



**TESTNEVELÉSI EGYETEM
2015/2016. TANÉVI
TUDOMÁNYOS DIÁKKÖRI
KONFERENCIA**

Budapest
2015. november 27.

**PROGRAM
ÉS
TARTALMI KIVONATOK (ABSZTRAKTOK)**



A KONFERENCIA SZERVEZŐBIZOTTSÁGA

Prof. Koller Ákos, egyetemi tanár, Tudományos Rektorhelyettes

Dr. Bognár József, habil. egyetemi docens, a TF TDK tanárelnöke

Dolnego Bálint, doktorandusz

dr. Koós Emese, titkár

Klebensberg Kuno Szakkollégium, Szájer Péter vezető mentor
segítségével

A KONFERENCIA TUDOMÁNYOS BIZOTTSÁGA

Dr. Chaudhurit Sujit, egyetemi docens

Dr. Farkas Péter, egyetemi docens

Dr. Gósi Zsuzsa, egyetemi docens

Dr. Gyimes Zsolt, egyetemi docens

Dr. Koltai Erika, tudományos főmunkatárs

Nagy Máté, doktorandusz

Dr. Németh Endre, egyetemi adjunktus

Dr. Osváth Péter, egyetemi docens

Szájer Péter, egyetemi tanársegéd

Bartusné dr. Szmodis Márta, egyetemi docens

Téglás Tímea, doktorandusz

Program

14:30 Megnyitó, Hepp Ferenc Díszterem

14:45 Szekcióülések

I. Gazdaság- és Társadalomtudományi szekció

Helyszín: Hepp Ferenc Díszterem

II. Sportági szekció

Helyszín: 62-es terem

III. Egészségtudományi szekció

Helyszín: 67-es terem

18:00 Eredményhirdetés, záróünnepség

Helyszín: Hepp Ferenc Díszterem

A programfüzetben az absztraktokat változtatás nélkül közöljük.

Köszöntő

Tisztelt Ifjú Kutató TDK-sok és Témavezetők!

Nagy örömmel köszöntelek Benneteket a Testnevelési Egyetem 2015/2016 évi TDK konferenciája alkalmából! Fontos, hogy a több évtizedes hagyomány folytatódik és a fiatal kutatók idén is bemutatják kutatásaikból származó eredményeket. Az idei TDK konferencia egy jelentős lépés az önálló Testnevelési Egyetem kutatási profiljának kialakításában, hiszen idén és a jövőben is szeretnénk hangsúlyozni a TF négy Intézetének jelenlétét a kutatásban. A TF vezetősége messzemenően támogat mindenkit, aki kutatni szeretne a testnevelés és a sport széles területén, mert egy egyetem rangját – többek között – a kutatás színvonala adja meg.

Az idei TDK a Magyar Tudomány Ünnepe alkalmával kerül megrendezésre, besorakozva az MTA eseménysorozatába. Továbbá, az idei TDK konferencia szerves része annak az ünnepsorozatnak, amely a TF alapításának 90. évfordulóját ünnepli, és egyben alapot teremt a 2016-ban egyetemünkön megrendezendő nemzetközi TDK konferenciához is. Ezt felismerve, Bognár József, Egyetemünk TDK elnöke és a Klebelsberg Kuno Szakkollégium, Szájer Péter vezetésével fontos szerepet játszott a program megszervezésében és lebonyolításában, amit ezúton is köszönök!

S bár a konferencia során az előadók versenyeznek egymással a prezentáció tudományos tartalmával és a színvonalával, mégis a részvétel legfontosabb. Az, hogy kiből lesz igazán jó kutató, az a TDK-s első lépéseknél legfeljebb csak felsejlik, de biztosat senki nem mondhat. Fontos, hogy a TDK lehetőséget teremt az egymás közötti „networking” kialakulásában, nem csak baráti szinten, de a tudományterületek találkozása terén is, különösen, ha azok távoliak, mivel az mintegy garantálja az innovatív gondolatok, ötletek megszületését, amit aztán követhet majd a kutatás. Ezért aki részt vesz, az mind nyertes! Gratulálok az előadóknak és a témavezetőiknek és kívánok izgalmas előadásokat és lelkes tudományos vitákat!

Üdvözlettel,

Koller Ákos, Tudományos Rektorhelyettes

I. Gazdaság és Társadalomtudományi szekció

Helyszín: Hepp Ferenc Díszterem

Elnök: Farkas Péter, tagok: Gósi Zsuzsa, Nagy Máté

Faragó Dóra: Sport általi nevelés az Európai Unió szakpolitikájában (8.)

Fóris Norbert: A látássérültek szabadidősportja (9.)

Géczi Gergely: Az NHL, mint befektetés (11.)

Hámori Zsófia: Az egyenjogúság racionalitása az alpesi sísportban (13.)

