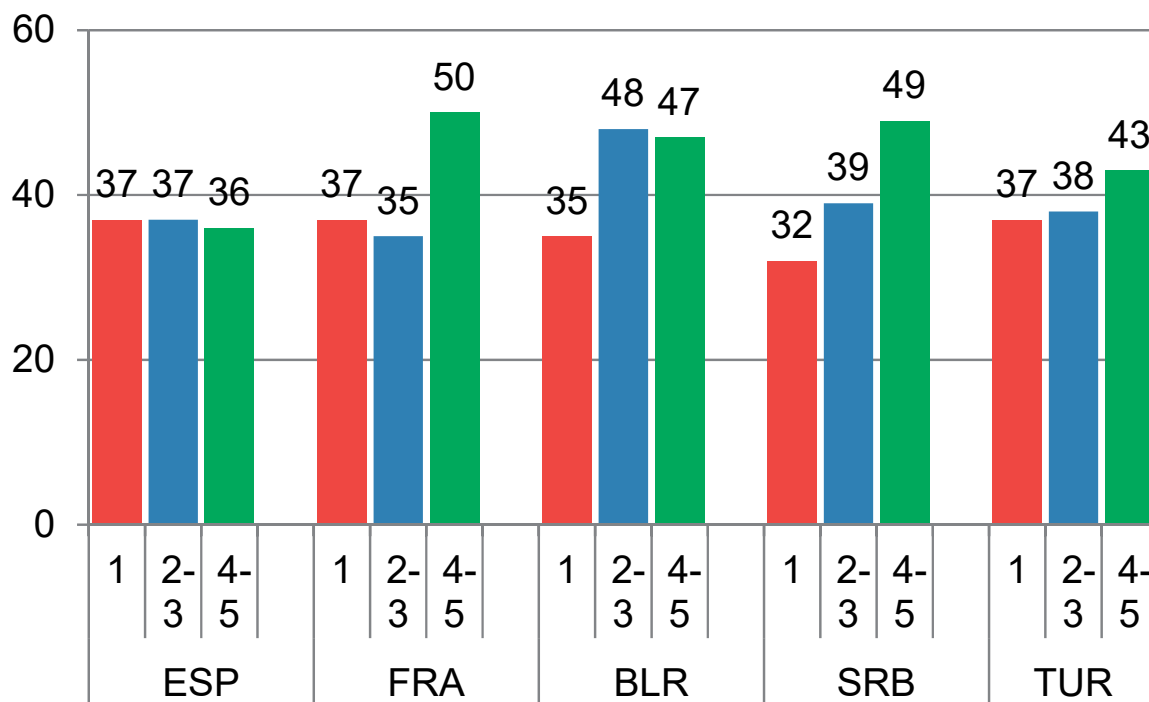
befolyásolja a végeredményt, ezért a csapatok törekednek arra, hogy minél több „könnyű” kosarat szerezzenek, ami közeli dobáskísérletet, vagy büntetődobást jelent.

**2. táblázat.** Mezőny dobószázalék csapatonként.

ESP	FRA	BLR	SRB	TUR
37	42,2	44,4	41,9	40,4

A kapott eredmények szerint (4. ábra) az öt csapat közül négy esetében a csapat átlagánál (2. táblázat) valóban magasabb a centerek dobószázaléka, a spanyol magas emberek is csak minimálisan maradnak el attól. A francia és a szerb középjátékosok sokkal pontosabban dobnak ellenfeleiknél, a fehérorosz centerek dobószázaléka azért

is figyelemreméltó, mert ők sokszor kísérleteznek a hárompontos vonalon túlról is. A mezőnyjátékosok dobószázalékában alig van különbség a csapatok között; a szerb irányítók gyengébben, a fehérorosz bedobók jobban teljesítettek a többi csapat azonos posztú játékosainál.



4. ábra. Mezőny dobószázalék posztok szerint.

A büntetődobás az egyetlen zárt elem a kosárlabdázásban, amely zavartalanul, mindig ugyanolyan távolságról, ugyanonnan hajtható végre. Képzett, idősebb játékosok esetében a mozdulatsor

megszokott rutin alapján fut le, ezért a büntetődobás a könnyű kosarak kategóriájába tartozik, a mezőnydobásoknál jóval hatékonyabban értékesíthető dobásfajta.

3. táblázat. Büntetődobás átlagai csapatonként és posztok szerint.

Poszt	1			2-3			4-5			Összes		
	kísérlet	sikeres	%	kísérlet	sikeres	%	kísérlet	sikeres	%	kísérlet	sikeres	%
ESP	3,5	2	57	6	5	83,3	5,5	4,5	81,8	15,0	11,5	74,0
FRA	4,6	3,2	69,6	5,8	4	69	7,4	4,6	62,2	17,8	11,8	66,9
BLR	5,8	5,6	96,6	2,8	2,4	85,7	7,6	5,4	71,0	16,2	13,4	84,4
SRB	1,3	1,1	84,6	9,3	8	86	6,2	4,2	67,7	16,8	13,3	79,4
TUR	4,8	2,5	52,1	0	0	-	14,5	11	75,9	19,3	13,5	75,9

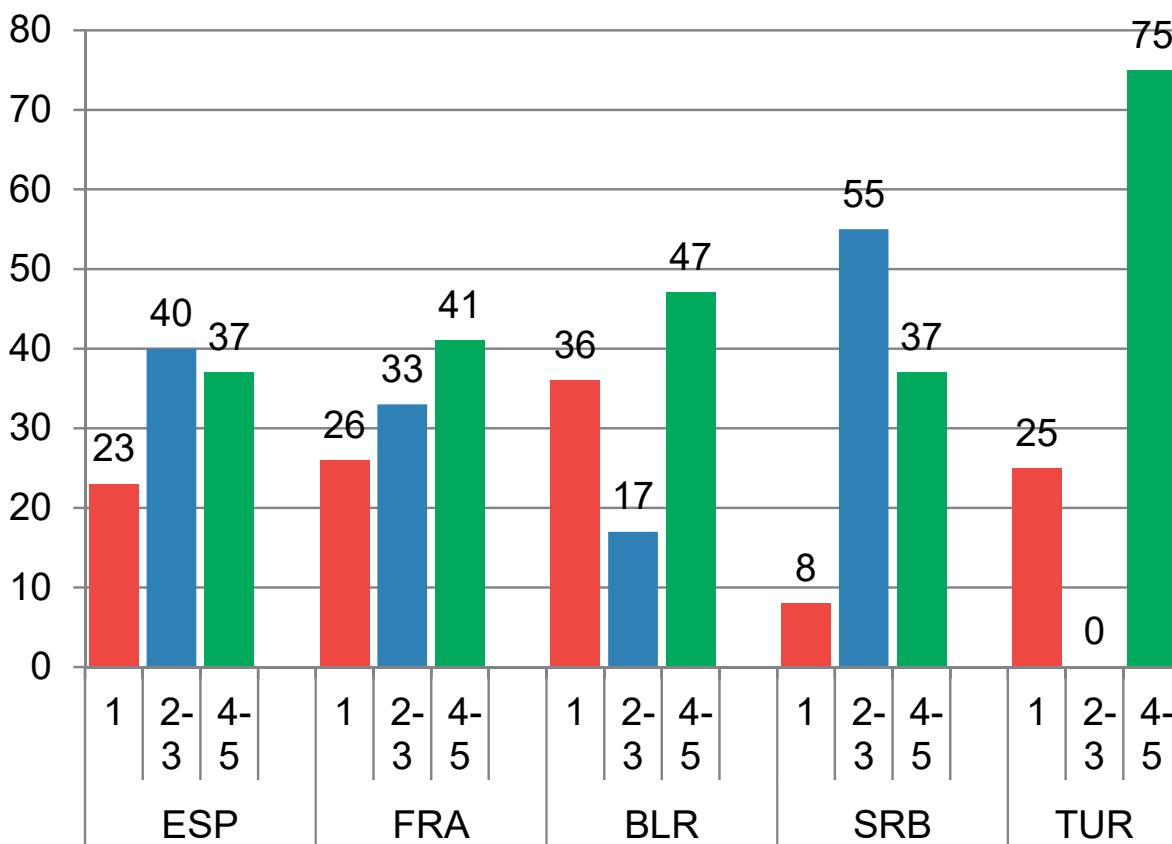


A szoros mérkőzéseken nagy jelentőségű, hogy egy csapat hány büntetőt tud értékesíteni (Gómez és mtsai, 2006), mivel a rossz büntetőzés akár vereséget is eredményezhet. A végjátékokban kiemelten fontos a büntetődobások értékesítése (Navarro, Lorenzo, Gómez és Sampaio, 2009), mivel az ellenfél sokszor faultokkal próbálja az órát megállítani. Ilyenkor célszerű a labdát a jól büntetőző játékosoknak adni, akik többnyire mezőnyök, mivel a végjátékokban a centerek többnyire náluk rosszabb százalékkal értékesítik a büntetőket (Gómez, Avugos, Oñoro, Lorenzo és Bar-Eli, 2018). A szoros

végjátékokban ezért a mezőnyjátékosok büntetődobásainak száma a szokásosnál nagyobb lehet.

A 3. táblázat adatai szerint a sikeres büntetőők száma posztok szerint nem egységes, a franciáknál és a törököknél a legtöbb találatot a centerek érik el, a spanyoloknál és a szerbeknél a bedobók, míg a fehéroroszknál az irányítók.

Az 5. ábrából kiderül, hogy a büntetődobás-kísérletek megoszlása kevésbé a poszttal, inkább a csapatjáték stílusával és a játékosok képességeivel állhat összefüggésben, értékei a fehérorosz csapat kivételével a ponteloszlást tükrözik.



5. ábra. Büntetődobás-kísérletek posztok szerinti megoszlása az összes arányában (%).

A lepattanó labda az egyik legfontosabb tényező a játékban (Čaušević, 2015), a győzelem szempontjából különösen a védőlepattanónak van döntő jelentősége (Csátaljaj, O'Donoghue, Hughes és Dancs, 2009; Gómez és mtsai, 2006). A lepattanó labdák száma nagyban függ a dobáspontosságtól, ha több a kimaradt dobás, több lehetőség adódik a lepattanószedésre. Kiemelkedően sok támadó lepattanót szedtek le pl. a spanyol centerek, köszönhetően a csapat gyengébb dobószázalékának (4. táblázat).

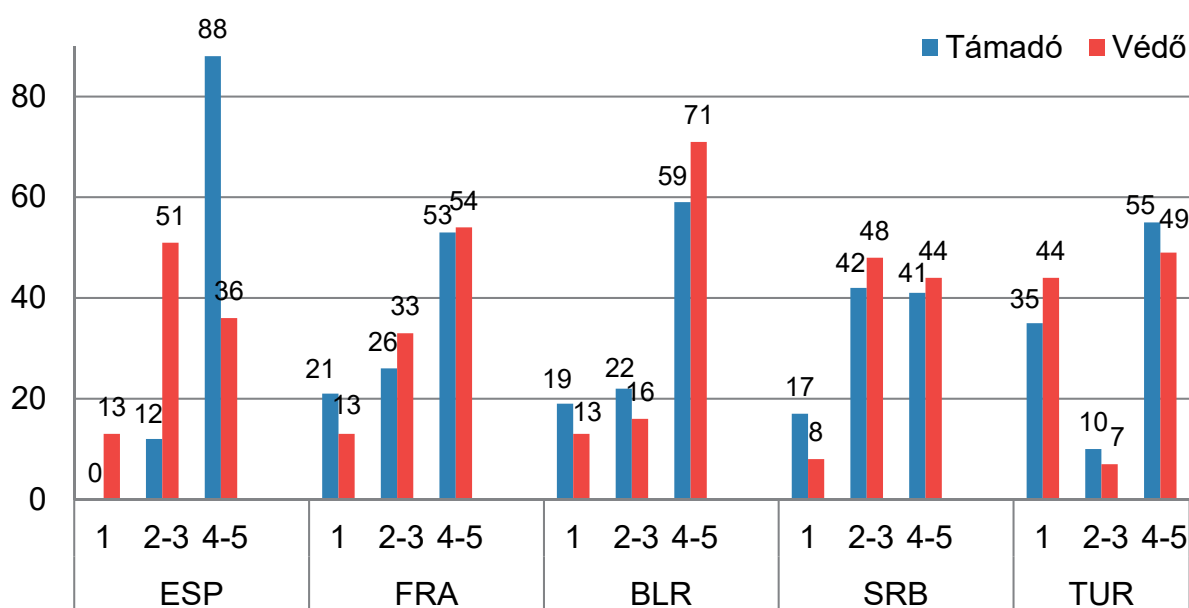
A játékosok magassága és gyűrűhöz való közelsége azt sugallja, hogy a centereknek több lehetősége van a lepattanó labdák megszerzésére. A 6. ábra ezzel szemben azt mutatja, hogy a fehérorosz csapat kivételével a centerek az összes lepattanónak csak mintegy a felét szedik le. A mezőnyjátékosok is bőven kiveszik részüket a lepattanók megszerzéséből. Ez magyarázható azzal, hogy a középjátékosok távolabbi helyezkedésével nő a mezőnyjátékosok esélye a lepattanószerzésre, a távoli dobások gyakorivá válásával pedig több labda pattan a gyűrűtől

messzebbre, a mezőnyjátékosok területére (Okubo és Hubbard, 2014). Az alacsony mezőnyök, különösen az irányítók, többnyire a védőleptanók megszerzésében jeleskednek, ritkábban mennek a támadó leptanóért, mivel az ő feladatuk a védelem

biztosítása, az ellenfél gyorsindításának megakadályozása. A leptanók posztonkénti megoszlása nem mutat egységes képet, a hasonló szerkezetben játszó csapatok esetében is jelentős különbséget mutat.

4. táblázat. Leptanó labdák átlagai csapatonként és posztok szerint.

Poszt	ESP		FRA		BLR		SRB		TUR	
	támadó	védő	támadó	védő	támadó	védő	támadó	védő	támadó	védő
1	0	3,5	2,6	3	1	3,4	1,5	1,5	2,5	9,7
2-3	1,5	14	3,2	7,8	1,2	4,2	3,8	9,7	0,7	1,5
4-5	11,5	10	6,6	12,6	3,2	18,6	3,7	8,7	4	10,7
Összes	13	27,5	12,4	23,4	5,4	26,2	9	19,9	7,2	21,9



6. ábra. Leptanólabdák posztok szerinti megoszlása az összes arányában (%).

A gólpasz az előkészítés mutatója, ezért ez leginkább az irányítóknak tulajdonított feladat (Escalante, Saavedra és García-Hermoso, 2010; Trninic, Jelicic és Foretic, 2012). Ha figyelembe vesszük, hogy irányítóból többnyire csak egy van a pályán, akkor a szerb csapat kivételével valóban ők a legjobb előkészítők, de jelentős a másik két poszt szerepvállalása is (7. ábra). Különösen figyelemreméltó módon szolgálták ki társaikat a francia és a fehérorosz magas emberek, tekintve, hogy

a pontdobásban is csapatuk legjobbjai voltak. A török irányítók és a szerb bedobók kiemelkedően nagy arányban hozták helyzetbe társaikat, bár kétségtelen, hogy a többi csapat azonos posztjainál többet voltak a pályán.

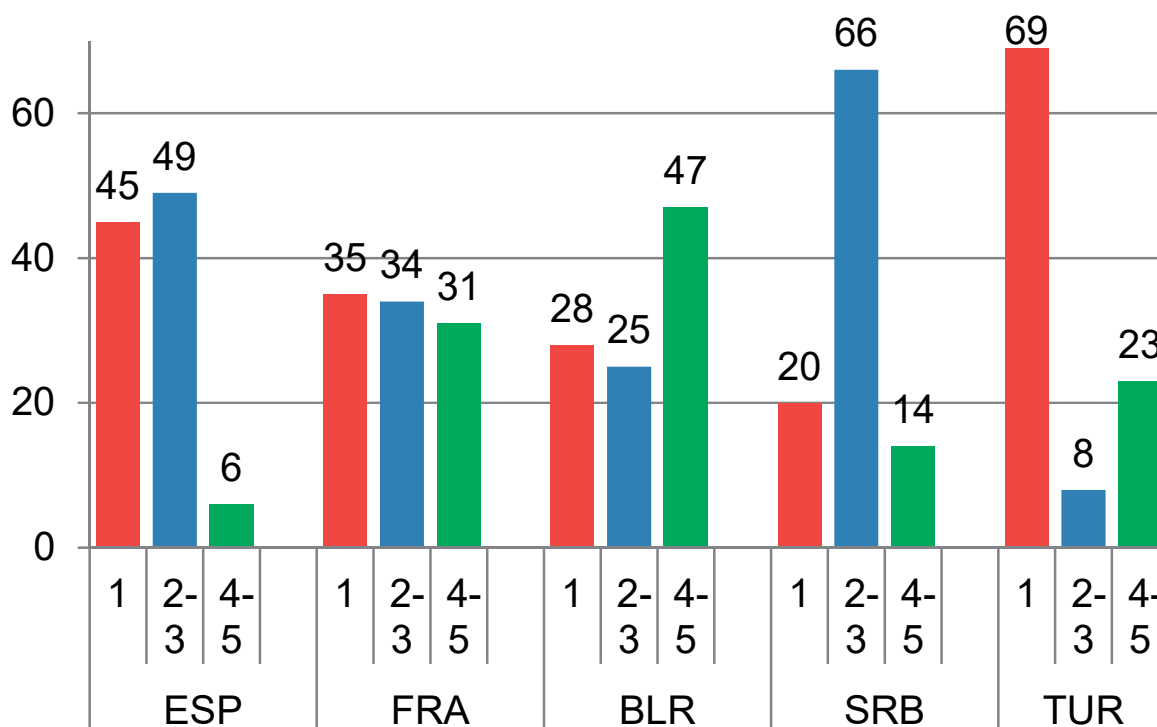
A különböző csapatoknál eltérő mértékben oszlanak meg a gólpaszok, attól függően, hogy milyen stratégiával játszanak a csapatok, ill. hogy milyen képességűek a játékosok. A gólpaszok száma utalhat arra, hogy mennyire kollektív a csapat játéka,

vagy mennyire épít inkább az egyéni kezdeményezésekre. Emellett a dobószázalék is befolyásolja a gólpaszok számát, mivel előfordulhat, hogy az előkészítés ugyan megtörtént, de a dobás kimaradt, így a gólpasz nem jelenik meg a statisztikában. Az

5. táblázatban látható, hogy gyengébb dobószázalék kevesebb gólpaszt eredményez, a fehérórosz csapat esetében viszont a magasabb dobószázalék nem jelent több gólpaszt.

5. táblázat. Gólpasz átlag és dobószázalék csapatonként.

	ESP	FRA	BLR	SRB	TUR
dobószázalék	37	42,2	44,4	41,9	40,4
gólpasz	14,5	19	18	18,8	16



7. ábra. Gólpaszok posztok szerinti megoszlása az összes arányában (%).

Az eladott labdák száma a szerb csapat kivételével magasabb a szerzett labdákénál (6. táblázat), a fehéróroszok esetében egészen nagy különbség mutatkozik a kettő között. Feltehetően ennek is köszönhető, hogy bár minden mérkőzésük szoros volt, az ötből mindössze egyet tudtak megnyerni. A szerbek viszont az egész olimpiai mezőny legjobb labdaszerzői voltak, ez is közrejátszott abban, hogy végül a harmadik helyen zárták a tornát.

Minél kevesebb eladott labdával játszik egy csapat, annál több lehetősége van a kosárszerzésre,

vagyis a labdabiztosabb csapatnak nagyobb esélye van a győzelemre (Bazanov és Rannama, 2015). A labdát többet birtokló és a játékot szervező irányítóknál nagyobbak tűnik az esély a labdavesztésre, a legtöbb eladott labda azonban a felállt védelem elleni játékban a rossz passzokból adódik (Fylaktakidou, Tsamourtzis és Zaggelidis, 2011), ami kiegyenlíti az esélyeket a labdaeladásra. Az eladott labdák aránya ezért inkább a játékidő megoszlásával mutat hasonlóságot (8. ábra), vagyis a posztoknak nagyjából ugyanannyi az esélye a

labdavesztésre. A fehérorosz csapatnál a magas emberek kiemelkedően sok eladott labdával dolgoztak, ami a többi vizsgált mutatóval összhangban nagymértékű aktivitást mutat a támadásokban.

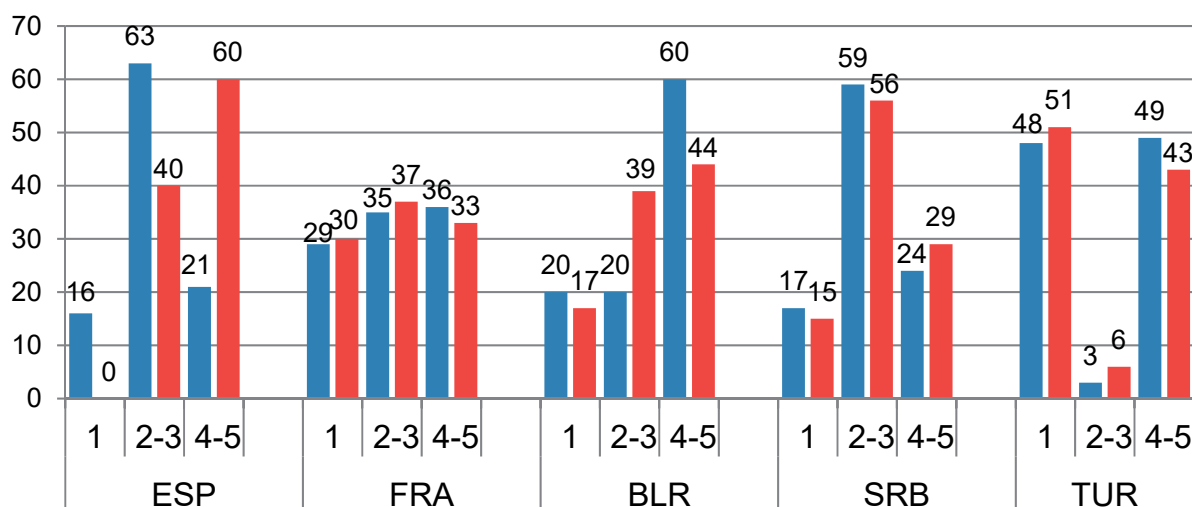
A szerzett labda a férfiakhoz képest nagyobb jelentőségű a női kosárlabdában, a támadások befejezése eredményesebb szerzett labda után (Gómez, Lorenzo, Ibáñez, és Sampaio, 2013). A szerzett

labdák száma a védekezés intenzitását tükrözi, a posztokat tekintve mégis kevés kivétellel az eladott labdákéhoz hasonló arányokat találunk (8. ábra). A párhuzam nem igaz a spanyol csapatra, ahol meglepő módon az irányítók egyetlen labdát sem szereztek, a centerek viszont a többi csapat középjátékosainál jóval többet.

6. táblázat. Eladott és szerzett labdák átlagai csapatonként és posztok szerint.

Poszt	ESP		FRA		BLR		SRB		TUR	
	eladott	szerzett	eladott	szerzett	eladott	szerzett	eladott	szerzett	eladott	szerzett
1	1,5	0	4,8	2,8	3,4	0,8	1,8	1,7	4,8	4,5
2-3	6	2	5,8	3,4	3,2	1,8	6,5	6,3	0,3	0,5
4-5	2	3	6	3	10	2	2,7	3,3	5	3,8
Összes	9,5	5	16,6	9,2	16,6	4,6	11	11,3	10,1	8,8

■ Eladott labda ■ Szerzett labda



8. ábra. Eladott és szerzett labdák posztok szerinti megoszlása az összes arányában (%).

### Következtetések

A riói olimpia 12 csapatos tornáján 5 helyet kaptak az európai csapatok, a 2015-ös Európa-bajnok Szerbia automatikusan, Fehéroroszország, Franciaország, Spanyolország és Törökország olimpiai selejtezőn vívta ki a részvételt. Az olimpián a legjobb nyolc közé közülük csak Fehéroroszország nem

jutott be, a torna legjobb négy csapatából három európai volt, ami jól mutatja az európai női kosárlabdázás kiemelkedő szintjét.

A statisztikai elemzés során kiderült, hogy a hagyományos, egy irányító-két bedobó-két center felállást nem feltétlenül alkalmazzák a csapatok, bátran játszanak ettől eltérő szerkezetekben is. A

különböző szerkezetek adódhatnak a játékosállomány korlátozottságából, mivel nem minden csapat rendelkezik minden posztra kiemelkedő képességű játékosal. A többnyire hagyományos szerkezetben játszó spanyol és francia csapat évtizedek óta rendkívül erős utánpótlás bázissal rendelkezik, minden posztra több megfelelő emberük is van, ezért nincs okuk megbontani a szerkezetet. A többi csapat esetében azonban akadnak hiányosságok, bizonyos posztokon nincs nemzetközi szintű játékosuk, másik posztra viszont több is van, ezért felborítják a hagyományos felállást.

A szokatlan szerkezeteket taktikai megfontolások is magyarázhatják, az ellenfél gyengéinek kihasználására, vagy éppen erősségeinek kompenzálására az edzők olykor rendhagyó összetételben küldik csapataikat a pályára. Háromnál több, vagy akár kevesebb mezőnyjátékos is lehet egyszerre a pályán, a változatos felállások lehetősége növeli a stratégiai alternatívákat, ill. ellenféltől és a mérkőzés állásától függően módot ad a taktikai változtatásokra a mérkőzések folyamán. Ezek lehetnek körülmények kényszerítette változtatások, mint pl. aktuális forma, fault-probléma, játékrítmus változtatása, vagy olyanok, melyekkel az edzők az ellenfél dolgát akarják megnehezíteni. A megszokottól eltérő szerkezetek elsősorban védekezésben jelentenek problémát az ellenfélnek, mivel az ún. mismatch helyzetek (mikor a támadó és a védő eltérő posztú, alkatú vagy képességű) már eleve adottak a támadócsapat számára. Kijelenthető tehát, hogy a legmagasabb szintű nemzetközi kosárlabdázásban az edzők nem ragaszkodnak a klasszikus felálláshoz, a korábbinál szabadabb, kevésbé merev posztfelfogás jellemző.

A különböző posztok a kapott adatok alapján aktívak a mezőnyben, sokféle feladatot ellátnak, a játék legfontosabb elemeiben a korábbiaknál nagyobb szerepet vállalnak. Kiemelkedően magas a mezőnyemberek részvétele a lepattanó labdák megszerzésében, a centerek pedig a labdaszerzésben, a gólpasszok adásában és a távoli dobásokban jeleskedtek a vártnál nagyobb mértékben.

A szerepkörök kiszélesedése magas szintű kondicionális képességeket feltételez, hiszen a megszokottól eltérő felállások komoly elvárásokat támasztanak a játékosokkal szemben. A magas embereknek védekezésben helyt kell állniuk a gyors mezőnyjátékosokkal szemben, az alacsonyabbaknak pedig eredményesen kell kontaktust tartaniuk

a magasabb, nagyobb tömegű támadók ellen. Emellett technikailag és taktikailag is meg kell próbálniuk lépést tartani az eltérő posztokkal. Az élvonalbeli férfi mezőnyhöz hasonlóan a női mezőnyben is csökken a lassú, nagytömegű, egyoldalú centerek és a fizikai kontaktust kerülő mezőnyjátékosok száma és szerepe. Több olyan játékos is van a csapatokban, aki képes több pozícióban is helyállni és ezt az edzők ki is használják. Nem okoz gondot, ha valamelyik posztra nincs megfelelő játékos, más felállásban is lehet eredményesen játszani, a csapathoz kialakított stratégiával előnyt lehet kovácsolni a szokatlan szerkezetből.

Az eredmények tükrében a posztok klasszikus szerepfelfogásai a hagyományos értelemben teljes mértékben nem tarthatóak (Bianchi, Facchinetti és Zuccolotto, 2017), a posztok a korábbiaknál rugalmasabbak, átjárhatóbbak lettek, ezért kiemelten fontos a sokoldalú, elsősorban kondicionális, de emellett technikai és taktikai képességfejlesztés is, nemcsak az utánpótlás korosztályokban, hanem idősebb, felnőtt játékosok esetében is.

Az eltérő szerkezetekből adódó játékstílusok közti különbségek elemzését az alkalmazott vizsgálati módszer nem tette lehetővé, a jövőben érdemes lenne a különböző felállások taktikai megoldásait is szemügyre venni, ill. azt, hogy a szerkezetváltások milyen hatással vannak a mérkőzés alakulására.

## Irodalomjegyzék

1. Alagappan, M. (2012): From 5 to 13: Redefining the positions in basketball. <http://www.sloansportsconference.com/content/the-13-nba-positions-using-topology-to-identify-the-different-types-of-players/>. Letöltve: 2018. február 16.
2. Balogh Gy., Szabó J. (1941): A kosárlabda technikája és taktikája. Várszegi nyomda, Budapest.
3. Bazanov, B. és Rannama, I. (2015): Analysis of the offensive teamwork intensity in elite female basketball. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10(1), 47-51.
4. Bianchi, F., Facchinetti, T. és Zuccolotto, P. (2017): Role revolution: towards a new meaning of positions in basketball. *Electronic Journal of Applied Statistical Analysis* 10(3), 712-734.
5. Čaušević, D. (2015): Game-related statistics that discriminate winning and losing teams

- from the world championships in Spain in 2014. *Homo Sporticus*, 17(2), 16-19.
6. Cormery B., Marcil M. és Bouvard M. (2008): Rule change incidence on physiological characteristics of elite basketball players: a 10-year-period investigation. *British Journal of Sports Medicine*, 42(1), 25-30.
  7. Csátraljay, G., O'Donoghue, P., Hughes, M. és Dancs, H. (2009): Performance indicators that distinguish winning and losing teams in basketball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 9(1), 60– 66.
  8. Escalante, Y., Saavedra, J. M. és García-Hermoso, A. (2010): Game-related statistics in basketball by player position and final game score differences in European Basketball Championship 2007. *Fitness & Performance Journal*, 9(2), 50-56.
  9. Fylaktakidou, A., Tsamourtzis, E., és Zaggelidis, G. (2011): The turnovers analysis to the women's national league basketball games. *Sport Science Review*, 20, 69–83.
  10. Gómez, M. A., Avugos, S., Oñoro, M. A., Lorenzo, A. és Bar-Eli, M. (2018): Shaq is not alone: Free-throws in the final moments of a basketball game. *Journal of Human Kinetics*, kiadás alatt. DOI: 10.1515/hukin-2017-0165.
  11. Gómez, M. A., Lorenzo, A., Ibáñez, S. és Sampaio, J. (2013): Ball possession effectiveness in men's and women's elite basketball according to situational variables in different game periods. *Journal of Sports Sciences*, 14, 1578–1587.
  12. Gómez, M. A., Lorenzo, A., Sampaio, J. és Ibáñez, S. J. (2006): Differences in game-related statistics between winning and losing teams in women's basketball. *Journal of Human Movement Studies*, 51(5), 357-369.
  13. Klusemann, M. J., Pyne, D. B., Hopkins, W. G. és Drinkwater, E. J. (2013): Activity profiles and demands of seasonal and tournament basketball. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 8, 623-629.
  14. Legg, J. S., Williams, K. J., Pyne, D. B., Semple, S. J. és Ball, N. (2017): Physiological profile of Australian elite female basketball players according to playing position. *Journal of Australian Strength and Conditioning*, 25(2) 6-12.
  15. Milanović, D., Štefan, L. és Škegro, D. (2016): Differences in situational efficiency parameters between successful and unsuccessful female basketball teams on the Olympic Games in London 2012. *Sport Science: International Scientific Journal of Kinesiology*, 9, Suppl. 1, 38-43.
  16. Navarro, R. M., Lorenzo, A., Gómez, M. A. és Sampaio, J. (2009): Analysis of critical moments in the league ACB 2007-08. *Sports Psychology Magazine*, 18(3), 391-395.
  17. Okubo, H. és Hubbard, M. (2014): Rebounding strategies in basketball. *Procedia Engineering*, 72, 823 – 828.
  18. Páder János (1968): A kosárlabdázás oktatása. Sport Kiadó, Budapest.
  19. Radu, A. (2015): Basketball coaching: Putting theory into practice. Bloomsbury Sport.
  20. Rose, Lee H. (2004): The basketball handbook: Winning essentials for players and coaches. Human Kinetics.
  21. Štrumbelj, E., Vračar, P., Robnik-Šikonja, M., Dežman, B. és Erčulj, F. (2013): A Decade of Euroleague Basketball: An analysis of trends and recent rule change effects. *Journal of Human Kinetics*, 38, 183-189.
  22. Trninic M., Jelicic, M. és Foretic, N. (2012): The relations between the morphological status, situational efficiency and sport achievement of elite junior basketball teams. *Physical Culture*, 66(2), 100-109.
  23. Young Miller, F. és Coffey, W. (2009): Winning basketball for girls. Chelsea House, New York.



# Esélyegyenlőség-vizsgálat utánpótláskorú labdarúgók körében

## Equity examination among youth soccer players

Tóth Péter László<sup>1</sup>, Dóczi Tamás<sup>2</sup>

1 Emberi Erőforrások Minisztériuma, Sportért Felelős Államtitkárság, Nemzeti Utánpótlás-nevelési Főosztály, Budapest

2 Testnevelési Egyetem, Gazdaság és Társadalomtudományi Intézet, Társadalomtudományi Tanszék, Budapest

.....

**Absztrakt** - A tanulmány az utánpótlássportban megnyilvánuló társadalmi esélyegyenlőtlenség témakörét járja körül. Célja a labdarúgás példáján keresztül azonosítani, hogy pontosan milyen dimenziók mentén értelmezhetőek azok az esélykülönbségek, amelyek akár szelektációs tényezőkké is válhatnak a gyermekek versenysportba történő bekapcsolódása során. Az összefüggések minél mélyrehatóbb feltárása érdekében kvalitatív és kvantitatív módszereket egyaránt alkalmaztunk. Elemzésünk fókuszában a labdarúgó akadémiai képzésben részt vevő fiatalok társadalmi környezetének vizsgálata állt. A kiemelt utánpótlásképző központként működő Sándor Károly Labdarúgó Akadémián tett látogatása alkalmával a tanulmány első szerzője mélyinterjú készített az intézmény szakmai igazgatójával, illetve survey módszer segítségével kvantitatív és kvalitatív adatgyűjtést végezett. Kérdőíves felmérésünk alanyai (N=42) három akadémiai korosztály (U16-os, U17-es és U19-es korosztály) sportolói közül kerültek ki. Kutatási eredményeink rámutatnak, hogy a labdarúgás utánpótlás-nevelésének rendszere sem mentes a társadalmi esélyegyenlőtlenségtől. A survey vizsgálattal nyert adatok alapján elmondható, hogy a kiemelt utánpótlásképző központokba túlnyomórészt jó anyagi és életkörülményekkel jellemezhető családokból érkeznek a fiatalok. A területi dimenzió mentén végrehajtott elemzés rávilágított, hogy a származási település ugyancsak meghatározó. A gazdasági tekintetben elmaradottabb térségekből sokkal nehezebb bekerülni az elitképzést nyújtó intézményekbe, mint a fejlettebb régiókból. A sportbeli esélyegyenlőtlenség ezen strukturális okainak feltárása mellett a kutatás legfőbb eredménye a sportban értelmezhető kulturális és társadalmi tőke jelentőségének azonosítása. Azok a gyermekek, akiknek családjában található sportmúlttal rendelkező személy, nagyobb eséllyel kapcsolódnak be a versenysportba. Az esélykülönbségek színtereinek bemutatását és magyarázó elemzését követően, a következtetések levonása után javaslatokat fogalmazunk meg az egyenlőtlenségek enyhítésére.

**Kulcsszavak:** utánpótlássport, labdarúgó akadémiák, hátrányos helyzetű fiatalok, esélyegyenlőtlenségi dimenziók, sportkarrier

**Abstract** - This paper focuses on the topic of social inequality manifested in youth sports. Its aim is to identify, through the example of football, what exactly are those dimensions along which inequalities in the opportunities that could even become factors of selecting children into competitive sports can be interpreted. In order to explore the relationships from more aspects, both qualitative and quantitative methods were applied. The analysis focuses on the social environment of young talents trained and educated in football academies. During the first author's visit at Sándor Károly Football Academy, operating as a special centre for the education of young talents, an in-depth interview with the professional director of the institution was conducted and quantitative and qualitative data were also collected using the survey method. The subjects of the survey by questionnaire (N=42) were selected from athletes of three academic age groups (the U16, U17 and U19 classes). The results of the research demonstrate that the system of educating young talents in football can also be characterised by unequal opportunities. Based on

the data obtained by the analysis, it can be said that most of the young athletes come from families with high social status and a good standard of living. The analysis has revealed that the location of origin also plays a determining role. It is much more difficult to get into institutions providing the highest level of sport education from economically disadvantaged regions than from more developed ones. The structural causes of inequality in sports, the most important result of this research, is the identification of the significance of cultural and social capital, as can be interpreted in sports. Those children who have a person with a history in sports in the family stand a better chance to get involved in competitive sports. After the presentation and explanatory analysis of unequal opportunities, the drawing of conclusions and the proposals are put forward for alleviating the inequalities.

**Keywords:** youth sports, football academies, socially disadvantaged youth, dimensions of social inequality, sports career

### Bevezetés

Noha a közvélekedés szerint kevés olyan társadalmi alrendszer van, ahol az esélyegyenlőség oly mértékben megvalósul, mint a sport területén, az elmúlt évtizedek tudományos kutatási eredményei ennek az ellenkezőjét bizonyítják (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010; Coakley, 2015). Jelen tanulmány elsődleges célja egyrészt az elméleti (jogszabályi, szakirodalmi) háttér feltárása, másrészt az utánpótláskorú labdarúgók körében végzett empirikus vizsgálat eredményének bemutatása. Mivel a nemzetközi és a hazai szakirodalomban is meglehetősen szűk a labdarúgás utánpótlás-nevelését társadalomtudományi aspektusból vizsgáló munkák köre, a sportágban tapasztalható jelenségek hátterének tanulmányozására empirikus, esettanulmány-jellegű kutatást végeztünk. Főbb kutatási kérdések: Milyen jelentkezik gyermekkorban a sporttal kapcsolatos esélyegyenlőség/esélyegyenlőtlenség? Vajon igaz-e az a feltételezés, amely szerint a kedvezőtlen társadalmi helyzetben lévő fiatalok lehetőséget sem kapnak talentumuk kibontakoztatására? Valóban bekövetkezhet, hogy „már a startnál elvesznek a tehetségek?” (Velencei, Kovács, Szabó és Szabó, 2008).

Az 1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról kimondja, hogy „a hátrányos helyzetű és a halmozottan hátrányos helyzetű gyermeknek joga van ahhoz, hogy fokozott segítséget kapjon a fejlődését hátráltató körülmények leküzdéséhez és esélyeinek növeléséhez.”<sup>1</sup>

A hatályos jogszabály idézett tartalmi eleme alapján arra a következtetésre juthatnánk, hogy az esélyegyenlőség mindenki számára biztosított – ha

máshogyan nem is, az állami szerepvállalásnak köszönhetően mindenképpen. A szociológiai témájú kutatások eredményei azonban arra mutatnak rá, hogy a különböző társadalmi és gazdasági státuszú szülők gyermekeinek esélyei korántsem azonosak. Ez alól a sport színtere sem kivétel. Bár az utánpótláskorú fiatalok között tapasztalható esélykülönbségek feltárása sokáig elkerülte a kutatók érdeklődését, az utóbbi években születtek hiánypótló munkák ebben a témakörben (Egressy, 2005; Velencei, 2012).

A sportban való részvétellel kapcsolatos esélyegyenlőség vizsgálatok eligazodást nyújtanak a társadalmi rétegződésről szóló elméleti alapok. Az utánpótlás-nevelés területén támpontként alkalmazható Pierre Bourdieu francia társadalomtudós modellje a tőketípusokról (Bourdieu, 2000). A három beazonosított tőkefajta – gazdasági, kulturális és szociális tőke – mindegyike meghatározó jelentőséggel bírhat a fiatalok versenysportolóvá válásának folyamatában. Természetesen esetükben még nem a saját, hanem a szülei társadalmi és gazdasági státusza a mérvadó. Emellett az sem elhanyagolható szempont, hogy a családtagok mekkora kulturális tőkével rendelkeznek a sportot illetően. Ha a gyermek azt látja, hogy szülei életében a testmozgás szerves részét képezi a mindennapoknak, nyomon követik a sporteseményeket, tisztában vannak a különböző sportágak szabályaival, akkor jó eséllyel pozitív attitűd alakul ki benne a sport iránt. Ennek oka, hogy – bár az iskola és a kortárs csoportok befolyása is jelentős – az elsődleges szocializációs közeg a család (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010; Coakley, 2015).

<sup>1</sup> Forrás: 1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról. II. Fejezet, 6. § (2a)

A négyévente lefolytatott nagymintás ifjúságkutatás eredményei is alkalmasak lehetnek az elemzésre, mert a vizsgált (15-29 éves) korosztály magában foglalja az utánpótláskorú sportolók egy csoportját. A *Magyar Ifjúság 2012* tanulmánykötetben arról olvashatunk, hogy a nemzetközi tendenciához (Boraccino et al., 2009; Stalsberg és Pedersen, 2010) hasonlóan Magyarországon is empirikusan igazolhatóak a társadalmi egyenlőtlenségek sportolási részvételre gyakorolt hatásai (Dóczi, 2014; Gál, 2008; Fábri, 2002; Nyerges és Laki, 2004; Perényi, 2010). Ugyanakkor arról sem feledkezhetünk meg, hogy 2011-ben a társasági adóról és az osztalékadóról szóló 1996. évi LXXXI. törvény (TAO tv.) módosításával egy olyan horderejű sportpolitikai döntés született, amelynek következtében bizonyos sportágak utánpótlás-nevelésének finanszírozása rendkívül jelentős forrással bővült. Ennek okán joggal merül fel a kérdés, hogy a sportegyesületek és sportvállalkozások megnövekedett bevételei mennyiben mérsékeltek a szülők anyagi ráfordításait – ezáltal hozzájárulva gyermekek esélyegyenlőségének megteremtéséhez.

A kérdés megválaszolásához elengedhetetlen az utánpótlássportban tapasztalható jelenségek objektív szemügyre vétele. Jelen kutatás vizsgálati terepét a magyar labdarúgás egyik kiemelt utánpótlás-nevelő intézménye, a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia képezte. A tanulmány elsősorban a fiatalok társadalmi hátterére fókuszál, azon belül kiemelten az esélyegyenlőség/esélyegyenlőtlenség megjelenésére életükben. Választ keres arra a kérdésre, hogy a hátrányos helyzetű, de tehetséges gyermekek számára vezethet-e út a jövő élsportolóit képző „műhelyekbe”. Mindemellett cél annak feltárása is, hogy a labdarúgó akadémiák milyen szerepet tölthetnek be abban, hogy a sport a társadalmi mobilitás eszközévé váljon.

## Elméleti háttér

### *Esélyegyenlőség – egyenlőtlenség – hátrányos helyzet*

Az ún. esélyegyenlőségi (vagy antidiszkriminációs) jog születése a második világháborút követő évek-re tehető. A jogszabályok legfőbb célja a hátrányos megkülönböztetéssel szembeni védelem biztosítása volt (Balogh, Kádár, Majtényi és Pap, 2010). Alapdokumentumnak tekinthető „Az emberi jogok

egyetemes nyilatkozata / Universal Declaration of Human Rights” (1948), amely összefoglalja az Egyesült Nemzetek Szervezetének álláspontját a minden embert megillető jogokról. Szintén irányadó dokumentumként tartjuk számon „Az Európai Unió alapjogi chartájá-t / Charter of Fundamental Rights of the European Union” (2000), amely „Az emberi jogok egyetemes nyilatkozata”-hoz hasonló állásfoglalást tartalmaz. Az utóbbi évtizedek szociálpolitikai dokumentumai tükrözik azt a szemléletet, (ami egyfajta elmozdulásra utal az egyenlőség eszményétől), amely a vagyon újraelosztásán keresztül érhető el, az esélyegyenlőség eszménye felé, amely a lehetőségek újraelosztását célozza (Kelly, 2011).

A magyarországi esélyegyenlőségi politika jelentős lemaradással követte a külföldi tendenciákat, csak az 1990-es évek végére ismerték fel, hogy az esélyegyenlőség kérdéskörével időszerű foglalkozni (Bodnár, 2015). Az addig szétagolt intézkedések után mérőföldkőnek számított a 2003. évi CXXV. törvény az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról, ami az önkormányzatokat esélyegyenlőségi terv készítésére kötelezte. Ezek a dokumentumok azonban többnyire csak az esélyegyenlőség biztosításának stratégiáját tartalmazzák, és nem tesznek említést a szociális felzárkóztatás megvalósítását célzó konkrét projektekről. Érdekes megfigyelni például, hogy – bár közösségfejlesztő és társadalmi integrációt segítő funkciója ma már közzismert – még a sikeres vidéki sportvárosok esélyegyenlőségi terveiben sem szerepel a sport (Balogh et al., 2010).

A sportot körülvevő jogi környezet biztosítja az esélyegyenlőség megteremtését célzó intézkedések törvényi kereteit. Ugyanakkor felvetődik a kérdés, hogy a jogszabályi előírások mennyiben valósulnak meg a gyakorlatban. A sporttörvényben rögzített állami szerepvállalás eredményessége például sok esetben nemcsak az állam teljesítőképességén múlik, hanem az önkormányzatok tehetőségén is (Bodnár, 2015). A jogszabályi előírások lehetővé tették, hogy „a települési önkormányzat maga határozza meg – a lakosság igényei alapján, anyagi lehetőségeitől függően –, hogy mely feladatokat, milyen mértékben és módon lát el”<sup>2</sup>, de az önkormányzati forráshiány egyre égetőbb problémaként jelentkezett, a települések közötti különbségeket jellemző olló tovább nyílt (Ferge, 2008). A lakóhelyből adódó sportbeli esélyegyenlőtlenség az utánpótláskorú

<sup>2</sup> Forrás: 1990. évi LXV. tv. II. Fejezet, 8. § (2)

sportolókat különösképpen érinti. A hátrányos helyzetű településeken bizonyára sok tehetséges fiatal kallódik el, mert lakóhelyén nem adottak a feltételek arra, hogy egyáltalán megismerje azt a sportágat, amelyben később akár az élvonalba is kerülhetne (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010).

A területi egyenlőtlenségek feltérképezése Magyarországon eddig jellemzően települési és kistérségi szinten összegyűjtött adatok elemzésével zajlott (Velencei, 2012). Több tanulmány is megfogalmazta, hogy a fejlődés és a lemaradás új térbeli hátrvonala Balassagyarmat és Békéscsaba vonalában, az ún. „BB” tengely mentén húzódik (Faluvégi, 2004).<sup>3</sup> Mihály Ildikó a területi egyenlőtlenségeket oktatáspolitikai aspektusból vizsgálva (2000) arra a következtetésre jutott, hogy „bizonyos településtípusok – a nagyon elzárt települések, nagyvárosi óriási lakótelepek, nyomornegyedek – oktatási hátrányai nem földrajzi elhelyezkedésükből, hanem szociális helyzetükből fakadnak, de az ilyen környezet okozta esélyegyenlőtlenség hatásmechanizmusa ugyancsak vitathatatlan.” (Mihály, 2000, 90). Az idézett megállapítások ugyan egy oktatáspolitikai témájú tanulmány következtetései, mégis támpontként szolgálhatnak az utánpótlás sportban tapasztalható esélykülönbségek hátterének azonosításához.

A társadalmi rétegződésben elfoglalt hely a sportbeli esélyegyenlőség alakulásában is kitüntetett szerepet játszik. Olyannyira, hogy az egyének közötti társadalmi különbségek nem enyhülnek, hanem ellenkezőleg, felerősödnek a sportban (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010). Utánpótláskorú fiatalok esetében a szülők társadalmi és gazdasági státusza, illetve sporttal kapcsolatos értékszemlélete döntő jelentőséggel bír a gyermekek sporthoz való viszonyának kialakulásában. Mivel a szükséges feltételeket csak „erős” családi háttér képes megteremteni, az élsportolói lét előszobájának tekinthető sportegyesületekbe elsősorban a gazdagabb, képzetesebb szülők gyermekei tudnak bekerülni (Velencei és mtsai, 2008).

A sport mobilizációs csatornaként, közvetlenül és közvetve hozzájárulhat a társadalmi hierarchiában való előrelépéshez. Kedvező irányú közvetlen mobilitásról akkor beszélhetünk, amikor a sport az egyén foglalkozásává, megélhetésének forrásává válik (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010). A profeszionális sport juttatásai lehetővé teszik a sportoló

anyagi helyzetének javulását, a sikerekkel járó társadalmi elismertség pedig elősegíti kapcsolati tőkének gyarapodását (Róbert, 2001). Ez a fajta mobilitási lehetőség azonban csak keveseknek adatik meg, az utánpótlás-nevelési rendszerekbe történő bekapcsolódás pedig erős előfeltétele az élsportolói karriernek.

## A kutatás célja és hipotézisei

Fentiekkel összhangban az empirikus kutatás elsődleges célja az utánpótláskorú sportolók – a labdarúgó akadémiai képzésben részesülő fiatalok – társadalmi környezetének feltérképezése volt. Cél volt emellett azon esélykülönbségek feltárása is, amelyek már az élsportolóvá válás korai szakaszában éreztetik hatásukat. Vizsgáltuk, hogy mely társadalmi tényezők határozzák meg a gyermekek sportágba való bekapcsolódását és sportkarrierjük előrehaladását, továbbá azt is, hogy egy Magyarországon működő labdarúgó akadémia magas szintű sportszakmai képzése egyáltalán hozzáférhető-e a kedvezőtlenebb társadalmi háttérű fiatalok számára, és ha igen, a sport miként válhat a társadalmi mobilitás eszközévé.

### Kutatási kérdések:

- Beszélhetünk-e esélykülönbségekről az utánpótláskorú labdarúgók sportágba történő bekapcsolódását illetően, és ha igen, milyen dimenziókban tapasztalhatók egyenlőtlenségek?
  - Milyen mértékben befolyásolja a fiatalok sportkarrierjének alakulását szüleik társadalmi helyzete?
  - Mennyiben határozza meg a gyermekek élsportolóvá válásának esélyeit lakóhelyük fejlettségi szintje?
  - Az utánpótlás-nevelési rendszerbe már bekerült fiatalnak származhat-e hátránya abból, ha szülei nem rendelkeznek jelentős kulturális tőkével a sport területén? Miben nyilvánulhat meg mindez?
- A labdarúgás utánpótlás-nevelésében kulcsszerepet játszó akadémiaik esetében milyen egyéb társadalmi funkciókról beszélhetünk azon felül, hogy a jövő élsportolóit képezik?
  - Miként segítheti elő egy labdarúgó akadémia a hátrányos helyzetű fiatal sporttehetségeket

<sup>3</sup> Ennek nyugati sávjában még javarészt dinamikus fejlődő térségeket (pl.: Szeged kistérsége) és fejlődő térségeket (pl.: Szolnok kistérsége) találunk, a tengelytől keletre viszont már – néhány dinamikus fejlődő (pl.: Eger térsége) és fejlődő térségtől (pl.: Debrecen, Nyíregyháza térsége) eltekintve – döntően stagnáló és lemaradó térségek helyezkednek el. Míg a nyugati régiót a dél-dunántúli periféria aprófalvas térségeinek (pl. Belső-Somogy) kivételével kedvezőbb gazdasági körülmények jellemzik, addig a keleti, észak-keleti települések súlyos hátrányokkal és lemaradásokkal küzdenek.



társadalmi integrációját?

- b. Egy utánpótlás-nevelő „műhely” hogyan képes csökkenteni a szociális háttérből következő esélyegyenlőtlenséget ifjú sportolói körében?

**Az esélyegyenlőség dimenzióira vonatkozó hipotézisek:**

- H<sub>1</sub> Feltételezhető, hogy az utánpótláskorú labdarúgók sportkarrierjének alakulását alapvetően meghatározza szüleik társadalmi helyzete, a kiemelt utánpótlásképző központokba túlnyomórészt a kedvezőbb anyagi és kulturális háttérű családok gyermekei kerülhetnek be.
- H<sub>2</sub> Feltételezhető, hogy a „regionális lejtő” a labdarúgás utánpótlás-nevelési rendszerében is érezteti hatását, vagyis a gazdaságilag fejlettebb térségek településeiről több fiatal érkezik a futballakadémiákra, mint a fejletlenebbekről.
- H<sub>3</sub> Feltételezhető, hogy a család sporthagyományai – elsősorban az édesapa, esetleg más közeli rokon személyes sportmúltja – döntő jelentőséggel bírnak az ifjú labdarúgók sportágválasztását illetően.

**A labdarúgó akadémiák társadalmi funkcióira vonatkozó hipotézisek:**

- H<sub>4</sub> Feltételezhető, hogy egy labdarúgó akadémián folyó utánpótlás-nevelés a képzés jellegéből adódóan túlmutat a kizárólagos sportszakmai felkészítésen. Ezáltal az intézménybe kerülő fiatalok olyan egyéb kompetenciák birtokába jutnak, amelyek segítik társadalmi integrációjukat, mobilitásukat.
- H<sub>5</sub> Feltételezhető, hogy a kedvezőtlenebb anyagi háttérrel rendelkező növendékek szociális alapú támogatásban részesülnek, így esetükben az akadémia hozzájárul az esélyegyenlőtlenség csökkentéséhez.

**Módszerek**

A *primer adatgyűjtés* Magyarország legrégebben működő és mind ez idáig a legtöbb első osztályú magyar labdarúgót kinevelő intézménye, a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia agárdi székhelyén történt. Az itt nevelkedő utánpótláskorú labdarúgók megkérdezésére a *survey módszert* alkalmaztuk. Kérdéseink egyfelől a fiatalok sportba történő

bekapcsolódásának körülményeire, a sportágválasztásukat befolyásoló tényezőkre, illetve a sportolói pályafutásukkal kapcsolatos várakozásaikra irányultak. Mindemellett azonosítani kívántuk azokat az egyenlőtlenségi dimenziókat – szülők társadalmi státusza, családi sporthagyományok megléte vagy hiánya, származási település fejlettségi szintje –, amelyeket sportolói karrierjük alakulása szempontjából meghatározó jelentőségűnek feltételeztünk. Az előzőleg összeállított *kérdőívet* 42 fő töltötte ki (N=42), ami a három akadémiai korosztály (U16-os, U17-es és U19-es korosztály) 53 fős összlétszámát tekintve közel 80%-os kitöltöttségi aránynak felel meg.

Az elsősorban statisztikai jellegű eredmények értelmezéséhez, a jelenségek háttérében húzódó összefüggések teljesebb megértéséhez a tanulmány első szerzője *mélyinterjút* készített a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia igazgatójával. Az előzetes kérdésszerkesztéskor *félíg strukturált* protokollt terveztünk, ami megadta az interjú vezérfonalát, ugyanakkor lehetőséget biztosított az interjúalanyak az általa fontosnak gondolt témák részletesebb kibontására is. További információforrást jelentettek az asszisztens edzőkkel és az intézmény kollégiumi nevelőtanárával folytatott, strukturálatlan *informális beszélgetések*.

A fent említett kutatási módszerekkel végzett *kvantitatív és kvalitatív adatgyűjtés* mellett a *szekunder források* tanulmányozására is kiemelt figyelmet fordítottunk. *Dokumentumelemzés* útján betekintést nyertünk a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia *sportfejlesztési programjába*, majd az ott megfogalmazott *célkitűzéseket összevetettük a szakszövetségi stratégiában*<sup>4</sup> foglaltakkal. Elsősorban annak kívántunk utánajárni, hogy a programalkotók által megfogalmazott irányelvek között találunk-e arra vonatkozó utalásokat, hogy egy labdarúgó akadémia az utánpótlásképzésben betöltött sportszakmai szerep mellett milyen egyéb társadalmi funkciókkal rendelkezik.

**Eredmények és megbeszélés**

***Utánpótlás-nevelés, a labdarúgó akadémiákkal szemben támasztott követelmények***

A Magyar Labdarúgó-szövetség tízéves időtartamra (2010-2020) vonatkozó *sportágfejlesztési stratégiájának* „félidei felülvizsgálata” szerint az

<sup>4</sup> A Magyar Labdarúgó-szövetség Elnöksége által 2011 augusztusában elfogadott „A magyar labdarúgás stratégiája – A megújulás évtizede 2010-2020” című dokumentum utánpótlás-nevelésre vonatkozó fejlesztési koncepciója szolgált az összehasonlítás alapjául.

utánpótlás-nevelés fejlesztését célzó intézkedések a tömegbázis növelését illetően sikeresnek bizonyultak: „A Bozsik-korosztályokban (U7-U15-ig) a versenyengedéllyel rendelkező gyermekek száma 2010 és 2014 között mintegy 76%-kal (37 ezer főről 67 ezer főre) nőtt.”<sup>5</sup> A merítési lehetőség bővülésével a színvonalas utánpótlás-képzés egyik alapvető feltétele teljesült, a labdarúgó akadémiák egyes korosztályai (U16-U19-ig) ma már jóval nagyobb körből választhatók ki a tehetséges fiatalok, mint korábban.

Az Európai Labdarúgó-szövetség (UEFA) pontosan meghatározza, hogy milyen feltételeknek kell megfelelnie egy labdarúgó akadémiának. Ezen kritériumrendszer hazai adaptációjával a Magyar Labdarúgó-szövetség (MLSZ) olyan szabályozói környezetet teremtett, amelyben a Magyarországon működő futballakadémiák, illetve az akkreditációra jelentkező intézmények minősítési eljárásrendje is egységes irányelvek alapján zajlik. Az *akadémiai cím elnyerésének feltételrendszere* tartalmazza azokat a követelményeket, amelyek biztosítják, hogy licenchez csak a ténylegesen szakmai alapon működő utánpótlásképző központok juthassanak.<sup>6</sup>

A Sándor Károly Labdarúgó Akadémián tett látogatás alkalmával az intézményvezető betekintést engedett az Akadémia mindennapjaiba, a mélyinterjú keretében pedig részletesen ismertette az oktatással, lakhatással, ellátással, szakmai feltételekkel kapcsolatos tudnivalókat. Elmondása szerint a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián nevelkedő játékosok, a helyi – agárdi székhelyű – Chernel István Általános Iskola és Gimnázium kihelyezett osztályaként, gimnáziumi oktatásban részesülnek. A fiataloknak így nem kell elhagyniuk az Akadémia területét, a tanórák a főépület mellett található, hat tanteremből – köztük számítógépes teremből – álló iskolaépületben folynak. Az oktatást teljes mértékben sikerült összhangba hozni a futballképzéssel, az iskolai órarend is ennek megfelelően alakul. Heti háromszor (kedden, szerdán és csütörtökön) a gyerekek délelőtti edzésen vesznek részt, ezért ezeken a napokon a tanórák nagy része a délutáni időszakra kerül. Ugyanakkor az oktatás hatékonyságát növeli, hogy a diákok az egyes órákat kis létszámú (5-15 fős) csoportokban látogathatják. Az intézményben lakó nevelőtanárral folyamatosan figyelemmel kíséri

iskolai előmenetelüket, segíti felkészülésüket, egyéni beszélgetések keretében támogatja őket a mindennapokban, és rendszeresen szervez számukra közös programokat.

A szakmai igazgató a fiatalok ellátásával kapcsolatos részletekre is kitért: „Akadémiánkon teljes kényelmet biztosítunk a gyerekeknek ahhoz, hogy az edzések, illetve a tanulás után ki tudják magukat pihenni. Intézményünk főépületében 22 kétágyas szoba és 4 apartman található. A fiatalok szabadon rendezhetik be a szobájukat, és ők szabályozhatják a légkondicionálást és a fűtést. A szobákban nincsen se televízió, se internet – ez kimondottan azt a célt szolgálja, hogy a pihenés helyszíne legyen. A közösségi kapcsolódás színtere a klubszoba. A megfelelő lakhatási körülmények biztosítása mellett sportolóink étkeztetésére is kiemelt figyelmet fordítunk. [...] Nagyon odafigyelünk arra, hogy a fiatalok a nap huszonnégy órájában tudjanak gyümölcsöt enni. Emellett a folyadékpótlásról kell gondoskodnunk, ásványvizet, szőlőcukorral ízesített limonádét, illetve téli időszakban teát biztosítunk a gyerekeknek.” (Tamási Zsolt, szakmai igazgató<sup>7</sup> – Sándor Károly Labdarúgó Akadémia)

### **A sportkarrier kezdete, a sportágválasztás**

Egy kiemelt utánpótlásképző intézmény sportolóról okkal feltételezhetjük, hogy elhivatottan, az élsportolóvá válás ambíciójával kezdtek el sportolni. Esetükben különösen érdekes a sportágválasztást befolyásoló tényezők azonosítása. Az ebben a témában folytatott korábbi kutatások (Géczi, Révész, Bognár, Vincze és Benczentleitner, 2005) eredményei arra mutatnak rá, hogy a különböző szocializációs közegek hatásait vizsgálva, a család, a szülők azok, akik leginkább befolyásolják gyermekük sportágválasztását. A Sándor Károly Labdarúgó Akadémián végzett személyes adatfelvétel során arra a kérdésre kerestem a választ, hogy az itt nevelkedő fiatalok körében is megfigyelhető-e ilyenfajta dominancia.

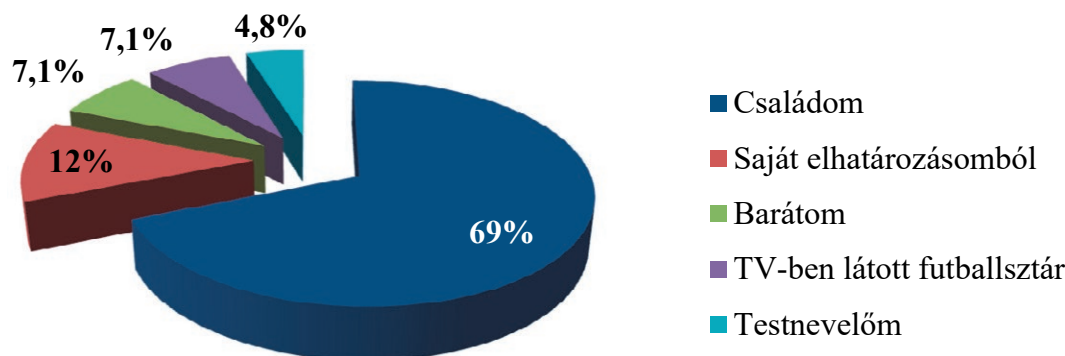
A kérdőívet kitöltők (N=42) közül a válaszadók 69%-a úgy nyilatkozott, hogy családja hatására választotta a labdarúgást (1. ábra). Közülük is markáns többségben (72,4%) vannak azok a sportolók, akik édesapjuk hatására kezdtek el futballozni.

<sup>5</sup> Uo.: 43.o.

<sup>6</sup> Lásd: A Magyar Labdarúgó-szövetség által 2012 januárjában készített „Tájékoztató a labdarúgó akadémiai licenccminősítési eljárásról” című dokumentum (3-5.o.)

<sup>7</sup> Az interjúalany 2017 júniuság, 12 évig töltötte be ezt a posztot.





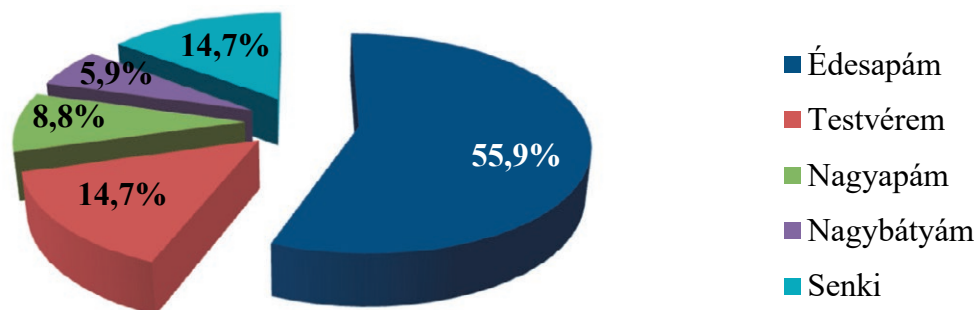
1. ábra: „Kinek a hatására választottad a labdarúgást?”

A fenti eredményekből egyértelműen kirajzolódik, hogy a kutatás alanyainak sportágválasztását leginkább családjuk befolyásolta. Ennek hátterében előzetesen a szülők sportszeretét, a labdarúgással kapcsolatos pozitív attitűdjét, esetleg személyes sportági érintettségét feltételeztük. Hipotézisünk tesztelésére a vizsgálatba bevont sportolókat megkérdeztük családtagjaik sportmúltjáról.

A válaszadók 81%-ának családjában található legalább egy olyan személy, aki jelentős sportmúlttal rendelkezik, vagy jelenleg is űz valamilyen sportágat. Mivel korábbi kutatások eredményei arról tanúskodnak, hogy a szülők jellemzően olyan

sportágat választanak gyermeküknek, amelyhez ők is kötődnek (Pápai és Szabó, 2003), célszerűnek találtuk megvizsgálni, hogy azok közül a megkérdezettek közül, akik „sportos családból” érkeztek (a válaszadók 81%-a), a családtagok sportági érintettsége mennyiben korlátozódik a labdarúgásra.

Az összesített adatok alapján az apák 55,9%-a, a testvérek 14,7%-a korábbi vagy jelenleg is aktív labdarúgó (2. ábra). A sportág családon belüli dominanciáját tovább erősíti, hogy a válaszadók 8,8%-a nagyapját, míg 5,9%-a nagybátyját is megjelölte, mint labdarúgó múlttal rendelkező családtagot.<sup>8</sup>



2. ábra: „A családban ki futballozik vagy futballozott korábban versenyszerűen?”

Az eredmények rávilágítanak, hogy a labdarúgásban eltöltött évekből adódó, szűken a labdarúgás területén értelmezhető kulturális („a családban sokan tudnak focizni”) és társadalmi tőkének („apukám, nagybátyám, stb. sok embert ismer a futballban”) egyaránt szerepe van a futballtársadalom jelentős mértékű önreprodukciójában, melyben Pierre Bourdieu tőkeelméletének gyakorlati megvalósulását láthatjuk. Egyértelmű szelekciós mechanizmusról azonban nem beszélhetünk,

hiszen a válaszokból az is kiderült, hogy családi sporthagyományok hiányában sem lehetetlen bekerülni egy labdarúgó akadémiára.

Megállapítható továbbá, hogy a kutatás alanyai többségének körében a szülői modell – az édesapa személyes kötődése a labdarúgáshoz – nagymértékű ösztönző hatást gyakorolt a fiatalok sportágválasztására. Esetükben a sportszocializáció folyamata már kora gyermekkorban elkezdődött, hiszen a sportszerető apa, illetve más közeli rokon (pl. nagyapa)

<sup>8</sup> A sportági kötődés megállapításakor kritériumként a versenyszerű sportolást határoztam meg, de a sportolói státuszok – amatőr vagy hivatásos – között nem tettem különbséget.

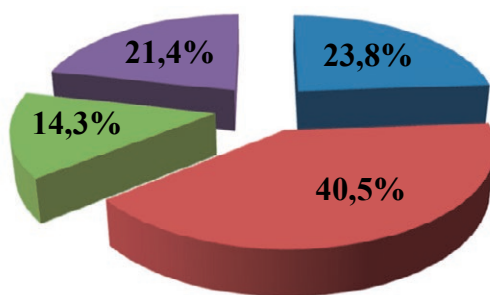
által olyan impulzusok érték őket, amelyek a futball iránti pozitív hozzáállásuk kialakulásához vezettek. Egyikük a következőképpen számolt be minderről:

„Mióta az eszemet tudom, a labdát rúgom. Nálunk a családban mindenki sportol, anyu kézilabdázik, apu focizik, most már csak megyei szinten, de korábban az NB II-ben is játszott. Nagyapám szintén futballozott, ő kapus volt annak idején. Mikor kicsik voltunk az öcsémrel, nagyon sokat focizott velünk. Mindig beállt a kapuba, mi pedig felváltva rúghattunk neki. Apu meccseire is ő vitt ki minket.” (labdarúgó, Sándor Károly Labdarúgó Akadémia, U16-os korosztály)

#### A sportpályafutással kapcsolatos várakozások

A felmérésben részt vevő utánpótláskorú labdarúgók sportágválasztását meghatározó tényezők azonosítása mellett azt is vizsgáltuk, hogy a fiatalok milyen célkitűzéseket fogalmaztak meg

sportkarrierjük jövőbeni alakulását illetően. Mivel a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia kiemelt utánpótlásképző központként működik, olyan válszlehetőségeket határoztunk meg, amelyek hivatásos sportpályafutást feltételeznek. A megkérdezettek ambícióit jól jellemzi, hogy az első kategóriát („Bár nem leszek NB I-es játékos, de megélek a labdarúgásból.”) senki sem jelölte meg. A fiatalok önmagukkal szemben támasztott minimális elvárása az NB I-ben való bemutatkozás. Ennek teljesülésével 23,8%-uk lenne elégedett (3. ábra). Jóval többen vannak azonban, akik külföldi bajnokságban képzelik el sportolói karrierjük kibontakoztatását. A válaszadók 40,5%-a a közepesen erős (pl. holland, belga, osztrák), 14,3%-a pedig a legerősebb (pl. német, angol, spanyol) bajnokságok valamelyikébe szeretne igazolni. A válogatottban történő pályára lépést 21,4%-uk tartja reális célkitűzésnek.



- Sikerül bemutatkoznom az NB I-ben.
- Közepes erősségű külföldi bajnokságba is eljutok.
- Külföldi topbajnokságba tudok igazolni.
- Pályára léphetek a válogatottban.

3. ábra: „Sportkarriered jövőbeni alakulását tekintve, mivel lennél elégedett?”

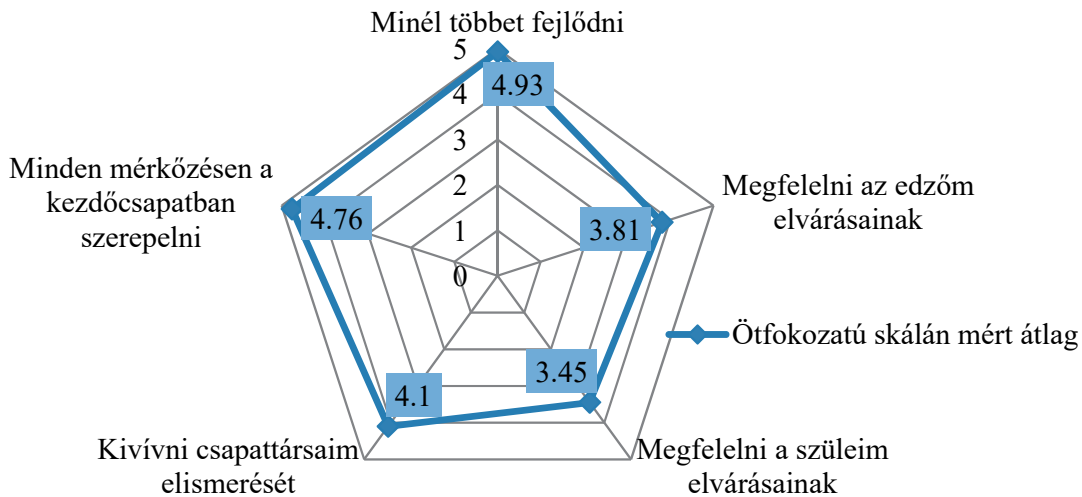
A hosszú távú célkitűzések mellett arra is kíváncsiak voltunk, hogy sportkarrierjük jelenlegi szakaszában mit várnak el maguktól a megkérdezett fiatalok. Ennek felmérését ugyancsak ötfokozatú skála segítségével végeztük. Átlagolva a megjelölt értékeket, a sportszakmai fejlődés igénye nagyon markánsan (4,93-as átlag) kimutatható a válaszadók körében (4. ábra). Emellett az állandó játéklehetőséget (4,76-os átlag) és a csapattársak elismerésének kivívását (4,1-es átlag) tartják a legfontosabbnak. Ezt követi az edzői, majd a szülői elvárásoknak való megfelelés (3,81-es, illetve 3,45-ös átlag).

A kutatás alanyainak sportpályafutásukra vonatkozó várakozásai, rövid és hosszú távú célkitűzései arra engednek következtetni, hogy valamennyien az élsportolóvá válás ambíciójával, maximális elhivatottsággal üzik sportágukat. A versenyzői

életvitel, a bentlakásos rendszerű labdarúgó akadémiai képzés azonban jelentős erőfeszítéssel jár, és áldozatok sorát követeli a fiatalok részéről. A sportolói karrierre vonatkozó kérdések zárásaként ezért arra kértük őket, hogy jelöljék meg, milyen többlet nehézséggel szembesülnek a mindennapokban, és miről kell lemondaniuk céljaik elérése érdekében.<sup>9</sup>

A válaszok alapján megállapítható, hogy a megkérdezettek túlnyomó többsége (85,7%) kevésnek érzi a szabadidejét (1. táblázat). 81%-uk jelentős áldozatként értékeli, hogy nem tud a barátaival annyi időt eltölteni, amennyit szeretne. Ugyancsak sokan (71,4%) említették, hogy nehezen élik meg a családjuktól való távollétet.

<sup>9</sup> A feleletválasztás kérdés megválaszolásakor a sportolók több választ is megjelölhettek.



4. ábra: „A felsorolt célkitűzések mennyire motiválnak abban, hogy az edzéseken maximális erőbedobással dolgozz?”

Kiemelt utánpótlásképző központ sportolóiként az edzések és a tanulás összehangolása is kihívás elé állítja a fiatalokat. 45,2%-uk véli úgy, hogy nem jut elég ideje a tanulásra. A versenyszerű sportolás

további megpróbáltatásai között az étkezéssel kapcsolatos kötöttségek is felmerültek. A válaszadók harmada számára jár lemondással, hogy oda kell figyelnie a táplálkozásra.

1. táblázat: „Milyen áldozatokat kell hoznod annak érdekében, hogy sikeres sportolóvá válhass?”

	Említések száma	Válaszadói %
Kevés a szabadidőm.	36	85,7
Nem tudok a barátaimmal annyi időt eltölteni, amennyit szeretnék.	34	81
Nem a családommal élek.	30	71,4
Nem járhatok szórakozni, bulizni.	29	69
Nem jut elég időm a tanulásra.	19	45,2
Oda kell figyelnem a táplálkozásra, sokszor nem ehetem azt, amit megkívánok.	14	33,3

#### Származási település mint szelekciós tényező

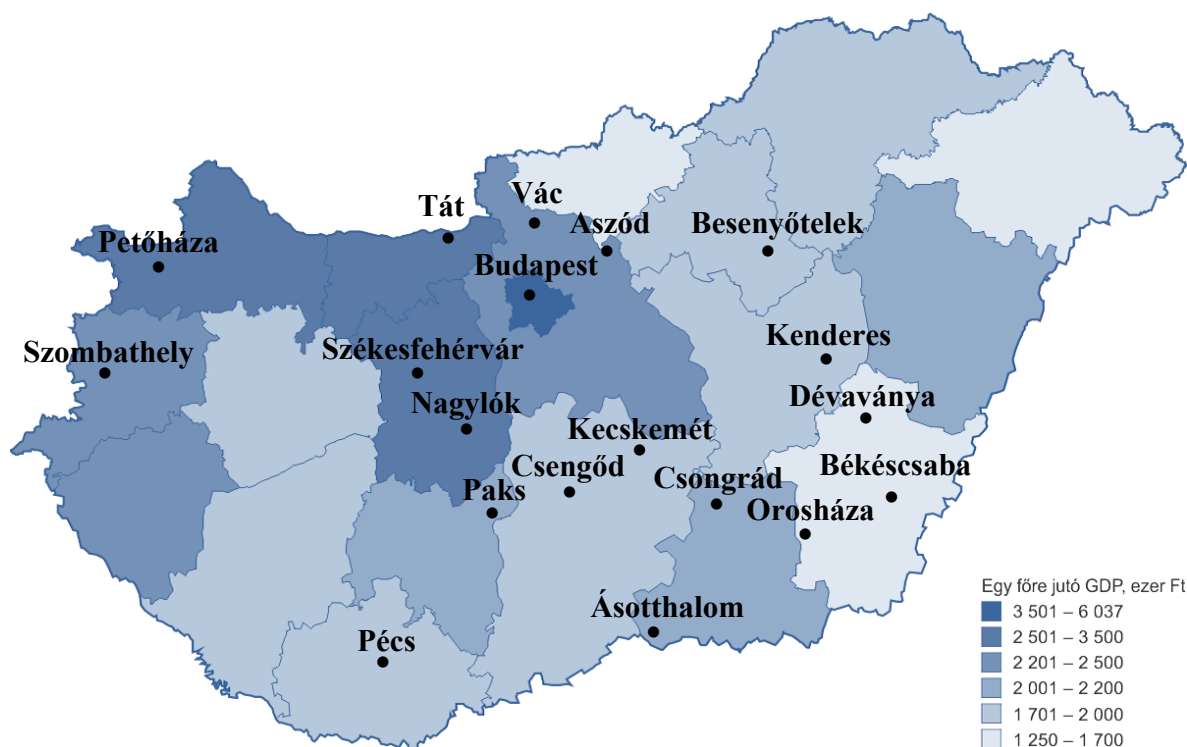
„Az a lakóhely, ahová az egyén születik, ahol gyermek- és ifjúkorát tölti, iskolába jár, és ahol élete további szakaszaiban lakik, jelentősen befolyásolja sportolási esélyeit. [...] Magyarországon sincs a különböző kategóriájú településeken felnövő gyerekeknek egyenlő esélye az élsportolói státusz elérésére.” (Földesiné, Gál és Dóczi, 2010, 61-62)

Az idézett állításokból kiindulva, a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián végzett személyes adatfelvétel előtt azt feltételeztük, hogy ebbe a kiemelt utánpótlásképző központként működő intézménybe hátrányos helyzetű településekről jóval kisebb esélyük van bekerülni a fiataloknak, mint a

gazdaságilag fejlettebb régiókból érkező társaiknak. Részben azért, mert az elmaradott térségek községekben, kisvárosaiban megfelelő sportlétesítmények hiányában nem biztosítottak a sportolás feltételei, részben pedig, mert az itt élő gyerekek közelében nagyon kevés az olyan sportszakember, aki időben felismerhetné tehetségüket.

A vonatkozó hipotézis tesztelésére az előzőleg összeállított kérdőívben származási településük megjelölésére kértük a kitöltőket. Az alábbi térképen azok a városok (főváros, megyei jogú városok, kisebb városok) és községek láthatók, ahonnan a Sándor Károly Labdarúgó Akadémiára érkeztek a fiatalok.

Az egy főre jutó bruttó hazai termék (GDP), 2011



5. ábra: A Sándor Károly Labdarúgó Akadémián nevelkedő sportolók származási településének gazdasági fejlettségi szintje az adott megyében egy főre jutó GDP függvényében

\* A területi egységek gazdasági fejlettségi szintjét szemléltető térkép forrása: KSH

A 42 megkérdezett sportoló közül Budapestről 19 fő, Pécsről 3 fő, Békéscsabáról, Kecskemétről és Székesfehérvárról 2-2 fő, míg a térképen jelölt többi településről 1-1 fő érkezett. Mindezen adatok ismeretében érdekesnek tartottam megvizsgálni, hogy a Sándor Károly Labdarúgó Akadémiára milyen arányban érkeztek a fiatalok a fejlettebb, és milyen arányban az elmaradottabb térségek településeiről.<sup>10</sup>

Ebből a szempontból sokatmondó információval szolgál az 5. ábra, amelyen láthatjuk, hogy Északkelet-Magyarország fent említett megyéiből a megkérdezettek közül egyetlen utánpótláskorú labdarúgó sem érkezett. Ugyanakkor az is jól leolvasható, hogy döntő többségük a Közép-magyarországi régióból – ezen belül 19 fő (a válaszadók 45,2%-a) Budapestről –, illetve a Dél-alföldi régióból származik.

Végezetül összegyűjtöttük a sportolók származási

településeire vonatkozó legfőbb adatokat (lakosság-szám, jogállás...), amelyek alapján megállapítható, hogy a kutatás alanyainak (N=42) 69,1%-a megyeszékhelyről, 11,9%-a járási székhelyről, 7,1%-a kisebb városból, 11,9%-a pedig községből érkezett a Sándor Károly Labdarúgó Akadémiára. Utóbbi számadat azt bizonyítja, hogy egy-két ezer fős kis-községekből (pl. Petőházaról, Nagylókról, Csongódról, Besenyőtelekről) sem lehetetlen bekerülni az ország legrégebben működő és az első osztályú labdarúgók kinevelésében hazai szinten legeredményesebb utánpótlásképző intézményébe.

Az Akadémia szakmai igazgatója mindennek háttéréről a következőket mondta a mélyinterjú során:

„Játékosmegfigyelői hálózattal rendelkezünk, valamint edzőkollégáink jelen vannak a Bozsik Torna mérkőzésein. Az elmúlt években is kerültek hozzánk játékosok kis településekről. A mai magyar futball

<sup>10</sup> Az egyes területi egységek gazdasági potenciálját az egy főre jutó GDP alapján megvizsgálva kijelenthető, hogy Magyarország legfejlettebb térségei a fővárost magában foglaló Közép-magyarországi régió mellett a Közép-dunántúli régió – ezen belül is elsősorban Fejér és Komárom-Esztergom megye – és a Nyugat-dunántúli régió (élen Győr-Moson-Sopron és Vas megyével). Ezzel szemben a válságjelekkel leginkább sújtott térség Északkelet-Magyarország, ahol Nógrád, Szabolcs-Szatmár-Bereg és Borsod-Abaúj-Zemplén megye gazdasági fejlettségi szintje a legalacsonyabb.