Horváth Vivien, Horváth Vivien: A táncterápia (14.)

16:00-16:05 SZÜNET

Jakab Teodóra, Rakvács Franciska: A nyári Universiadékon és az Olimpiai játékokon elért helyezések közötti összefüggések vizsgálata (16.)

Keszi Mihály: Nemzetközi konfliktusok, nemzeti identitás: kihívás a sportmenedzsment számára (17.)

Kurucz Anita, Laskovics Tímea, Patonai Krisztina Anna: A nagyközségtől a fővárosig. Általános iskolák sportlétesítményei és a diákok sportolási lehetőségeinek összehasonlítása (19.)

Tóth Fruzsina: A személyes márkaépítés jelene és jövője, „A magyar Iron Lady” példáján keresztül (20.)

Világi Kristóf: NBA Bevásárlólista 2016 - Mit várhatunk a fizetési sapka emelkedésétől és hogyan építsünk bajnokcsapatot a leggazdaságosabban (22.)

II. Sportági szekció

Helyszín: 62-es terem

Elnök: Gyimes Zsolt, tagok: Németh Endre, Szájer Péter

Bognár Márton, Kovács Kristóf, Karpjuk Gábor: Az agilitás és az explozív erő kapcsolata elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók körében (24.)

Faltusz Zoltán, Kádár László: A kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző-sportoló kapcsolat összehasonlító elemzése elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók körében (26.)

Győri Tamás, Marczinka Tamás, Keresztesi Botond: A motiváció poszt-specifikus vizsgálata elit akadémiai labdarúgók körében (28.)

Inczeffy Zsombor: A magyar röplabdázás eredményességének vizsgálata a korosztályos és a felnőtt válogatott játékosállományán keresztül (30.)

Papp Károly: Élvonalbeli magyar labdarúgó csapat és kiemelt utánpótlásban futballozó fiatal magyar játékosok bajnoki mérkőzés alatti mozgásteljesítményének összehasonlítása (32.)

16:00-16:05 SZÜNET

Szalkai Kitti: A Teqball sportág bemutatása technikai elemek szempontjából (33.)

Tóth László: Különböző életkorú élvonalbeli birkózók észlelt motivációs környezetének és külső-belső motivációs tényezőinek összehasonlító vizsgálata (35.)

Török Bence: A párharcok eredményessége és a mérkőzések kimenetének összefüggése a kézilabdában (37.)

Vándor Ágnes: Az edző-versenyző kapcsolat jellemzői, és az edzők véleménye az önkéntesek bevonásáról a Ritmikus Gimnasztikában (39.)

III. Egészségtudományi szekció

Helyszín: 67-es terem

Elnök: Osváth Péter, tagok: Koltai Erika, Téglás Tímea

Beck Mónika: Van sportélet betegség után (is)! (41.)

Berta Annamária: Fiatal felnőtt férfiak és nők szénhidrátfogyasztása és tápláltsági státusza (43.)

Bognár Gábor, Gombos Zoltán: Az excentrikus és izometriás térdhajlító edzés hatása a H/Q arányra prepubertás korú lányoknál (45.)

Falatovics Ádám: A Baranta karikás ostor verseny terhelésdiagnosztikai elemzése (47.)

15:45-15:50 SZÜNET

Heintz Bernadett: A komplex rehabilitáció hatékony a serdülőkori elhízás kezelésében (49.)

Lovas Adél: Új eszköz fejlesztése a Barracuda elem, és annak változatainak tanítására, szinkronúszás sportágban (51.)

Szilágyi Borbála, Galamb Kata: Az öregedés befolyásolja a kinesztéziát és annak transzfer hatását a domináns oldal függvényében egészséges személyeknél (53.)

ABSZTRAKTOK

I. GAZDASÁG- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYI SEKCIÓ **Hepp Ferenc Díszterem**

Faragó Dóra

Rekreáció szervező és egészségfejlesztő szak, II. évfolyam

Témavezető: Dr. Farkas Judit, Stratégiai Igazgatóság

Sport általi nevelés az Európai Unió szakpolitikájában

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

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

A tanulmány célja, hogy összevesse a sport általi nevelés szűkebb és tágabb értelmezését, a programok megvalósítását és azzal támogassa

a sportszakembereket, hogy bemutatja a fejlődést, annak okait, eredményeit és következményeit. A két legismertebb eredmény, a sport egészségfejlesztő hatásának/funkciójának köszönhetően is, hogy 2014-től uniós sportprogram és euró-milliós támogatási rendszer indult vagy hogy a 'TAO'-ként ismert speciális, hazai utánpótlás sporttámogatási konstrukció engedélyt kapott az Európai Bizottságtól).