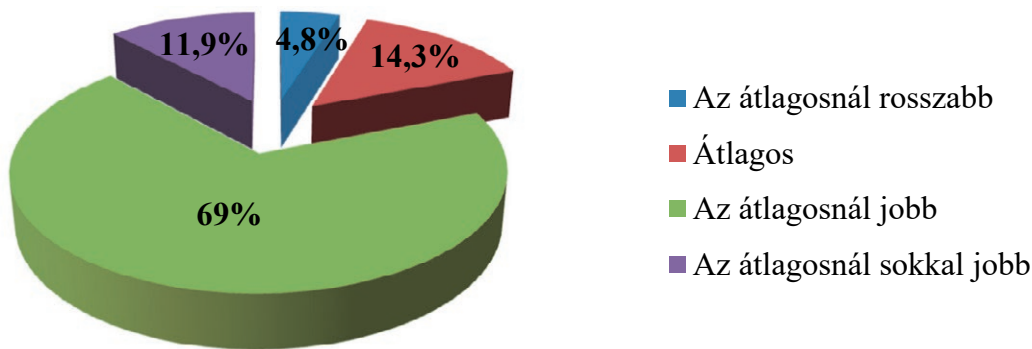
rendszerben nagy az esélye a tehetséges gyerekeknek, hogy akadémiákra, élvonalbeli klubok utánpótlás műhelyeibe kerüljenek.” (Tamási Zsolt, szakmai igazgató – Sándor Károly Labdarúgó Akadémia)

### Családi háttér mint egyenlőtlenségi dimenzió

Ahogy az „Elméleti háttér” című fejezetben már kitértünk rá, korábbi kutatási eredmények arról tanúskodnak, hogy az élsportolóvá válás lehetőségének terén komoly esélykülönbségek jellemzik a magyar utánpótlásképzést. Mivel a gyermekek verseny-sportoltatásának finanszírozása szempontjából meghatározó jelentőséggel bír családjuk társadalmi és gazdasági státusza, ennek feltérképezésére különös hangsúlyt fektettünk a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián végzett felméréskor. Ennek megfelelően a kérdőív a szülők foglalkozására, illetve a család vagyoni helyzetére vonatkozó kérdést egyaránt tartalmazott. Ugyanakkor számolnunk kellett azzal a várható nehézséggel, hogy a kutatás

alanyai – 15-18 éves fiatalok – esetleg nem rendelkeznek pontos információval szüleik jövedelméről. Ezért a kérdőívben arra kértük őket, hogy az átlaghoz képest értékeljék családjuk anyagi helyzetét. („Milyennek ítéled családod anyagi helyzetét? (1) az átlagosnál sokkal rosszabb, (2) az átlagosnál rosszabb, (3) átlagos, (4) az átlagosnál jobb, (5) az átlagosnál sokkal jobb.”) Emellett arra is rákérdeztünk, hogy megítélésük szerint sportkarrierjük költségeinek finanszírozása túlzott anyagi megterhelést jelent-e szüleik számára.

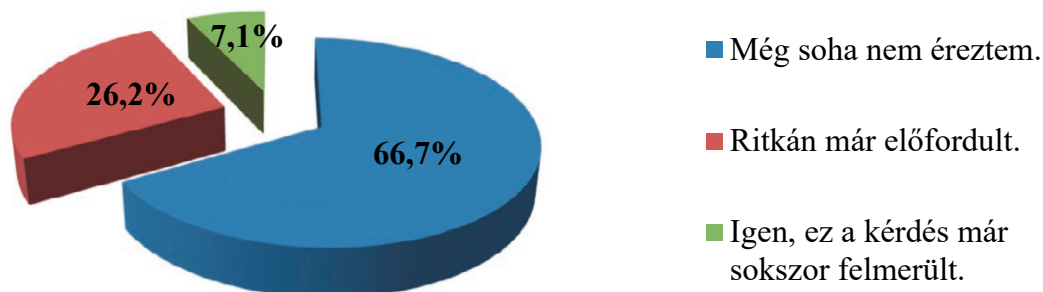
A válaszok összesítése után elmondható, hogy a megkérdezett sportolók 69%-a az átlagosnál jobbnak, míg 11,9%-a az átlagosnál sokkal jobbnak ítéli családját anyagi helyzetét (6. ábra). Átlagosnak 14,3%-uk, az átlagosnál rosszabbnak pedig mindösszesen 2 fő (a válaszadók 4,8%-a) értékeli vagyoni helyzetét. Az „átlagosnál sokkal rosszabb” választ lehetőséget senki sem jelölte meg.



6. ábra: „Milyennek ítéled családod anyagi helyzetét?”

Családjuk társadalmi státuszának azonosítása után végezetül arra kérdeztünk rá, hogy a válaszadók érezték-e már valaha, hogy szüleikre túl nagy anyagi terhet ró az ő sportolásuk. A válaszadók

kétharmada még soha nem tapasztalt ilyet, ellenben 26,2%-uk családjában ritkán, míg 7,1%-uknál gyakorta felmerül ez a kérdés (7. ábra).



7. ábra: „Érezted-e már valaha, hogy családod számára túlzott anyagi megterhelést jelent annak finanszírozása, hogy sportolhass?”



A nehézségek ellensúlyozása érdekében az Akadémia szakmai igazgatójának elmondása szerint hátrányos helyzetű sportolókra kiemelt figyelmet fordítanak. A szociálisan nehéz körülmények között őket ösztöndíjjal segítik.

### Összegzés, következtetések, javaslatok

Kutatásunk során arra kerestük a választ, hogy az élsportolói lét előszobájának tekinthető elit utánpótlás-nevelő intézményekbe mekkora esélye van bekerülni egy hátrányos helyzetű fiatalnak, vagyis a sport mennyire nevezhető nyitott társadalmi alrendszernek.

Feltételezve az esélykülönbségek meglétét, az egyenlőtlenségek dimenzióiról hipotéziseket fogalmaztunk meg, melyek tesztelését a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián folytatott primer adagyűjtés eredményei alapján végeztük. A kérdőíves felmérés és a mélyinterjú során nyert információk elemzése után elmondható, hogy *valamennyi feltételezésünk beigazolódott*.

Noha a társasági adókedvezmény sporttámogatási rendszerének (TAO-program) 2011-es bevezetése óta a korábbihoz képest jelentős többletforráshoz jut az utánpótlássport, a kutatás eredményei arról tanúskodnak, hogy *a fiatalok sportbeli esélyegyenlőtlensége továbbra is létező probléma*. A dotáció következtében *mérséklődött ugyan a szülők anyagi megterhelése* – gyermekük sportolásának finanszírozása már nem jelent akkora kiadást számukra –, *de a jelentős forrástöbblet nem eredményezte automatikusan a hátrányosabb helyzetben lévő fiatalok tömeges megjelenését a rendszerben*. A kiemelt utánpótlásképző központokba még mindig nagyobb arányban érkeznek jó anyagi és életkörülményekkel jellemezhető családokból a gyerekek.

Ugyancsak beigazolódott azon feltételezésünk, miszerint *az utánpótláskorú fiatalok lakóhelyének fejlettségi szintje is meghatározó jelentőséggel bír a sportba történő bekapcsolódásuk esélyeit illetően*. A gazdasági tekintetben *elmaradott térségekből jóval nehezebb bekerülni egy kiemelt utánpótlásképző központba*. Sokatmondó információ, hogy a kutatás résztvevői közül senki sem származik Északkelet-Magyarország hátrányos helyzetű térségeiből. *Ugyanakkor a „települési lejtő” (főváros, megyeszékhely, város, község, falu) mentén már nem mutathatók ki ilyen arányú esélykülönbségek*, hiszen a megkérdezettek közel negyede kisebb városból vagy községből érkezett az Akadémiára.

Az utánpótláskorú fiatalok sportágválasztását befolyásoló tényezőkre vonatkozó hipotézisünk szintén igazolást nyert. A válaszadók több mint kétharmada családjá hatására választotta a labdarúgást, ami azt bizonyítja, hogy *a gyermekek sport-szocializációjának szempontjából a szűk társadalmi környezet szerepe meghatározó*. Az esettanulmány eredményei alapján az is kijelenthető, hogy *a család sporthagyományai, a sportkulturális tőke megléte vagy hiánya éppúgy sportbeli esélyegyenlőtlenségi dimenzió, mint a vagyoni helyzet vagy a származási település*. Különösen akkor indulnak esélytöbblettel a fiatalok, ha közeli hozzátartozóik közül valaki rendelkezik kifejezetten a labdarúgás területén értelmezhető kulturális és szociális tőkével.

A labdarúgó akadémiák társadalmi funkcióiról előzetesen megfogalmazott feltételezéseink ugyancsak beigazolódtak. Megismerve a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián folyó utánpótlás-nevelés szisztematikusan felépített rendszerét, megállapítható, hogy a sportszakemberek, illetve az intézmény pedagógusai a képzés és a nevelés kettős elvei mentén foglalkoznak a gyerekekkel. Ahogyan egyikük fogalmazott, *nemcsak az a cél, hogy profi futballisták, hanem az is, hogy értelmes felnőttek váljanak a fiatalokból*.

A labdarúgó utánpótlás-nevelésre vonatkozó *javaslataink* fókuszában egy olyan *tehetségkutató rendszer kiépítésének* elképzelése áll, amely *kifejezetten azoknak a hátrányos helyzetű fiataloknak* a megtalálását célozná, akik szeretnének a futballal komolyan foglalkozni, de családjuk rossz anyagi körülményei, illetve lakóhelyük elmaradottsága ezt nem teszik lehetővé. Az ilyen kedvezőtlen háttérrel rendelkező fiatalok tehetségmentésében *kulcsszerep hárul a szakképzett testnevelőkre*. Ők ugyanis közvetlen kapcsolatban állnak a gyerekekkel. Ahhoz azonban, hogy a sporttehetség jegyeit mutató fiatalokat megfelelő sportegyesületekhez tudják irányítani, *arra volna szükség, hogy az utánpótlásképzés vidéki bázisai újjáépüljenek*. Ezek a „műhelyek” aztán *ösztöndíjrendszer elindításával* a szociálisan nehéz körülmények között élő gyerekeket is beemelhették a labdarúgó utánpótlás-nevelés rendszerébe.

A fenti elképzelés megvalósíthatóságának esélyeit növelik az utóbbi években országszerte, több száz településen lezajlott pályaeépítések és sporttelep-felújítások, de *az infrastrukturális háttér megteremtése önmagában nem elegendő*. A *sportegyesületek szakmai megerősítése és fejlődésre ösztönző támogatása*



legalább annyira fontos, mint a létesítményfejlesztés.

Annak érdekében, hogy a kisebb utánpótlás-nevelő centrumokban is korszerű képzésben részesüljenek a fiatalok, megfelelő létszámú és tudású sportszakemberre van szükség. Olyan edzőkre, akik birtokában vannak mindazon kompetenciáknak – szakmai felkészültség, pedagógiai képességek, alázat, szociális érzékenység – amelyek alkalmassá teszik őket hivatásuk professzionális gyakorlására. Mindemellett, mivel a hátrányos helyzetű fiatalokat célzó programokban a sporttartalom mellett szociális kompetenciák fejlesztésére is szükség van, főként az előkészítési és az értékelési fázisokban szociális szakemberek bevonása is célszerű lenne.

**Köszönetnyilvánítás:** A tanulmány szerzői ezúton is köszönetüket fejezik ki Tamási Zsoltnak, a Sándor Károly Labdarúgó Akadémia szakmai igazgatójának és tanítványainak a kutatás önzetlen támogatásáért.

#### Felhasznált irodalom

1990. évi LXXV. törvény a helyi önkormányzatokról URL: <http://mkogy.jogtar.hu/?page=show&docid=99000065.TV> (letöltés ideje: 2016. március 31.)
1996. évi LXXXI. törvény a társasági adóról és az osztalékadóról URL: [http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy\\_doc.cgi?docid=99600081.TV](http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=99600081.TV) (letöltés ideje: 2016. március 31.)
1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról URL: [http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy\\_doc.cgi?docid=99700031.TV](http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=99700031.TV) (letöltés ideje: 2016. március 31.)
2003. évi CXXV. törvény az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról URL: [http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy\\_doc.cgi?docid=A0300125.TV](http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A0300125.TV) (letöltés ideje: 2016. március 31.)
- Balogh L., Kádár A. K., Majtényi B. és Pap A. L. (2010): Antidiszkriminációs és esélyegyenlőségi alapismertetek. Budapest: L'Harmattan.
- Bodnár I. (2015): Egyenlőség – egyenlőtlenség – esélyegyenlőség a sportban. In: Laczkó T. és Rétsági E. (szerk.): A sport társadalmi aspektusai. Pécs: Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, 109-137.
- Borraccino, A., Lemma, P., Iannotti, R.J., Zambon, A., Dalmasso, P., Lazzeri, G., Giacchi, M., Cavallo, F. (2009) Socio-economic effects on meeting physical activity guidelines: comparisons among 32 countries. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 41(4), 749-56.
- Bourdieu, P. (2000) Gazdasági tőke, kulturális tőke, társadalmi tőke. In: Felkai G., Némédi D. és Somlai P. (szerk.): Szociológiai irányzatok a 20. században. Budapest: Új Mandátum. 431-445.
- Charter of Fundamental Rights of the European Union = Az Európai Unió alapjogi chartája (2000). Official Journal of the European Communities, 18. 12. URL: [http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text\\_en.pdf](http://www.europarl.europa.eu/charter/pdf/text_en.pdf) (letöltés ideje: 2016. március 31.)
- Coakley, J. (2011) Youth Sports: What Counts as „Positive Development?” *Journal of Sport and Social Issues* 35(3) 306-324
- Coakley, J. (2015) *Sport in Society: Issues and Controversies*. St. Louis, CV Mosby.
- Dóczi T. (2014): Sport és hátrányos helyzet. In Farkas J. (szerk.) *A fizikai aktivitás és a sport magyarországi dimenzióinak feltárása*. Budapest: MSTT-MST, 104-128.
- Egressy J. (2005): *Társadalmi esélyegyenlőtlenségek a versenysportban. Az úszás példája*. PhD disszertáció, Budapest: Semmelweis Egyetem.
- Fábri I. (2002): A sport, mint a fiatal korosztályok életmódjának meghatározó eleme. In: Szabó A., Bauer B. és Laki L. (szerk.): *Ifjúság2000 Tanulmányok I*. Budapest: Nemzeti Ifjúságkutató Intézet, 166–179.
- Faluvégi A. (2004): *A társadalmi-gazdasági jellemzők területi átalakulása és várható hatásai az átmenet időszakában*. Budapest: MTA-KTK.
- Ferge Zs. (2008): Miért szokatlanul nagyok a magyarországi egyenlőtlenségek? *Esély*, 2, 3-14.
- Földesiné Sz. Gy., Gál A. és Dóczi T. (2010): *Sportszociológia*. Budapest: SE-TSK.
- Gál A. (2008): *A lakosság egészségtudatossága és szabadidő-sportolási szokásai*. In: Földesiné Sz. Gy., Gál A. és Dóczi T. (szerk.): *Társadalmi Riport a Sportról*. Budapest: MSTT-ÖTM, 9–39.

19. Géczy G., Révész, L., Bognár, J., Vincze, G. és Benczentleitner, O. (2005): Talent and talent development in sports: the issue of five sports. *Kalokagathia*, 3, 113-123.
20. Kelly, L. (2011) 'Social inclusion' through sports-based interventions? *Critical Social Policy* 31(1), 126-150.
21. Magyar Labdarúgó-szövetség (2011, szerk.): A magyar labdarúgás stratégiája – A megújulás évtizede 2010-2020. URL: [http://katalizatorhalozat.hu/sites/default/files/mlsz\\_strategia1.pdf](http://katalizatorhalozat.hu/sites/default/files/mlsz_strategia1.pdf) (letöltés ideje: 2016. március 31.)
22. Magyar Labdarúgó-szövetség (2012, szerk.): Tájékoztató a labdarúgó akadémiai licenccm-nősítési eljárásról. Kézirat.
23. Mihály I. (2000): Esélyegyenlőség – az első híján van-e második esély? *Új Pedagógiai Szemle*, 3, 89-98.
24. Nyerges M. és Laki L. (2004): A fiatalok sportolási szokásainak néhány társadalmi összefüggése. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 2-3, 5–15.
25. Pápai J. és Szabó T. (2003): Tornászgyermek sportágválasztását befolyásoló tényezők. *Kalokagathia*, 1, 18-32.
26. Perényi Sz. (2010): The relation between sport participation and the value preferences of Hungarian youth. *Sport in Society*, 13(6), 984–1000.
27. Róbert P. (2001): Társadalmi mobilitás: a tények és vélemények tükrében. Andorka R. Társadalomtud. Társ., Századvég, Budapest.
28. Stalsberg, R., Pedersen, A. V. (2010) Effects of socioeconomic status on the physical activity in adolescents: a systematic review of the evidence. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 20(3) 368-383.
29. United Nations (1948): Universal Declaration of Human Rights / Az emberi jogok egyetemes nyilatkozata. URL: <http://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/index.html> (letöltés ideje: 2016. március 31.)
30. Velencei A. (2012): Társadalmi esélyegyenlőtlenség az utánpótláskorú sportolók körében az államilag finanszírozott programokban résztvevők esetében. PhD disszertáció, Budapest: Semmelweis Egyetem.
31. Velencei A., Kovács Á., Szabó T. és Szabó A. (2008): Társadalmi változások a magyarországi sportutánpótlás-nevelésben egy sportegyesület tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 4, 25–30.

## Sportpszichológiai körkép 2017-ben. A Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság világtudománykongresszusának legfontosabb témái

### Sport psychology in 2017. The most important topics of the World Congress of the International Society of Sport Psychology

Török, L.<sup>1,2</sup>, Kovács, K.<sup>1</sup>, Gyömbér, N.<sup>1</sup>, Boda-Ujlaky, J.<sup>1</sup>, & Lénárt, Á.<sup>1</sup>

1 Testnevelési Egyetem, Gazdaság és Társadalomtudományi Intézet, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék  
2 Pécsi Tudományegyetem, Szociál- és Szervezetpszichológia Tanszék

**Absztrakt** - 2017 júliusában a Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság (International Society for Sport Psychology; ISSP) négyévente megrendezésre kerülő világtudománykongresszusának a Sevillai Egyetem adott otthont. A négy napon keresztül zajló szakmai és társasági programok során naponta két-három keynote előadást (összesen 11), két poszter szekciót, és legalább három szimpóziumot rendeztek meg, az utóbbi párhuzamos szekció esetében 10-15 (összesen 127) db. Az előadások a témák széles spektrumát ölelték fel, a képzéstől az utánpótlás helyzetén keresztül az elit versenyzők felkészítéséig. Igen nagy hangsúlyt kapott a szabadidősport. A kutatók ezen belül a testmozgás pszichológiai előnyeit és pozitív hozadékait emelték ki és kötötték össze egészségpszichológiai vonatkozásokkal. Az alábbiakban néhány sportpszichológiai terület helyzetét ismertetjük. A felvonultatott témák néhány, a szerzők által látogatott szimpóziumokat reprezentálják. A szövegben szereplő hivatkozások többnyire az egyes témák kutatói által megjelölt cikkeket jelölik.

**Kulcsszavak:** utánpótlás, sportpszichológia, sportháromszög, Pozitív Utánpótlás Fejlesztés (PYD), élsport

**Abstract** - The World Congress of the International Society for Sport Psychology (ISSP), held in every four years, was hosted by the University of Seville in June 2017. The four-day congress included two or three keynote lectures (altogether 11), two poster sessions, and at least three symposia each day, with 10-15 parallel sessions (altogether 127). The lectures and presentations represented a wide range of topics, from sport psychologist education, through youth sports, to the sport psychological preparation of elite athletes. A great emphasis was put on exercise psychology, where researchers emphasized the benefits of exercising, in relation to health psychology research. In this article, we provide an overview of the advancements in these sport psychological topics. The topics reviewed here represent the symposia attended by the authors. The articles cited in this text refer mainly to those mentioned by the researchers of each topic.

**Keywords:** youth sport development, sport psychology, sports triangle, Positive Youth Development (PYD), elite sport

#### Utánpótlás sport

A fiatalok sportja a sportpszichológia egyik legvitatottabb témája, éppen ezért nem is meglepő, hogy a konferencia nyitóelőadása is erre a területre fókuszált. A kongresszuson 18 szimpózium foglalkozott az utánpótlás kérdéskörével, többek között az alábbi témakörökön keresztül: fiatal sporttehetségek

teljesítmény kompetenciáinak fejlesztése; holisztikus és ökológiai megközelítések a tehetséggondozásban; edzői és szülői pszichológiai intervenció; az utánpótlás sportra vonatkozó diagnosztikai módszertan fejlesztése és a sportszülői kompetenciák fejlesztésének támogatása, kettős karrier:

A nyitóelőadáson Jaime Cruz (2017) arról

beszélt, hogy kiemelkedően sok kutatás hangsúlyozza a fizikai, a mentális és a szociális előnyöket, azonban több vizsgálat is rámutat azokra a veszélyforrásokra, melyek során a fiatal „sérülhet”, és akár idő előtt elhagyhatja a sportágát. A sportháromszög dinamikáját (Hellstedt, 1987) követve ismertetett olyan modelleket, amelyek a fiatalokkal dolgozó edzők számára nyújthatnak segítséget, vagy a szülőknek adhatnak felvilágosítást a bevált gyakorlatok segítségével. Az Edzések Elsajátítás-alapú Megközelítése (Mastery Approach to Coaching; Smith, Smoll, és Cumming, 2007) és a szülőket célba vevő Juga Verd program (Alastrué és González, 2013) célja ugyanaz: megtartani a fiatal örömeit a sportban, ami a hosszútávú motiváció nélkülözhetetlen kritériuma. A sportban megélt öröm fenntartása érdekében három pillérré helyezik a hangsúlyt: fejlődés és annak észlelése, szociális közeg minősége, valamint az intrinzik motiváció megteremtése és jelenléte, amely a Pozitív Utánpótlás Fejlesztés (Positive Youth Development, PYD) filozófiája is. A két program abban nyújt segítséget, hogy miként képes a felnőtt mindezeket hatékony formában megteremteni. Mindkét projekt kiemeli a korosztályos eltérések sajátosságait, valamint az eredményközpontúság helyett a fejlődés fontosságára helyezi a hangsúlyt. Mindezeket túl felhívja a figyelmet a szülők és edzők felelősségére is, hiszen az általuk és a fiatalok teljesítményére adott nem megfelelő reakciók distresszt okozhatnak, mely hosszabb távon a fiatal kiégéséhez is vezethet (Holt és mtsai, 2009; Babkes és Weiss, 1999; Gould és mtsai, 2008). Ugyanakkor hangsúlyozza, hogy az érzelmek kezelésének képessége felnőttkorban is tanulható, fejleszhető. A sportpszichológusok feladata így nemcsak a sportoló, hanem az őt körülvevő környezet felkészítésére is vonatkozik. Amennyiben a sport által megszerezhető előnyök megtartása és megerősítése az elsődleges cél, úgy különösen fontos a versenykörnyezet adta hátrányok (pl. agresszív tendenciák, hátrányos megkülönböztetések, teljesítményszorongás, stb.) csökkentése vagy minimalizálása. Mindennek érdekében szoros együttműködést szükséges kialakítani az edzőkkel, szülőkkel, játéktekintőkkel, sportszervezetekkel és a többi kontextuális szereplővel. Nemzetközi viszonylatban ezt célozza meg az European Project Psytool. Ez egy olyan program, amely a sportpszichológia eszköztárával igyekszik segíteni az egészséges sportolói légkör megteremtését.

A Chris Harwood által vezetett szimpózium még azokkal a hatásokkal foglalkozott, amelyek a szülőket érintik. Kutatásokban (Harwood és Knight, 2009) azt találták, hogy a szülők által érzékelt stressz legnagyobb hányada nem a gyermek eltérő fejlődési üteméből fakad (például magasságból vagy az eltérő sportmúltból származó hátrány), hanem a gyermekük versenyein átélt állapotssorongás, illetve a sportszervezet maladaptív működéséből adódó problémák (idő nem megfelelő beosztása, anyagi problémák, egyesülettel való nézeteltérések, stb.) azok, amik a szülők számára jelentős nehézségeket okoznak. A vizsgálat különösen kiemelkedő pontja, hogy a teniszhez fiatalok életkora alapján a szüleit három különböző csoportra osztották (mintavétel, specializáció és befektetés időszaka - Côté és Hays, 2002). Eltérő korosztályok eltérő feladatokat igényelnek a szülők részéről, ennek megfelelően a rájuk ható elvárások különböző módon jelennek meg (Fredricks és Eccles, 2004). Egy futballakadémia vizsgálat során a következő domináns érzelmeket és állapotokat azonosították az idő előrehaladtával: készenlét, izgatottság, frusztráció, beletörődés és elfogadás, felkészülés a felnőtt korra, kiábrándulás és beletörődés. Ezeket a szakaszokat más kutatások is alátámasztották (Kerr és Stirling, 2012), ami felhívja a sportpszichológusok figyelmét arra, hogy a szülők számára is fontos a mentális támogatás. Nemzetközi szinten számos olyan kézikönyv és tréning módszertan született, ami nemcsak a sportolók, hanem a szülők felkészítését is segíti (Dorsch és mtsai, 2016; Thrower és mtsai, 2017). Magyar példát is meg tudunk említeni (Gyömbér, Kovács és Ruzits, 2016b) egy gyakorlatokat is tartalmazó könyv formájában.

#### *Az utánpótlás sport specifikumai*

Az utánpótlás sport szerepe többek között azért is igényel nagy figyelmet, mert a lemorzsolódás mértéke még mindig jelentős. Henriksen és munkatársai (2017) szerint a megelőzéshez elengedhetetlen a megfelelő sportolói környezet megteremtése, melyhez az első lépés a kulcsfontosságú személyek együttműködése (Smoll és Smith, 1989). A következő lépcsőfok olyan csapaton belüli adekvát szervezeti kultúra kialakítása, mely képes fenntartani a fiatal sportoló motivációját. Sok kutatás csatlakozott ehhez a témakörhöz, kiemelve a feladat involvált motivációs klíma megteremtését (Duda, 2001; Vazou és mtsai, 2006). Az



elsajátítási célok alkalmazásával a fejlődés és az erőfeszítés mértékén van a hangsúly, szemben a viszonyító célokkal. Viszonyító célok kitűzése esetében az eredmények válnak meghatározóvá, ami a fiatal sportolók esetében akár káros következményekkel is járhat, hiszen növelhetik a kudarcból való félelem és a másokkal való összehasonlítás megjelenésének valószínűségét, ami szorongáshoz vezethet (Sack és mtsai, 2006; Eklund és Gould, 2007).

Az előadások több szempontból közelítették meg az utánpótláspont kérdéskörét. A fiatalkori sporttal kapcsolatban a kiválasztás helyett a fejlesztés kerül középpontba – ami felveti a kérdést, melyik életkorban milyen területeket lehet és érdemes fejleszteni. Az egyik lehetséges opció a kognitív készenlét (cognitive readiness), ami a Coenen és munkatársai (2017) által bemutatott kutatás szerint magában foglalja az önszabályozást, az ismereteket, az alkalmazkodást és a rezilienciát is. A modell jelenleg is kutatás és fejlesztés alatt áll, így a fent említett kategóriák pontos meghatározása még folyamatban van. Tehetséges fiatal sportolók esetében kiemelik az átgondolt edzések (Erickson és mtsai, 1993) szerepét, amely erőfeszítést igényel a sportolótól, ezáltal a fejlődésük biztosítva lesz. Noha az ilyen típusú edzések nem biztosítanak azonnali jutalmat, hatásuk inkább hosszú távon jelentkezik, éppen ezért a feladatok esetleges monotonitása sem csökkenti a sportban megtapasztalható öröm szintjét, hiszen a fejlődés iránti vágy válik a motiváció egyik fő bázisává (Erickson és mtsai, 1993). A Gyömbér és Kovács által készített poszter a jó gyakorlat egyfajta magyar alternatíváját mutatja be a sportoló fiatalokat megcélzó mentális gyakorlókönyv prezentációján keresztül (Gyömbér, Kovács és Ruzits, 2016a).

### ***Utánpótláskorúak szabadidős sportolása***

A kongresszuson nemcsak a fiatalok versenysportra való felkészítését helyezték előtérbe, hanem a szabadidősport fontosságát is kiemelték. A sport által megszerzhető kompetenciák erősítését vette célba a 4C modell, amely a sportoláson keresztül olyan értékek fejlesztését veszi célba, mint az önbizalom (Confidence), hatékonyságérzet (Competence), személyiség és karakter (Character), valamint szociális kapcsolatok fejlesztése (Connection) (Côté és mtsai, 2010). Számos olyan Pozitív Utánpótlás Fejlesztés (Positive Youth Development, PYD) programot mutattak be, amely sportolóknak, edzőknek, szülőknek, továbbá

egyesületeknek is felvilágosítást, információkat és gyakorlatokat nyújt arra vonatkozóan, mivel és hogyan lehet a modellben bemutatott értékeket tudatosítani és fejleszteni. Az ismertetett és már a gyakorlatban is működő kanadai golf program, az Út a jövőbe (Future Links) egyik érdekessége, hogy a 4C modellt egyesítették az itthon is már bemutatott hosszú távú sportolófejlesztési (Long-Term Athlete Development; LTAD) modellel (Balyi és Hamilton, 2004; Balyi és mtsai, 2016). A fent említett négy értékeken túl az LTAD modell segítségével a program figyelembe veszi a gyermek életkorát is, és életkor-specifikus feladatokkal fejleszti a fiatal sportolókat.

### **Élsport**

#### ***Sportpszichológiai felkészítés a dél-amerikai élsportban***

Az utánpótlás fejlesztés mellett az élsport is hangsúlyos szerepet kapott a konferencián. Az Uruguayi Sportpszichológiai Szövetség által szervezett szimpózium, amelyen Jesús Chalela elnökölt, igen nagy érdeklődésnek örvendett, feltehetőleg a Riói olimpia apropóján. A szakemberek a latin-amerikai sportpszichológiai gyakorlatokról beszéltek az élsport szintjén. Felhívták a figyelmet a különböző szakemberekből álló csoportok fontosságára, és kiemelték a sportpszichológus kulcsszerepét. Chalela ezen belül is a klinikai sportpszichológia fontosságát hangsúlyozta. A sportolók életében fellépő akut problémák és traumák, mint pl. haláleset, magánéleti válság, általános szorongásos tünetek gyakoriságára hívta fel a jelenlévők figyelmét, mely tényezők a sportteljesítményt jelentős mértékben és negatív irányba befolyásolhatják. Mindezek tükrében a relaxációs technikák fontossága kiemelendő. Ennek a klinikai nézőpontnak a szellemében sikeresen alkalmaznak pszicho-dramát is élsportolókkal, amiben ráadásul az edző is részt vesz, hiszen az ő szorongása is átvehető a versenyzőre. További dramatikus elemeket is bevonnak a pszichológiai felkészítésbe, pl. eljuttassák azt, hogy egy dél-amerikai versenyző egy amerikai ellen nyer; milyen érzéseket keltene ez benne, milyen testtartása, magatartása van egy sikeres versenyzőnek, stb. Chalela továbbá az általuk használt sportpszichológiai felkészítés fázisait is felvázolta. Az első az olimpiai részvételtől való „álmodozásról” szól, és általában 4-8 évvel a lehetséges olimpiai részvétel előtti időszakot öleli fel. Ezt távoli (remote) szakasznak

nevezik a szakemberek. Ennek az időszaknak a legfontosabb feladatai közé tartozik a tervezés, az önbizalom és az elkötelezettség érzésének növelése. A második a felkészülés szakasza, vagyis az „álmok építése”. Ez az olimpia előtti 2 és 4 év közötti időszak az, amikor is a fő cél, hogy a sportoló a versenyekre megfelelően felkészüljön, tehát a motiváció, kitartás, frusztráció-tolerancia fejlesztése és rutin kialakítása a legfőbb feladatok. A harmadik szakasz a preolimpiai, vagyis az „álmok kergetésének” szakasza. Ez 2 évvel az olimpia előtti időszak, amikor a versenyző a kvalifikáción dolgozik, és egyben ez a legfontosabb célja is ennek az időszaknak. Itt a főbb feladatok a szorongás és stressz kezelése, relaxációs technikák alkalmazása, koncentráció és döntéshozás, valamint az érzelemszabályozás fejlesztése. A negyedik szakasz az „álmok igazolásának” időszaka, 12-2 hónappal az olimpia előtt. Ennek a periódusnak a legfontosabb feladatai ennek a periódusnak a média, az elvárások és a nyomás kezelése, valamint a fókusz megtartása. Az ötödik szakasz az olimpia időszaka, amikor a versenyző már ott van, amikor az „álmok valóra válnak”. A legfontosabb sportpszichológiai feladatok az érzelemszabályozás, a szorongás kezelése, a koncentráció fejlesztése, valamint az eredmény elfogadása és a jövőbeli tervek átgondolása. A szakemberek egy uruguayi úszó példáján keresztül hangsúlyozták a módszereik hatásosságát, aki sok nehézség után a Riói olimpián sikeresen képviselte országát.

A szakemberek ugyanakkor kitérnek arra is, hogy a sport színvonalát nemcsak a sportolók határozzák meg, hanem azok a bírók és játékvezetők is, akik ugyancsak sportpszichológiai kompetenciákat igénylő feladatokat látnak el, hiszen közel egy időben érzékelnek, elemeznek és értékelnek, mindezt nagy nyomás alatt. Sokszor a bírók szívritmusa olyan magasra szökik, hogy az megegyezik a sportolóéval, ami befolyásolja mind a percepciót, mind a döntéshozást. A szakemberek kiemelik a sportpszichológiai technikákat, mint például a mentál tréning, a coping stratégiák, vagy a stressztűrés fejlesztésének fontosságát a bírók körében is. A programot a rögbi játékvezetők példáján keresztül mutatták be, akik nemzetközi szinten is szerepelnek. Számítógépes szimulációs programokat, perceptuális fejlesztő feladatokat alkalmaznak körükben, mint például a perifériális érzékelés javítása, illetve stresszhatás alatt végzett feladatokkal szimulálják a versenykörülményeket.

### *Teljesítményfokozás az élsportban – nemzetközi kitekintés*

A XIV. Sportpszichológiai Világkongresszuson kiemelt szerepet kapott az élsportban történő felkészítés. Az előző, pekingi kongresszuson teltházas „Az ázsiai sportpszichológia titkai” téma most is folytatódott, és kiegészült a Riói olimpiai tapasztalatokkal. A pekingi sportegyetemi mentál tréning felkészítéséről hallottunk egy windsurf-ös sportoló esetében. A dél-koreai para-íjászok programjában leköverték az éveket: kiemelt fontosságot kapott körükben a figyelemkoncentráció fejlesztése, a légzéstechnika, a szimulációs edzés és a helyszínre való részletes felkészülés. Az ázsiai sportpszichológiai alkalmazásokban dominál a mentál tréning és a biofeedback eljárások összekapcsolása, a stresszorok azonosítása, a self-talk, relaxáció, légzéstechnikák és imagináció (sokszor tömbösített formában is). Külön szimpóziumot kapott a maláj tapasztalatok elemzése, ahol a hangulatskálázást, a jégkorong világkupa felkészítést és a Riói olimpiai programot is bemutatták. Fontos megemlítenünk Szingapúrt is, ahol mélyreható társadalmi változást hozott az ország olimpiai aranyérmese. Továbbá, tajvani kutatók a koraszülött gyerekek sportkarrierjét és teljesítményben való eltérését elemezték.

A teljesítményfokozás mentális technikái az élsportban igen hangsúlyosan jelentek meg. A Paul Wylleman vezette szimpózium az olimpiai felkészítést taglalta, kiemelve a helyszínen nyújtott és elengedhetetlennek tartott pszichés formaidőztítő eljárásokat. Az edzők képzéséhez nyújtott segítséget a szakma kiemelt stratégiai szempontként kezeli. További bizonyítékokat mutattak be azzal kapcsolatban, hogy a „nyugodt szem” módszerek („quiet eye”), a szemmozgás elemzés, a figyelem pásztázás és a klasszikus sportpszichológiai módszerek a műszeres gyakorlással összekötve a napi munkában hasznosíthatók. A mindfulness, mentál tréning, és a sportbeli kiválóság egyértelmű együttjárására egy specializált munkacsoport is felhívta a figyelmet. Ugyanakkor a megküzdés, a reziliencia és a személyes növekedés gyakran pozitív hatású lehet a sportsérülések után. A szakmavezető Tony Morris az imagináció alapú intervenciók finomítása kapcsán szervezett szimpóziumot, és kitért többek közt NLP program alkalmazására is. Új színfoltot jelentett a táncosokkal való kiemelt munka bemutatása, főleg spanyol képzési intézmények részéről. A sporttehetségek kiválasztása és fejlesztése főleg a



kognitív készenlét oldaláról került görcsö alá.

A további nemzetközi gyakorlatok közül kiemelendőnek tartjuk a professzionális szakemberek team-munkájával jellemezhető Andalúziai Sportorvosi Centrum működését. A kettős karrier támogatásának gyakorlati oldalát a belga, svéd, dán, francia, és katalán tapasztalatokból ismerhettük meg. A középiskolákból az egyetemre történő átmenet megkönnyítését több ország is bemutatta. Kiemelkedő a belgák GEES programja (Gold in Education and Elit Sport). Az ausztrál úszócsapat felkészítésében a szakmai szempontok mellett a csapatkultúra fejlesztésére helyezték a hangsúlyt. 2013-ban kiterjedt stábbal dolgoztak, melyben teljesítményigazgatót is alkalmaztak. Javítottak a vezetéskultúrán, az élsportedzők képzésén, csapatépítő tréningeket tartottak, a csapat értékeit helyezték előtérbe, és személyre szabott elvárás rendszert alakítottak ki. A társadalmilag toxikus kultúrának minősített közeg negatív kortársait igyekeztek ellensúlyozni.

A motoros tanulás és edzés a virtuális realitásban intelligens edzői teret jelentenek. Ezen a területen élenjáró a Bielefeld Egyetem CITEC kutatócsoportja, különösen az SMR/theta ratio neurofeedback tréning és a szuperszemüvegek, valamint az adaptív kognitív tréning területén. Már 10 ilyen specifikus edzés szignifikáns változást hozott a golfnál pl. a putt-olásban. Az intelligens bábu bemutatja a mozgást, melynek segítségével egyénre szabott edzés végezhető. A gépek, műszerek feladatlépésekre bontják a feladatot, melyet gyakran kombinálnak self-talk-kal és mentális edzéssel. Ehhez kapcsolódott a magas szintű technológiák alkalmazása a kutatásban és a teljesítménynövelésben. A kutatók többek közt nem riadnak vissza a transzkraniális mágneses stimuláció alkalmazásától sem, valamint a komplex mérőrendszerek felhasználása (EMG, EKG, EEG) is bevett eljárás az orvosi labor diagnosztikai mérésekkel egyetemben (nyálból vett minták, kortizol, stb.).

A motivációs klíma és a célok tárgyalása a teljesítmény pszichológiában igen élenként tárgyalt téma az elmúlt 30 évben. Az ezzel kapcsolatos kutatások igen sokrétűek, és szintén elsősorban az élsporthoz kapcsolódnak, ahol a teljesítményfokozás az elsődleges cél. Duda és Appleton (2016) modelljükben a célorientációs (Ames, 1992) és az öndeterminációs elmélet (Deci és Ryan, 2000) egyesítésére tesznek kísérletet, miszerint a sportolók egészsége és hatékonysága nagyban függ attól

a szociálpszichológiai környezettől, amit az edző teremt. Duda (2013) szerint az empowering edzői motivációs klímát feladat-fókusz, autonómiát és társas elemeket támogató jellemzőkkel rendelkezik. Ezzel szemben a disempowering klíma ego-fókusz és kontrolláló (beleértve a kapcsolódás akadályozottságát) jellemzőket foglal magában. A modell igazolásának, illetve további eredmények gyűjtése céljából kultúraközi összehasonlító vizsgálatokban nézték az edző által teremtett motivációs klíma hatását. Az eredmények azt mutatták, hogy míg az empowering edzői motivációs klíma szorosan összefügg az elsajátítási célorientációval, addig a disempowering edzői motivációs klíma a viszonyítási célorientációval mutatja ezt; Norvégiában, Spanyolországban és az Egyesült Királyságban. Görögországban bizonyult csak statisztikailag szignifikánsnak. Az összes vizsgált országban ugyanakkor az elsajátítási célorientáció pozitív kapcsolatot mutatott az érzékelt kompetencia szintjével, illetve az öndeterminált motivációval.