Kulcsszavak: sport általi nevelés, sportpedagógia, Európai Unió

Fóris Norbert

Sportszervező szak II. évfolyam

Témavezető: Dr. Gál Andrea Társadalomtudományi Tanszék

A látássérültek szabadidősportja

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

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

Adatfelvételi módszerként félig strukturált mélyinterjúkat készítettünk. Interjúalanyaink egyrészt egyesületi/alapítványi vezetők/elnökök ($n_1=3$), önkéntesek ($n_2=10$), illetve látássérült sportoló személyek ($n_3=15$) voltak. A kutatást - érintettsége révén - a szerző saját gyakorlati tapasztalata is segítette.

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

Vizsgáltuk még a sportegyesületek/alapítványok működési feltételeit; itt arra voltunk kíváncsiak, hogy vajon mi lenne a

legnagyobb segítség a látássérült sport számára az érintett sportolók, és az alapítványi/egyesületi vezetők tapasztalata alapján.

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

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

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

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

Kulcsszavak: szabadidősport, látássérültek, sport-önkéntesség

Géczy Gergely

Sportmenedzser MSc, I. évfolyam, levelező

Témavezető: Kassay Lili, Sportmenedzsment tanszék

Az NHL, mint befektetés

1. Bevezetés

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

2. A kutatási kérdés, a kutatás tárgya

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

- NHL Franchise-ba történő befektetés nagyobb profitot hoz, mint a NASDAQ-100 súlyozott tőzsdeindex;
- Az NHL kanadai székhelyű csapatai magasabb ROI-t tudnak produkálni, mint az amerikai székhelyű csapatok;
- Feltételezem, hogy a helyszíni nézőszám és a ROI között erős, pozitív irányú korrelációs kapcsolat figyelhető meg.

3. Felhasznált adatok

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

4. Módszerek

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

5. Eredmények

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

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

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

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

Kulcsszavak: NHL, ROI, NASDAQ

Hámori Zsófia

Sportszervező szak, III. évfolyam

Témavezető: Dr. Géczy Gábor, Sportmenedzsment Tanszék

Az egyenjogúság racionalitása az alpesi sísportban

Az élsportban megfigyelhető a nemi elkülönítés, viszont az elmúlt években alternatívaként jelentek meg a vegyes párosok/csapatok versenye, a tenisz vegyes páros mintájára. Thomas Bach, Nemzetközi Olimpiai Biztosság elnökének támogatásával, ezek az új vegyes számok: parallel sí, vegyes siugró, bob, bicikli csapatok versenyszámai felkerülhetnek a 2018-as téli-, és 2020-as nyári olimpiai játékok repertoárjába (Vigneron, 2015). Ennek ellenére még mindig akadnak olyan női sportolók, akik mégis a férfi mezőnyben akarnak indulni saját versenyszámukban, és nem egyfajta koedukált csapatversenyben szeretnének versenyezni. 2012 őszén nagy port kavart az akkor már négyszeres összetett világkupa győztes Lindsey Vonn kérelme a Nemzetközi Sí Szövetség felé, miszerint indulni szeretne a Lake Louis-ban rendezett férfi lesikló világkupa versenyen. Kérelmét elutasították, az indoklás szerint „egyik nem képviselője nem indulhat a másik versenyein, a FIS nem tesz kivételt” (Pinelli, 2012).

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

Az alpesi sí világkupa sorozat utolsó öt év adatainak kvantitatív kutatási módszer segítségével elemeztem a női és férfi versenyszámok és versenyeredmények közötti különbségeket, ezáltal figyeltem meg a sportmenedzsment egyik legfontosabb feltevését: a bizonytalan kimenetet. Majd ezeket az adatokat összehasonlítva

megvizsgáltam, hogy milyen százalékos eltérés van egy top hármas női versenyző eredményében a férfi mezőnyhöz képest.

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

A kutatásom alapján jelenleg nincs racionalitása a sísportban a nők férfiak közötti versenyzésének, míg a férfiak nők versenyében való elindulása nem is lehet alternatíva.

Kulcsszavak: alpesi sí, egyenjogúság, versenyegyensúly

Horváth Vivien, Horváth Vivien

Sportszervező szak, II. évfolyam

Témavezető: Dr. Chaudhuri Sujit, Sportmenedzsment Tanszék

A táncterápia

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

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

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

Ezek alapján különböző hipotéziseket állítunk fel, mint például:

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

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

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

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

Kulcsszavak: tánc, egészség, gyógyulás

Jakab Teodóra, Rakvács Franciska

Sportmenedzser MSc, II. évfolyam

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

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

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

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

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

Eredmények: Megállapítottuk, hogy az Universiadékon elért helyezések nagy valószínűséggel előrevetítik az Olimpiai Játékokon elért eredményességet és eredménytelenséget, mind a sportágak, mind a sportolók individuális teljesítményének tekintetében. Kutatásunkból kiderült, hogy az Universiadékon 18, még Olimpiákon 9 alkalommal sikerült dobogós helyen végeznie a vízilabda csapatnak. Úszásban az Universiadékon 39 érmes helyet

szereztünk, még az Olimpiákon 36-ot. Kosárlabda és tenisz sportágakban Universiádékon összesen 8 esetben értünk el dobogós helyezést, Olimpiákon pedig egyszer sem.