### *Egészségpszichológiai vonatkozások az élsportban*

Az élsportolók mentális egészségének kérdésével foglalkozó szimpóziumon tárgyalták azt a kérdést, hogy az olimpiai szintű sportolók esetében még azt is nehéz meghatározni, hogy mi számít egészségesnek. Ugyanakkor egy kiemelt sporteseményen minden, ami történik, befolyással van a teljesítményre. Felhívták a figyelmet a kezelés nehézségeire, többek között arra az edzők által még mindig közkeletű vélekedésre, hogy „Ha egy sportolómnak sportpszichológusra van szüksége, nekem nincs szükségem arra a sportolóra”. Megkerülhetetlen ugyanakkor a doppingellenes magatartásra való nevelés, az élsportbeli táplálék-kiegészítők fogyasztása és a dopping vulnabilitás közti összefüggések elemzése.

### **Szabadidősport**

Világszerte egyre nagyobb figyelem helyeződik a szabadidősport támogatására. Több plenáris előadás foglalkozott ennek különböző hatásaival. Ez egy kevésbé kutatott terület hazánkban. Hagger (2017) például arról beszélt, hogy sokszor vizsgálják a különféle pszichológiai tényezők kapcsolatát az egészséges életmóddal, azonban egy nagyon fontos közvetítő változót nem vesznek számításba: mi a szándék. Keynote előadásában a szándék és a viselkedés között szakadék áthidalására tett javaslatokat.

A szakember továbbá kiemelte, hogy nem szabad figyelmen kívül hagynunk az implicit pszichológiai jelenségeket, vagy a szociálpszichológiai ismereteket, amikor olyan komplex viselkedésről beszélünk, mint az egészséges életmód. Taylor (2017) a depresszió és a függőségek kezelése kapcsán hívta fel a figyelmet a testmozgás kiemelkedő jelentőségére.

### ***Kvalitatív kutatások tanulságai testi sérülésekkel rendelkező mintákon***

Az alább tárgyalt szekcióban a testi sérülésekkel rendelkező emberek kerültek az előadástémák középpontjába, ahol a szerzők az ebben a populációban végzett kutatómunka során tapasztalt nehézségekről „vallottak”. A testi sérülésekkel rendelkező embereket érintő sporttal és szabadidősporttal kapcsolatos pszichológiai kutatások főként két téma köré csoportosulnak: a sportolók sérülésekkel kapcsolatos tapasztalatai (Wadey és Evans, 2011), illetve a testmozgás szerepe a testi sérülésekkel élők körében (Day és Wadey, 2016). Ezen témák kutatásakor általában kvalitatív módszertant alkalmaznak, ami túlnyomórészt interjúkat foglal magában. A szakemberek mellett érvelnek, hogy habár nagyon előnyös módszertani eszköz ez, mégis egy fontos elemet nélkülöz, mégpedig a kutató véleményét és a kerettörténetet arról, hogy mi történt a „terepen”. Ezt kiküszöbölendő egy reflexívebb kvalitatív műfaj létrehozását javasolta Sparkes és Smith (2014), ami egyfajta gyónás formájú beszámoló arról, hogy milyen nehézségekkel, érdekességekkel, etikai kérdésekkel találkozott a kutató a téma feldolgozása során (confessional tale). A szimpózium ilyen formájú előadásokat is felvonultatott a sérülés kapcsán. A kutatók a kora serdülőkorú tornászokkal végzett vizsgálatok nehézségeit illetően azt hangsúlyozták, hogy mennyire fontos a kutató kreativitása is ahhoz, hogy ilyen érzékeny területtel kapcsolatban beszédre bírja egy fókuszcsoport résztvevőit. A különböző témájú beszélgetésekre hívó ingeranyagok kiválasztására kiemelt figyelmet kell fordítania a kutatónak, illetve türelmesen ki kell várniuk az események folyását felesleges beavatkozás nélkül. Cavallerio (2017) post-it-eket és különféle érzelmeket ábrázoló „papírnyalókákat” használt a gyerekek sérüléssel kapcsolatos érzelmeinek és gondolatainak feltérképezésére.

Az amputáción átesett kórházi páciensekkel való kvalitatív kutatómunka szintén sok nehézséget rejt magában. Phoebe Sanders (2017) arról

beszélt, hogy egy kezdő kutatónak milyen problémákkal kell megküzdenie adott esetben a kutatásai közben. Sanders a saját kutatási tapasztalatai közül kiemelte az érzelmi sokkot, magas diszkomfort és stressz szintet, és azt javasolja az ilyen területen kutatni vágyóknak, hogy lehetőleg vegyenek részt egy olyan tréningen, ami felkészít az orvosi és kórházi környezetben eltöltendő időszakra, és osszák meg sokszor nehéz és érzelmileg megterhelő tapasztalataikat egy biztonságos környezetben, pl. egy közeli barátal.

Ross Wadey (2017) amputált vagy más testi fogyatékoságot elszenvedett veterán katonákkal készített interjúnak tanulságait osztotta meg a hallgatósággal. Kutatásának fő kérdése az volt, hogy mit jelent számukra a testmozgás. Olyan tevékenységeket vizsgált, mint pl. a síelés, horgászat, golf vagy vitorlázás. A kutató jelentős észrevétele volt a beszélgetések során a vizsgálati személyek erős kontroll igénye, illetve a maskulin szelf hangsúlyozása. Wadey arra inti a témában kezdő kutatókat, hogy az előzetesen kialakult gondolataikat és forogatókönyveiket vizsgálják felül, értékeljék az informális interjú erejét (példaként egy nagyon maskulin mondatokkal indító férfit említ, akivel a diktafon kikapcsolása után a legizgalmasabb és legfeltárulkozóbb interjút készítette), továbbá ő is kiemeli annak fontosságát, hogy olyan eszközöket használjon a kutató, amik elindítják az ilyen témákról való beszédet és gondolkodást. Kiemeli továbbá annak fontosságát, hogy a kérdéseket alaposan átgondolja a kutató, tudja, hogy melyek azok, amik még biztonságos terepet nyújthatnak a vizsgálati személynek, és melyek, amik ellenállásba ütközhetnek. Ezen kívül a menekülési lehetőségek kidolgozása is hasznos, hiszen érzékeny témát és vizsgálati mintát választ ezzel a kutató, és fontos ezt mederben tartania.

További új módszereket és elméleteket is bemutattak a konferencián, mint pl. a neurofeedback sikeres alkalmazását a choking under pressure jelenség csökkentésében (Mirifar, Ehrlenspiel, és Beckmann, 2017), a virtuális valóság használatát az előrejelzések pontosságának fejlesztésére, vagy az automatikus belső beszéd kettős természetét (Latinjak, Zourbanos, López-Ros, és Hatzigeorgiadis, 2014). Ez utóbbi elmélet szerint egy spontán, sokszor nem tudatos belső beszéd elkülönül az irányítható, szándékos és célirányos belső beszédetől. Míg az előbbihez a teljesítményértékelés és a végkifejlet

predikciója tartozik, addig az utóbbinak az érzelmi kontroll és viselkedésszabályozás a fő célja.

### **Testmozgás és kognitív működés**

A kutatók a plenáris előadások során sorra emelték ki a testmozgás fontosságát, és annak népszerűsítésében betöltött kritikus szerepét. Jennifer Etnier (2017) a testmozgás kognícióra gyakorolt kedvező hatásairól szóló keynote előadásában foglalta össze a témában született empirikus eredményeket, miszerint a közepes erősségű fizikai aktivitás (moderate-intensity physical activity) végzése vezetett a legjobb teljesítményhez komplex feladatok megoldásánál. Fontos, hogy a fizikai aktivitás legfeljebb 15 perccel megelőzze a kognitív feladat megoldását, hiszen így még 24 órával a feladat után

is jobban emlékeznek a hívószavakra a vizsgálati személyek, mint a kontroll csoport tagjai; ez gyerekeknél is kimutatható. Sőt, az Alzheimer-kórra hajlamosító génnel rendelkező vizsgálati személyek fizikai aktivitás hatására 8 hónappal később ugyanolyan kognitív funkciókat mutattak, mint az erre a betegségre hajlamosító génnel nem rendelkező társaik.

### **Összkép, összefoglalás**

Amint az 1. táblázatban látható, az utánpótlás sporttal foglalkozó szimpóziumokat számosságban a szabadidősporttal kapcsolatosak követték, ami egy igen fontos tendenciát jelez a szakmai hangsúlyokat és kihívásokat tekintve.

**1. táblázat** A Nemzetközi Sportpszichológiai Társaság Világkongresszusának szimpóziumai tematikus besorolásban

Téma	Szekciók száma		Plenáris előadások száma
Utánpótlás sport	19	Kettős karrier 7	1
		Tehetség gondozás 3	
Élsport	10		0
Szabadidősport	14		2
Kulturális tényezők szerepe	26	Területi specifikumok 18	0
		Kulturális pszichológia 9	
Sportpszichológus képzés	8		0
Dopping	2		0
Sportoló és edző kapcsolata	3		0
Becsapás (cselek stb.)	1		0

A sportpszichológus központi szerepe a konferencián elhangzó előadások alapján, kétségtelen. Számos szimpózium foglalkozott a képzés jövőjével. A legnagyobb sportpszichológiai szervezeteknek (ISSP, FEPSAC, AASP) nincs közös képzési rendszere, ám tervezik ennek megvalósítását. Az Amerikai Alkalmazott Sportpszichológiai Társaság (AASP) bemutatta a képzési, valamint a folyamatos vizsgáztatási rendszerét, illetve ezek kidolgozásának folyamatát. Nyolc kötelező kurzus, 400 óra mentorált gyakorlat elvégzése vezet a sportpszichológus cím

megszerzéséhez, ami öt évig érvényes. Folyamatos továbbképzési lehetőségeket biztosítanak. Saját PR osztály dolgozik a sportpszichológia és a bizonyítvánnyal rendelkező sportpszichológusok népszerűsítéséért. A FEPSAC is európai bizonyítvány megszerzésének lehetőségét tervezi.

Kiemelt figyelmet kapott az erkölcsiség kérdése is, több szimpózium és egy plenáris előadás is fókuszált a sportban megjelenő proszociális és antiszociális viselkedés meghatározóinak, illetve következményeinek bemutatására. Az erkölcsi elszakadás

(moral disengagement) azon mechanizmusokat jelenti, amiket az egyének az antiszociális viselkedés igazolására használnak (ld. pl. Boardley és Kavussanu, 2007). Az előbbi, a perfekcionista klíma, az ego orientáció jelenléte és a morális identitás (az erkölcsiség fontossága az egyén számára, ld. pl. Sage, Kavussanu, és Duda, 2006) hiánya antiszociális viselkedéshez vezet, ami növeli a dühöt, csökkenti a koncentrációt és a figyelmet.

Több szimpózium foglalkozott a jelen földrajzi mobilitásból fakadó kihívásaival. A legtöbb országban már országos versenyek szintjén, sőt akár az utánpótlássportban is más nemzetiségű sporttársak, csapattársak is megjelennek, ami speciális kihívást jelent az edzőnek, a sportolóknak és a sportpszichológusnak is.

Egyre nagyobb hangsúly helyeződik a kiemelt sportesemények utáni pszichológiai támogatásra, hiszen egy ilyen esemény, akármilyen eredménnyel is zárul, fordulópont egy sportoló életében, és az ezzel való megküzdés, valamint a megküzdéssel való elégedettség hosszú távon alakítja a sportoló motivációját (Samuel, Tenenbaum, és Bar-Meher, 2017).

Felmerült azonban, hogy sok fizikai aktivitást népszerűsítő (sport) pszichológiai intervenció nélkülözi a stabil elméleti és empirikus eredményekre épülő megalapozottságot, és ez igen problematikus.

Az ISSP sora következő kongresszusát 2021-ben a tajvani Tajpejben rendezik, míg az Európai Sportpszichológiai Társaság (European Federation of Sport Psychology; FEPSAC) 2019-ben a németországi Münsterben szervezi sora következő szakmai találkozóját.

### Irodalomjegyzék

- Alastrué, P., & Gonzalez, C. (2013): Joga Verd Play. Retrieved December 31, 2017, from [http://cebllob.org/?page\\_id=140](http://cebllob.org/?page_id=140).
- Ames, C. (1992): Classroom: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84, 261-271.
- Babkes, M., & Weiss, M. (1999): Parental Influence on Children's Cognitive and Affective Responses to Competitive Soccer Participation. *Pediatric Exercise Science*, 11, 1, 44-62.
- Balyi I., & Hamilton A. (2004): *Long-Term Athlete Development: Trainability in Childhood and Adolescence. Windows of Opportunity. Optimal Trainability*. Victoria: National Coaching Institute British Columbia & Advanced Training and Performance Ltd.
- Balyi, I., Géczi, G., Bognár, J., & Bartha, Cs. (2016): Hosszútávú Sportolófejlesztési Program, Budapest, Magyar Olimpiai Bizottság.
- Boardley, I. D., & Kavussanu, M. (2007): Development and validation of the moral disengagement in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 5, 608-628.
- Cavallerio, F. (2017, July): Doing qualitative research with injured adolescents: my confessions... Paper presented at 14th ISSP World Congress of Sport Psychology, Sevilla, Spain.
- Coenen, J., Wylleman, P., Jannes C., Kegelaers J. (2017, July): Cognitive readiness in elite youth sport. Paper presented at 14th ISSP World Congress of Sport Psychology, Sevilla, Spain.
- Côté, J., & Hay, J. (2002): Family influences on youth sport participation and performance. In J. M. Silva & D. Stevens (szerk.), *Psychological foundations of sport*, (pp. 503-519): Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Côté, J., Bruner, M., Strachan, L., Erickson, K., & Fraser-Thomas, J. (2010): *Athletes' Development and Coaching*, In: Lyle, J. and Cushion, C., (Eds):, *Sport Coaching: Professionalisation and Practice*, Elsevier, Oxford, UK.
- Cruz, J. (2017, July): Fighting for an educational youth sport. Paper presented at 14th ISSP World Congress of Sport Psychology, Sevilla, Spain.
- Day, M., & Wadey, R. (2016): Narratives of trauma and recovery: The complex role of sport following permanent acquired disability. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 131-138.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000): The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 4, 227-268.
- Dorsch, T., King, M., Dunn, C., Osai, K., & Tulane, S. (2016): The Impact of Evidence-Based Parent Education in Organized Youth Sport: A Pilot Study. *Journal Of Applied Sport Psychology*, 29, 2, 199-214.
- Duda, J. L. (2001): Achievement Goal Research in Sport: Pushing the Boundaries and



- Clarifying Some Misunderstandings. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 129-182): Leeds: Human Kinetics.
16. Duda, J. L. (2013): The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 311-318.
  17. Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2016): Empowering and disempowering coaching climates: Conceptualization, measurement considerations, and intervention implications. In M. Raab, P. Wylleman, R. Seiler, A.-M. Elbe, & A. Harzigeorgiadis (Eds.), *Sport and exercise psychology Research: From theory to practice* (pp. 373-388): Elsevier.
  18. Eklund, R. C., & Gould, D. (2007): Emotional Stress and Anxiety in the Child and Adolescent Athlete. In H. Hebestreit & O. Bar-Or, (Eds.), *The encyclopaedia of sports medicine: XIII. The young athlete* (pp. 319-334): London: Blackwell Scientific.
  19. Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993): The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100. 3, 363-406.
  20. Etnier, J. L. (2017, July): Exercise and cognition: Advancing understanding through dose-response, moderators, and mechanisms. Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  21. Fredericks, J.A., & Eccles, J.S. (2004): Parental influences on youth involvement in sports. In M.R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 165-196): Morgantown, WV, US: Fitness Information Technology.
  22. Gould, D, Lauer, L., Rolo, C., Jannes C., & Pennisi J. (2008): The Role of Parents in Tennis Success: Focus Group Interviews With Junior Coaches, *The Sport Psychologist*, 22, 18-37.
  23. Gyömbér, N., Kovács, K., & Ruzits, É. (2016a): *Gyereklélek sportcipőben. Mentális napló sportoló fiataloknak*. Budapest, Noran Libro Kiadó.
  24. Gyömbér, N., Kovács, K., & Ruzits, É. (2016b): *Gyereklélek sportcipőben. Fiatalokori és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek*. Budapest, Noran Libro Kiadó.
  25. Hagger, M. S. (2017, July): Are psychological theories used to predict physical activity and guide physical activity behavior change interventions any good? Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  26. Harwood, C. G., & Knight, C. J. (2009): Stress in youth sport: a developmental investigation of tennis parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10. 4, 447-456.
  27. Hellstedt, J. (1987): The Coach / Parent / Athlete Relationship. *The Sport Psychologist*, 1. 2, 151-160.
  28. Henriksen, C. (2017, July): Holistic and ecological approaches in talent development: The role of the environment in athletes' careers and acquisition of expertise. Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  29. Henriksen, C., Storm, L. K., Larsen, C. H., Stambulova, N. (2017, July): Creating optimal environments for talent development, Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  30. Holt, N., Tamminen, K., Black, D., Mandigo, J., & Fox, K. (2009): Youth Sport Parenting Styles and Practices. *Journal Of Sport And Exercise Psychology*, 31. 1, 37-59.
  31. Kerr G. A., & Stirling A. E. (2012): Parents' Reflections on their Child's Experiences of Emotionally Abusive Coaching Practices, *Journal of Applied Sport Psychology*, 24. 2, 191-206.
  32. Latinjak, A. T., Zourbanos, N., López-Ros, V., & Hatzigeorgiadis, A. (2014): The structure and content of undirected and goal-directed thoughts in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 548-558.
  33. Mirifar, A., Ehrlenspiel, F., & Beckmann, J. (2017, July): Evidence for effects of neurofeedback training to improve sport performance: A systematic review. Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  34. Sacks D. N., Tenenbaum G., & Pargman D. (2006): Providing Sport Psychology Services to Families, In J. Dosil (Ed.). *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*

- (pp39-61.). Wiley & Sons, New York.
35. Sage, L., Kavussanu, M., & Duda, J. (2006): Goal orientations and moral identity as predictors of prosocial and antisocial functioning in male association football players. *Journal of Sports Sciences*, 24. 5, 455-466.
  36. Samuel, R. D., Tenenbaum, G., & Bar-Meher H. G. (2017): Israeli athletes' and coaches' perceptions of London 2012 as a career change event. Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  37. Sanders, P. (2017, July): Doing qualitative research with in-patients: my confessions... Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  38. Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2007): Effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes' sport performance anxiety. *Journal of sport and exercise psychology*, 29. 1, 39-59.
  39. Smoll, F. L., & Smith, R. E. (1989): Leadership Behaviors in Sport: A Theoretical Model and Research Paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19, 1522-1551.
  40. Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014): *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
  41. Taylor, A. H. (2017, July): Psychological interventions in sport, exercise and other contexts. Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  42. Thrower, S. N., Harwood, C. G., & Spray, C. M. (2017): Educating and supporting tennis parents: an action research study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9. 5, 600-618.
  43. Vazou, S., Ntoumanis, N., & Duda, J. (2006): Predicting young athletes' motivational indices as a function of their perceptions of the coach-and peer-created climate. *Psychology of sport and exercise*, 7. 2, 215-233.
  44. Wadey, R. (2017, July): Doing qualitative research with out-patients: my confessions... Paper presented at *14th ISSP World Congress of Sport Psychology*, Sevilla, Spain.
  45. Wadey, R., & Evans, L. (2011): Working with injured athletes: Research and practice. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (Eds.), *Professional practice in sport psychology: A review* (pp. 107-132): London: Routledge.



## Konfliktuskezelő stratégiák a labdarúgó edző-játékos-szülők közötti interakciókban

### Conflict management strategies in the soccer coach-player-parents interactions

Németh Zsolt

Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet

**Absztrakt** - A labdarúgó edzők a játékosokkal és a szülőkkel történő interakciójuk közben több konfliktussal is szembesülnek. Ez a folyamat természetes, hiszen az interperszonális kapcsolatok eleve magukban rejtik ezeket. Az edzők kreativitásán múlik, hogy milyen hatékonysággal tudják a problémákat megoldani. A konfliktuskezelés folyamatát az adott szituáció, a résztvevők személyiségjegyei, a résztvevők egymáshoz való viszonya, a résztvevők pillanatnyi érzelmi állapota és az ebből fakadó kommunikációs stílusa nagymértékben befolyásolja. Azt tapasztaltam, hogy nem minden edző képes az adott szituációhoz és a gyermekek életkori sajátosságaihoz illeszkedő konfliktuskezelési stratégiát kiválasztani. A tétmérkőzéseken felszínre kerülő konfliktusok kezelésénél az edzők viselkedése nem minden esetben nevezhető példaértékűnek. Kutatásom célkitűzése, hogy feltérképezzem az egyes korosztályokban használatos leggyakoribb konfliktuskezelő stratégiákat az edző-játékos és az edző-szülő kapcsolatban. Az edzők konfliktuskezelési stratégiáira egy általam szerkesztett, tíz konfliktusszituációra adott edzői válaszokból következtettem. A szituációk kiválasztásánál azokat a leggyakoribb konfliktustörténeteket vettem figyelembe, amelyeket az edzők interjúi alapján összegyűjtöttem. A válaszokba rejtett konfliktuskezelési stratégiák érvényességét a konfliktusok kutatásának magyar szakemberei ellenőrizték. A válaszokat matematikai statisztikai módszerekkel és SPSS adatfeldolgozó program segítségével dolgoztam fel. Az eredményekből jól nyomon követhető, hogy az egyes korosztályokban dolgozó edzők miként veszik figyelembe a konfliktusok kezelése közben az adott szituációt és az életkori sajátosságokat.

**Kulcsszavak:** interperszonális kapcsolat, interakció, konfliktuskezelő stratégia

**Abstract** - A soccer coach may encounter several conflicts during his/her interactions with players and their parents. This process is obvious, because it is in the nature of interpersonal relationships. It is up to the soccer coaches' creative conflict management ability, how effectively they can solve the problems. The conflict management process is largely influenced by the given situation, the character of the participants, their relationship with each other, and the participants' momentary state of emotions and their current style of communication. My experience is practice that not every soccer coach is able to choose the appropriate conflict management strategy that suits the given situation and the age-specific characteristics of children. It is observable that the conflict management of the coaches at important matches is not necessarily convenient in every case. The aim of my research is to explore the most common strategies in different age-groups in the relationship of coach-players and coach-parents. I prepared a questionnaire, which included 10 conflict-situations of the conflict management strategies. I selected the most common conflict stories from the interviews with coaches. Hungarian conflict research professionals controlled the validity of those conflict strategies, which were hidden in the answers. The answers have been processed with the help of the SPSS software. The results show how the coaches working with different age groups take into consideration the given situation and the age-specific characteristics of children during a conflict management process.

**Keywords:** interpersonal relations, interactions, conflict management strategies

## Bevezetés

A labdarúgás környezetének interperszonális kapcsolatai közül kiemelt szerep jut az edzőknek, a játékosoknak, a szülőknek és a vezetőségnek. A labdarúgó edzőknek a sportszakmai tudásuk mellett kiváló pedagógiai érzékkel is kell rendelkezniük, hogy a játékosok sportteljesítményét növelni tudják (Nádori, 1991, 2005). Véleményem szerint az edző-játékos-szülő kapcsolat minőségét erőteljesen befolyásolja, hogy a felszínre kerülő nézeteltérések közben milyen konfliktuskezelő stratégiákat használnak a résztvevők (Szekszárdi, 2002). A gyermeküket edzésekre és mérkőzésekre kísérő családtagoknak lehetőségük nyílik az edzők sportszakmai és pedagógiai hozzáértésének a közvetlen megfigyelésére, ami alapjául szolgálhat az edzők munkájának minősítésében. Így az edzőkről kialakult vélemény a két szereplő (edző-szülő) egymás iránti beállítódását (attitűd) pozitív és negatív irányba is befolyásolhatja, amely véleményem szerint a konfliktusok kezelésének folyamatában is nyomom követhető. Ugyanez érvényes az edző-játékos kapcsolatra is. Az edzőknek a játékosokon és a szülőkön kívül a vezetőséggel és a médiával is jó kapcsolat fenntartására kell törekednie. Abban a szerencsés helyzetben lehetek, hogy a labdarúgáshoz való kötődésemet játékosként, edzőként, testnevelő tanárként és szülőként is átélhettem, amelynek következtében a felszínre kerülő konfliktusokat különböző szerepkörben át is élhettem (Németh, 2006c). Tapasztalataim alapján bátran kijelenthetem, hogy a konfliktusok kezelésénél több szempontot is érdemes figyelembe venni. Ha a családon belüli nevelési minta, amelynek véleményem szerint meghatározó eleme a konfliktuskezelés, nagymértékben eltér az edző konfliktuskezelő stílusától, akkor igen nagy a valószínűsége az edző-játékos, illetve az edző-szülő közötti konfliktusok létrejöttének. Ebből egyenesen következik, hogy az edző-játékos közötti konfliktusok kezelésénél az edzőnek a játékosok életkori sajátosságain és az adott szituáció jellegzetességein kívül a játékosok szociális háttérét is érdemes figyelembe venni. A fiatalabb korosztályoknál (U6-U12) a játékosok még nem merik annyira kinyilvánítani nemtetszésüket, ezért a szülővel olyan viszonyt kell kialakítani, hogy a játékosok otthoni megnyilvánulásait, illetve az ezekből levont következtetéseket a szülők az edzőkkel bátran közöljék. A pozitív vélemények el is jutnak az edzőkhöz, de a negatívak, a

gyermek háttérbe helyezésének lehetősége miatt, általában már kevésbé. Nagyon fontos lenne, ha ezek a vélemények is az edzők látókörébe kerülnének, mert ezek ismeretében lehet a személyre szabott nevelési stílust alkalmazni (Gombocz, 2002). A labdarúgó edzések, mérkőzések, a mérkőzések szünetei, a tornákra történő utazások, az edzőtáborok, a közösen szervezett kulturális programok, mind kiváló helyszínei a játékosok nevelésének, amelyet az edzőknek személyes példamutatásukon keresztül, a megfelelő kommunikációs stílussal kell megvalósítaniuk (Mészáros, 2007; Szőke-Milinte, 2013). A nehézség abban rejlik, hogy napjaink fiatal játékosainak szocializációja nagymértékű eltérést mutat. Különböző nevelési mintákat hoznak családjaikból, amelyeket az edzőknek érdemes feltérképezni ahhoz, hogy nevelési tevékenységük, munkájuk hatékony legyen. A sportcsapatokhoz kerülő sportolók a sport sajátos környezetében is szocializálódnak (Alfermann, 1993). Különös odafigyelést igényelnek a serdülőkorban levő játékosok, akik szeretnének egyre önállóbbá válni és saját akaratukat előtérbe helyezni (Szekszárdi, Horváth, Buda és Simonfalvi, 2000).

## Célkitűzés

Kutatásom célja az NB I-es, NB II-es és NB III-as osztályok utánpótlásában dolgozó labdarúgó edzők (U6-U19) konfliktuskezelő stratégiáinak feltérképezése a játékosokkal és a játékosok szüleiével létrejött konfliktusaik kezelése közben. Arra is kerestem a választ, hogy az edzők konfliktuskezelő kultúráját az osztályok (NB I. NB II. NB III.), a korosztálycsoportok (U6-U12; U13-U19), az egyes szituációk (10 db), a pedagógiai végzettség, az edzői képesítés és az edzői tapasztalat miként befolyásolja. Célként fogalmazódott még meg bennem a labdarúgó edzők konfliktuskezelő stratégiáinak önbecslése is, hogy össze tudjam hasonlítani az elképzelt és a konkrét konfliktus-szituációkra adott válaszokat. A kapott eredmények felhasználásával szeretném bizonyítani, hogy a konfliktuskezelés közben az elméleti háttér és a gyakorlati tapasztalat együttes megléte vezet majd a leghatékonyabb megoldásokhoz. Ennek egyik előfeltétele, hogy az edzőknek a sportszakmai tudásuk mellett a pedagógiai, pszichológiai és szociológiai ismereteiket is tudatosan kell hivatásuk közben alkalmazniuk. Szeretném hangsúlyozni, hogy a konfliktuskezelés minősége erőteljesen kihat az edző-játékos

kapcsolatra, amely a sportolók teljesítményét is befolyásolja. Ezen gondolatmenet mentén nagyon hasznos lenne az edzőképzések tematikájába olyan konfliktuskezeléssel kapcsolatos elméleti és gyakorlati kurzusok bevezetése (pl.: konfliktuskezelő tréningek, konfliktuskezelés szerepjátékok), ahol a labdarúgásban leggyakrabban előforduló konfliktusok történeti lefolyásainak és a lehetséges megoldásaiknak a csoportos elemzésére is lehetőség nyílna. Ezáltal a leendő edzők és a testnevelő tanárok megismerkedhetnek a különböző megoldások előnyeivel és hátrányaival, amelyeket a valódi eseteknél megfelelő önbizalommal és határozottsággal tudnának felhasználni. Kutatásommal szeretném a legjellegzetesebb konfliktusoknak és a kezelésüknek a módszereit bemutatni és mélyrehatóan elemezni. Bízom benne, hogy kutatásom eredményeit a labdarúgó edzőképzéseken és a testnevelő tanárképzésben is hasznosítani lehet.

### Hipotézisek

A célkitűzések alapján a hipotéziseimet az edző-játékos és az edző–szülők közötti interakciókban megjelenő konfliktuskezelő stratégiák, valamint az alkalmazásuk háttérében lévő elméleti szaktudás és gyakorlati tapasztalat vonatkozásában állítottam fel.

H1: Az edzők a szülőkkel szemben problémamegoldóbbak, kompromisszumkeresőbbek és versengőbbek is, mint a játékosokkal szemben.

H2: Az NB I-es csapatok utánpótlás edzői gyakrabban használják a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégiát, mint az NB-II-ben és az NB III-ban dolgozó társaik.

H3: A fiatalabb korosztályok edzői gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát, mint az idősebb korosztályoké.

H4: Az általam vizsgált tíz szituációban az edzők a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát alkalmazzák a leggyakrabban.

H5: A pedagógiai végzettség növeli a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégia gyakoriságát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is.

H6: A magasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is.

H7: A magasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők gyakrabban használják a győztes/vesztes konfliktuskezelési stratégiát.

H8: A magasabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is.

H9: Az edzők konfliktuskezelő stratégiáinak önbecslése közben minden szituációban felülértékelik magukat a tényleges konfliktusszituációkhoz képest.

### Szakirodalmi áttekintés

#### *A konfliktuskezelő stratégia fogalma:*

A stratégia a görög 'strategos' szóból származtatható, elsősorban a hadtudomány szakirodalmához tartozik, de a sporttudományban is megtalálhatjuk. A konfliktuskezelő stratégia egy hosszabb távra szóló konfliktuskezelési szemléletet jelent, amely magába foglalja a cél eléréséhez szükséges eljárásokat, intézkedéseket, tervezéseket, eszközöket és módszereket. Az első nézetek Robert R. Blake és Jane S. Mouton vezetői rácsának figyelembevételével jöttek létre, ami azon alapult, hogy egy termelési tevékenységet folytató szervezet vezetője a minél nagyobb nyereség elérését, vagy a dolgozókkal való jó kapcsolat kialakítását tartotta elsődlegesnek (Blake és Mouton, 1964). A konfliktuskezelő stratégiákkal foglalkozó kutatók megállapították, hogy az emberek viselkedése a konfliktusok kezelése közben bizonyos szempontok szerint tipologizálható. Elméletüket arra alapozták, hogy a résztvevőkben milyen fokú az önérdék, illetve a másik fél szempontjainak a figyelembe vétele. Ennek alapján megállapították, hogy az emberek a konfliktusok kezelése közben öt konfliktuskezelő stratégiát érvényesítenek. A konfliktuskezelő stratégiák legismertebb külföldi képviselői Kenneth W. Thomas és Ralph H. Kilmann (Thomas és Kilmann, 1974), David Johnson (Johnson, 1981), Kim S. Cameron és David A. Whetten (Cameron és Whetten, 1991), Terrence Wheeler (Wheeler, 1995) és Ron Kraybill (Kraybill, 2005). A magyar kutatók közül először Horváth-Szabó Katalin (Horváth-Szabó, 1997), majd Szekszárdi Júlia (Szekszárdi, 2001) fogalmazta meg az egyes stratégiák jelentését.

Az önérvényesítő és az önálvető elmélet mentén az emberekre a következő öt konfliktuskezelő stratégia jellemző:

1. Önérvényesítő – Competing (győztes/vesztes vagy versengő). Az egyén erősen érvényesíteni akarja saját érdekeit a másik fél rovására, s bármely befolyásolási módot latba vet, hogy nyerő

helyzetbe jusson. A felek a konfliktus megoldása során nem működnek együtt, a konfliktust harcként értelmezik, amelyben az emberi kapcsolatok nem számítanak. Alkalmazója szereti a nyílt összetűzéseket, amelyekben gyakran használja a megfélemlítést. Magatartását önző viselkedésmód jellemzi, sikerei biztonságot, büszkeséget és egyéni beteljesülés érzést nyújtanak. Az aszimmetrikus kapcsolatokra jellemző, ahol a vesztes rendszerint a kisebb hatalommal rendelkező lesz.

2. **Önalávető** – Accomodating (alkalmazkodó vagy engedékeny). A versengés ellentéte. Aki ezt választja, az lemond saját érdekeinek, vágyainak érvényesítéséről a partner javára és az emberi kapcsolatokra helyezi a hangsúlyt. Inkább feladja saját célját és alkalmazkodik a másikhoz a kapcsolat érdekében. A stratégia mögött a bölcs belátás, a békülékenység és a másik véleményének az elfogadása is meghúzódhat. Használata némely esetben kitesztottsággal és kiközösítéssel járhat.
3. **Elkerülő** – Avoiding (kitérő vagy elhárító). Alkalmazója a helyzet elemzése, a viszony minősítése alapján, valamint a győzelmi esélyek mérlegelése alapján használja. Leginkább akkor használatos, amikor valaki kevés információval rendelkezik, és abban bízunk, hogy az idő múlásával több információhoz juthat. Nem szeret másokkal ellentétbe kerülni, nem tulajdonít nagy fontosságot sem a célok elérésének, sem az emberi kapcsolatoknak. A nyugalom és csend érdekében alkalmazója visszahúzódik, elkerüli, elhárítja a fenyegető helyzetet, nincs energiája, illetve ideje foglalkozni a problémával.
4. **Együttműködő** – Collaborating (problémamegoldó). Az elkerülés ellentéte. A felek nemcsak a saját, hanem a másik fél érdekeit is elfogadják, és olyan megoldásra törekszenek, amelyik mindkét fél számára teljesen megfelelő. A közösen elfogadott megoldás mellett mindkét fél elkötelezett. A megoldáskeresés folyamatában lehetőség adódik egymás mélyebb megismerésére, a szándékok, szükségletek feltárása során a kapcsolat elmélyülhet, és lehetőség nyílik egymás eddig nem ismert értékeinek felfedezésére. Fontosnak tartja mind a célok elérését, mind az emberi kapcsolatok megtartását. Előszertettel használják a nyílt beszélgetéseket, amelynek eredményeképpen

teljesíthetők a saját, illetve a másik fél igényei. A konfliktust megoldásra váró kérdésként értelmezi. A feszültségek csökkentésére törekszik, ami sok időt és energiát vesz igénybe.

5. **Kompromisszumkereső** – Compromising (tárgyaló). Egyenrangú felek között gyakori megoldásmód, időt és lehetőséget ad jobb megoldások keresésére, nem rombolja a kapcsolatot. A cél valamilyen kölcsönösen elfogadható megoldás megtalálása, amely részlegesen mind a két fél számára megfelelő. Miután felismerték a felek, hogy egyikük sem érheti el azt, hogy csak az ő szempontjai érvényesüljenek, olyan középútas megoldást keresnek, amelyben több-kevésbé teljesülnek céljaik. Módszerük a tárgyalás közbeni alkudozás, amelyben arra törekednek, hogy mindkét fél egyenlő mértékben mondjon le. Mindketten nyernek és veszítenek is valamennyit.

Mindenkinél előfordul mind az öt, a különbség csak az arányokban van. Egy-egy stratégia megjelenése önmagában nem minősít senkit, ezek megítélése csak az adott összefüggésrendszerben, az adott konkrét szituáció ismeretében lehetséges.

#### ***A konfliktusok kutatásának szakemberei***

A konfliktusok kutatásának fő területei elsősorban olyan szervezetekre koncentrálódnak, ahol nagy a valószínűsége a főnök-beosztott, illetve a beosztott-beosztott viszony konfliktusainak a megjelenésére. Az iskolai konfliktusok kutatásánál megfigyelhetjük, hogy a kutatók előszeretettel vizsgálják a tanár-diák kapcsolat viszonyában létrejövő konfliktusok helyszíneit, okait, megoldásuk mozzanatait (Szekszárdi, 1987; Klein és Farkas, 1989; Szöke-Milinte, 2004; Földes és Hadházi, 2006; Sági és Szemerszki, 2012). A diákok közötti konfliktusok kutatására is egyre többen vállalkoznak (Ercsei és Nikitscher, 2012; Györgyi és Nikitscher, 2012; Takács, 2015). Vass Nikolett pedagógiai szakos hallgató egy 6 főből álló fókuszcsoporthoz tartozó vizsgálatot végzett, amelyben egy szülőpár, két középiskolai tanár és két egyetemi hallgató vett részt (Vass, 2009). A tanár-szülők közötti konfliktusok okainak kutatása már kevésbé népszerű (Szabó, 2006). A testnevelés órák környezetében Szatmári Zoltán, Katona Zsolt és Vass Miklós arra keresték a választ, hogy a tanulók viselkedését a testnevelés óra konfliktusos helyzeteiben a szülők, vagy a testnevelő tanár nevelési stílusa befolyásolja jobban (Szatmári, Katona és



Vass, 2004). A testnevelő tanár és az edzőképzésben résztvevő hallgatók körében több felsőfokú oktatási intézményben dolgozó oktató is végzett kutatásokat a konfliktuskezelés témakörében (Kormosné, 1984, 1985; Acsai és Majoross, 2003; Szatmári, 2003; Németh, 2007a, 2007b). Az edző-játékos kapcsolat sajátosságainak vizsgálatával több kutató is foglalkozott (Trzaskoma-Bicsérdy, Bognár, Révész és Géczy, 2007; Csáki, Bognár, Trzaskoma-Bicsérdy, Zalai, Mór, Révész és Géczy, 2013; Budainé, 2016). Az edző-játékos-szülő kapcsolat konfliktusainak kutatása a labdarúgásban Magyarországon még kevésbé népszerű, habár a média számtalan olyan esetről tájékoztat bennünket, amelyek hírértékét valamely csapatnál előforduló konfliktus okozza. Gondoljunk csak az élvonalbeli gyakori edzőváltásokra, az edzők és a játékezők, az edzők és a játékosok, vagy a játékosok egymás közötti konfliktusaira. Az edző – játékos – szülők közötti konfliktusok egyelőre csak részben kerültek a tudományos igényű kutatások látókörébe. A fent említett interakciók konfliktusait kutató magyar szakemberek vonatkozásában megállapítható, hogy kutatási módszereiket a változatosság sokszínűsége jellemzi. Előszeretettel használják az állításokon és a szituációkon alapuló konfliktuskezelő kérdőíveket (Bartha, 2006a, 2006b; Bartha, Majoross, Publ és Hamar, 2006; Németh, 2005a, 2005b, 2006a, 2006b, 2006c, 2006d, 2006e; Majó, 2009; Szatmári, 2009; Szító, 2010; Németh, 2011a, 2011b, 2011c, 2011d, 2014). A kvalitatív kutatási módszerek a sport területén létrejövő konfliktusok kutatása közben még kevésbé népszerűek (Németh, 2017). A külföldi kutatók közül az iskolai környezetben Thomas Gordon végzett kutatásokat, amelyekből azt a következtetést vonta le, hogy a konfliktusok gyakorisága kevésbé, míg a megoldatlan konfliktusok száma és a konfliktus megoldására alkalmazott módszerek erősen befolyásolják a tanár–diák kapcsolat életképességét (Gordon, 1989, 1994). A nevéhez fűződik a vereségmentes konfliktuskezelési módszer. John Dewey, Werner Jeske és Georg E. Becker a konfliktusok kezelésének pedagógiai lépéseit térképezték fel (Dewey, 1978; Jeske, 1981; Becker, 1981). A munkájuk során megfogalmazott konfliktuskezelési „lépcsőfokok” lényegében egyformák, a konfliktuskezelés végleges megoldásához hat, vagy hét „lépcsőfokon” keresztül jutnak el. Az iskola környezetében végezte kutatásait Hans Gloeckel is, aki a tanár – diák konfliktusok megoldási típusaival

foglalkozott (Gloeckel, 1982). A sport területén az edző-játékos-szülők közötti kapcsolatot befolyásoló tényezők kutatása külföldön előbb kezdődött el, mint hazánkban (Hellstedt, 1987; Stewart, 1994). Kezdetben az edző-szülők közötti kutatások voltak a népszerűbbek. Craig Stewart kutatásában arra a megállapításra jutott, hogy a kommunikáció hiányossága miatt alakulnak ki a konfliktusok (Stewart, 1994, 2005). Steve Pavlovic felfedi az edző és a szülő közötti harmonikus kapcsolat fontos alapjait. Az edző és szülők közötti konfliktusok okait négy problémában látja: a játékosok pályán töltött játékidéje, a játékosok eltérő képességei, az edző vezetési stílusa és a csapat szintje (Pavlovic, 2004). Ryan Hedstrom nézete szerint legfontosabb a folytonos kommunikáció és a felek egyenlőként történő kezelése. Véleménye szerint az edzői szakmában elengedhetetlen a konfliktushoz illeszkedő kommunikációs stratégiák ismerete és alkalmazása (Hedstrom, 2009). Patrick S. Foster az edzők és a szülők közötti konfliktusok elemzésével foglalkozott, amelyhez kérdőíves és kvalitatív kutatási módszert is alkalmazott (Foster, 2009). Sale a szülők túláradó nyerni akarásában látja a konfliktusok legfőbb okait (Sale, 2010). Karen Coffin a szülők és az edzők közötti konfliktusok hátterében kisebb nézeteltéréseket és erőszakos cselekedeteket is talált (Coffin, 2010). Az edző és a játékosok közötti konfliktusok kezelésének mozzanatait, a konfliktusok leggyakoribb okait és helyeit napjainkban több kutató is vizsgálta (Paradis, Carron és Martin, 2014; Jowett, Nicolas és Yang, 2017; Wachsmuth, Jowett és Harwood, 2018). A szakirodalmi áttekintés során felszínre került edző-játékos-szülők közötti konfliktusok kutatóinak száma is bizonyítja, hogy a konfliktusok kutatására a sport területén nem sokan vállalkoznak. Ennek okát abban látom, hogy az emberek többsége a konfliktusaikkal kapcsolatos kérdésekre nem mer igazán nyíltan és őszintén válaszolni, mert félnek az esetleges következményektől. A másik érv az lehet, hogy a konfliktusok kezelését több tényező is befolyásolja, amelyek együttes vizsgálata bonyolult és időigényes. Az áttanulmányozott szakirodalom tükrében jól nyomon követhető, hogy a kutatási módszerek kezdeti bizonytalansága egyre inkább határozottabbá válik, amelyet a különböző álláspontok egymáshoz való közeledése okozhat. Megfigyelhető, hogy a kutatók módszerei és vizsgálati mintájuk elemszámai is széles skálán mozognak.