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

Kulcsszavak: Universiade, Olimpiai játékok, helyezések

Keszi Mihály

Sportmenedzser MSc, II. évfolyam

Témavezető: Dr. Dóczy Tamás, egyetemi adjunktus,
Társadalomtudományi Tanszék

Nemzetközi konfliktusok, nemzeti identitás: kihívás a sportmenedzsment számára

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

Kutatásom során egyrészt az Albánia esetében sporttörténeti jelentőségű Európa-bajnoki kvalifikáció nemzeti identitást befolyásoló hatását vizsgáltam, interjúkutatás segítségével (N=12). A nyílt végű interjúkérdésekre kapott válaszok a büszkeség, csalódottság és várakozások dimenzióiban kerülnek értelmezésre. Másrészt a 2014 októberében zajló Szerbia-Albánia labdarúgó

mérkőzésen történeteket, ennek előzményeit és utóéletét elemeztem sportmenedzseri szempontból. Jelen esetben feltáró jellegű kvalitatív kutatásról beszélünk, így módszertanilag nem indokolt hipotézisek felállítása.

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

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

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

Kulcsszavak: nemzeti identitás, etnikai konfliktus, labdarúgás

Kurucz Anita, Laskovics Tímea, Patonai Krisztina Anna

Osztatlan Testnevelő-gyógytestnevelő-egészségfejlesztő II. évfolyam

MA Testnevelő-gyógytestnevelő és II. évfolyam

Témavezető: Dr. Szikora Katalin, Társadalomtudományi Tanszék

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

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

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

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

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

miszerint a mindennapos testnevelés kibővítette a mozgásanyagot igaznak bizonyul.

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

Kulcsszavak: felszereltség, sportolási lehetőség, mindennapos testnevelés

Tóth Fruzsina

Sportmenedzser MSc, II. évfolyam

Témavezető: Dr. András Krisztina, Sportmenedzsment Tanszék

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

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

Hipotézisek:

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

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

Vizsgálati módszerek: Kutatásom során két felületen kívánok vizsgálandni. Dolgozatom első felében tartalomelemzést végzek, mely során a személyes márka megjelenési felületeit kutatom. Az első hipotézisem vizsgálata ezáltal kerül elemzésre. A kutatás második felében, kvalitatív vizsgálandás keretein belül, a kettes számú hipotézisemet igyekszem alátámasztani, vagy arra rációfolni. Szakértőkkel lefolytatott mélyinterjúk támogatásával, a bemutatott stratégiai irányzat jövőbeni létjogosultságára keresem a választ.

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

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

Kulcsszavak: „Iron Lady”, személyes márkaépítés, piacképeség

Világi Kristóf

Sportszervező BSc, III. évfolyam

Témavezető: Dr. Chaudhuri Sujit. Sportmenedzsment tanszék

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

Bevezetés, problémafelvetés

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

Vannak viszont esetleges érdekellentétek, amik kisebb-nagyobb vitákba torkollanak. Esetleg ha egy vita már nagyon elmélyül, akkor az lockout-hoz vezet, ami a tulajdonosok és a játékosok szakszervezete között jön létre és ilyenkor, amíg nem egyeznek meg, nincsenek meccsek és NBA-s rendezvények. 2011-ben ez megtörtént és emiatt majdnem 4 hónapot csúszott a szezon kezdete. De a 2011-es lockout-ot végül az liga vezetősége és a tulajdonosok nyertek meg, sikerült a játékosok fizetéseit “ésszerű” keretek közé szorítani és szabályozásokat bevezetni. De a játékosok nem felejtenek és a nemrég megkötött NBA-Turner TV deal, ami garantálja az évi 2,6 milliárd dollár bevételt a ligának, elég nagy mozgásteret fog adni nekik a visszavágásra. Mit tehetnek ilyenkor a csapatok? Mit tehet az NBA, hogy ne következzen be még egy lockout?

Anyagok és módszerek

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

Kutatásom célja, hogy az Amerikában már elterjedt és alkalmazott teljesítmény-elemzéssel, egy “gazdaságos” játékos bevásárló listát állítsak össze már építkező csapatoknak, főleg olyanoknak, akik a

rájátszásba jutásért küzdenek évek óta, ezzel megnövelve az esélyüket a bajnoki cím megszerzésére.