## Vizsgálati anyag és módszerek

Kutatásom első lépéseként a konfliktustörténetek összegyűjtésére és elemzésére koncentráltam, hogy a konfliktusok okaiból és helyszíneiből ki tudjam szűrni a leggyakoribbakat és a legjellemzőbbeket. Ezek után összeállítottam 10 db olyan konfliktusszituációt, amelyek közül az első öt az edző-játékos közötti, az ezt követő öt az edző-szülők közötti nézeteltérésekre vonatkozik (1.sz. melléklet). A válaszokban keverten rejtettem el a konfliktuselméletből jól ismert öt konfliktuskezelő stratégiát (versengő, elkerülő, problémamegoldó, tárgyaló, alkalmazkodó), így azok semmilyen logikai sorrendet nem követnek (Thomas, 1976). A szituációk konfliktust kiváltó okai: a késés, a cserejátékos pályán töltött kevés ideje, az eltérő vélemény a játékos szerepkörének tekintetében (poszt), a játékos más irányultságú tehetsége és a nagy létszám miatti keretszűkítés. A válaszokba rejtett konfliktuskezelő stratégiák helyességét egy olyan kontrollvizsgálatnak vettem alá, amelyben a konfliktusok kutatásának legismertebb magyar szakemberei is részt vettek (Dudás Margit, Szekszárdi Júlia, Szőke-Milinte Enikő). Azoknál a válaszoknál, amelyekből nem lehetett egyértelműen a konfliktuskezelő stratégiára következtetni, a javaslatainknak megfelelően

korrekciót hajtottam végre. Azért választottam a szituációs kérdőívet, mert a kutatók egyértelműen megállapították, hogy a konfliktuskezelő stratégiát a szituáció jellegzetességei, a résztvevők aktuális érzelmi állapota és a konfliktusban résztvevők kapcsolatának jellege nagymértékben befolyásolja (Horváth-Szabó, 1994; Gombocz, 2004; Szőke-Milinte, 2004, 2006). Mindezeket figyelembevéve a történeteket úgy alakítottam, hogy választ kapjak arra is, hogy az azonos konfliktust kiváltó ok, a résztvevőktől függően (játékos, szülő) valóban megváltoztatja-e az edzők konfliktuskezelő stratégiáit. Ezen kívül az azonos okok és helyszínek miatt arra is választ kaphatunk, hogy a különböző osztályú csapatoknál dolgozó edzők (NB I, NB II, NB III) konfliktuskezelő stratégiája korosztályonként miként változik.

### A vizsgálati minta bemutatása

A keresztmetszeti, anonim kérdőíves vizsgálatban a 2010/2011-es év Magyar Nemzeti Labdarúgó Bajnokság 73 csapatának 582 fő utánpótlással foglalkozó férfi edzője (U6-U19) vett részt. Az NB I-ből 173 fő, az NB II-ből 206 fő és az NB III-ből 203 fő válaszolt a 10 db konfliktusszituációt tartalmazó kérdésekre (1. táblázat).

1. táblázat. Az összevont korosztályonkénti edzői létszámok

Osztályok Csoportok	Korosztályok/edzői létszám (fő)														
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
NB I	8	10	8	13	10	16	13	14	12	15	14	10	13	17	173
Összesen	18		21		26		27		27		24		30		
NB II Nyugat	4	7	1	10	5	10	3	11	4	13	4	12	3	12	99
NB II Kelet	7	9	2	12	5	8	4	12	4	11	5	12	4	12	107
Összesen	11	16	3	22	10	18	7	23	8	24	9	24	7	24	206
	27		25		28		30		32		33		31		
NB III Bakony	1	3	0	5	1	6	1	5	0	3	2	2	0	5	34
NB III Dráva	1	4	0	6	2	5	0	4	0	3	1	5	0	8	39
NB III Alföld	2	2	0	5	0	5	0	4	1	2	0	5	0	5	31

NB III Tisza	1	2	0	3	1	2	1	5	1	2	2	3	0	6	29
N B III Mátra	0	5	2	5	1	3	1	5	0	4	0	5	0	6	37
NB III Duna	0	5	1	5	1	5	0	4	1	1	2	3	0	5	33
Összesen	5	21	3	29	6	26	3	27	3	15	7	23	0	35	203
	26		32		32		30		18		30		35		
NB I. II. III. Összesen	24	47	14	64	26	60	23	64	23	54	30	57	20	76	582
	71		78		86		87		77		87		96		

Az NB I-es bajnokság (elsőosztály) mindegyik csapatát sikerült lekérdezni, ami egyben az NB I-es csapatok vonatkozásában az alapsokaságot is jelenti. A 32 NB II-es (másodosztály) csapat mindegyikénél sikerült a kérdőívet kitöltenem. (Hat NB I-es csapat utánpótlásának U18-as és U19-es korosztályú csapatai is ebben a bajnokságban szerepelnek, amelyeknek az edzői az NB I-es csapatok székhelyén töltötték ki a kérdőívet. Ezek a csapatok a következők: Győri ETO II, FTC II, Honvéd II, MTK II, Újpest II, DVSC). Az előzőeket figyelembe véve az NB II Nyugati és a Keleti csoportjánál is sikerült az alapsokaság minden csapatát bevonni a kutatásba. A 95 NB III-as csapat (harmadosztály) mindegyikének felmérése nagy kihívást jelentett volna a kutatás időbeli és anyagi vonzata miatt is. Ezért a csapatok kiválasztásánál, a reprezentativitás megvalósítása érdekében, rangsor alapú mintavételt alkalmaztam. Ennek az indoka a csapatok magas létszáma (95), amely lényegesen nagyobb az NB I-es (16) és az NB II-es (32) csapatok létszámához képest. A versenykiírás az NB III-as csapatokat hat csoportba sorolta, amely besorolás alapját a csapatok földrajzi elhelyezkedése képezte (Alföld, Bakony, Dráva, Duna, Mátra, Tisza). A csoportokon belüli mintavételt a 2010. 10. 22-én megjelent NB III-as tabella rangsora alapján végeztem el. Az arányosságot az eredményesség alapján úgy valósítottam meg, hogy mind a hat csoport élmezőnyéből (1-5. helyezés), középszőnyéből (6-11. helyezés) és a tabella végén elhelyezkedő csapatokból (12-16) is választottam a mintába. Csoportonként, a Dráva csoport kivételével, öt csapatnál végeztem el a vizsgálatokat. (A Dráva csoportnál azért került hat csapat a mintába, mert az egyik csapat visszautasította a részvételt, aztán meggondolta magát, így egy

másik csapatot is bevontam a kutatásba.) A rangsor alapú mintavétellel kiválasztott 31 csapat így földrajzi elhelyezkedésük és az eredményességük alapján is reprezentálja az alapsokaságot.

A vizsgálatban a következő csapatok vettek részt:

- Az NB I-es csapatok (16): Videoton, ZTE, FTC, Debrecen, Paks, Kaposvár, Honvéd, Pápa, Vasas, Újpest, Győri ETO, MTK, Siófok, Kecskemét, Szolnok, Szombathely.
- Az NB II Nyugati csoportjának csapatai (13): Videoton-Puskás Akadémia, Pécs, Baja, Gyirmót, Ajka, Tatabánya, Budaörs, BKV Előre, Szigetszentmiklós, Barcs, Kozármisleny, Veszprém, Kaposvölgye.
- Az NB II Keleti csoportjának csapatai (13): Nyíregyháza, Mezőkövesd, Diósgyőr, Vác, Kazincbarcika, Makó, Böcs, Békéscsaba, Vecsés, REAC, Orosháza, Hajdúszörmény, Cegléd.
- Az NB III Alföldi csoportjából (5): Csepel, Dabas, Hódmezővásárhely, Gyula, Szabadkigyós.
- Az NB III Bakony csoportjából (5): Hévíz, Sopron, Sárvár, Bük, Várpalota.
- Az NB III Dráva csoportjából (6): Szentlőrinc, Bóly, Dombóvár, Mohács, Nagykanizsa, Komló.
- Az NB III Duna csoportjából (5): Maglód, Sárissáp, Biatorbágy, Százhalombatta, Bicske.
- Az NB III Mátra csoportjából (5): Putnok, Gyöngyös, Balassagyarmat, Dunakeszi, Monor.
- Az NB III Tisza csoportjából (5): Püspökladány, Nagyecsed, Ibrány, Hajdúszoboszló, Létavértes.

Az összehasonlíthatóság miatt az egymás mellett lévő korosztályokat összevontam, így hét korosztályt kaptam (U6-U7; U8-U9; U10-U11;

U12-U13; U14-U15; U16-U17; U18-U19).

A mintával kapcsolatban meg kell jegyezni, hogy azt „sajátos” mintaként kell kezelni. A 2010 novemberében felvett adatok elemzése egy helyzetkép kialakítását teszi lehetővé, de a megállapítások és a következtetések hosszabb időtávra is érvényesek lehetnek, mert az edzők többéves, illetve évtizedes tapasztalatait tükrözik.

## Eredmények

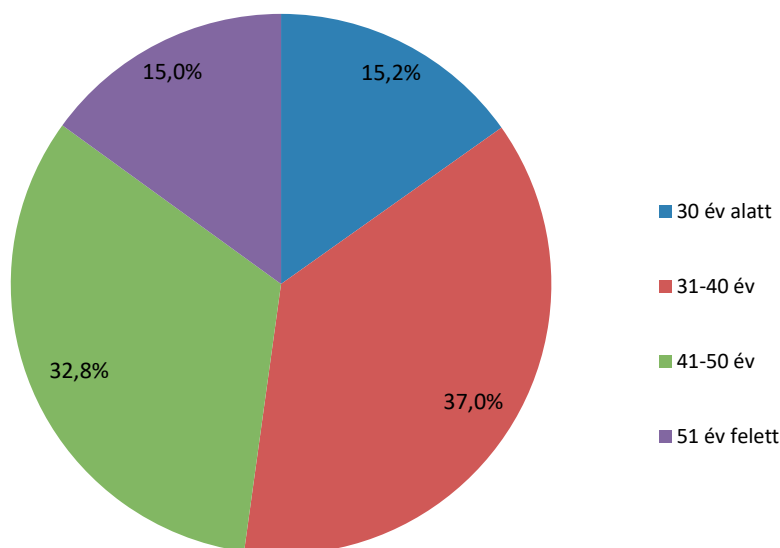
**2. táblázat:** A labdarúgó edzők százalékos megoszlása osztályonként és korosztályonként

Osztályok		Korosztályok							Összesen
		U 6-7	U 8-9	U 10-11	U 12-13	U 14-15	U 16-17	U 18-19	
NB I	Fő	19	20	27	26	28	23	30	173
	%	11,0	11,6	15,6	15,0	16,2	13,3	17,3	100
NB II	Fő	28	25	29	29	33	32	30	206
	%	13,6	12,1	14,1	14,1	16,0	15,5	14,6	100
NB III	Fő	27	32	31	30	17	31	35	203
	%	13,3	15,8	15,3	14,8	8,4	15,3	17,2	100
Összesen	Fő	74	77	87	85	78	86	95	582
	%	12,7	13,2	14,9	14,6	13,4	14,8	16,3	100

### *A minta életkor és edzői tapasztalat szerinti megoszlása:*

A vizsgálatban résztvevő labdarúgó edzők átlag-életkora 40,55 év. Több mint 50%-a 40 év alatti,

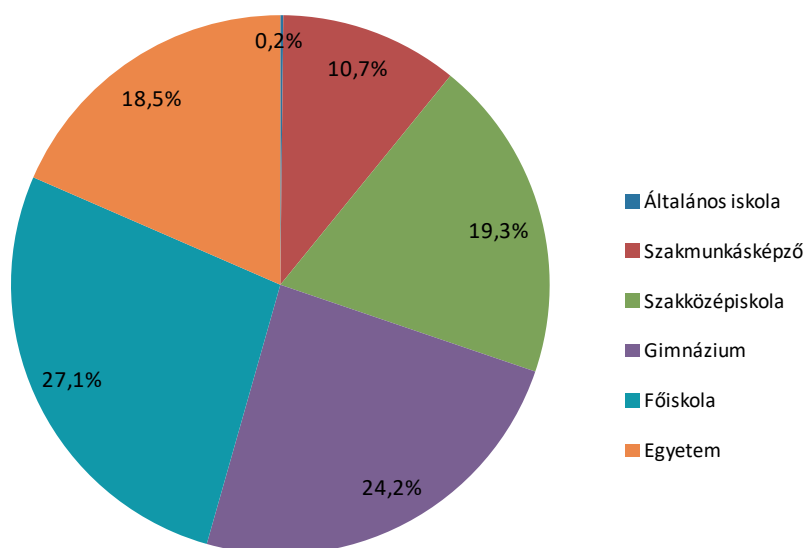
egyharmaduk 41-50 év között van, 15%-uk pedig 51 év feletti (1. ábra).



**1. ábra:** A labdarúgó edzők életkorának százalékos megoszlása (N=582)

A vizsgálatban résztvevő labdarúgó edzők átlagos edzői tapasztalata 10,66 év, az edzők 28,6%-a 1-5 év, 30%-a 6-10 év, 21,1%-a 11-15 év, 11,8%-a

16-20 év, 6,4%-a 21-30 év és 2,1%-a 31 év feletti gyakorlati tapasztalattal rendelkezik (2. ábra).



2. ábra: Az edzői tapasztalat százalékos megoszlása (N=580)

A különböző osztályok edzőinek életkorát és edzői tapasztalatát vizsgálva megállapíthatjuk, hogy minél magasabb osztályú a csapat, annál magasabb

az edzők átlagéletkora és az edzői tapasztalatuk átlaga (3. táblázat).

3. táblázat: A labdarúgó edzők átlagos életkora és átlagos edzői tapasztalata osztályonként

Osztályok	Életkor			Edzői tapasztalat		
	Átlag (év)	N	Szórás (év)	Átlag (év)	N	Szórás (év)
NB I	42,07	171	9,826	12,26	167	8,367
NB II	40,49	200	9,584	10,50	197	7,013
NB III	39,32	202	9,298	9,44	196	6,610
Total	40,55	573	9,605	10,66	560	7,387

#### ***A minta iskolai, pedagógiai és edzői végzettséggel kapcsolatos megoszlása:***

Az edzők legmagasabb iskolai végzettségével kapcsolatban megállapítható, hogy 0,2%-a általános iskolai, 10,7%-a szakmunkásképző, 19,3%-a szakközépiskolai, 24,2%-a gimnáziumi, 27,1%-a főiskolai és 18,5%-a egyetemi végzettséggel rendelkezik (3. ábra).

Pedagógiai végzettsége az edzők alig több mint egyharmadának van, ami kevésnek mondható, mert véleményem szerint napjaink sportszakembereinek az ösztönös pedagógiai érzék mellett szüksége van speciálisan a sportban alkalmazott nevelési ismeretekre is (4. ábra).

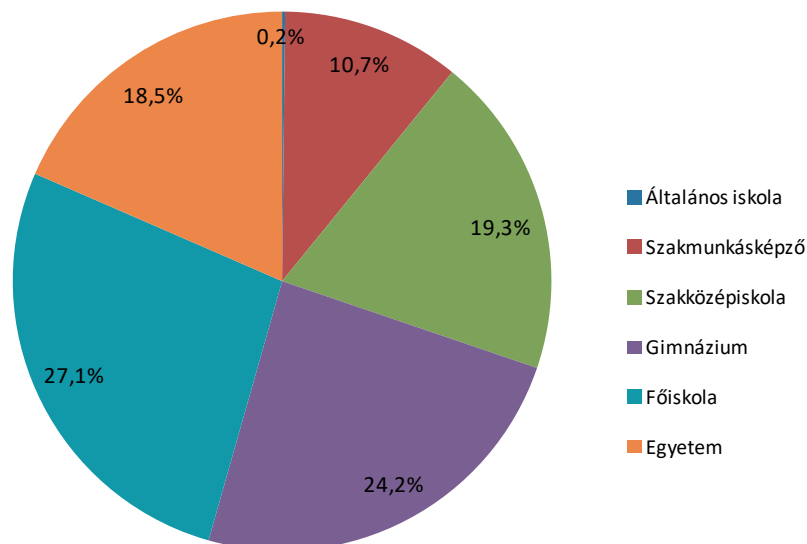
Az edzői végzettségekkel kapcsolatban megállapítható, hogy az edzők többségének UEFA B licenyes végzettsége van (41%). Jelentős még a középfokú edzői (21%), illetve az MLSZ D (17%) végzettséget szerzett edzők aránya. Legalacsonyabb arányban az UEFA Pro licenyes (1%) képesítéssel rendelkeznek (5. ábra).

#### ***A konfliktustörténetek lehetséges válaszaiba rejtett konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása:***

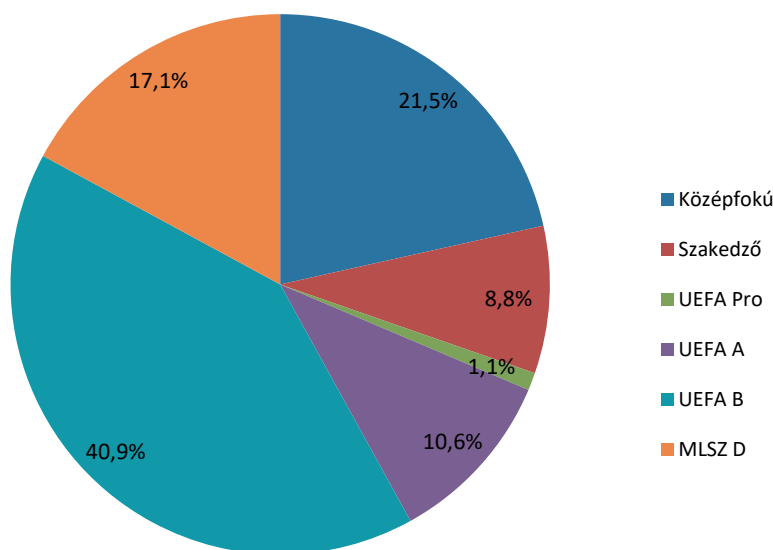
Az edzők többsége elsősorban a problémamegoldó (63,1%), majda kompromisszum kereső (20,7%) és az alkalmazkodó (8,3%), valamint a

győztes/vesztes (4,0%) és az elkerülő (3,9%) stratégiát alkalmazza. Az edző-játékos és edző-szülők közötti felbontásból kiderül, hogy a szülőkkel szemben az edzők problémamegoldóbbak,

kompromisszumkeresőbbek és versengőbbek is, mint a játékosokkal szemben (6. ábra).



3. ábra: A labdarúgó edzők iskolai végzettségének százalékos megoszlása (N=579)



4. ábra: A pedagógiai végzettség százalékos megoszlása (N=579)

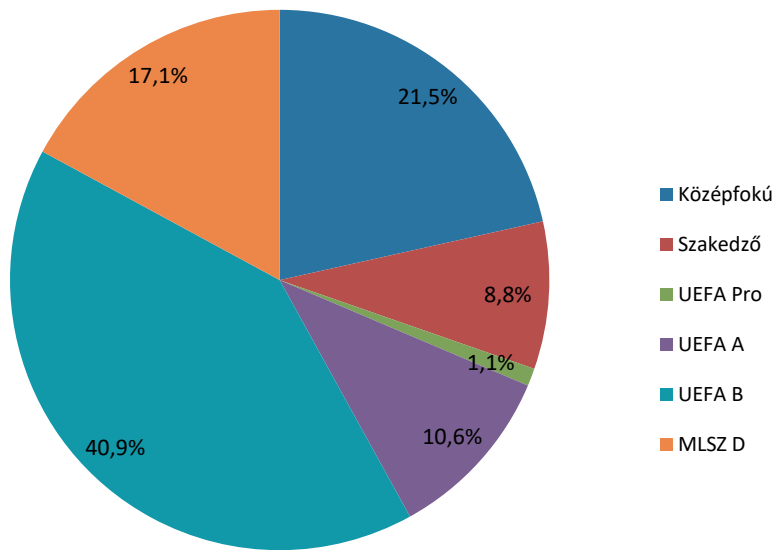
Az egyes osztályokban (NB I, NB II, NB III) dolgozó edzők konfliktuskezelési stratégiái némileg eltérnek egymástól. Az NB I-ben a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégiát 3,2%-ban, az NB II-ben 4,7%-ban, az NB III-ban pedig 3,3%-ban választották az edzők (7. ábra).

A fiatalabb korosztályok edzői (U6-U12) a játékosokkal szemben gyakrabban használják a problémamegoldó stratégiát (65,4%; 61,2%). Ennek

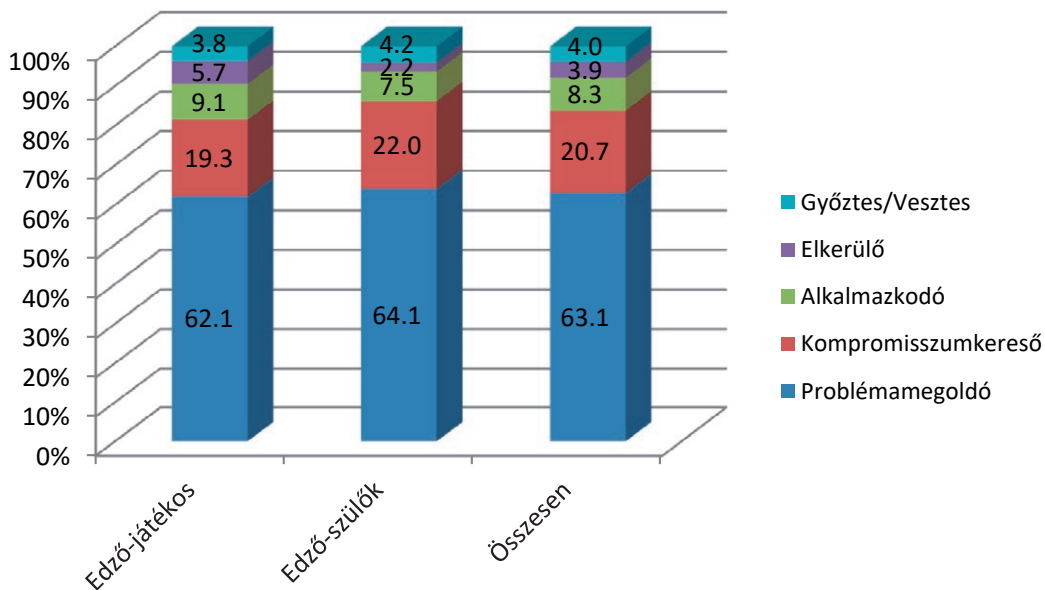
az lehet az oka, hogy az alacsonyabb korosztályoknál az ellentétek kezelésénél hangsúlyosabban kell arra figyelni, hogy az ő érdekeiket, szándékaikat és igényeiket is számon kell tartania az edzőknek a döntéseik meghozatalakor. Ehhez nagy türelemre, a situációhoz illeszkedő kommunikációs stílusra, megértésre és empátiára van szükség. A kompromisszumkereső (20,8%; 22,8%), az alkalmazkodó (8,1%; 8,5%) és a győztes/vesztes stratégiákat



(3,0%; 4,7%) ugyan néhány százalékkal, de gyakrabban érvényesítik a magasabb korosztályok edzői a játékosokkal szemben (8. ábra).



5. ábra: Az edzői végzettségek százalékos megoszlása (N=567)



6. ábra. A konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása (N=582)

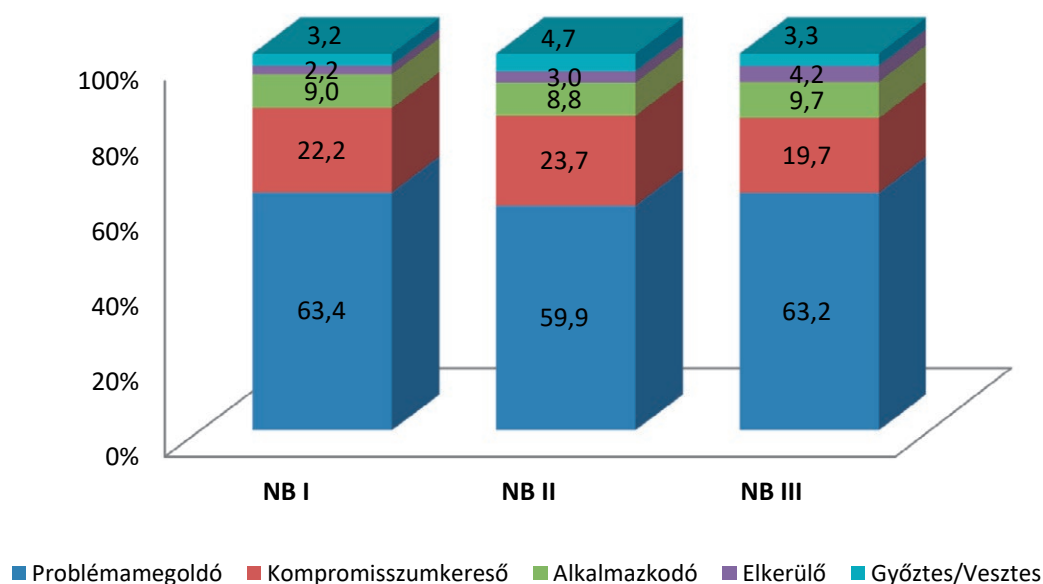
Ennek okát abban látom, hogy a korosztályok előrehaladtával az eredménycentrikusság egyre jobban előtérbe kerül. Az edző – játékos kapcsolat esetében minden szituációban a problémamegoldó stratégiát alkalmazzák leggyakrabban az edzők. A cserejátékos pályán eltöltött kevés ideje és a nagy létszám miatti keretszűkítés miatt keletkező konfliktusoknál nagyobb arányban használják a problémamegoldó stratégiát, mint a többi szituációnál (83,7%; 75,7%). A játékos szerepkörének (poszt)

helyezeteiben az edzők a játékosokkal szemben gyakrabban használják a kompromisszumkereső stratégiát (39,7%), mint a többi szituációban (9. ábra).

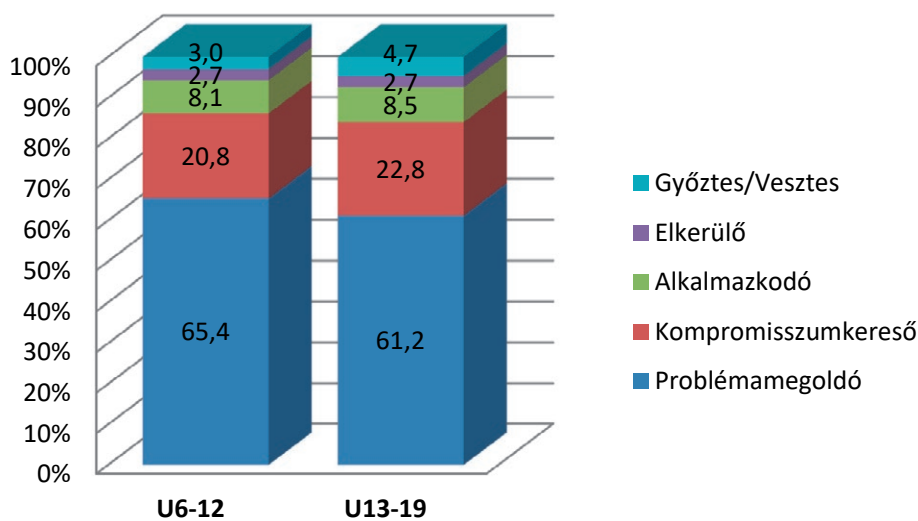
A szülőkkel szemben a szerepkörnél (poszt), a más irányú tehetségnél és a keretszűkítésnél a problémamegoldó stratégiához tartozó értékek alacsonyabbak, mint a játékosoknál, ami a kompromisszum kereső stratégiához tartozó értékek növekedésének köszönhető. Ez azt jelenti, hogy az

előbb említett szituációkban (szerepkör, más irányú tehetség, keretszűkítés) az edzők a szülőkkel szemben inkább hajlamosak a tárgyalásra, mint a

problémamegoldásra (10. ábra).



7. ábra. A konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása osztályonként (N=582)



8. ábra. A konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása korosztálycsoportonként (N=582)

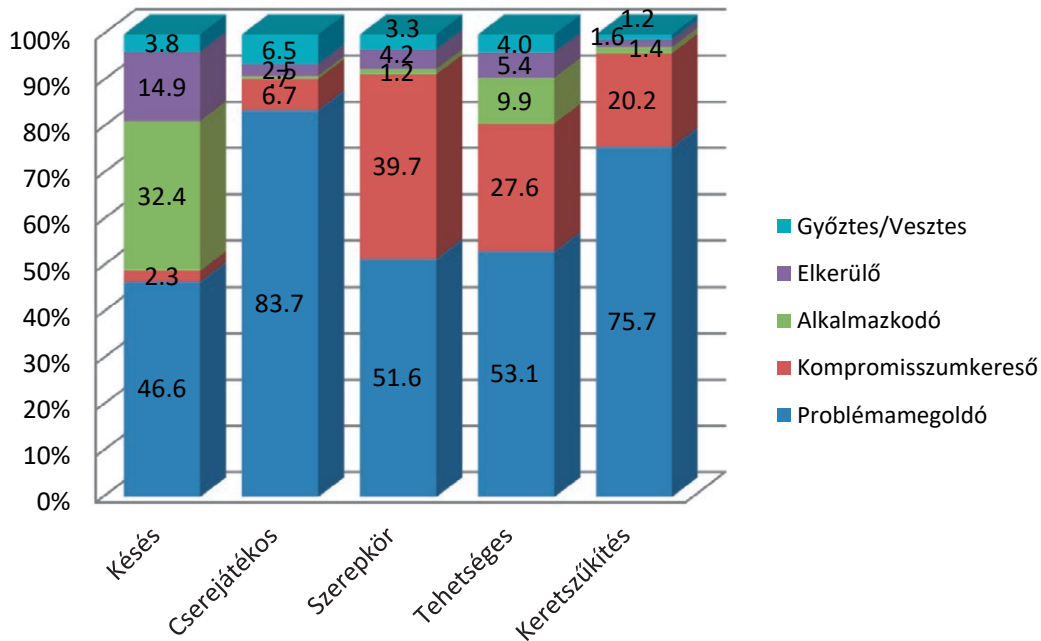
A tíz szituációban, az edző – szülők közötti szerepkörrel kapcsolatos konfliktus kivételével, az edzők a problémamegoldó stratégiát választották leggyakrabban. A legnagyobb különbség a késésnél van, aminek oka az lehet, hogy az edzők a játékosokkal szemben sokkal alkalmazkodóbbak, illetve elkerülőbbek, mint a szülőkkel. A cserejátékosként történő szerepeltetésnél az edzők bevállásuk szerint igyekeznek a problémamegoldásra, de a gyakorlatban ezt, főleg az alacsonyabb korosztályok szülei, másként ítélik meg.

**A pedagógiai végzettség hatása a konfliktuskezelő stratégiákra:**

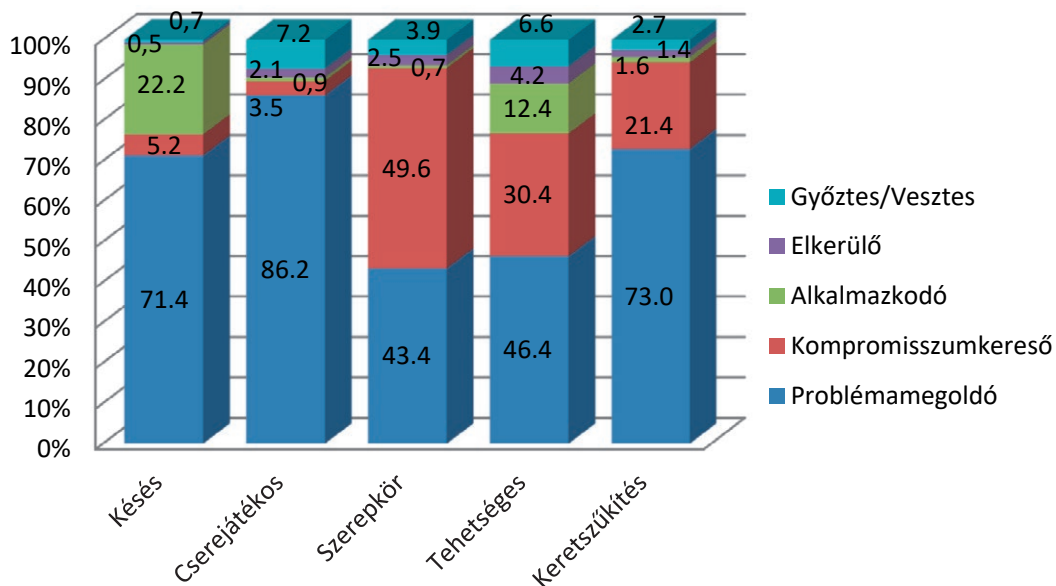
A pedagógiai végzettséggel rendelkező edzők a problémamegoldó stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel történő konfliktusaik kezelése közben is gyakrabban használják, mint azok a kollégáik, akik nem rendelkeznek ilyenekkel (11. 12. ábra).

Ennek hátterében az állhat, hogy pedagógiai tanulmányaik során mélyrehatóbb ismereteket szerezhettek az oktatási folyamatok közben alkalmazható nevelési tevékenység módszereiből.

Nyilvánvaló, hogy az edzők akkor járnak el helyesen, ha a tanulmányaik alatt megszerzett tudást beépítik a munkájukban.



9. ábra. Az edző – játékos közötti konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása szituációk szerint (N=582)



10. ábra. Az edző – szülők közötti konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlása szituációk szerint (N=582)

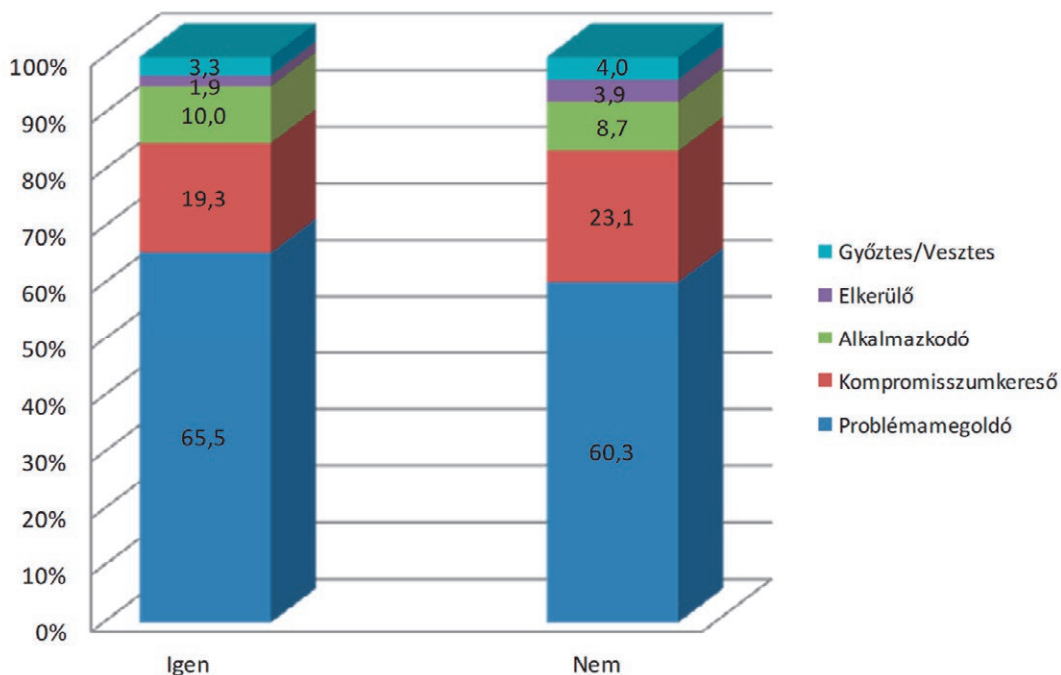
**Az edzői végzettség hatása a konfliktuskezelő stratégiákra:**

A magasabb edzői végzettség (UEFA Pro) növeli a győztes/vesztes stratégia gyakoriságát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is (6,7%, 10%). A győztes vesztes konfliktuskezelő stratégiát gyakrabban

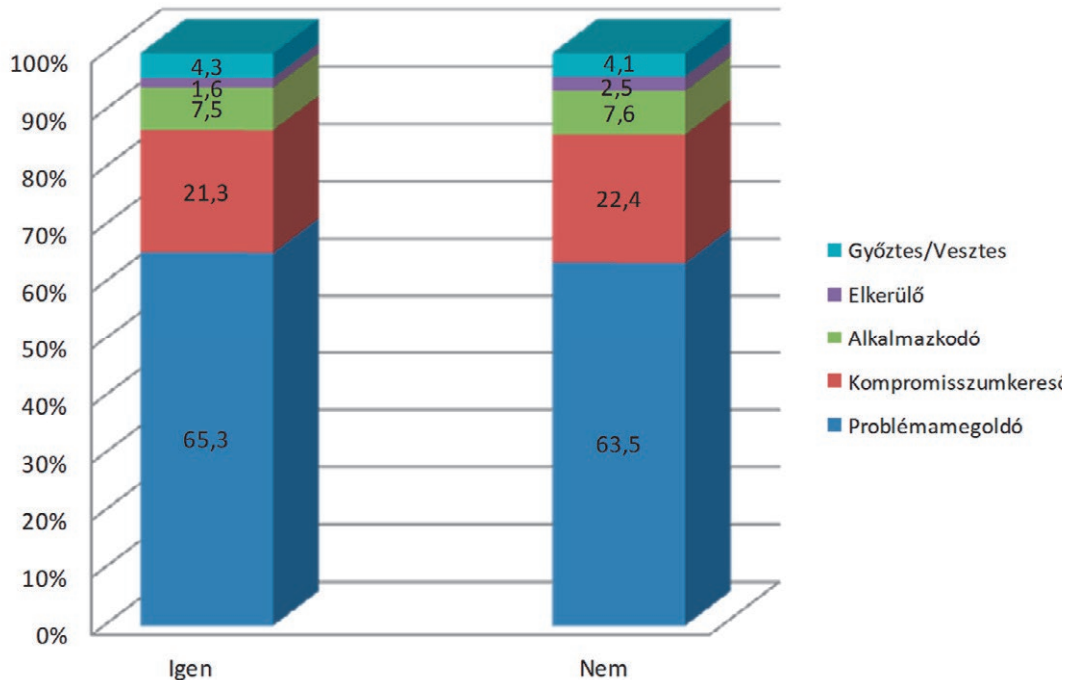
kell alkalmazniuk, mert a labdarúgás élvonalában az edzők munkáját a csapat tabellán elfoglalt helye alapján ítélik meg. Az is megfigyelhető, hogy a játékosokkal szemben alkalmazkodóbbak (16,7%), mint a szülőkkel szemben (6,7%). A problémamegoldó stratégiát gyakrabban használják a szülőkkel,

mint a játékosokkal szemben (70%, 53,3%). A legmagasabb labdarúgó edzői képesítést (UEFA Pro) valószínűleg azért szereztek meg, hogy

munkájukhoz biztosítsák a magas szintű elméleti és gyakorlati háttérrel (13.14. ábra).



11. ábra: A pedagógiai végzettség hatása az edző-játékos közötti konfliktuskezelésre (N=582)



12. ábra: A pedagógiai végzettség hatása az edző-szülők közötti konfliktuskezelésre (N=582)

A képzésük során tudatosult bennük, hogy a profi csapatoknál elsődleges a csapat teljesítménye, amiért a játékosoknak hatalmas erőfeszítéseket

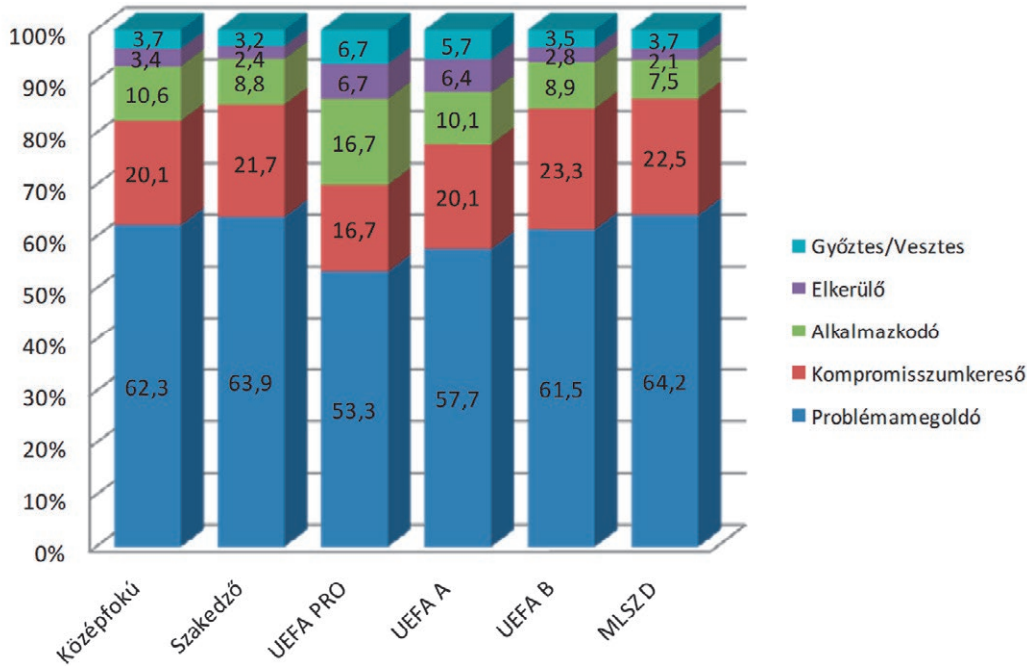
kell tenniük. Ezt nem minden játékos tudja megjegyezések nélkül megvalósítani, amit az UEFA Pro licenyes edzők tolerálnak a legkevésbé. A

legmagasabb edzői képesítés birtokában olyan nagy önbizalommal lépnek fel a konfliktusos helyzetekben, amelynek következtében kevésbé fogadják el a játékos és szülői megnyilvánulásokat, véleményeket.

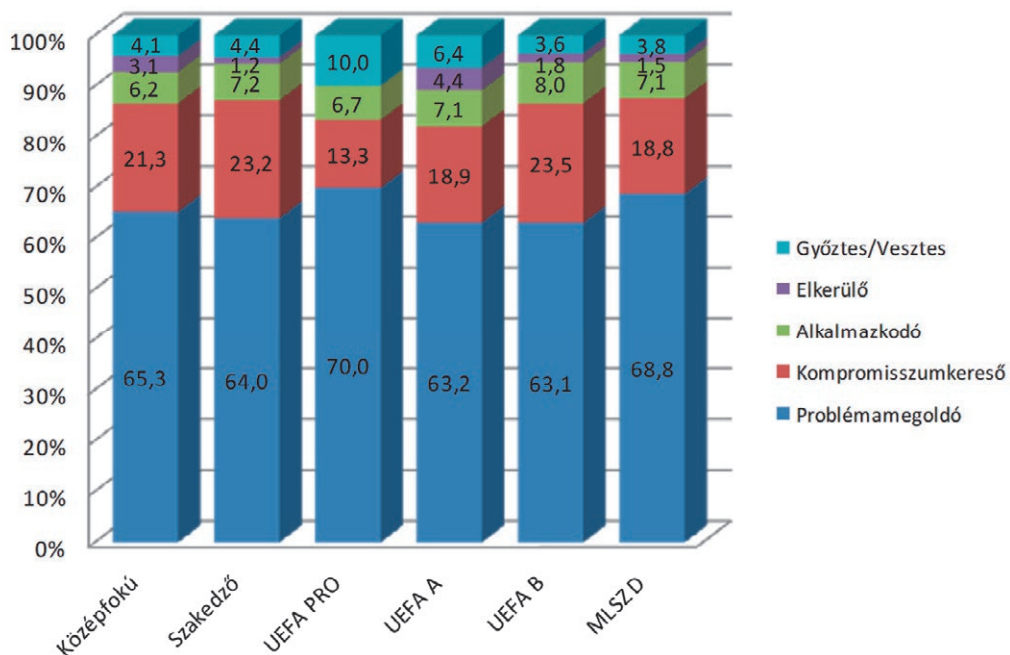
**stratégiákra:**

Az alacsonyabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők 62,2%-ban, a magasabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők 64,7%-ban alkalmazzák a problémamegoldó stratégiát a játékosokkal szemben (15. ábra).

**Az edzői tapasztalat hatása a konfliktuskezelő**

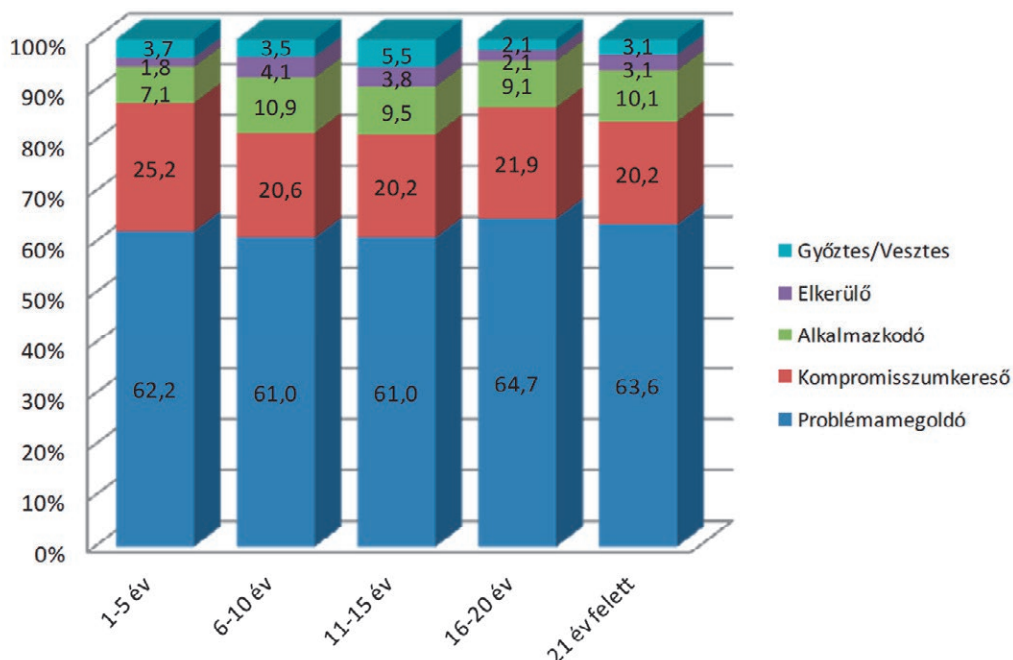


13. ábra: Az edzői végzettség hatása az edző – játékos közötti konfliktuskezelésre (N=582)



14. ábra: Az edzői végzettség hatása az edző – szülők közötti konfliktuskezelésre (N=582)

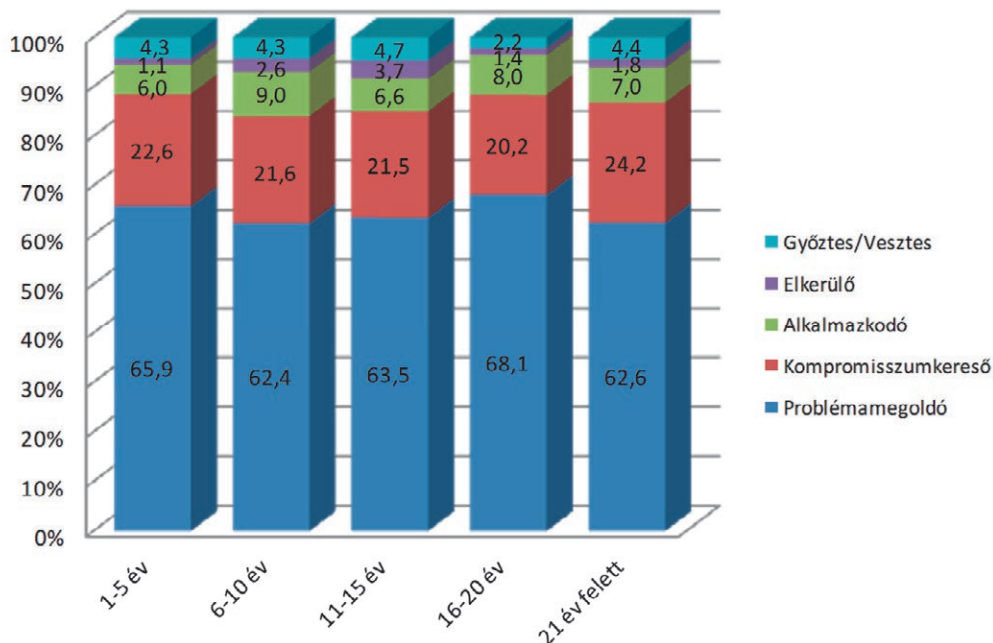




15. ábra: Az edzői tapasztalat hatása az edző – játékos közötti konfliktuskezelésre (N=582)

A szülőkkel szemben az alacsonyabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők 65,9%-ban, a magasabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők

68,1%-ban alkalmazzák a problémamegoldó stratégiát (16. ábra).



16. ábra: Az edzői tapasztalat hatása az edző – szülők közötti konfliktuskezelésre (N=582)

A nagyobb edzői tapasztalat növeli a problémamegoldó stratégia gyakoriságát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is. A pályafutásuk vége felé közeledőknél némi visszaesés figyelhető meg, ami talán a fáradtságnak (kiégés) köszönhető.

Az eredményekkel kapcsolatban meg kell

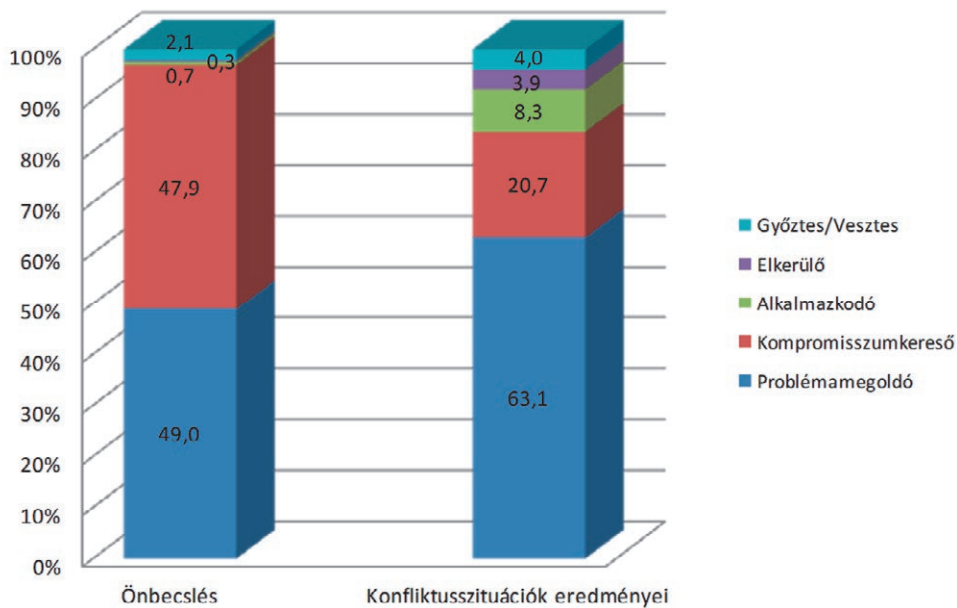
említeni, hogy azok az edzők nézőpontját tükrözik, ami nyilvánvalóan eltér a játékosok, vagy a szülők véleményétől.

**A konfliktuskezelő stratégiák önbecslése:**

A kérdőív végén a válaszolók megbecsülték saját

konfliktuskezelő magatartásukat. Az edzők 49%-a a problémamegoldó, 47,9%-a a kompromisszumkereső konfliktuskezelő stratégiát alkalmazná leggyakrabban a játékosokkal és a szülőkkel szembeni konfliktusos helyzetekben. A további három stratégia megoszlása az önbecslés során nagyon alacsony értékeket kapott (0,7%, 0,3%, 2,1%). Összehasonlítva a szituációkra adott válaszokkal megállapítható, hogy az edzők a problémamegoldó, az alkalmazkodó, az elkerülő és a versengő konfliktuskezelő stratégiákban alulbecsülték magukat, hisz a

szituációs kérdőívekre adott válaszaikban ezekre a stratégiákra magasabb értékeket adtak. A kompromisszumkereső stratégiánál azonban felülbecsülték magukat, ami talán a társadalmi elvárásoknak köszönhető. Jól látható, hogy jelentős különbségeket találunk a tényleges szituációkra adott válaszok és a becslt értékek között, ami azt bizonyítja, hogy a konkrét szituációk megoldásai realisabb képet adnak az edzők konfliktuskezelő stratégiáiról (17. ábra).



17. ábra: A konfliktuskezelési stratégiák önbecslésének százalékos megoszlása (N=582)

### Következtetések

A felállított kilenc hipotézisem közül az első, a harmadik, az ötödik, a hetedik és a nyolcadik beigazolódott, a második és a kilencedik nem, a negyedik és hatodik hipotézisem pedig részben igazolódott be.

Az első hipotézisem, miszerint az edzők a szülőkkel szemben problémamegoldóbbak, kompromisszumkeresőbbek és versengőbbek is, mint a játékosokkal szemben beigazolódott, mert a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégia százalékos aránya 64,1 %, a kompromisszumkereső konfliktuskezelő stratégia százalékos aránya 22,0%, és a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégia százalékos aránya 4,2%. Ezek a százalékos értékek pedig magasabbak a játékosokkal szemben alkalmazott konfliktuskezelő stratégiák százalékos értékeinél (6. ábra). Ennek okát abban látom, hogy a szülők az

edző-játékos-szülő interakcióban inkább a szimmetrikus, míg a játékosok az aszimmetrikus kapcsolatot képviselik.

A második hipotézisem, miszerint az NB I-es csapatok utánpótlás edzői gyakrabban használják a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégiát, mint az NB-II-ben és az NB III-ban dolgozó edzők, nem igazolódott be, mert az NB II-ben és az NB III-ban dolgozó edzők esetében is magasabbak a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégiához tartozó százalékos értékek. Az NB I-ben 3,2%, az NB II-ben 4,7% és az NB III-ban 3,3% (7. ábra). Ezt véleményem szerint, a különböző osztályokban dolgozó edzők eltérő motivációs háttere okozhatja. Az NB II-ben és NB III-ban dolgozó labdarúgó edzők szeretnének sikeresek lenni, ami abban is nyilvánulhat, hogy szeretnének a csapatukkal egygel magasabb osztályban szerepelni.

A harmadik hipotézisem, miszerint a fiatalabb korosztályok edzői gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát, mint az idősebb korosztályoké beigazolódott, mert a korosztálycsoportonkénti konfliktuskezelő stratégiák összegzésének százalékos megoszlásából kiderült, hogy a fiatalabb korosztályok edzői a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát 65,4%-ban, míg az idősebb korosztályok edzői 61,2%-ban választották. Ennek az lehet az oka, hogy a kisebbeknél az ellentétek kezelésénél hangsúlyosabban kell arra figyelni, hogy az ő érdekeiket, szándékaikat és igényeiket is számon kell tartania az edzőknek a döntéseik meghozatalakor. Ehhez nagy türelemre, megértésre és empátiára van szükség (8. ábra).

A negyedik hipotézisem, miszerint az általam vizsgált tíz szituációban az edzők a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát alkalmazzák a leggyakrabban, részben igazolódott be, mert a tíz szituációból egynél, nevezetesen a játékos szerepkörével (poszt) kapcsolatos szituációban, az edző-szülők közötti konfliktuskezelő stratégiának a százalékos értéke kevesebb (43,4%), mint a kompromisszumkereső stratégiához tartozó százalékos érték (49,6%) (10. ábra). A késésnél az edzők a játékosokkal szemben 46,6%-ban, a cserejátékosok esetében 83,7%-ban, a szerepkörnél 51,6%-ban, a más irányú tehetségnél 53,1%-ban, a keretszűkítésnél 75,7%-ban választották a problémamegoldó stratégiát (9. ábra). A késésnél az edzők a szülőkkel szemben 71,4%-ban, a cserejátékosok esetében 86,2%-ban, a szerepkörnél 43,4%-ban, a más irányú tehetségnél 46,4%-ban, a keretszűkítésnél 73,0%-ban választották a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát (10. ábra). A szülőkkel szemben a szerepkörnél, a más irányú tehetségnél és a keretszűkítésnél a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiához tartozó értékek alacsonyabbak, mint a játékosokkal szemben, ami a kompromisszumkereső konfliktuskezelő stratégiához tartozó értékek növekedésének köszönhető (9.10. ábra). Ez azt jelenti, hogy az előbb említett szituációkban (szerepkör, más irányú tehetség, keretszűkítés) az edzők a szülőkkel szemben inkább hajlamosak a tárgyalásra, mint a problémamegoldásra. A legszembetűnőbb különbség a konfliktuskezelő stratégiák százalékos megoszlásában a késésnél van, aminek oka az lehet, hogy az edzők a játékosokkal szemben sokkal alkalmazkodóbbak, illetve elkerülőbbek, mint a szülőkkel. Az eredményekből az is

kiderül, hogy a cserejátékosokkal kapcsolatos konfliktusoknál az edzők a szülőkkel szemben versengőbbek (6,5%; 7,2%) (9.10. ábra).

Az ötödik hipotézisem, miszerint a pedagógiai végzettség növeli a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégia gyakoriságát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is, beigazolódott, mert a pedagógiai végzettséggel rendelkező edzők 65,5%-ban, a pedagógiai végzettséggel nem rendelkező edzők 60,3%-ban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát a játékosokkal szemben (11. ábra). A szülőkkel szemben is magasabbak a problémamegoldó stratégiához tartozó értékek a pedagógus végzettséggel rendelkező edzők esetében (65,3% és 63,5%) (12. ábra).

A hatodik hipotézisem, miszerint a magasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők (UEFA Pro) gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is, részben igazolódott be. A játékosokkal szemben nem igazolódott be, mert az MLSZ D képesítéssel rendelkezők gyakrabban használják (64,2%) (13. ábra). Ez azzal magyarázható, hogy ők az amatőr csapatoknál a fiatalabb korosztályokkal foglalkoznak, ahol az életkori sajátosságok miatt hangsúlyosabban jelentkezik a problémamegoldás. A szülőkkel szemben a hipotézisem beigazolódott, mert a legmagasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát részesítik előnyben (70,0%) (14. ábra). Véleményem szerint a profi labdarúgók pályafutásában a szülőkre igen nagy felelősség hárul. A sikerhez nagymértékben hozzájárul az edző-szülő közötti harmonikus kapcsolat, amelynek egyik befolyásoló tényezője az együttműködés, ami felmerülő konfliktusok vereségmentes megoldását jelenti.

A hetedik hipotézisem, miszerint a magasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők gyakrabban használják a győztes/ vesztes konfliktuskezelési stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is, beigazolódott.

Mindkét interakcióban (a játékosokkal és a szülőkkel szemben) a legmagasabb edzői végzettséggel rendelkező edzőknél (UEFA Pro) figyelhetők meg a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégiákhoz tartozó legmagasabb százalékos értékek (6,7% és 10,0%) (13.14. ábra). Szembetűnő, hogy a szülőkkel szemben, az MLSZ D végzettségű edzők kivételével, az edzők versengőbben lépnek fel, mint a játékosokkal szemben. Ez azt mutatja, hogy a szülők

sokkal inkább kifejtik véleményüket a gyermekükkel kapcsolatos konfliktusok kezelése közben, mint maguk a játékosok. Ez a tendencia azonban a korosztályok előrehaladtával változik, mert a játékosok személyiségfejlődésében olyan változások következnek be, aminek köszönhetően már szülői segítség nélkül, önállóan is képesek magukat képviselni a konfliktusaik kezelése közben.

A nyolcadik hipotézisem, miszerint a magasabb edzői tapasztalattal rendelkező edzők gyakrabban használják a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiát a játékosokkal és a szülőkkel szemben is, beigazolódt, de a 21 év feletti edzői tapasztalattal rendelkező edzőknél némi visszaesés figyelhető meg, ami talán a fáradtságnak és a kiegésznek köszönhető (15., 16. ábra).

A kilencedik hipotézisem, miszerint az edzők konfliktuskezelő stratégiáinak önbecslése közben minden szituációban felülértékelték magukat a tényleges konfliktus-szituációkhoz képest, nem igazolódt be, mert a problémamegoldó, az alkalmazkodó, az elkerülő és a győztes/vesztes konfliktuskezelő stratégia alkalmazásában is alulértékelték magukat. Ez is jól bizonyítja, hogy a konfliktuskezelő stratégiák kutatása sokkal valósabb értékeket eredményez, ha a vizsgálatuk konkrét konfliktusszituációk elemzése közben történik (17. ábra).

## Összegzés

A felszínre került adatok elemzése során jól érzékelhető, hogy az utánpótlásban dolgozó labdarúgó edzők a játékosokkal és a játékosok szüleivel történő konfliktusaik közben is igyekeznek olyan konfliktuskezelő stratégiát használni, amelyik mindkét fél számára megelégedettséget jelent. A szülőkkel szemben az edzők sokkal inkább problémamegoldóbbak, kompromisszumkeresőbbek és versengőbbek is, mint a játékosokkal szemben. Az alacsonyabb korosztályok edzői magasabb arányban használják a problémamegoldó stratégiát, míg a kompromisszumkereső és a győztes/vesztes stratégiákat ugyan néhány százalékkal, de többször használják a magasabb korosztályoknál. A pedagógiai végzettség, a magasabb edzői végzettség és a nagyobb edzői tapasztalat pozitív hatással van a problémamegoldó konfliktuskezelő stratégiák használatára. A magasabb edzői képesítéssel rendelkező edzők gyakrabban használják a győztes/vesztes konfliktuskezelési stratégiát. A vizsgálat során bebizonyosodott, hogy az edzők konfliktuskezelési

stratégiáit elsősorban az adott szituáció, majd a résztvevők életkori sajátosságai és az egymással való kapcsolatuk befolyásolta legjobban, ami megegyezik a kutatók álláspontjával. Az edzők a szülőkkel leggyakrabban akkor kerülnek konfliktusba, ha sérelem éri a gyermeküket, és ezt az edző nem a legmegfelelőbb úton próbálja kezelni. Bizonyítást nyert, hogy a szülőket legérzékenyebben az érinti, hogy gyermekük mennyi időt játszik a tétmérkőzésen. Sajnos az eredménycentrikusság rányomja a bélyegét az edzők viselkedésére, így ha a csapat vesztesre áll, nem igazán merik felvállalni a kevésbé ügyes cserejátékosok pályára küldését. Ezt a cserejátékosok szülei nem igazán fogadják el, amit az edző tudomására is hoznak. Az edzőnek mindig a szituációhoz kell alkalmazkodnia és a döntéseiért felelősséget vállalnia. A konfliktusok előfordulásának számát azzal csökkentheti, ha a döntései mögött álló szakmai érveket nyugodt körülmények között a szülők tudomására hozza. A konfliktusok kezelésével kapcsolatban el kell döntenie, hogy azonnal reagáljunk-e az eseményekre, vagy a rendelkezésre álló idő függvényében később cselekedjünk. Fel kell mérni, hogy mekkora érzelmeket váltott ki a résztvevőkben, szükséges-e a feszültségek csökkentése. A konfliktuskezelő stratégiák alkalmazásának használatával, azok elemzésével és a levont következtetéssel kapcsolatban megállapítható, hogy egyik sem nevezhető jónak vagy rossznak, mivel az adott szituáció és a résztvevő felek egymáshoz való viszonya erőteljesen befolyásolja, hogy a résztvevők miként cselekednek a konfliktuskezelés történeti lefolyása közben. Az optimális a legtöbb esetben a problémamegoldó stratégia lenne, de vannak olyan helyzetek, amikor ez nem valósítható meg. Előfordulhat, hogy bizonyos szituációkban valaki tudatosan olyan stratégiát választ, ami teljesen különbözik a tőle megszokott, és ezért elvárható magatartástól. Az egyéni, illetve néha a közösség érdeke is befolyásolja, hogy a résztvevők melyik stratégiát alkalmazzák. Nézőpont kérdése, hogy a felek céljainak eléréséhez melyik konfliktuskezelési stratégia nevezhető a legjobbnak. Ehhez viszont tisztában kell lenni a másik fél céljaival, amit a másik fél nem minden esetben hoz a másik tudomására. A kutatás során felszínre került konfliktuskezelő stratégiák százalékos megjelenésével és azok értékelésével kapcsolatban meg kell jegyezni, hogy nem az egyes stratégiák abszolút értékei, hanem inkább az egymáshoz viszonyított arányuk a mérvadóak.



Ez abból következik, hogy a kérdőíves kutatásoknál legtöbbször a résztvevők igyekeznek magukat a legelőnyösebb szerepkörbe elhelyezni, ami eltérhet a valós cselekedetektől.

### A kutatás további lehetőségei

A konfliktusok kutatásának módszerei közül előszeretettel alkalmazzák a szituációs helyzetek elemzését. Véleményem szerint az adott szituáción kívül a konfliktusban résztvevők személyiségjegyei is kihatással lehetnek a konfliktuskezelési folyamatokra. Érdemes lenne ezért olyan vizsgálatokat is végrehajtani, amelyek a konfliktuskezelő stratégiákat a személyiségjegyek, az empátikus képesség, a kommunikációs stílusok és az edzői vezetési stílusok tükrében vizsgálja. A nehézséget az okozhatná, hogy a személyiséget, az empátiát és az edzői vezetési stílust vizsgáló kérdőívek kitöltése sok időt vesz igénybe.

Nyilvánvaló, hogy a konfliktusok lefolyása közben az egyes szereplők másként ítélik meg a konfliktuskezelés módszereit, eljárásait és stílusait. Ezért érdemes lenne a játékosok és a szülők álláspontját is vizsgálni, hogy ők miként élik át az edzéseken és a mérkőzéseken megjelenő konfliktusokat. A különböző nézőpontból végzett kutatások összevetése arra is választ adna, hogy a különbségek milyen mértékben, és mely szituációkban mutatkoznak meg legmarkánsabban.

Ez csak akkor lehetséges, ha a csapat játékosainak és a játékosok szüleinek a véleményét össze lehet hasonlítani az edzőjük saját magáról alkotott képével. A szülők esetében a kérdőíves kutatás könnyen megvalósítható, de a gyermekkorú játékosok megkérdezéséhez szülői engedélyre is szükség van. A játékosok megkérdezése olyan korhoz kötött, amikor elérik azt a fejlettségi szintet, hogy a kérdésekre a gondolataikat írásban is képesek legyenek kifejezni. A szakmai igazgatókkal készített mélyinterjú, illetve fókuszcsoportos vizsgálatok fényt deríthetnének arra, hogy a klubjuknál felszínre kerülő konfliktusok megoldására milyen módszereket alkalmaznak. A vizsgálatokat ki lehetne terjeszteni a megyei osztályú csapatokra is, azonban itt az utánpótláscsapatok száma jóval kevesebb, az is előfordul, hogy egy edző több korosztályt összevonva tartja meg az edzéseket.

Ez megnehezíti a korosztályok eredményeinek az elkülönítését és az eredmények összevetését.

### Felhasznált irodalom

1. Acsai Irén és Majoross Kinga (2003): Konfliktuskezelési stratégiák felmérése a TF hallgatóinak körében. In: Mónus András (szerk. 2005): IV. Országos Sporttudományi Kongresszus. I. kötet, MSTT, Budapest, 312-317.
2. Alfermann, D. (1993): Soziale Prozesse im Sport. In: Gabler, H.: Einführung in die Sportpsychologie. Bd. 3, Schorndorf.
3. Bartha Csaba (2006a): Európai labdarúgó játékosok konfliktuskezelési képességeinek vizsgálata. In: Németh Zsolt (szerk.): Az interakció jelentősége a labdarúgásban. PTE TTK Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs, 19-32.
4. Bartha Csaba (2006b): A játékos szakmai teljesítménye és szerepvállalása a mai labdarúgásban. PhD disszertáció, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest.
5. Bartha Csaba, Majoross Kinga, Puhl Sándor és Hamar Pál (2006): Labdarúgó játékosok és játékosok asszisztensek konfliktuskezelési képességeinek összehasonlító vizsgálata. *Alkalmazott Pszichológia*, 1. sz. 90-100.
6. Becker, G. E. (1981): *Lehrer lösen Konflikte*. Urban Schwarzenberg, München – Wien – Baltimore.
7. Blake, R. R. – Mouton, J. S. (1964): Reactions to intergroup competition under win – lose conditions. *Management Science*, 420-435.
8. Budainé Csepela Yvette (2016): Az edző-sportoló kapcsolat - mint sajátos pedagógiai helyzet – jellegzetességei. In: Hamar Pál (szerk.): *A mozgás, mint személyiségfejlesztő tényező*. Eötvös József Könyvkiadó, Budapest. 34-50.
9. Cameron, K. S. – Whetten, D. A. (1991): *Developing management skills*. Harpercollins College Div, New York.
10. Coffin, K. (2010): Parent – coach conflicts. Letöltés: <http://thebeacon.net/columns/coffins-corner/2795-parent-coach-conflicts> (2011.01.10.)
11. Csáki István, Bognár József, Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella, Zalai Dávid, Mór Ottó, Révész László és Gécz Gábor (2013): A sportágválasztás, a tehetséggondozás és az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata elit utánpótláskorú labdarúgók körében. *Magyar*



- Sporttudományi Szemle*, 14. évf. 55. sz. 9-16.
12. Dewey, J. (1978): A nevelés jellege és folyamata. Tankönyvkiadó, Budapest.
  13. Ercsei Kálmán és Nikitscher Péter (2012): Tanulók közötti konfliktusok típusai. A konfliktushelyzetekre adott válaszreakciók és azok megítélése. *Új Pedagógiai Szemle*, 2012. 7-8. sz. 42-54.
  14. Foster, P. S. (2009): Evaluation of conflict between high school athletic coaches and parents. Dissertation, Northcentral University, USA. Letöltés: <http://www.grin.com/en/doc/234456/evaluation-of-conflict-between-high-school-athletic-coaches-and-parents> (2011.01.10.)
  15. Földes Petra – Hadházi Lívია (2006): Szemtől szembe. Egy konfliktuskezelő módszer az iskolai gyakorlatban. In: Tanári létkérdések. Kézikönyv gyakorló pedagógusoknak, osztályfőnököknek. RAABE Kiadó, Budapest.
  16. Gloeckel, H. (1982): Konflikte im Schulischen Zusammenleben. In: *Unterricht und Erziehung*, 3. sz. 5-10.
  17. Gombocz János (2002): Sport és nevelés. In: Göttl Béla (szerk.): Labdarúgás lépésről lépésre. MSTT, Budapest, 15-37.
  18. Gombocz János (2004): A testnevelő tanár és az edző pedagógiai szerepe. In: Biróné Nagy Edit (szerk. 2004): Sportpedagógia. Kézikönyv a testnevelés és sport pedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához. Dialóg Campus Kiadó, Budapest – Pécs, 147-172.
  19. Gordon, Th. (1989, 1994): T. E. T. A tanári hatékonyság fejlesztése. Gondolat Kiadó, Budapest.
  20. Györgyi Zoltán és Nikitscher Péter (szerk. 2012): Mindennapi ütközések. Iskolai konfliktusok és kezelésük. Oktatókutatató és Fejlesztő intézet, Budapest.
  21. Hedstrom, R. A. (2009): Coaching Through Conflict: Effective Communication Strategies. Letöltés: <http://appliedsportpsych.org/resource-center/coaches/articles/conflict> (2011.02.03.)
  22. Hellstedt, J. C. (1987): The coach-parent-athlete relationship. *Sport Psychologist* 1 (2): 151-160.
  23. Horváth-Szabó Katalin (1994): Konfliktusmegoldó stratégiák. *Új Pedagógiai Szemle*, 11. sz. 28-33.
  24. Horváth-Szabó Katalin (1997): Az iskolai konfliktusokról. In: Mészáros Aranka (szerk.): Az iskola szociálpszichológiai jelenségvilága. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
  25. Jeske, W. (1981): Konfliktfeld Schule. Pedagogischer Verlag, Düsseldorf.
  26. Johnson, D. W. (1981): Reaching out. 2nd ed. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
  27. Jowett, S., Nicolas, M. és Yang, S. (2017): Unravelling the Links between Coach Behaviours and Coach-Athlete Relationships. *European Journal of Sports & Exercise Science*, 2017, 5 (3): 10-19.
  28. Kormosné Acsai Irén (1984): Kísérlet a testnevelő tanár személyiségének pedagógiai – pszichológiai vizsgálatára. (Módszertani előtanulmány). TF közleményei, 1. sz. 99-107.
  29. Kormosné Acsai Irén (1985): Konfliktushelyzetek kiértékelési technikáinak összehasonlító vizsgálata. *TF közleményei*, 3. sz. 47-61.
  30. Klein Sándor és Farkas Katalin (1989): Menyire sért? Tanárok és tanárjelöltek véleménye pedagógiai konfliktusszituációkról. Módszertani füzetek 25. Csongrád Megyei Pedagógiai Intézet, Szeged.
  31. Kraybill, R. S. (2005): Kraybill Conflict Style Inventory. [http://en.wikipedia.org/wiki/Kraybill\\_Conflict\\_Style\\_Inventory](http://en.wikipedia.org/wiki/Kraybill_Conflict_Style_Inventory) (2011.02.03.)
  32. Majó Ádám (2009): Edzői konfliktusok a labdarúgó játékosok szemszögéből. XXIX. Országos Diákköri Konferencia, Testnevelés és Sporttudományi Szekció, Sopron.
  33. Mészáros Aranka (szerk. 2007): Kommunikáció és konfliktusok kezelése a munkahelyen. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
  34. Nádori László (1991): Az edzés elmélete és módszertana. MTE, Budapest.
  35. Nádori László (2005): Edzés, versenyzés címszavakban. Dialóg Campus Kiadó, Budapest – Pécs.
  36. Németh Zsolt (2005a): Labdarúgó edzők konfliktuskezelő kultúrájának vizsgálata.
  37. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 6. évf. 23. sz. 40.
  38. Németh Zsolt (2005b): Az edző és a játékosok közötti konfliktusok kezelésének jelentősége. In: Németh Zsolt (szerk.): Az interakció jelentősége a labdarúgásban konferenciakötet. Pécsi Tudományegyetem TTK Testnevelés- és

- Sporttudományi Intézet, Pécs, 43-60.
39. Németh Zsolt (2006a): Konfliktus megoldási javaslatok labdarúgók csapatalakítási folyamatában. „A sport és tudomány napja” konferenciakötet. PTE TTK TSTI, Pécs, 43-55.
  40. Németh Zsolt (2006b): A csapatalakítás közben adódó konfliktushelyzetek pedagógiai, pszichológiai háttere az utánpótláskorú labdarúgó csapatoknál. 36. Mozgásbiológiai konferencia konferenciakötet. MTE, Budapest, 19.
  41. Németh Zsolt (2006c szerk.): Az interakció jelentősége a labdarúgásban konferenciakötet. PTE TTK Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs.
  42. Németh Zsolt (2006d): A study of the conflict management culture of football players World Congress of Performance Analysis of Sport 7, Book of Abstracts, 47.
  43. Németh Zsolt (2006e): A Study of the Causes and Solutions of the Conflicts in the Interactions between the Football Coaches of Junior Players and their Parents. In: Hoppeler, H., Reilly, T., Tsolakidis, E., Gfeller, L., Klossner S. (eds.): 11<sup>th</sup> ECSS Lausanne, Book of Abstract, Sportverlag Strauss, Cologne, 388.
  44. Németh Zsolt (2007a): Testnevelés szakos hallgatók konfliktuskezelési képességeinek vizsgálata. In: Bendiner Nóra (szerk.): „Tudomány a Sportoló Nemzetért” Konferenciasorozat 2007, Előadáskivonatok, MSTT, Budapest, 30.
  45. Németh Zsolt (2007b): Konfliktuskezelési stratégiák vizsgálata végzős testnevelés szakos hallgatók körében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 8. évf. 31. sz. 35.
  46. Németh Zsolt (2011a): A gyermeklabdarúgásban dolgozó edzők konfliktuskezelő stratégiái. V. Képzés és Gyakorlat Nemzetközi Neveléstudományi Konferencia. Absztrakt Könyv 43.
  47. Németh Zsolt (2011b): Az edző-játékos-szülők közötti nézeteltérések kezelése a labdarúgásban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 12. évf. 46. sz. 60-61.
  48. Németh Zsolt (2011c): Konfliktusterek a labdarúgó edző – játékos – szülő kapcsolat interakcióiban. *Magyar Edző: Módszertani és továbbképző szaklap*, 2011/3 52.
  49. Németh Zsolt (2011d): Az utánpótlásban dolgozó labdarúgó edzők konfliktuskezelő kultúrájának mintázata. PhD disszertáció, PTE „Oktatás és Társadalom” Neveléstudományi Doktori Iskola, Pécs.
  50. Németh Zsolt (2014): The Pattern of the Conflict Managing Culture of Junior Class Football Coaches. In: De Haan, A., De Ruiter, C. J., Tsolakidis, E. (szerk.): 19th annual Congress of the European College of Sport Science: Book of Abstracts. 201.
  51. Németh Zsolt (2017): Labdarúgó edzők konfliktuskezelő stratégiáinak fókuszcsoportos vizsgálata. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 18. évf. 70. sz. 65.
  52. Pavlovic, S. (2004): Coaching Tips on Dealing with Parents. Letöltés: [http://www.scoremorehoops.com/Free\\_Coaching%20Tips%20on%20Dealing%20With%20Parents.pdf](http://www.scoremorehoops.com/Free_Coaching%20Tips%20on%20Dealing%20With%20Parents.pdf) (2011.01.10.)
  53. Paradis, K., Carron, A. és Martin, L. (2014): Athlete perceptions of intra-group conflict in sport teams *International Review of Sport and Exercise Psychology* 10(3):4-18 September 2014
  54. Sale, A. (2010): Parents cause tension conflict for coaches and-players. Letöltés: <http://www.granitebaygazette.com/2010/02/12/parents-cause-tension-conflict-for-coaches-and-players/> (2011.01.10.)
  55. Sági Matild és Szemerszki Marianna (2012): Hogyan hatnak a tanárok a diákok konfliktusmegoldási beállítódására. *Új Pedagógiai Szemle*, 2012. 7-8. sz. 22-41.
  56. Stewart, C. (1994). Parents and coaches: Expectations, attitudes and communication. *Physical Educator*, 51, 130-137.
  57. Stewart, C. (2005): Coaches Are From Earth... Parents Are Out of This World! Letöltés: [http://www.coachesinfo.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=308:coaches-are-from-earth&catid=91:general-articles&Itemid=170](http://www.coachesinfo.com/index.php?option=com_content&view=article&id=308:coaches-are-from-earth&catid=91:general-articles&Itemid=170) (2011.01.10.)
  58. Szatmári Zoltán (2003): Végzős testnevelés szakos hallgatók konfliktusmegoldó képességeinek vizsgálata egy testnevelő tanári szerepjáték tükrében. In: Mónus András (szerk. 2005): IV. Országos Sporttudományi Kongresszus II. kötet. MSTT, Budapest, 122-126.
  59. Szatmári Zoltán (2009): Az edző sportoló

- kapcsolat a konfliktusok tükrében In: Bognár József (szerk.): Tanulmányok a kiválasztás és a tehetséggondozás köréből. 368 p. Budapest: Magyar Sporttudományi Társaság, 2009. pp. 142-155.
60. Szatmári Zoltán, Katona Zsolt és Vass Miklós (2004): A konfliktusmegoldó képesség hátterének vizsgálata általános iskolai tanulók körében. *Iskolakultúra*, 2004. 8. sz. 56-64.
61. Szabó Éva (2006): Szeretettel és szigorral. Akadémia Kiadó, Budapest.
62. Szekszárdi Júlia, Horváth Attila, Buda Marianna és Simonfalvi Ildikó (2000): A serdülők erkölcsi szocializációja. (Útkeresés a labirintusban.) *Magyar Pedagógia*, **100.** évf. 4. sz. 473-498.
63. Szekszárdi Ferencné (1987): Konfliktusok az osztályban. Tankönyvkiadó, Budapest.
64. Szekszárdi Júlia (2001): A konfliktuskezelés gyakorlata. *Új Pedagógiai Szemle*, 5. sz. 86-103.
65. Szekszárdi Júlia (2002): Konfliktusok pedagógiája. Veszprémi Egyetemi Kiadó, Veszprém.
66. Szitó Péter (2010): Egy sportág bemutatása sajátos nézőpontból. Kommunikáció a labdarúgó csapaton belül. Szakdolgozat, Pázmány Péter Katolikus Egyetem BTK, Piliscsaba.
67. Szőke-Milinte Enikő (2004): Pedagógusok konfliktuskezelő kultúrája. *Új Pedagógiai Szemle*, **1.** sz. 26-39.
68. Szőke-Milinte Enikő (2006): Konfliktuskezelés és pedagógusmesterség: A pedagógusok kríziskommunikációjának fejlesztése. Országos Pedagógiai Könyvtár és Múzeum, Budapest.
69. Szőke-Milinte Enikő (2013): Elmélet és gyakorlat a kommunikációs tankönyvekben. In: Balázs László, H Varga Gyula (szerk.): A hatékony kommunikáció. Hungarovox Kiadó, Budapest.
70. Takács Mária Gabriella (2015): Konfliktusok vizsgálata diák – diák között négy különböző általános iskolában. Tanári Szakdolgozati Tanulmány, PTE BTK, Pécs.
71. Thomas, K. W. (1976): Conflict and conflict management. In: Dunnette MD (ed.): *Handbook of Industrial and Organizational Psychology*. Rand McNally, Chicago.
72. Thomas, K. W – Kilmann, R. H. (1974): Thomas-Kilman conflict mode instrument. New York: Xicom.
73. Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella, Bognár József, Révész László és Géczi Gábor (2007): The Coach-Athlete Relationship in Successful Hungarian Individual Sports. *International Journal of Sports Science and Coaching* **2**:(4) pp. 485-495.
74. Vass Nikolett (2009): Ellen-TÉT. Az iskolai konfliktusokkal kapcsolatos különböző nézőpontok vizsgálata: az ismeretek, a tapasztalatok és a szemléletmód feltárása. Szakdolgozat, PTE Bölcsészettudományi Kar, Pécs.
75. Wachsmuth, S., Jowett, S. és Harwood C. (2018): On understanding the nature of interpersonal conflict between coaches and athletes. *Journal of Sports Sciences* · January 2018

**Melléklet - A kérdőív bemutatása**

Tisztelt Válaszadó! Tisztelt Kolléga!