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

Eredmények és megbeszélés

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

Következtetés és összegzés

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

Kulcsszavak: teljesítmény elemzés, sportanalitika, finanszírozás

II. SPORTÁGI SZEKCIÓ

62-ES TEREM

Bognár Márton¹, Kovács Kristóf¹, Karpjuk Gábor²

¹Testnevelőtanár - Gyógytestnevelő MA, I. évfolyam,

²Testnevelő-edző III. évfolyam

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

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

Eddig nem volt sorköz

Bevezetés

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

Anyag és módszer

Vizsgálati mintánkat egy megyei I. osztályú, illetve egy hazai elit akadémia U17-es és U21-es labdarúgói alkották, összesen 58 sportoló (N=58, elit 36, amatőr 22). Az eredmények kimutatására a

nemzetközi szakirodalom által leggyakrabban alkalmazott két agilitás (Illinois, ZigZag – labdával és labda nélkül) és egy explozív láberő tesztet (helyből távolugrás) alkalmaztunk. Az eredmények statisztikai feldolgozásához az SPSS 19.0 Statisztika programot használtuk.

Eredmények

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

Diszkusszió

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

Kulcsszavak: agilitás, explozív láberő, utánpótlás labdarúgás

Faltusz Zoltán¹, Kádár László²

¹Sportszervező BSc III. évfolyam

²Testnevelő-Gyógytestnevelő MA II. évfolyam

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

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

Bevezetés

A magyar labdarúgásban a kiválasztás, a tehetséggondozás és a játékos-edző kapcsolat objektív mérése nagyon kevés figyelmet kapott. A szakemberek a honi labdarúgás optimális fejlődése szempontjából nagyon fontosnak tartják utánpótlás nevelés folyamatos fejlesztését. Ebben a fejlődési folyamatban kiemelt szerepet kap a kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző-sportoló kapcsolat objektív mérése is (Csáki és mtsai 2013). Mások szerint az objektív mérések mellett fontosak az edzők és játékosmegfigyelők szubjektív véleménye is (Reilly és mtsai, 2003). A sportágban a külső és belső tényezők egyaránt befolyásolják a sportágválasztást a tehetséggondozás folyamatát és az edző-sportoló kapcsolatot is. Jelen tanulmányunk célja, hogy bemutassuk a kiválasztást, a tehetséggondozást és edző-sportoló kapcsolatot amatőr és elit utánpótlás korú labdarúgók körében.

Anyag és módszer

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

Eredmények

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

Következtetés

Számos, statisztikailag kimutatható szignifikáns különbséget találtunk a kiválasztás, a tehetséggondozás és az edző sportoló kapcsolat esetében elit és amatőr utánpótlás korú labdarúgók között. Ez arra enged következtetni, hogy a dolgozatban használt kérdőív alkalmas lehet az elit és amatőr labdarúgók megkülönböztetésére. Az edző szerepe mellett a játékosok véleménye szerint a család szerepe kiemelten fontos az eddig elért eredményeikben, ami alátámasztja több kutató eredményeit. A játékosok hozzáállásának és a kitartásának magas foka utal a sportolók magas én- hatékonyság érzésére, továbbá e tényezők megfelelő alapot és motiváltságot adnak a képzéshez, ami elengedhetetlen a későbbi sikerhez.

Kulcsszavak: labdarúgó tehetséggondozás, kiválasztás, edző-sportoló kapcsolat

Győri Tamás¹, Marczinka Tamás¹, Keresztesi Botond¹ nem kell

¹MA Testnevelőtanár - Gyógytestnevelő I. évfolyam,

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

A motiváció poszt-specifikus vizsgálata elit akadémiai labdarúgók körében

Bevezetés

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

Anyag és módszer

Vizsgálatunk mintáját, hazai, elit labdarúgó akadémiai utánpótláskorú sportolói alkották, összesen 183 labdarúgó (N=168, kapus=18, védő=63, középpályás=60, támadó=42). Kutatásunkban két kérdőívet alkalmaztunk, melyek a sportmotivációt, illetve az észlelt motivációs környezetet vizsgálják. (Sport Motivation Scale, Pelletier és mtsai, 1995; Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire, Newton és mtsai 2000). A kérdőívekből kapott eredmények statisztikai elemzését SPSS 22.0 programmal végeztük.

Eredmények

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

Diszkusszió

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

Kulcsszavak: sportmotiváció, motivációs környezet, utánpótlás labdarúgás

Inczeffy Zsombor

Sportmenedzser II. évfolyam

Témavezető: Dr. Sterbenz Tamás, Sportgazdasági és
Döntéstudományi Kutatóközpont

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

Bevezetés

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

Célkitűzések

1. Korosztályos válogatottjainkban szereplő játékosaink közül kevesebb, mint 30%-ban kerülnek be a felnőtt válogatottba, ezáltal nincs összefüggésben a korosztályos csapataink eredményessége a felnőtt korosztály jövőbeni szereplésével.
2. Az utóbbi években megnőtt a külföldön szereplő és külföldről igazolt játékosok száma, amely egyértelmű fejlődést mutat a hazai csapatok eredményességében.
3. Válogatott kezdőjében nagyobb arányban szerepelnek a külföldi bajnokságban szereplő játékosok, bő keretet tekintve legtöbb játékos a hazai csapatokból származik. Emellett a nemzetközi versenyrendszerekben, szereplő klubcsapatainkban a külföldi játékosok száma állandó.

Vizsgálati módszerek

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

Eredmények

A vizsgálat bizonyította egyértelműen az 1. állításunk megvalósulását. A 2. célkitűzésünk is beigazolódott, ami jól mutatja a játékos migráció aktualitását.

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

Összefoglalás

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

Kulcsszavak: Röplabda, nemzetközi versenyrendszer, eredményesség, válogatott

Papp Károly

Testnevelő tanár MA, I. évfolyam, levelező szak

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

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

A kutatás célja a magyar labdarúgók mozgásteljesítményének a vizsgálata. A kutatás során egy élvonalbeli egyesület felnőtt labdarúgóinak 15 hazai bajnoki mérkőzésének mozgásteljesítményét elemeztem ki a Datapower (DATAPOWER Lab ZRT. Budapest) rendszer segítségével. Ezzel párhuzamosan a 13 és a 19 éves korosztályok több mérkőzését is rögzítettem GPSoprt (GPSport Canberra, Ausztrália) eszköz segítségével. Minden korosztály esetében legalább öt mérkőzés felvételére került sor. A dolgozatomban két fő szempontot emelek ki. Egyrészt a mérkőzésen elért összes mozgás mennyiségét, másrészt az ezen belüli 20 km/h-nál gyorsabb mozgások arányát. A felnőtt NB.1.-es csapat mérkőzésenként átlagosan 10904 méter/játékos mozgásmennyiséget produkált, ebből a 20 km/h-nál gyorsabb futás 933 méter/játékos volt. Az U19 10892/509m, az U18 10793/497m, az U17 11031/601m, az U16 10149/598m. A 15 éves játékosok 80 perc játékidő alatt 9001/281mmétert teljesítettek, az U14 8696/294 métert. A 13 éves gyerekek 70 perc alatt, 70x50 méteres pályán 7093/148 métert produkáltak. Megfigyelhető a korosztályok közötti egyenetlen teljesítmény eloszlás. Ugyanis a mért mérközéseken az U16-os csapat több intenzív mozgást produkált, mint az U19. Nincs jelentős eltérés az összes mozgásmennyiség vonatkozásában. Különösen nagy eltérés figyelhető meg a 19 éves játékosok és a felnőtt csapat játékosai közötti gyors futások mennyiségében.

A dolgozat során az eredményeket statisztikai analízissel szeretném értékelni.

A későbbiekben össze akarom hasonlítani a saját felmérési adataimat a külföldi csapatok hasonló mérési adataival, különös tekintettel a 20 km/h feletti mozgásintenzitási zóna vonatkozásában. Ki szeretném

emelni a nemzetközi élvonal és a magyar csapatok között mutatkozó különbségeket.

Kulcsszavak: Labdarúgás, mozgásteljesítmény, nagy intenzitású mozgások.

Szalkai Kitti

Testnevelő-edző szak, BSc, III. évfolyam

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

A Teqball sportág bemutatása technikai elemek szempontjából.

Bevezetés: TDK-m témája egy új, innovatív sportág, a Teqball. A Teqball egy futballalapú sport, amely mind a profi focistáknak, mind az amatőr sportbarátoknak kiválóan alkalmas a technikai tudásuk, a koncentrációs készségük és az állóképességük fejlesztésére. A játékosok között nincs fizikai kontaktus, sőt, az eszközt sem lehet megérinteni a játék közben, ebből adódóan a sérülésveszély kockázata alacsonyabb a kontakt rokon sportághoz képest. Mondhatjuk, hogy a játék három sportág keveréke: a lánbteniszé, az asztaliteniszé és a labdarúgásé. Maga az asztal, és a szabályzat a legjobban az asztaliteniszéhez hasonlít, annak ellenére, hogy azt a sportot kézzel és ütővel játsszák. Azonban a technika, és a labda visszaadása a labdarúgó technikán múlik a legjobban. A lánbteniszhez annyiban hasonlít a sportág, hogy azt is lábball játsszák, a pálya, a taktika, és a szabályok azonban merően eltérnek. A feltalálók először ping-pong asztalon kezdtek el focilabdával játszani, de a labda nem úgy pattant az asztalon, ahogy az egy élvezetes játékot hozhatott volna. Ezért gondolták azt, hogy „meghajlítják” az asztal két végét. Több mint két év empirikus tesztelési és mérnöki számítási folyamat után lett a jelenlegi formájára kialakítva a Teqball table, a multifunkcionális asztal, amin a játékot játsszák.