A kérdőívvel szeretnénk feltérképezni az utánpótlásban dolgozó labdarúgó edzők konfliktuskezelési stratégiáit. A kérdések azokra az edző – játékos - szülők közötti konfliktusokra vonatkoznak, amely korosztálynál jelenleg edzősködik, vagy ha jelenleg nincs csapata, akkor ahol utoljára dolgozott. A válaszadás önkéntes!

Tisztelettel: Dr. Németh Zsolt, egyetemi adjunktus, labdarúgó edző (Pécsi Tudományegyetem TTK Sporttudományi és Testnevelési Intézet).

**Konfliktusszituációk**

A következőkben leírt konfliktusszituációkba képzelje bele magát, mintha Önnel történt volna meg. Kérem, figyelmesen olvassa végig mind az öt lehetséges megoldást (A, B, C, D, E), majd ezután karikázza be az Önhez legközelebb álló konfliktuskezelési stratégia előtti betűt. Az értékelés akkor lesz hatékony, ha minden kérdésre válaszol. *Kérem csak egyet karikázzon be!*

*1. Az egyik legtehetségesebb játékosa késik az edzésről! Az első alkalommal tájékoztatást adott, hogy az edzésre időben kell érkezni az edzésterv maradéktalan megvalósítása miatt. Miként próbálná a konfliktust kezelni?*

- A. Négy szemközti beszélgetésből megpróbálja megtudni a késés okát, majd megbeszéli, hogy miként kell cselekedni, hogy legközelebb ne forduljon ez megint elő.
- B. Nem vesz tudomást a késésről, a játékos az érkezés után bekapcsolódhat a munkába.
- C. A játékos késésének indokát meghallgatja, majd utána bekapcsolódhat a munkába.
- D. Figyelmezteti a játékost a csapat előtt, hogy máskor ne késsen, mert legközelebb, plusz feladatot kap.
- E. A játékost a késés miatt plusz feladattal bünteti.

*2. Győztes hazai mérkőzés után (3:0), az egyik cserejátékos panaszkodik, hogy kevés játéklehetőséget kapott, mert csak 7 percet töltött a pályán a mérkőzés végén. Miként próbálná a létrejött konfliktust kezelni?*

- A. Közli a játékosal, hogy Ön a szakember, a döntéseit ne kérdőjelezze meg és egyébként is örüljön, hogy az edzésen nyújtott teljesítménye alapján egyáltalán pályára léphetett.
- B. Közli a játékosal, hogy nagy a technikai-taktikai lemaradása a többiekhez képest, ezért az edzéseken igyekeznek majd ezekre nagyobb hangsúlyt fektetni és személyre szólóan fejleszteni. Megígéri, ha javulást, fejlődést lát teljesítményében, többet fog játszani.
- C. A következő mérkőzésen ismét cserejátékosként lép pályára a második félidőben, és 7 percnél többet játszik.
- D. A következő mérkőzésen végig játszik a mérkőzésen.
- E. Közli vele, hogy most nem alkalmas az idő, késésben van, térjenek vissza a problémára később.

*3. Az edzés végén a csapat kapusa közli Önnel, hogy nem szeretne többet a kapuban védeni, holott Ön meg van győződve arról, hogy jelenleg ez a legideálisabb poszt a számára. Miként kezelné a kialakult konfliktust?*

- A. Elmagyarázza a játékosnak, hogy fizikai és pszichikai mutatói alapján került a kapuba, de ez a poszt még változhat, hisz játékos pályafutásának a kezdetén tart, amit igen sok tényező befolyásolhat még. A következő edzésen azért mezőnyjátékosként is szerepelteti, hogy meggyőződjön teljesítményéről.
- B. Közli a játékosal, hogy ebbe ne szóljon bele és továbbra is a kapus poszton játszatja.
- C. Elfogadja a játékos véleményét, és a következő edzésen, valamint a soron következő mérkőzésen már végig mezőnyjátékosként játszik.
- D. Közli a játékosal, hogy nem tulajdonít nagy jelentőséget a problémájának. Ha továbbra is ennyire bántja a dolog, térjenek majd vissza rá később.
- E. Közli a játékosal, hogy a kapus posztra jelenleg ő a legalkalmasabb a csapattagok közül. Megkéri, hogy amíg nem találnak más személyt, addig a csapat érdekében továbbra is vállalja a védést. A következő edzésen már keresi is az új kapusjelöltet. Megígéri, hogy az új kapus fejlődésének és a leendő ellenfél



erősségének függvényében küldi majd mezőnyjátékosként a pályára a következő mérkőzésen.

4. *Egy kimagasló teljesítményt nyújtó játékos a zongora órára is jár, ezért nem tud minden edzésen részt venni, és emiatt konfliktusba kerül vele. Miként próbálná a kialakult konfliktust kezelni?*

- A. Közli a játékosal, hogy volt már arra példa, hogy valaki kiváló zenész és sportoló volt egyidejűleg. Azt javasolja, ha ennyire szereti a zenét, akkor ne hagyja abba a labdarúgás miatt.
- B. Megérti, hogy néha ütközik az edzés a zongora órával, de arra kéri, hogy a jövőben próbálja az ütközéseket elkerülni. Jelenleg az sem baj, ha kicsit késik, de az edzést lehetőleg ne hagyja ki!
- C. Nem érzi a helyzetet olyan égetőnek, amibe be kellene avatkoznia.
- D. Közli a játékosal, hogy el kell döntenie, hogy a labdarúgás vagy a zongora. A kettő magas szinten nem mehet együtt, ezért maradjon inkább a labdarúgás mellett.
- E. Közli a játékosal, hogy addig, amíg a mérkőzéseken nyújtott teljesítménye megfelelő, addig zongorázni is járhat, de előbb-utóbb választania kell, mert az edzéstáogatások csökkenésével a mérkőzésen nyújtott teljesítménye is csökkenni fog, aminek következményeként kikerülhet a csapatból.

5. *Az utánpótlás szakágvezető a szezon kezdetén közli Önnel, hogy a keretet két héten belül 4 fővel csökkentenie kell. A keretből kikerülő játékosok közül az egyik személyesen felkeresi és sérelmezi, hogy ő is távozóok listájára került, amivel nem ért egyet. Miként próbálná a létrejött konfliktust kezelni?*

- A. Udvariasan közli, hogy most távoznia kell, de később térjenek vissza a problémára.
- B. Közli a játékosal, hogy tehetségesnek tartja, de egy alacsonyabb szintű csapatban több játéklehetőséget kaphat, így a fejlődése jobban biztosított számára, aminek következtében vissza is kerülhet a keretbe. Javaslatokat is tesz, ahol tárt karokkal várják majd.
- C. Közli a játékosal, hogy nincs miről beszélni, így döntött és nem is fog ezen változtatni.
- D. Közli a játékosal, hogy a felmérések eredményeiben és a mérkőzésen nyújtott teljesítményében lemaradásai vannak a csapattársaitól, egyébként tehetségesnek tartja, ne hagyja abba a focit, mert lemorzsolódások miatt visszakerülhet a keretbe.
- E. Megfontolja a dolgot, és a játékost visszahelyezi a keretbe.

6. *Az egyik legtehetségesebb játékosát késve hozzák a szülők edzésre, amit szóvá tesz, és ezt a szülők rossz néven veszik. Miként próbálná a konfliktust kezelni?*

- A. A játékos késésének indokát meghallgatja a szülőktől, majd utána a játékos bekapcsolódhat a munkába.
- B. Felhívja a figyelmét a szülőknél, hogy máskor ne késve hozzák a gyermeket, mert a késésért legközelebb plusz feladatot kell teljesíteni a gyermeknek.
- C. A szülőktől megpróbálja megtudni a késés okát, majd megbeszéljük, hogy miként kell cselekedni, hogy legközelebb ne forduljon ez megint elő.
- D. Leszidja a szülőket a késésért.
- E. Nem vesz tudomást a késésről, a játékos az érkezés után bekapcsolódhat a munkába.

7. *Győztes hazai mérkőzés után (3:0), az egyik cserejátékos szülei nemtetszésüket fejezik ki a gyermekük pályán eltöltött kevés ideje miatt, mert csak 7 percet töltött a pályán a mérkőzés végén. Miként próbálná a létrejött konfliktust kezelni?*

- A. A következő mérkőzésen ismét cserejátékosként lép pályára a második félidőben, és 7 percnél többet játszik.
- B. A következő mérkőzésen végig játszik a mérkőzésen.
- C. Közli a szülőkkal, hogy most nem alkalmas az idő, késésben van, térjenek vissza a problémára később.
- D. Közli a szülőkkal, hogy gyermeküknek nagy a technikai-taktikai lemaradása a többiekhez képest, ezért az edzéseken igyekeznek majd ezekre nagyobb hangsúlyt fektetni és személyre szólóan fejleszteni. Megígéri, ha javulást, fejlődést lát teljesítményében, többet fog játszani.
- E. Közli a szülőkkal, hogy Ön a szakember, a döntéseit ne kérdőjelezzék meg és egyébként is örüljenek, hogy a gyermekük az edzésen nyújtott teljesítménye alapján egyáltalán pályára léphetett.



8. Az edzés végén a kapus szülei sérelmezik, hogy gyermeküket rendszeresen a kapus poszton szerepelteti. A szülők véleménye szerint gyermeküknek a csatár poszt megfelelőbb lenne. Miként próbálná a kialakult konfliktust kezelni?

- Közli a szülőkkel, hogy a kapus posztra jelenleg a gyermekük a legalkalmasabb a csapattagok közül. A szülők beleegyezését kéri, hogy amíg nem talál megfelelő személyt, addig a csapat érdekében gyermekük továbbra is vállalja a védést. A következő edzésen már keresi is az új kapusjelöltet. Megígéri, hogy az új kapus fejlődésének és a leendő ellenfél erősségének függvényében küldi majd mezőnyjátékosként gyermeküket a pályára a következő mérkőzésen.
- Közli a szülőkkel, hogy nem tulajdonít nagy jelentőséget a problémának. Ha továbbra is ennyire bántja a dolog őket, térjenek majd vissza rá később.
- Közli a szülőkkel, hogy ebbe ne szóljanak bele, és a következő edzésen továbbra is a kapus poszton játszatja a gyermeket.
- Elmagyarázza a szülőknek, hogy gyermekük fizikai és pszichikai mutatói alapján került a kapuba, de ez a poszt még változhat, hisz játékos pályafutásának a kezdetén tart, amit igen sok tényező befolyásolhat még. A következő edzésen azért mezőnyjátékosként is szerepelteti, hogy meggyőződjön teljesítményéről.
- Elfogadja a szülők véleményét, és a következő edzésen, valamint a soron következő mérkőzésen már mezőnyjátékosként játszik a gyermek.

9. Egy kimagasló teljesítményt nyújtó játékos a zongora órára is jár, ezért nem tud minden edzésen részt venni, emiatt konfliktusba kerül a szüleivel. Miként próbálná a kialakult konfliktust kezelni?

- Nem érzi a helyzetet olyan égetőnek, amibe azonnal be kellene avatkoznia.
- Közli a szülőkkel, hogy el kell dönteniük, hogy a gyermekük a labdarúgást vagy a zongorázást választja. A kettő magas szinten nem mehet együtt, ezért azt javasolja, hogy a gyereket inkább a labdarúgás felé próbálják irányítani.
- Közli a szülőkkel, hogy volt már arra példa, hogy valaki kiváló zenész és sportoló volt egyidejűleg. Azt javasolja, ha gyermekük ennyire szereti a zenét, akkor továbbra is támogassák ebben.
- Közli a szülőkkel, hogy addig, amíg a mérkőzéseken nyújtott teljesítménye megfelelő, addig zongorázni is járhat, de előbb-utóbb választania kell, mert az edzésátogatások csökkenésével a mérkőzésen nyújtott teljesítménye is csökkenni fog, aminek következményeként kikerülhet a csapatból.
- Megérti, hogy néha ütközik az edzés a zongora órával, de arra kéri a szülőket, hogy a jövőben próbálják az ütközéseket elkerülni. Jelenleg az sem baj, ha kicsit késve érkezik, de az edzést lehetőleg ne hagyja ki!

10. Az utánpótlás szakágvezető a szezon kezdetén közli Önnel, hogy a keretet két héten belül 4 fővel csökkentenie kell. A keretből kikerülő játékosok szülei közül az egyik személyesen felkeresi és sérelmezi, hogy a gyereke is a távozóak listájára került. Miként próbálná a létrejött konfliktust kezelni?

- Közli a szülőkkel, hogy nincs miről beszélni, így döntött és nem is fog ezen változtatni.
- Megfontolja a dolgot, és a gyermeket visszahelyezi a keretbe.
- Közli a szülőkkel, hogy a gyerek tehetséges, egy alacsonyabb szintű csapatban több játéklehetőséget kaphat, így a fejlődése jobban biztosított, aminek következtében vissza is kerülhet a keretbe. Javaslatokat is tesz, ahol tárt karokkal várják majd.
- Udvariasan közli, hogy most távoznia kell, de később térjenek vissza a problémára.
- Közli a szülőkkel, hogy a gyermekük eredményei a felmérések és a mérkőzésen nyújtott teljesítmények alapján elmaradnak a csapattársaitól, egyébként tehetséges a gyermek, ne hagyja abba a focit, mert lemorzsolódások miatt visszakerülhet a csapatba.

**Háttérinformációk** (A következő kérdésekre karikázza be a megfelelő választ!)

- Neme: (1) Férfi (2) Nő
- Életkora: .....
- Melyik a legmagasabb iskolai végzettsége? (1) Általános iskola (2) Szakmunkásképző (3) Szakközépiskola

- (4) Középiskola (5) Gimnázium (6) Főiskola (7) Egyetem
4. Rendelkezik-e pedagógus végzettséggel? (1) Igen (2) Nem
  5. Ha igen, azt milyen képzési szinten szerezte? (1) Főiskola (2) Egyetem
  6. A pedagógiai végzettséget milyen képzési területen szerezte? (1) Társadalomtudományi (2) Műszaki tudományi (3) Természettudományi (4) Egészségtudományi (5) Bölcsészettudományi (6) Művészettudományi (7) Hittudományi (8) Sporttudományi (9) Egyéb, és pedig:.....
  7. Milyen testnevelő tanári végzettséggel rendelkezik? (1) Nincsen (2) Tanítóképző, testnevelés specializáció (3) Főiskolai n(4) Egyetemi
  8. Milyen edzői végzettséggel (végzettségekkel) rendelkezik? (1) Középfokú (2) Szakedző (3) UEFA Pro (4) UEFA A (5) UEFA B (6) MLSZ D
  9. Hány évet dolgozott eddig aktívan labdarúgó edzőként? .....
  10. Az edzőképzésen kívül folytatott-e pedagógiai tanulmányokat? (1) Igen (2) Nem. Ha igen, hol? .....
  11. Szülei közül van-e (volt-e) pedagógus a családjában? (1) Igen (2) Nem. Ha igen, (3) édesanyám (4) édesapám (5) mindkettő
  12. Szülei közül van-e (volt-e) edző a családjában? (1) Igen (2) Nem. Ha igen, (3) édesanyám (4) édesapám (5) mindkettő
  13. Milyen szintű labdarúgó múlttal rendelkezik? Megye I II III NB I II III Egyéb, és pedig.....
  14. Edzői pályafutása során mely korosztályokkal foglalkozott eddig? U 6, U 7, U 8, U 9, U 10, U 11, U 12, U 13, U 14, U 15, U 16, U 17, U 18, U 19, felnőtt
  15. Jelenleg milyen szintű csapatnál dolgozik? Megye I II III NB I II III Egyéb, és pedig.....
  16. Jelenleg milyen korosztállyal foglalkozik? U 6, U 7, U 8, U 9, U 10, U 11, U 12, U 13, U 14, U 15, U 16, U 17, U 18, U 19, felnőtt
  17. Ha jelenleg nem edzősködik, utoljára milyen szintű csapatnál dolgozott? Megye I II III NB I II III Egyéb, és pedig.....
  18. Ha jelenleg nem edzősködik, utoljára melyik korosztállyal foglalkozott? U 6, U 7, U 8, U 9, U 10, U 11, U 12, U 13, U 14, U 15, U 16, U 17, U 18, U 19, felnőtt
  19. Melyik az Önhez legjobban illeszkedő konfliktuskezelő magatartás? *(Kérem, hogy csak egy betűt karikázzon be!)*
    - A. Saját érdekeimet háttérbe helyezem, teret engedek a játékosok akaratának.
    - B. Keresem a közös megoldásokat, ezért a játékosok véleményét figyelembe veszem döntéseim meghozatalakor.
    - C. Minden esetben nekem van igazam, nem engedem a játékosok akaratát érvényre jutni.
    - D. A közös megoldásokban csak részben engedem a játékosok akaratát érvényesülni.
    - E. A problémákkal nem foglalkozom, inkább hagyom a dolgokat a maguk útján haladni.
  20. Milyen típusú edzőnek tartja magát? *(Kérem, hogy csak egy betűt karikázzon be!)*
    - A. A játékosok véleménye az elsődleges.
    - B. A játékosok véleményét is figyelembe veszem döntéseim meghozatalakor.
    - C. A játékosok véleményét nem veszem figyelembe, a saját véleményem szerint döntök.

Köszönöm, hogy kitöltötte a kérdőívet és válaszaival segítette munkánkat!

## Iskola- és mozgáskultúra Szingapúrban, egy magyar testnevelő szemével

### Education and Active Life Style in Singapore, through the eyes of a Hungarian PE Teacher

Kovács Katalin

Testnevelési Egyetem, Sportági Intézet, Sportjáték Tanszék, Budapest

**Absztrakt** - Szingapúrban az Oktatási Minisztérium egy központi Akadémiát hozott létre, mint a tanár-továbbképzés központja. Az Akadémián minden tantárgynak van egy kutatókból, oktatókból és gyakorló tanárokból álló szervezete, amelyek felelősek a tantárgy oktatásának színvonaláért és fejlesztésért. Figyelik a nemzetközi irányvonalakat, kapcsolatokat kötnek külföldi szakemberekkel és továbbképző intézetekkel. Az Akadémia által jóváhagyott tanítási- és nevelési módszereket a gyakorlatban (iskolákban) tesztelik és tanfolyamokon, továbbképzéseken népszerűsítik. A testnevelőtanárok Továbbképző Akadémiáját 2012-ben alapították, ahol 3 évig dolgozhattam. Így némi (hangsúlyozzuk némi) betekintést szereztem a szingapúri oktatás részleteiről és azon belül is a testnevelés tanításáról, valamint az ország mozgáskultúrájáról. Az alábbi cikkben ezeket a tapasztalatokat, élményeket osztom meg.

**Abstract** - The Singapore Ministry of Education established an Academy for teacher training and education. The Academy has a group of researchers, professionals and practicing teachers for each subject who are responsible for the quality of teaching and the development of teaching methods. Each team is up to date on international trends and they regularly invite acknowledged professionals from around the world and readily collaborate with other nations' teacher training institutes. They test the different teaching methods in practice and promote them in workshops. The PE teachers team was established in 2012, and I had the opportunity to work there for 3 years. This provided an opportunity for introspection on Singaporean education, teaching PE and the country's lifestyle. In this article I share these experiences and reflections.

#### Szingapúri oktatás rövid áttekintése

Az oktatás az ország önállósódása (1965) után vált kiemelt ágazattá. A legtöbb Dél-Kelet ázsiai országban az oktatás minősége a mai napig komoly problémákat vet fel. Pl. a tanárok napokig nem jelennek meg az iskolában; több évfolyam tanul egy helyiségben, egy tanárral; a tanulóknak több kilométert kell gyalogolni a legközelebbi iskoláig, illetve a középiskola komoly anyagi terheket jelent a szülőknek stb. A 60-as években Szingapúrban is hasonló volt az oktatás minősége, ennek ellenére az elmúlt fél évszázadban ilyen és ehhez hasonló körülményekből világszerte nőtte ki magát.

Szingapúrban az általános iskola 6 év, a

középiskola 4, majd következik 2 év egyetemi előkészítő vagy politechnikum. A tanév 4 x 10 oktatási hétből áll. Egy-egy iskolában 1000+ diák tanul, évfolyamonként 6-8 osztályban; első és második osztályban 35 fős a létszám, míg az idősebbeknél már 42-45 tanuló jár egy osztályba. A diákokat minden második évben új „rangsorolják” az évvégi felmérések eredményei alapján; azaz a legjobbak kerülnek egy osztályba, a közel kitűnő diákok egy másik osztályba és így tovább. Nemcsak az osztályközösségek változnak rendszeresen, hanem a tanárok is. Minden tanár csak 1 évig tanít egy-egy osztályt, utána másikat kap. Ez a módszer az angol-szász gyarmatosítók egyik „öröksége”; az évenként (esetenként 2 évente) változó osztály-összetétellel



a klikkesedéseket próbálják megelőzni, valamint az alkalmazkodó képességet/készséget fejleszteni. Azonban az angolszász országokban NEM a

tanulmányi teljesítmény alapján alakítják ki az osztályokat, mint Szingapúrban.



**1. ábra:** A világ 10 legjobb oktatási rendszere, a matematika és egyéb tantárgyak szempontjából (forrás: <https://smiletutor.sg/how-singaporean-education-compares-to-the-rest-of-the-world/>)

Minden iskolának saját egyenruhája van és ennek viselése kötelező. Így az utcán, a tömegközlekedési eszközökön könnyen beazonosíthatók a diákok. A tanítás - zászlófelhúzás kíséretében - a himnusz és a nemzeti eskü közös eléneklésével kezdődik, mindennap. (Lásd: Fotó 1.) Az aulában, legkésőbb

7:30-kor, gyülekeznek a diákok, ahol székek híján a padlóra ülnek. A tanítás 8:00-or kezdődik, az általános iskolákban 14:00 óra körül fejeződik be, míg a felsőbb évfolyamokon késő estig iskolában vannak mind a diákok, mind a tanárok.



**Fotó 1.:** Reggeli himnusz és eskütétel az aulában

## A testnevelés infrastrukturális háttere

A szigetország testnevelés oktatásának történelme könnyen nyomon követhető a **TORNATERMEK** tanulmányozásával. A gyarmatik időkben az egyházi iskoláknak esztétikus, nagy és funkcionálisan kiváló tornatermei voltak. Az ország önállósodása után, a tömeges iskolaépítéskor nem építettek tornatermet. Testnevelés oktatására a multifunkcionális aulát használták, amely az alábbi programoknak is a helyszíne: reggeli gyülekezés (ld. fentebb), iskolai ünnepek, központi felmérők, iskolai énekkar, zenekar színjátszó kör bemutatói, stb. Azaz nem a testnevelés órák igényei határozták meg az aula kialakítását és berendezését.

Az újabb épületekben, ahol már építenek külön tornacsarnokot, a méretek lenyűgözőek, míg a belső kialakítás némi kérdést vet fel:

- Az ablakokat - rácsokkal ellátva –térdfmagasságba helyezik el;
- Nincsenek bordásfalak és mászókötelek, mivel balesetveszélyesnek tartják. A régebbi épületekben - ahol 1-2 fém (játszóteri jellegű) bordásfal véletlenül megmaradt – gondosan eltorlaszolták, hogy a diákok véletlenül se másszanak fel.
- A csarnok méretű termekben nem terveznek, és utólag sem szerelnek fel elválasztó-függönyt, annak ellenére, hogy a szingapúri iskolákban is gondot okoz a tornaterem (és/vagy testnevelés órához szükséges helyiségek) száma, azaz hiánya. Így rendszeres, hogy minimum kettő-, de nem ritkán három kb. 40 fős osztály osztozik egy kosárlabdapálya nagyságú csarnokon.
- A trópusi meleg ellenére az iskolákban nincs légkondicionálás. A levegő mozgását az oldalfalakra szerelt ventilátorokkal próbálják meg biztosítani, amelyekkel azonban több gond is van:
  - › Nemcsak a légáramlást biztosítják, hanem a tanár hangjának ventilációját is. Első tanítási órám megdöbbentően tapasztaltam, hogy az évtizedeken keresztül „jól bevált” hangerőm a hozzám közelebb álló gyerekekhez is alig jut el.
  - › A ventilátorok egyáltalán nem csendesek, ami a testnevelés órák amúgy sem alacsony alapzaj szintjét jelentősen megnövelik. Ezért több testnevelő is kísérletezik mikrofonnal (lásd: fotó 2.!), amely azonban több akadályba is ütközik:
    - Ha több osztály van egyidőben a teremben,

a kihangosítás nagyon zavaró.

- Általában egy hangfalat helyeznek el a tanárok, és a testnevelő hangja mindig ugyanarról az egy helyről érkezik függetlenül a tanár helyzetétől. A gyakorlás megállítása után a tanulóknak keresni kell a tanárt, hogy most éppen honnan beszél, melyik tanulóval szeretné a bemutatni a feladatot.
- Egyéni vagy kiscsoportos hibajavításkor le kell kapcsolni a mikrofont, hogy véletlenül se gondolják a diákok, hogy mindenre ugyanaz a hiba vonatkozik.
- A hangosításhoz vezetékkel ellátott „alkatrészeket” a testnevelő ruházatára kell aggatni, amelyek megnehezítik a bemutatásokat. A zsinórokba rendre elakad a síp vagy a labda, az övrészre felszerelt alkatrész torna elemeknél (bukfenc, tarkóállás stb.) lepotyog, stb.

A **SZERTÁRAKBAN** sincs légkondicionálás. Az épület árnyékolása és a természetes légmozgás biztosítja az elviselhető hőmérsékletet az iskolákban. A szertárakba szabadon áramlik be a porral dúsított párás levegő, ami ráül minden szerre, függetlenül anyagtól, mérettől, kerek vagy sima felülettől. Fehér vagy világos színű pólóban tanítani több szempontból sem szerencsés: a szerek (korábban leírtak miatt) komoly, nem ritkán maradandó foltokat hagynak a ruházaton, illetve a magas páratartalom miatt egy aktív testnevelő nem sokáig „marad szárazon”.

A testnevelés órán használt **SZEREK** választéka bőséges, nem lehet panaszkodni eszköz hiányra. A legtöbb általános iskolában hihetetlen mennyiségű és minőségű labda áll rendelkezésre. Változatos méretekben, anyagból, súllyal; tömör, hálós vagy lyukacsos kivitelezésben. Hasonló a helyzet az ütőkkel. Az ázsiai országban a tollaslabda népszerű sportág és a nemzeti alaptantervben is szerepel. Így alsó tagozatban megszámlálhatatlan variációban sorakoznak a rövidebb és hosszabb nyelvű és –fejű színes ütők, a hozzátartozó labdák széles választékával. A diákok kiválaszthatják a számukra szimpatikus szert és azzal gyakorolnak, ha csak a tanár nem javasol másikat. Lenyűgöző volt látni az amúgy ügyetlenebb vagy félénkebb tanulókat, amint a könnyített körülmények hatására nemcsak jobban élvezték a feladatot és játékot, hanem sikerebbek is lettek.





**Fotó 2.:** Mikrofon használata tanításkor

Érdekességként megemlítendő, hogy az elmúlt években a számolyt, mint a testnevelés óra egyik legsokoldalúbb szerét nem ismerték a szingapúri testnevelők. Magyar kollégák remek reklámozásának köszönhetően a számoly beszerzése és használata fellendülőben van a szigetországban. Tornapad is ritkán található az iskolákban és annak használata sem elterjedt.

A torna tananyag oktatásához színes, könnyen mozgatható és sokféle módon variálható szőnyegek, szekrények, ugródeszkák és egyéb tornaszerek állnak rendelkezésre.

A középiskolák szertára hasonlít a hazai iskolák felszereléséhez, sok különbség nincs, mivel szinte csak sportjátékokat és kondicionálást tanítanak; így a sportjátékok labdái találhatók meg elsődlegesen. A politechnikumok és az egyetemi előkészítők infrastruktúrája már-már egy szabadidős központhoz hasonlít a kondicionális termekkel, a sportág specifikus csarnokokkal. Ezekben az intézményekben az iskola a tanterv által kijelölt sportágakat tanítják, és annak megfelelően alakítják ki az infrastrukturális hátteret.

Szingapúrban a kognitív tartalmak fejlesztése ugyanolyan hangsúllyal bír a testnevelés órán, mint a mozgásos. Ennek érdekében az **elektronikus eszközök**et is bevetik az órákon, amelyek használata ma már szinte mindennapos. Az elmúlt években csak a középiskolákban használtak digitális eszközöket, azonban napjainkra egyre gyakrabban

jelennek meg az általános iskolákban, akár 3. és 4. osztályban is. A tanulók egymást videózzák, majd a megadott szempontok szerint elemzik és értékelik saját vagy társuk mozgását, akár torna, akár sportjátékok órán. Elvárás, hogy javaslatokat tegyenek a hibajavításra, majd a frissen látottak és tanultak alapján folytatják a gyakorlást. Mivel az iskola (az állam) biztosítja a felszereléseket (tabletteket, kamerákat stb.), ezért a tanárokat arra biztatják, hogy végezzenek vizsgálatokat, illetve írjanak tanulmányokat a digitális eszközök hatékonyságáról.

### Oktatási körülmények

A tanórák 30 percesek, óráközi szünetek nélkül. A tornateremhez vonulás – a testnevelő tanár felügyeletével – a testnevelésóra idejét csökkenti. Nem ritka, hogy középiskolában is tanári kísérettel érkeznek a diákok a tornateremhez. Az elmúlt években Szingapúrban is bevezették a mindennapos testnevelést, ezért a legtöbb iskola összevonja a testnevelésórákat így egy héten két dupla, azaz 60 perces óra van.

**Átöltözés** nem szokás az ázsiai országban. Ennek hátterében valószínűleg vallási okok húzódnak meg, mivel minden állami iskolában található muszlim, keresztény, hindu stb. vallású tanuló. (Érdekességként megjegyzendő, hogy az sem ritka, hogy a szülők keresztény iskolába íratják muszlim vallást gyakorló gyermeküket.) Ha testnevelésóra

van, akkor aznap „sportos” egyenruhában jönnek a diákok az iskolába, és egész nap abban is maradnak. Zokni- és cipőcsere sincs, mivel ezek is a

mindennapi egyenruha részei. Azaz az iskola által kijelölt színű – fekete vagy fehér - utcai cipőben zajlik a tanítás (lásd: fotó 3.!).



**Fotó 3.:** Testnevelés óra utcai cipőben

Koedukált órák vannak, mind az általános, mind a középiskolában. Fel sem merült a nemek szerinti oktatás, ez a múltban sem volt jellemző; illetve szakmai beszélgetések során az elfogadást és az érzékenyítést említik indoklásaként. A **balesetmentes** testnevelésóra biztosítása, magyar szemmel, sok akadályba ütközik, annak ellenére, hogy a biztonság érdekében még az órák színvonalát is képesek feláldozni a szingapúri testnevelők.

- Az óra a vizes palackok elhelyezésével kezdődik, és meglepő módon a kulacsokat nem a tornateremtől vagy a pályától elhatárolt helyen kell elhelyezni, hanem az egyik fallal párhuzamosan, vagy a sarokban. Az időjárás miatt az óra folyamán - legalább egyszer - a folyadékpótlás kötelező, így a padlón rendszeresen található tócsák és vizes foltok.
- Alsótagozatban a gyerekek karabinerrel kapcsolják a pénztárcát a zsebükhöz. (A szingapúri iskolákban ebédet nem lehet előre befizetni, minden nap a helyszínen kell fizetni.) A tanulók nem igazán szeretik lecsatolni a pénztárcát, mert akkor elfelejtik, összecserélik, azaz a pénztárca elkeveredése kellemetlen helyzeteket teremthet.

- A torna tananyag oktatásakor a cipőket a szőnyegek köré helyezik el a tanulók (egy-egy szőnyegnél általában 4-5 diák gyakorol), mert így kisebb az esély arra, hogy összecserélik a cipőket és a társuk cipőjében mennek haza. (Fentebb írtuk, hogy mindenki cipője egyforma színű.) Ennek megfelelően a diákok kb. 40-45 percig egy torna szőnyegnél gyakorolnak, ahol a mozgás- és haladási irányt a cipők is korlátozzák.
- Vallási hagyományok miatt (mind a hinduknál, mind a muszlimoknál) a fém ékszereket – elsődlegesen karkötőket – a tanulók nem vehetik- és nem is tudják levenni. Egy-egy tanuló karját több ékszer is díszítheti, amelyeket már csuklópánttal is nehéz eltakarni.

### A testnevelésórák felépítése

Az óra, hasonlóan a hazai gyakorlathoz, **sorakozóval** kezdődik. A köszönés után következik egy kiselőadás, az aznapi órai célokról és feladatokról és a mozgás végrehajtásáról. A szingapúri tanárok sok időt és nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy a tananyagot kognitívan is minél jobban tudatosítsák diákjaikban, még mielőtt elkezdik a gyakorlást.

A **bemelegítés** az általános iskolákban egy-két

nyújtó gyakorlatból áll. A szervezet előkészítése a terheléshez ritkán tapasztalható. A rendgyakorlatokat - egész távolság, sor és oszlop fogalmát, stb. - a diákok nem ismerik stb. Az egyéni gyakorlás során a tanulók olyan közel helyezkednek el egymáshoz, hogy nemcsak az ütközésmentes, de a feladatok helyes végrehajtása sem biztosított. Azaz a bemelegítés élettani feladatait nem igazán követik a testnevelők. Középiskolákban nem ritka, hogy a bemelegítés mindig ugyanaz a feladatsor - függetlenül a tananyagtól -, amelyet az egyik tanuló vezényel az osztálytársak hangos számolásával kísérve.

A **főrészb**en a sportjátékok technikai elemeinek oktatásakor és gyakorlásakor sincs meg a hazai testnevelők által megszokott rend. Például az átadások páros gyakorlatainál a tanulók szabadon választhatják meg helyüket, pozíciójukat és az egymástól való távolságukat. A klasszikus felálláshoz – pl. párok két soros vonalban egymással szemben - szokott testnevelőnek nagyon zavaró, hogy

- bonyolult átlátni ki kivel gyakorol, és milyen eredményességgel;
- hol és merre van a testnevelő „folyosója”, ahol akadályoztatás nélkül közlekedhet diáktól diákiig;
- a tanulók egymást zavarják a gyakorlás közben, sőt egy hátra- és/vagy oldalra lépésnél nem lehet tudni, hogy tartózkodik-e ott egy osztálytárs vagy sem.

Torna tananyagot csak általános iskolában tanítanak. A torna elsődlegesen talajgyakorlatokra és azon belül is egy-egy szőnyegre korlátozódik. A tornatananyaghoz tartozik kreatív tánc is. A tanterv minden évfolyamra előír egy-egy koreográfiát zenével, valamint egy-egy táncelem kiemelt oktatását és gyakorlását, amelynél a kreatív, egyéni megoldásokat szorgalmazzák.

A **levezetés**nél újra hangsúlyosan jelenik meg a kognitív oktatás, amikor is a testnevelő arról akar meggyőződni, hogy az óra elején ismertetett tananyag tudatosult-e a diákokban a mozgás során. A szingapúri tanárok széles tárházát ismerik azon ellenőrzési módszereknek, amelyek a visszajelzést adnak arról, hogy a tananyagot milyen mértékben értették meg és sajátították el a diákok.

### Tanterv, tananyag

Az új nemzeti **tanterv**üket 2014-ben adták ki, ahol is, míg a középiskolai és az azt követő +”2 év curriculumuma alig változott, addig az általános

iskolai tanterv alapjaiban újult meg, mind struktúrájában, mind mozgásanyagában. Az új általános iskolai curriculum gyakorlatba való átültetése sok fejlődést okozott (illetve még napjainkban is okoz) a testnevelőknek. Míg a korábbi tanterv a kezdetektől egy-egy sportágra fókuszált, addig az új a természetes- és a manipulatív mozgásformákra helyezi a hangsúlyt, az 1-4 osztályban. Sokrétű és változatos mozgáskészségek fejlesztése a feladat, egészség tudatos ismeretekkel kiegészítve. Érdekességként meg kell említeni, hogy az új tantervet a múlt században élt Lábán Rudolf, magyar táncpedagógus által kidolgozott Mozgás Elemző Rendszerre építik. Az angol-szász testnevelők már több éve (évtizede) ezzel a Rendszerrel dolgoznak, és a szingapúriak ezen tapasztalatokat is figyelembe vették a 2014-es tantervük kialakításakor.

A testnevelők, a korábbi igények szerint, egy-egy sportágra specializálódtak, így csak annak mozgásanyagában voltak jártassak. Ezért is jelent(ett) számukra komoly szakmai kihívást az új elvárás, a sokoldalú, nyitott szemléletű oktatás. (Például: Hogyan tanítsanak egy egykezes hajítást úgy, hogy erre a hajító mozdulatra tudnak építeni a későbbiekben az atlétika, a tollas- és röplabda, stb. oktatásakor?)

Nemcsak a természetes- és manipulatív mozgások tanítása és fejlesztése okoz nehézségeket, hanem a **játékos oktatás** is. Az ország kultúrájában és a gyermekek életében a mozgásos játékok közel sem jelennek meg olyan mértékben, mint itthon. A meleg miatt a gyerekek ritkán tartózkodnak a szabadban, játszótéren; már az óvodákban két nyelven (az angol mellett mandarin, vagy maláj, vagy hindu) az ABC-t, és számokat tanulják.

A testnevelésórákon is ritkán szerepelnek fogók és sportjátékokra rávezető- és előkészítő játékok. A technikai elemek gyakorlása után szinte egyből a komplex sportjátékok tanításával folytatják az oktatást. Meg kell említeni, hogy az itthon kedvelt kidobó játékokat tiltják Szingapúrban, és nemcsak azért mert balesetveszélyes, hanem agresszív játéknak ítélik, amely negatív értékeket közvetít. Idősebb korosztályban (felső tagozatban és középiskolában) a sportjátékok oktatásánál a tudatosítás kiemelt szereppel bír. Így mielőtt a diákok elkezdenek játszani, hosszan hallgatják egy-egy taktikai elem végrehajtásának (megoldásának) lehetőségeit, annak indoklását mind a támadó-, mind a védő szempontjából. A játékot is gyakran állítják meg a tanárok, hogy rámutassanak és rákérdezzenek a



tanulók döntéseire és kivitelezéseire, illetve elemezzék azokat.