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

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

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

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

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

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

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

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

Kulcsszavak: Teqball, technika, újdonság

Tóth László

Humánkineziológia szak, II. évfolyam

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

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

Deci és Ryan (1985) önmeghatározás teóriáját (SDT) alkalmazva elméleti keretként férfi birkózók észlelt motivációs környezetét és külső-belső (extrinzik-intrinzik) motivációs tényezőit vizsgáltuk meg. A sportpszichológiai kutatások jelentős része foglalkozik a sportolók motivációjával, mivel a motivációs bázis, mint a teljesítőkészség egyik alaptényezője, a sportteljesítmény és a siker fontos meghatározójának tekinthető (Trzaskoma-Bicsérdy, Bognár és Oszváth, 2007). Az SDT modell alapján Ryan és Deci (2000), ill. Vallerand (1997) kidolgozta az extrinzik és intrinzik tényezők hierarchiáját és hatását az egyén motivációs bázisára, melyek szoros kapcsolatot mutatnak az érzelmekkel, a koncentrációs képességgel, a megküzdési stratégiákkal, a célkitűzéssel, és a kiegészéssel (Weiss és Amorose, 2008). Az egyénenként eltérő motivációs profilok jelentős szerepet töltenek be a sportolók pszichológiai készségeinek fejlesztésében, melynek felismerése és formálása az edzői munka egyik kiemelt feladata (Olympiou, Jowett, és Duda, 2008).

Különbséget kell tennünk a feladat-orientált és én-orientált motivációs környezet között, melyek eltérő edzésmódszertani hozzáállást feltételeznek (Seifriz, Duda és Chi, 1992). Korábbi kutatások alátámasztották a pozitív kapcsolatot a sportteljesítmény és az észlelt motivációs környezet között (Dorogi, Szabó és Bognár, 2008). Bizonyították, hogy a sikerebb sportolóknál az edzők többnyire feladat-orientált motivációs környezetet tudtak biztosítani (Miller és munkatársai, 2004).

Jelen kutatás célja az volt, hogy megvizsgálja a korosztályos válogatott birkózók körében ezt a két jelenséget, és az összefüggések alátámasztásán túl fényt derítsen az edző-sportoló kapcsolatra és a motivációs állapotra egyaránt. A mintát 59 válogatott férfi versenyző alkotta (M=19,4 év; S=5,6 év), akik az SMS (Sport Motivation Scale; Pelletier és munkatársai, 1995) és a PMCSQ-2 (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (Newton, Duda és Yin, 2000): magyarul Révész és munkatársai, 2014) kérdőívek magyarra fordított változatát töltötték ki. Korábbi vizsgálatok szerint a PMCSQ-2 és az SMS kérdőív is megfelelő megbízhatósági mutatókkal rendelkezett, amelyet vizsgálatunk is alátámasztott (Cronbach alfa=0,43-0,89). Az eredmények szerint a két skálában szignifikáns kapcsolat mutatható ki az egoinvolváltság és a külső motiváció ($r=0,285$; $p=0,029$), valamint a feladatorientált motivációs klíma és a belső motiváció ($r=0,264$; $p=0,043$) között. Az életkori csoportok között szignifikáns eltérés az extrinzik motiváció/külső szabályozás tekintetében volt megfigyelhető ($F(3,49)=3,903$; $p=0,014$).

Vizsgálatunk alátámasztja azokat a korábbi eredményeket, melyek a hosszú távú jó teljesítmény kritériumaként jelölik meg a feladat-orientált motivációs környezetet és az intrinzik motivációt. A sportpszichológiai diagnosztikában és tervezésben releváns tényezők vizsgálata az eredmények gyakorlatban való alkalmazását segíti elő.

Kulcsszavak: sportmotiváció, észlelt motivációs környezet, birkózás

Török Bence

MA Testnevelő tanár – Gyógytestnevelő tanár szak, II. évfolyam

Témavezető: Dolnegó Bálint, Edzéselméleti és Módszertani Kutató Központ

A párharcok eredményessége és a mérkőzések kimenetének összefüggése a kézilabdában

Bevezetés: A kézilabda rendkívül összetett sportág, amelyben a mérkőzések kimenetét sok dolog befolyásolja. Döntő lehet például, hogy milyen százalékkal értékesítik kísérleteiket az átlövő játékosok, meghatározhatja a végeredményt a lerohanások sikeressége is. Azonban kutatásomban arra keresem a választ, hogy vajon a párharcok eredményessége befolyásolja-e a mérkőzések alakulását? Szakirodalmi áttekintés: A kézilabdában az eredményt meghatározó különböző tényezőkről már sok tanulmány értekezett. Kimutatták, hogy az átlövő pozíciókból érkező lövések eredményessége befolyásolja a mérkőzés eredményét, valamint sok esetben érvényesül a hazai pálya előnye is, illetve az egyéni áttörések és lerohanások is befolyásolják a mérkőzés kimenetét (Gomez et al. 2014, Srhoj et al. 2001, Gruic et al. 2006). A technikai hibák gyakorisága viszont nem mérvadó Ilic vizsgálata szerint (Ilic et al. 2011).