A régebbi tantervben nem szerepelt a torna mozgásanyaga, így a tanárképzőn sem oktatták. Jelenleg az 5 évnél korábban végzett tanárok nem is tanultak és nem is oktattak tornát. Ennek ellenére elvárják Tőlük a fej- és kézenállás, szekrényugrás, valamint a tánc tanítását, egy olyan társadalomban

- ahol sokan az előre bukfcencet is balesetveszélyes és kerülendő mozgásként értékelik;
- ahol a muszlim, hindu, stb. leánytanulókhoz nem nyúlhat férfi tanár, és még a nők érintését sem fogadják szívesen.

Azaz a segítségadás komoly akadályokba ütközik. Jelenleg egy protokoll megírásán dolgoznak az ázsiai országban, amely elő- és leírja, a segítségadás lehetőségeit, követelményeit és körülményeit. Például: a diák pontos tájékoztatása, hogy miért és hogyan történik a segítségadás, milyen testrészeket (és miért azon testrészeket) érinti a testnevelő. A protokoll betartásával csökkenthető a konfliktusok. Megjegyzendő, hogy hazánkban, ahol egyre gyakrabban molesztálásként tüntetik fel a segítségadást, ha nem is egy ilyen részletes, de hasonló protokollal sok nézeteltérés megelőzhető lenne.

### Összegzés

Az ázsiai országban egy merőben más iskola- és mozgáskultúrába cseppentem. Ennek a cikknek nem célja a különböző rendszerek és módszerek összehasonlítása illetve értékelése. Ennek ellenére a tapasztalatokon túl óhatatlanul megfogalmazódtak bennem gondolatok, amelyek nem függetlenek a hazai testnevelés oktatásától. Legelőször is vallomással kezdeném: hallgató koromban Kerezi

Endre gimnasztikáját száraznak, unalmasnak és régi módinak találtam. Gyakorló tanár koromban már megtapasztaltam, hogy a leírt mozgásformák, -irányok-, -tengelyek stb. ismerete és használata nélkül minőségi testnevelésóra tervezése és megtartása elképzelhetetlen. Most azonban azt is megértettem, hogy az egységes szaknyelv, amelyet tanár/edző és tanítvány/sportoló az ország bármely szegletében ugyanúgy használ nemzedékeken keresztül, a mozgáskultúra megteremtésének alapja és egyik tartóoszlopa is. Továbbá köszönettel tartozom Dr. Kiss Jenőnek, Dr. Rókusfalvy Pálnak, Dr. Gombocz Jánosnak és kollégáinknak, akik korukat megelőzve rendszeresen hangsúlyozták, hogy a testnevelők a tanárikar legfontosabb szereplői, akik nemcsak a fizikai képességek fejlesztéséért felelősek, de az Ő kezükben van mind a kognitív-, mind a szociális képességek és készségek ápolásának és megerősítésének a lehetősége is. Számomra a meglepetés erejével bír, hogy napjainkban ezt az alapigazságot a nemzetközi szakirodalom, mint még bizonyításra váró újdonság, újszerűség írja le.

A látottak és tapasztaltak alapján emelem kapom elődeink előtt, akik évtizedeken át ívelő alapokat (szaknyelv, mozgások rendszerezése és – csoportosítása, testnevelési játékok létrehozása és a tananyagba építése, stb.) teremtettek a minőségi testnevelés oktatásához. Azonban az elmúlt évek alatt nagyon gyakran felmerült bennem a kérdés, hogy tanításunk során a módszereink és rutinjaink tudatosak-e, vagy csak a régi „jól beváltak” automatikus ismétlése történik nap, mint nap?

Talán megérett az idő a hazai szakemberek párbeszédére, a mai igényekhez igazodó testnevelés felépítéséről, amelynek a jó alapjai már megvannak.

## Kitekintés a sporttudományok világába

### Window to the world of sport sciences

A rovat szerkesztői / Section editors: Koller Ákos és Török Lilla

A rovat célja felhívni a figyelmet a sporttudomány különféle területein frissen megjelent és klasszikus cikkekre, könyvekre. / Aim of this section is to draw the attention to recently published and classic papers/books in various fields of sport sciences in the Hungarian language

## TERMÉSZETTUDOMÁNYOK

Sports Med. 2007;37(9):737-63.

### **The molecular bases of training adaptation. Review**

*Coffey VG, Hawley JA.*

*School of Medical Sciences, Exercise Metabolism Group, RMIT University, Melbourne, Victoria, Australia*

### **A vázizom tréning adaptációjának molekuláris alapjai**

A vázizomzat képes dinamikusan megváltoztatni a fehérjéinek szintézisét és annak mértékét, ha a sejteinek homeosztázisában valamilyen zavar alakul ki. Fizikai aktivitás és edzés hatására számos alkalmazkodó mechanizmus aktiválódik, mely specifikus DNS-gén szekvenciák aktiválódását/másolódását hozza létre, ami aminosav és új fehérjék szintézisébe translálódik. A tréning mennyisége, intenzitása, és frekvenciája meghatározza ezen alkalmazkodások funkcionális következményeit és a fehérjék fél-életidejét is. Továbbá, az alkalmazkodás számos jellemzője specifikusan függ az inger típusától, például a mozgás (sportolás) módjától. A tartós tréning számos metabolikus és morfológiai változást hoz létre, többek között a mitokondriális biogenezist, a gyors-lassú rost típus átalakulást és a szubsztrát anyagcserét. Ezzel ellentétben, a magas rezisztencia tréning a kontraktilis fehérjék szintézisét segíti elő, melyek felelősek az izomnövekedésért és a maximális összehúzóerő mértékéért. Az előforduló igen különböző funkcionális megjelenéssel szemben, melyek a különböző tréning típusokkal lehet elérni, a molekuláris mechanizmusok jobban körülírhatók. Az új, modern technológiákkal, ma már lehetséges a különböző tréning intervenciók hatását vizsgálni a különböző jelátalakító (signalling) fehérjék és az ún. korán-válaszoló (early-response) génekre. Bár ma még nem lehet állítani, hogy az ilyen típusú tudományos kutatások eredményeit figyelem veszik, és ezért módosítanak az élsportolók tréningjeinek típusát és azok specifikus hatását az izmaik fejlődésére, de a jövőben várható hogy beépülnek az újabb tréning módszerekbe. A sportolás okozta adaptációk mechanizmusainak és azok kölcsönhatásainak pontosabb tudása igen fontos a különböző izombetegségek okainak megismerésében, az öregedés során az izomanyagcsere és az izom funkcionális kapacitásának fenntartásának mechanizmusainak megértésében és az élsportolók teljesítményének fokozásához is. Ez az összefoglaló cikk kiemeli a tréning hatására létrejövő genetikai és molekuláris adaptációs mechanizmusokat. PMID:17722947

DOI: 10.2165/00007256-200737090-00001

Absztrakt elérhető: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17722947>



Biochim Open. 2017 Dec.

### Isoprostanes as markers for muscle aging in older athletes

Vinel C<sup>1</sup>, Pereira O<sup>2</sup>, Dupuy A<sup>3</sup>, Bertrand-Michel J<sup>3</sup>, Laoudj-Chenivesse D<sup>4</sup>, Rolland Y<sup>5,6</sup>, Rivière D<sup>1,2,7</sup>, Valet P<sup>1</sup>, Dray C<sup>1</sup>, Pillard F<sup>1,2,7</sup>

<sup>1</sup>Institute of Metabolic and Cardiovascular Diseases, Paul Sabatier University, Toulouse, France

<sup>2</sup>Exercise Physiology Department, Medical School, Paul Sabatier University, Toulouse, France

<sup>3</sup>MetaToul Lipidomic Core Facility, Paul Sabatier University, Toulouse, France

<sup>4</sup>Experimental Heart and Muscle Physiology and Medicine, University of Montpellier, Montpellier, France

<sup>5</sup>Gérontopôle of Toulouse, Institute of Aging, University Hospital, Toulouse, France

<sup>6</sup>Epidemiology and Chronic Disease, Paul Sabatier University, Toulouse, France

<sup>7</sup>Sport Medicine Department, Larrey University Hospital, Toulouse, France

### Az izoprosztánok mint az izomöregedés markerei idősebb sportolóknál

Az izoprosztánok (ISO) termelése megemelkedik akut, intenzív és hosszan tartó testmozgás hatására edzetlen vizsgálati személyeknél. Ez a jelenség időseknél még fokozottabb. A jelen tanulmánynak az a célja, hogy megvizsgálja az akut testmozgás okozta izoprosztánok szintjének változását fiatal és idősebb edzett (állóképességi) egyéneknél. A vizsgálatban férfiak vettek részt. A fiatalabb csoport (n = 6) átlagéletkora 29 év, míg az idősebb csoportnál (n = 6) ugyanez 63,7 év volt. Az izoprosztánok szintjét nyugalmi állapotban, maximális aerob erő kifejtésénél, és a 30 perces regenerációs idő után mérték. A vizsgálat eredményei szerint fiataloknál a kor nem befolyásolja szignifikánsan az izoprosztánok alapszintjét. Az idősebb vizsgálati személyeknél azonban az izoprosztánok koncentrációja magasabb volt maximális aerob erő kifejtésénél, mint nyugalmi állapotban, de a fiatalokénál jóval alacsonyabb. 30 perces regeneráció után az idősebbekben visszatért a kontroll szintre, míg a fiataloknál kissé emelkedett maradt. Mivel a plazma glutathione (GSH) elősegíti az F2-IsoPs képződését, azt a következtetést vonjuk le, hogy a F2-IsoPs szint nem várt csökkenése magyarázható a reaktív oxigén vegyületek (ROS) okozta csökkent GSH szinttel. Ezért javasoljuk, hogy ahhoz hogy a plazma F2-IsoPs szintet helyesebben jellemezzük, mint az öregedés egyik biomarkerét, azt fizikai aktivitás során/után kéne megmérni a GSH szint párhuzamos mérésével.

DOI: 10.1016/j.biopen.2017.12.001

Absztrakt elérhető: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214008517300172>

.....

Magnes Res. 2017 Nov.

### The effect of magnesium supplementation on muscle fitness: a meta-analysis and systematic review

Wang R<sup>1</sup>, Chen C<sup>2</sup>, Liu W<sup>1</sup>, Zhou T<sup>1</sup>, Xun P<sup>2</sup>, He K<sup>2</sup>, Chen P<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Key Laboratory of Exercise and Health Sciences of Ministry of Education, Shanghai University of Sport, Shanghai, China

<sup>2</sup>Department of Epidemiology and Biostatistics, School of Public Health, Indiana University, Bloomington, USA

### A magnézium szupplementáció hatása az izmokra: metaanalízis és szisztematikus elméleti összefoglaló

Egyre több bizonyíték van arra nézve, hogy a magnéziumnak központi szerepe van a vázizmok működésében, azonban eddig nem született meta-analízis vagy szisztematikus elméleti összefoglaló ebben a témában. Ennek a tanulmánynak az a célja, hogy ezt a hiányt pótolja. A Medline-t és más adatbázisokat használták a kutatók, és olyan 2017 júliusáig megjelent cikkeket választottak ki, ahol randomizált módszert használtak, és meghatározott szempontokat vizsgálva (pl. láb erősség, szorítóerő, izommunka, izomtömeg) eredményeket közöltek. 14 randomizált klinikai mintát találtak a kutatók, amik 3 tipikus populációt azonosítottak: sportolókat és fizikálisan aktív egyéneket (215 fő, átlagéletkor 24,9 év), edzetlen egészséges egyéneket

(95 fő, átlagéletkor 40,2 év) és idősek vagy alkoholbetegek (232 fő, átlagéletkor 62,7 év). A magnézium jótékony hatása az időseknél és az alkoholbetegeknél egyértelmű volt, azonban a sportolóknál és a fizikálisan aktív egyének körében nem, ahol a magnézium szint eleve relatíve magas volt.

DOI: 10.1684/mrh.2018.0430

Absztrakt elérhető: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29637897>

## TÁRSADALOMTUDOMÁNYOK

Int Rev Sport Exerc Psychol. 2016 Sep.

### **Social support and physical activity participation among healthy adults: a systematic review of prospective studies**

*Scarapicchia TMF<sup>1</sup>, Amireault S<sup>2</sup>, Faulkner G<sup>3</sup>, Sabiston CM<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>*Faculty of Kinesiology and Physical Education, University of Toronto, Toronto, Canada*

<sup>2</sup>*Department of Health and Kinesiology, Purdue University, West Lafayette, USA*

<sup>3</sup>*School of Kinesiology, University of British Columbia, Vancouver, Canada*

### **Társas támogatás és fizikai aktivitásban való részvétel egészséges felnőttek körében: prediktív vizsgálatok szisztematikus elméleti összefoglalója**

Ennek az elméleti összefoglalónak az a célja, hogy meghatározza a társas támogatás bejósoló erejét és irányát arra vonatkozóan, hogy egészséges felnőttek mennyi fizikai aktivitásban vesznek részt. A szisztematikus összefoglaló 2015 decemberéig foglalja össze a keresőmotorokban talált angol és francia nyelvű longitudinális tanulmányokat. A keresési folyamat összesen 2892 találatot hozott, ebből 20 tanulmányt foglaltak bele a kutatásba. Az utánkövetés ideje 2 héttől 10 évig terjedt, a vizsgálati személyek egészséges 18-65 év közötti felnőttek voltak. A társas támogatás és a fizikai aktivitás közötti kapcsolat koránt sem egységesen leírható - támogatás fajtáját és forrását figyelembe véve sem. A meta-analízis eredményei alapján egy gyenge pozitív irányú összefüggést lehet találni a barátoktól jövő társas támogatás és a jövőbeli fizikai aktivitásban való részvétel között. További longitudinális tanulmányokra van szükség az összefüggés pontosabb feltárásához.

DOI: 10.1080/1750984X.2016.1183222

Absztrakt elérhető: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1750984X.2016.1183222>

.....

Sports Med. 2017 Jan.

### **Effects of Psychological and Psychosocial Interventions on Sport Performance: A Meta-Analysis**

*Brown DJ<sup>1,2</sup>, Fletcher D<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>*School of Sport, Exercise and Health Sciences, Loughborough University, Loughborough, UK*

<sup>2</sup>*Department for Health, University of Bath, Claverton Down, Bath, UK*

### **Pszichológiai és pszichoszociális intervenciók hatása a sportteljesítményre: egy meta-analízis**

A pszichológusok folyamatosan keresik a teljesítménynövelés lehetőségeit a sportban. Ennek a tanulmány-nak az a célja, hogy összefoglalja a fellelhető pszichológiai, szociális és pszichoszociális intervenciókat leíró empirikus munkákat magához a sportteljesítményhez kapcsolódóan, ugyanakkor azonosítson problémás területeket, pl. van-e az intervencióknak a sportteljesítményre vonatkozóan hosszútávú hatása. Az eredmények azt mutatják, hogy a pszichológiai és a pszichoszociális intervenciók növelik a sportteljesítményt a posztteszten (k=35, n=997, Hedges' g=0.57, 95 % CI=0.22-0.92), valamint az utánkövetés (k=8, n=189,

Hedges'  $g=1.16$ , 95 % CI=0.25-2.08) során mérve. Nagyobb hatást találtak a kutatók a pszichoszociális intervenciókkal kapcsolatban. Összességében elmondható, hogy a pszichológiai és a pszichoszociális intervencióknak közepesen erős pozitív hatása van a sportteljesítményre, és ez a hatás egy hónappal az intervenció vége után is kitarthat.

DOI: 10.1007/s40279-016-0552-7

Absztrakt elérhető: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40279-016-0552-7>

.....

Sports Med. 2017 Dec.

### **Using Achievement Goal Theory in Motor Skill Instruction: A Systematic Review**

Palmer KK<sup>1</sup>, Chinn KM<sup>1</sup>, Robinson LE<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>*Child Movement, Activity, and Developmental Health Laboratory, School of Kinesiology, University of Michigan, USA*

<sup>2</sup>*Center for Human Growth and Development, University of Michigan, USA*

### **A célorientációs elmélet alkalmazása a motoros készségekkel kapcsolatos instrukciók kapcsán: egy szisztematikus elméleti összefoglaló**

Az elmúlt két évtizedben a célorientációs elmélet (COE) széles körben használt elméleti keret a motoros készségekkel kapcsolatos programok tervezésében és megvalósításában gyerekek körében, így a jelen tanulmánynak az a célja, hogy felmérje a COE ilyen kontextusban tapasztalható hatásait. A szisztematikus irodalomgyűjtés során a következő adatbázisokat használták: Google Scholar, PubMed és EBSCOhost. A tanulmányoknak a következő kritériumoknak kellett megfelelniük: (1) motoros intervenció történt (2) a COE alapján és (3) gyerekek részvételével (0-12 év között), és angolul íródott a tanulmány. Összesen 12 tanulmány merítette ki a fenti kritériumokat. Az eredmény alapján a COE egy hatékony elméleti megközelítés a motoros készségekkel kapcsolatos intervenciók tervezése és megvalósításában gyerekek körében.

DOI: 10.1007/s40279-017-0767-2

Absztrakt elérhető: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40279-017-0767-2>

## A 47. Mozgásbiológiai Konferencia programja

### Program of the 47<sup>th</sup> Conference on Motion Biology

Az absztraktok megtalálhatók a Magyar Edzők Társasága honlapján / Abstracts can be found on the website of the Hungarian Coaching Association

.....

2017. november 16. (csütörtök)

#### *Megnyitó, köszöntések 9<sup>30</sup>-10<sup>00</sup>*

- **Prof. Dr. h. c. Mocsai Lajos**, rektor, intézetigazgató egyetemi tanár, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- **Prof. Dr. Tóth Miklós** tanszékvezető egyetemi tanár, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, a Magyar Sporttudományi Társaság elnöke
- **Molnár Zoltán** Magyar Edzők Társasága (MET), elnök

**1. szekció: A természet- és sporttudomány közös távlatai** - Üléselnökök: **Prof. Dr. Nyakas Csaba** Professor Emeritus, Testnevelési Egyetem (TF), Sport- és Természettudományi Kutató Központ, Budapest, **Prof. Dr. Bretz Károly** Professor Honoris Causa, Testnevelési Egyetem (TF), Biomechanika Tanszék, Budapest

- 10<sup>00</sup> *Fizikai aktivitás Magyarországon 2014-2016 „Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja” rizikókérdőíve alapján.* **Szóts Gábor, Daiki Tennó\***, **Kiss István<sup>1</sup>**, **Kékes Ede<sup>2</sup>**, **Barna István<sup>3</sup>**, **Tóth Miklós, Szmodis Márta**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, \*ELTE, Informatikai Kar, Média-és Oktatásinformatika Tanszék, <sup>1</sup>Semmelweis Egyetem, ÁOK, II. sz. Belgyógyászati Klinika és Szent Imre Egyetemi Oktatókórház, Nephrologia-Hypertonia Profil és Aktív Geriátriai Részleg, <sup>2</sup>Hypertonia Központ, Óbuda, <sup>3</sup>Semmelweis Egyetem, ÁOK, I. sz. Belgyógyászati Klinika, Budapest.
- 10<sup>15</sup> *Helyzetkép a magyar 56-75 évesek fizikai aktivitásáról (2014-2016).* **Szmodis Márta<sup>1</sup>**, **Daiki Tennó<sup>2</sup>**, **Kiss István<sup>3</sup>**, **Kékes Ede<sup>4</sup>**, **Barna István<sup>5</sup>**, **Tóth Miklós<sup>1</sup>**, **Szóts Gábor<sup>1</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, <sup>2</sup>ELTE, Informatikai Kar, Média-és Oktatásinformatika Tanszék, <sup>3</sup>Semmelweis Egyetem, ÁOK, II. sz. Belgyógyászati Klinika és Szent Imre Egyetemi Oktatókórház, Nephrologia-Hypertonia Profil és Aktív Geriátriai Részleg
- <sup>4</sup>Hypertonia Központ, Óbuda, <sup>5</sup>Semmelweis Egyetem, ÁOK, I. sz. Belgyógyászati Klinika, Budapest
- 10<sup>30</sup> *A teljes test vibráció motoros, kognitív és magatartásbeli hatásai idősödő patkányokon.* **Oroszi Tamás<sup>1</sup>**, **Tóth Kata<sup>1,2</sup>**, **Regine G. Schoemaker<sup>2</sup>**, **Eddy A. van der Zee<sup>2</sup>**, **Nyakas Csaba<sup>1,2</sup>** <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TE), Budapest, <sup>2</sup>Department of Molecular Neurobiology, University of Groningen, Hollandia
- 10<sup>45</sup> *A koordináció instabilitása és aszimmetriája statikus és dinamikus egyensúlytartásnál.* **Medveczky Erika<sup>1</sup>**, **Szalay Pirooska<sup>2</sup>**, **Nyakas Csaba<sup>2</sup>**, **Bretz Károly<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Szent János Kórház, Gyermekgyógyászati Rehabilitációs Osztály, Budapest, <sup>2</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 11<sup>00</sup> *A mérkőzés-terhelés hatása a szívfrekvencia-variabilitás változóira, azaz a szív neurovegetatív funkcióelemzése a terhelési szakaszok analizálásán keresztül.* **Sáfár Sándor, Horváth Dávid, Csáki István**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ

**2. szekció: A sportjátékok oktatás- és edzés módszertani kérdései** - Üléselnökök: **Köpf Károly** Magyar Edzők Társasága (MET), titkár, **Dr. Ökrös Csaba** tanszékvezető egyetemi docens, Testnevelési Egyetem (TF), Sportjáték Tanszék, Budapest.

- 11<sup>15</sup> *A rendezetlen védelem elleni támadójáték elemzése elit nemzetközi férfi kézilabda mérkőzések alapján.* **Ökrös Csaba**, Testnevelési Egyetem (TF), Sportjáték Tanszék, Budapest
- 11<sup>30</sup> *Élvonalbeli kézilabdázókon mért erőnléti képességek eredményinek kapcsolati elemzése.* **Soldos Péter, Kopper Bence, Bretz Károly**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 11<sup>45</sup> *Kézilabda játékosok posztonkénti jellemzése a nemzetközi szakirodalom alapján.* **König-Görögh Dóra<sup>1,2</sup>, Ökrös Csaba<sup>2</sup>, Gyömbér Noémi<sup>1</sup>, Olvasztóné Balogh Zsuzsa<sup>2</sup>, Szerdahelyi Zoltán<sup>2</sup>, Laoues Nóra<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>Debreceni Egyetem Gyermeknevelési és Felnőttképzési Kar, Debrecen
- 12<sup>00</sup> *Sportjátékok oktatás-módszertana az angolszász testnevelésben.* **Kovács Katalin**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportjáték Tanszék
- 12<sup>15</sup> *Labdarúgó akadémiák kognitív funkcióinak vizsgálata és fejlesztése számítógépes pszichológiai eszközökkel.* **Fózer-Selmeci Barbara<sup>1</sup>, Kocsis Erika Ilona<sup>2</sup>, Kiss Zoltán<sup>2</sup>, Csáki István<sup>2</sup>, Tóth László<sup>1</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>Puskás Ferenc Labdarúgó Akadémia, Felcsút

### 12<sup>30</sup>-13<sup>30</sup> Ebédszünet

**3. szekció: Az úszás, az atlétika, a tenisz elméleti és módszertani kérdései** - Üléselnökök: Dr. Sós Csaba, tanszékvezető egyetemi docens, Testnevelési Egyetem (TF), Úszás és Vízi sportok Tanszék, **Szalma László** tanszékvezető egyetemi docens, Testnevelési Egyetem (TF), Atlétika Tanszék

13<sup>30</sup> *Tehetség gondozás a relatív életkor tükrében. Az úszás példája.* **Nagy Nikoletta<sup>1</sup>, Egressy János<sup>1</sup>, Szájer Péter<sup>1</sup>, Ökrös Csaba<sup>2</sup>**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>1</sup>Úszás és Vízi Sportok Tanszék, <sup>2</sup>Sportjáték Tanszék

13<sup>45</sup> *A versenyszerűen úszó és többtusázó gyermekek testalkati vizsgálata.* **Almási Gábor<sup>1</sup>, Martony Gergely<sup>1</sup>, Farkas Anna<sup>2</sup>**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>1</sup>MA Testnevelő tanár – Gyógytestnevelő tanár III. évfolyam, <sup>2</sup>Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék

14<sup>00</sup> *Fogyatékkal élő válogatott úszók sportmotivációjának és észlelt motivációs környezetének keresztmetszeti vizsgálata.* **Szemes Ágnes<sup>1</sup>, Szájer Péter<sup>2</sup>, Tóth László<sup>1</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék, <sup>2</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Úszás és Vízi sportok Tanszék

14<sup>15</sup> *Testedzésfüggőség és meghatározó tényezőinek vizsgálata futóknál.* **Kóthay Netta<sup>1</sup>, Mayer Krisztina<sup>1</sup>, Sasvári Péter<sup>2</sup>, Lukács Andrea<sup>1</sup>**, <sup>1</sup>Miskolci Egyetem, Egészségügyi Kar, <sup>2</sup>Miskolci Egyetem, Gépészmérnöki és Informatikai Kar

14<sup>30</sup> *A londoni Olimpia és Világ bajnokság összehasonlító elemzése a tízpróbázók (1-10. helyezettek) eredményei alapján.* **Kun-Szabó Balázs, Vágó Béla**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Atlétika Tanszék

14<sup>45</sup> *Az adogatás jelentőségének összehasonlító elemzése junior és felnőtt teniszesezők mérkőzésein a 2017-es Ausztrál Nyílt Tenisz bajnokságról.* **Dékány Marcell, Nemes Gábor**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportjáték Tanszék

15<sup>00</sup> *Elit korosztályos teniszesezők domináns keze, ütőfogásainak és a fonák ütés eloszlásának nemi differenciái.* **Dobos Károly**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Küzdősport Tanszék

### 15<sup>15</sup>-15<sup>30</sup> Kávészünet

**4. szekció: Sporttudomány a neveléstudomány tükrében I.** - Üléselnökök: **Prof. Dr. Hamar Pál** rektorhelyettes, intézetigazgató, tanszékvezető egyetemi tanár, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, **Dr. Müller Anetta** egyetemi docens, Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar, Sportgazdasági és -menedzsment Tanszék, Debrecen

- 15<sup>30</sup> *Atorna, a ritmikus gimnasztika, a tánc és az aerobik mozgásformák helye és szerepe az iskolai testnevelésben a testnevelést oktatók véleménye alapján.* **Hamar Pál<sup>1</sup>, Karsai István<sup>2</sup>, Prihoda Gábor<sup>3</sup>, Soós István<sup>4</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>Pécsi Tudományegyetem ÁOK, Pécs, <sup>3</sup>Magyar Diák-sport Szövetség, <sup>4</sup>University of Sunderland, UK



- 15<sup>45</sup> *Adifferenciálás IKT alapú megközelítése az inkluzív nevelés tükrében.* **Nagy Zsuzsa, Bíró Melinda, Müller Anetta**, Debreceni Egyetem
- 16<sup>00</sup> *Prímér prevenció a közoktatás területén - Tudatos egészségfejlesztés „minőségi” testneveléssel.* **F. Mérey Ildikó**, Óbudai Egyetem
- 16<sup>15</sup> *A gyógytestnevelő tanár helyzete és jövőképe napjaink köznevelési rendszerében.* **Vezér Katalin<sup>1</sup>, Pánger Andrea<sup>2</sup>, Farkas Anna<sup>3</sup>, Bosnyák Edit<sup>3</sup>, Simon István Ágoston<sup>4</sup>**, <sup>1</sup>Tolna Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Dombóvári Tagintézmény, <sup>2</sup>Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. kerületi Tagintézmény, <sup>3</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>4</sup>Soproni Egyetem, Művészeti és Sporttudományi Intézet
- 16<sup>30</sup> *A tanári motivációk vizsgálata - Egy előtanulmány bemutatása.* **Csordás-Makszin Ágnes<sup>1</sup>, Makszin Imre<sup>1</sup>, Soós István<sup>2</sup>, Hamar Pál<sup>1</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>University of Sunderland, UK

**5. szekció: Sporttudomány a neveléstudomány tükrében II.** - Üléselnökök: **Prof. Dr. Gombocz János**, Professor Emeritus, Testnevelési Egyetem (TF) Budapest, Mozgás- és Viselkedés-biológiai Szakosztály, al-elnök, **Budainé dr. Csepela Yvette**, egyetemi docens, intézetigazgató helyettes

- 16<sup>45</sup> *Testnevelés oktatási hálótér, mint a tananyagfelbontás és elsajátítás segédeszköze.* **Budainé Csepela Yvette<sup>1</sup>, Czirják György<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>Széchenyi István Általános Iskola, Tápiószecső
- 17<sup>00</sup> *Pontrendszer a testnevelésben, avagy értékelés a gamifikáció jegyében.* **Czirják György<sup>1</sup>, Budainé Csepela Yvette<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Széchenyi István Általános Iskola, Tápiószecső, <sup>2</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 17<sup>15</sup> *A testnevelő tanárok szerepe és feladatai a 21. században.* **Bábosik Zoltán, Borosán Livia, Budainé Csepela Yvette**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Tanárképző Intézet
- 17<sup>30</sup> *Testnevelő és gyógytestnevelő mentortanárok tanári hatékonyságának és kiegészének vizsgálata.* **Tóth László**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest

**2017. november 17. (péntek)**

**6. szekció: A sportgazdaság időszerű kérdései** - Üléselnökök: **Dr. Sterbenz Tamás** általános rektorhelyettes, intézetigazgató egyetemi docens, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, **Prof. Dr. Borbély Attila** egyetemi tanár, Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar, Sportgazdasági és -menedzsment Tanszék, Debrecen

- 8<sup>30</sup> *Rugalmas képzési utak és az ATLETYC program az élsportolók kettős karrierjét szolgálva.* **Farkas Judit, Chaudhuri Sujit, Kassay Lili, Gulyás Erika, Sterbenz Tamás**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 8<sup>45</sup> *A megváltozott sportfinanszírozás hatása a sportvállalkozások gazdálkodási adataira.* **Gósi Zsuzsanna<sup>1</sup>, Nagy József<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportmenedzsment Tanszék, <sup>2</sup>Nemzeti Adó és Vámhivatal
- 9<sup>00</sup> *Sportági szakszövetségek és városok, a nemzetközi sportrendezvények sikertényezői. Nemzetközi sportrendezvények Magyarországon. Londontól – Rióig.* **Máté Tünde<sup>1</sup>, András Krisztina<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Budapesti Corvinus Egyetem, Sportgazdaságtani Kutatóközpont, <sup>2</sup>Széchenyi István Egyetem, Regionális és Gazdaságtudományi Doktori Iskola
- 9<sup>15</sup> *Sportegyesületi kutatás tíz európai országban - Fókusz a társadalmi befogadás és az önkéntesség.* **Perényi Szilvia**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportmenedzsment Tanszék
- 9<sup>30</sup> *Az eredményesség értékelése regionális környezetben: Közép-Kelet-Európa játékos piaca.* **Havran Zsolt, András Krisztina**, Budapesti Corvinus Egyetem, Budapest
- 9<sup>45</sup> *Felelős vállalat – sportos társadalom?* **Gáthy Éva**, Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar Ihrig Károly Gazdálkodás-és Szervezéstudományok, Doktori Iskola
- 10<sup>00</sup> *Kísérlet a magyar labdarúgó-szurkoló profiljának megrajzolására.* **Kassay Lili**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportmenedzsment Tanszék

**7. szekció: Fizikai aktivitás, egészséges életmód** - Üléselnökök: **Dr. habil Soós István**, Reader, Faculty of Applied Sciences, University of Sunderland, UK, **Dr. Szóts Gábor**, MSTT főtitkár, egyetemi adjunktus, Testnevelési Egyetem (TF), Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

- 10<sup>15</sup> *Az észlelt autonómia hogyan határozza meg a fiatalok szabadidős viselkedését?*. **Soós, István<sup>1</sup>, Dizmatsek, Ibolya<sup>2</sup>, Hamar, Pál<sup>2</sup>, Boros-Bálint Iuliana<sup>3</sup>, Szabó, Péter<sup>3</sup>, Simonek, Jaromir.<sup>4</sup> és Szabó, Attila<sup>5</sup>**, <sup>1</sup>University of Sunderland, Egyesült Királyság, <sup>2</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>3</sup>Babes-Bolyai University, Cluj-Napoca, Románia, <sup>4</sup>Constantine the Philosopher University, Nitra, Szlovákia, <sup>5</sup>Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest
- 10<sup>30</sup> *Különböző sportágakban tevékenykedő edzők empátiás odafordulásának meghatározói.* **Tóth László<sup>1</sup>, Reinhardt Melinda<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, <sup>2</sup>Eötvös Loránd Tudományegyetem
- 10<sup>45</sup> *A sport iránti elköteleződés összefüggése a sportolási szokásokkal és demográfiai tényezőkkel serdülő sportolók körében.* **Berki Tamás<sup>1</sup>, Pikó Bettina<sup>2</sup>**, <sup>1</sup>SZTE, Bölcsészettudományi Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola, Szeged, <sup>2</sup>SZTE, Általános Orvostudományi Kar, Magatartástudományi Intézet, Szeged
- 11<sup>00</sup> *mAz egészségtudatos életmódra nevelés problematikája és megoldási lehetőségeinek bemutatása az Egyesült Királyság példáján keresztül.* **Madarász Attila, Madarász Tamás**, Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar, Vidékfejlesztés, Turizmus- és Sportmenedzsment Intézet, Sportgazdasági- és menedzsment Tanszék
- 11<sup>15</sup> *Érzékenyítés sporttal – avagy az „Integrált Tenisz Erzsébet-tábor” hatása tipikusan fejlődő kisiskolás gyermekekre.* **Orbán-Sebestyén Katalin, Ökrös Csaba**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest

**8. szekció: A 21. század kihívásai a labdarúgásban** - Üléselnökök: **Prukner László**, mesteroktató, csoportvezető, pro licence edző, Testnevelési Egyetem, Sportjáték Tanszék, Budapest, **Dr. Tóth János**, egyetemi docens, Testnevelési Egyetem, Sportjáték Tanszék, Budapest

- 11<sup>30</sup> *A passzpontosság fejlesztése serdülőkorú labdarúgóknál.* **Balog Sándor, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 11<sup>45</sup> *A koordinációs képességek fejlesztése és mérése a labdarúgásban.* **Bányik Csaba, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest, Sportjáték Tanszék
- 12<sup>00</sup> *Az amatőr és a profi labdarúgás összehasonlítása a tiszta játékidő, a kapura lövések és a gólok száma alapján.* **Budavári Dániel, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 12<sup>15</sup> *Az amatőr labdarúgó kupák és bajnokságok, mint rekreációs sport.* **Elekes Patrik, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 12<sup>30</sup> *Kondicionális képességek összehasonlító elemzése a labdarúgásban.* **Gelics Márton, Tóth Vince, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 12<sup>45</sup> *Utánpótlás korú labdarúgók kifutási lehetőségei.* **Katona Viktor, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest
- 13<sup>00</sup> *A csapatjáték és az eredményesség közötti összefüggés a Ferencváros csapatánál.* **Máté Roland, ifj. Tóth János, Tóth János**, Testnevelési Egyetem (TF), Budapest

### 13<sup>15</sup> Konferenciazárás



## Útmutató szerzőinknek

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 (legalább 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. Kérjük megadni a cím angol verzióját is. Ezután magyar és angol nyelvű absztrakt következzen, utána pedig a főszöveg 11-es betűnagysággal és egyszeres sorközeggel. 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 (ábraalírás), 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 beküldeni. A fájlformátum lehetőleg vektoros legyen, lévén az minőségromlás nélkül is tetszőlegesen méretezhető.

Ha csak képfarmátum (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 képletrel 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 utánkötésről 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. Az irodalmi hivatkozásoknál azok DOI számát is meg kell adni.

## 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(z első) szerző a tanulmány végén közölje munkahelye, intézete, kara, tanszéke nevét (angolul is), címét, saját telefonszámát és e-mail címét, hogy lehetőség nyíljon vele történő kapcsolatfelvétellel 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; Gergely, 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 Bátonyi 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 törvonallal 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, vezetéknév, 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 zárójelen belül van megadva a hivatkozott forrás, csak a családi név szerepel (Bloom, 1995). Irodalomjegyzékben a keresztnévek kezdőbetűi között szóköz áll.

## Guidelines for authors

The purpose of TST/PSS is to publish high standard articles in the Hungarian and English languages, in the field of basic sport sciences, and those related to the applied research of sports professionals. The journal promotes the publication of original research articles, review articles and book reviews, and provides a forum for the abstracts of scientific conferences organised at the University of Physical Education, Budapest, Hungary. Original and review articles will go through a peer-review process (independent, double-blind reviews); book reviews are to be published by invited authors.

.....

### GENERAL FORMAL REQUIREMENTS

Manuscripts should be submitted in Garamond font, size 11 (or Times New Roman if Garamond is unavailable), with simple line spacing. The title should be clear, informative and attention-catching, with a maximum of twenty words. After this, a Hungarian and an English abstract should follow (foreign authors can have their English abstract translated by the editorial staff). Manuscripts should be prepared unformatted; formatting of the text is done by the editorial staff. Manuscripts should be sent in MS Word and PDF format as well. Language proofreading is recommended, but will also be done by the editorial staff.

### ABSTRACT

The maximum limit of the abstract in Hungarian and English is 250 words each, with no paragraph divisions and no highlighting. Since abstracts can be included in international data bases, their careful preparation is of crucial importance. Authors should complement their abstracts with 4-6 keywords in both languages, considering the use of words which are different from those in the title.

### STRUCTURE

In the case of longer articles, it is recommended to divide them into chapters and subchapters. Titles of chapters should appear in bold letters; those of the sub-chapters should appear in italics. It is more reader-friendly if the text is divided into paragraphs. The paragraphs should generally

contain multiple sentences and not be longer than one typed page. Paragraphs do not need to be separated by extra spacing.

### TABLES

Tables should use Arabic numbers. Each table must have a title (with bold letters), displayed at the top of the table. In the text, tables should be referred to by their numbers. Owing to the potential changes made during the page-setting process, the use of words indicating directions (e.g. following, previous, above, below, etc.) should be avoided. Tables should be accompanied with a legend, comprehensive, and understandable independent of the text. Tables with more complex or less informative data can be supplemented with notes. The layout of the journal must be taken into consideration when preparing the tables (maximum width: 157 mm).

### FIGURES

Arabic numbers should be used in the figures as well. Each figure must have a title (with bold letters) displayed below the figure, not included in the drawing. In the text, figures should be referred to by their numbers. Figures should be labelled and accompanied with a legend, comprehensive, and understandable independent of the text. The Editorial Board of TST/PSS only accepts figures of high quality. The layout of the journal must be taken into consideration during the preparation of the figures (maximum width: 157 mm). Figures

should be sent (1) in the text, in their appropriate place as considered by the author, and (2) in separate files as well. Files should be sent in vector format so that the size can be altered without a reduction in quality. If only image format (JPG, PNG) is available, it should be 300 DPI in the planned size of the figure. If DPI checking is not possible, then pixel size can be calculated based on the following formula:  $P/300 \times 25.4$  (where P is the size of the picture in pixels) – this allows a determination of what maximum size the digital content available can take up in the publication. For example, if we have a picture with a width of 2,000 pixels, it can be maximum  $2000/300 \times 25.4 = 169.33$  mm wide in printing. Any size alteration will reduce quality (this is why the vector format is more practical).

The legal use of previously published figures is the responsibility of the author. Regarding this, simply referring to the source may not be sufficient. Any online or offline (printed) figures are protected by copyright, unless the owner disclaims otherwise. Therefore, in the case of figures from other sources, we ask the author to attach their written consent regarding re-publishing.

## FOOTNOTES

Footnotes are mainly for remarks related to the text. The length of one footnote should not exceed five typed lines. Minimizing the number and length of the footnotes and including remarks in the main text is advised. Footnotes should be used where the continuity of the main text would otherwise be broken. Footnotes can be used for citing unpublished materials, documents from archives, and other notes. In print, footnotes will appear on the page in which the reference is made.

## REFERENCES

In the text, references should follow APA style (6th edition). Names of authors should be displayed in italics. The list of references is to be placed at the end of the manuscript in alphabetical order with the name of the first author, also in accordance with APA 6th edition guidelines. Publications of the same author must be put in chronological order. Every reference in the text must appear in the list of references, and vice versa. In special cases, the author can provide additional recommended readings. The DOI number of articles should be included all references.

## ACKNOWLEDGEMENTS, CONFLICTS OF INTEREST

The author can publicly express gratitude, referring to the origin of the study, the research topic, individual or institutional assistance, funding, etc. Acknowledgements should be placed between the text and the reference list. Any conflicts of interest, whether explicit or implicit, must be indicated by the author.

## AUTHOR'S ADDRESS

The (first) author should provide affiliation, address, telephone number and email address to be published so can be contacted.





**TST**  
**PSS**