Célkitűzések: Hipotézisem a következő: Összefüggés van a párharcok kimenetének negatív és pozitív aránya és a végeredmény között.

Anyag és módszer: A kutatás 24 mérkőzés elemzésével történt (n=24), nem valószínűségi kiválasztás alapján – önkényes kiválasztással, tehát a minta nem reprezentatív. E mérkőzések nemenkénti, korosztályonkénti és játékszinti felosztásban is vegyesek. Az adatok felvétele élőben, elektronikusan, a kézilabdában előforduló párharcok statisztikai regisztrálására kifejlesztett szoftverrel történt, mely az AJT Sport Kft. tulajdonát képezi. Ennek pontos szempontrendszere és maga a program is üzleti titok, a tulajdonos engedélyével használtam fel. A mérkőzéseken átlag 66,79□11,7 esemény került rögzítésre. Az adatok feldolgozása a

Statistica 13 programmal történt, leíró statisztikákat és Pearson-féle korrelációs vizsgálatot végeztem ($p < 0,05$).

Eredmények: A huszonnégy mérkőzésen átlagosan $32,20 \pm 7,79$ eredményes párharc került feljegyzésre, $26,04 \pm 5,58$ eredménytelen és $8,54 \pm 2,78$ szabálytalan párharc mellett. A párharc-együttható és az eredmény együttható között erős pozitív kapcsolatot van ($r = 0,70$, $p = 0,00013$). A szűkített párharc-együttható és az eredmény együttható összevetésekor még erősebb korrelációt mutatott ki a vizsgálat ($r = 0,72$, $p = 0,00008$). Az eredményes párharcok száma is összevetésre került az eredmény együtthatóval, közepes pozitív kapcsolatot mutatott a vizsgálat ($r = 0,63$, $p = 0,009$). A párharcokból kapott gólok száma és az eredmény együttható közötti összefüggés is felmerült, így ez is vizsgálat alá került. A teszt gyenge negatív kapcsolatot mutatott ($r = -0,21$, $p = 0,31$).

Megbeszélés: A kapott eredmények alapján a hipotézist elfogadtuk. Összefüggés van a párharcok kimenetelének negatív és pozitív aránya és a végeredmény között. A továbbiakban szeretném megvizsgálni a végeredményt meghatározó többi eseményt is, érdemes a bevezetésben említett tényezőkhöz egy együtthatót rendelni, majd a korrelációs vizsgálat után a kapcsolatokat egymáshoz hasonlítani.

Kulcsszavak: párharc, kézilabda, végeredmény, eredményes, kimenet

Vándor Ágnes

Sportszervező, I. évfolyam

Témavezető: Dr. Géczi Gábor, Sportmenedzsment Tanszék

Az edző-versenyző kapcsolat jellemzői, és az edzők véleménye az önkéntesek bevonásáról a Ritmikus Gimnasztikában

Köztudott, hogy évek óta nem sikerült hazánkat képviselnie az olimpiai játékokon magyar versenyzőnek magyar színekben. A hazai ritmikus gimnasztika edzőképzés keveseket érdekel, és a világszínvonaltól jelentősen elmaradott, tehát az egész sportágnak komoly fejlesztési folyamaton kell átesnie ahhoz, hogy nemzetközileg komolyabb eredményeket tudjon elérni. Ez ugyanakkor nem egyedi jelenség, a szakirodalomban sok szerző foglalkozik a témával (Révész és mtsai 2012; Géczi és mtsai, 2014; Géczi, 2015) Kutatásom egyik célja felmérni a hazánkban jelenleg dolgozó edzők képzettségét, foglalkoztatási módját és összevetni a foglalkoztatott versenyzők számával, a foglalkozások minőségi és mennyiségi mutatójával.

Első feltételezésemet, mely szerint a magasabban kvalifikált edzők több és eredményesebb versenyzővel dolgoznak, mint a gyengébb végzettséggel rendelkezők részben bizonyítottnak tekinthetjük. A kivétel ez alól pont a legeredményesebb egyesület, az MTK, melyben csak sportoktatói, sportedzői OKJ-s bizonyítvánnyal rendelkező edzők dolgoznak.

Az önkéntességet választottam felmérésem második témájának, hiszen a társadalmi integrálódás egyik lehetséges módjaként, a ritmikus gimnasztikában is jelentős idő, pénz és energia szabadulna fel az edzők számára az önkéntesek bevonásával. Nemcsak az edzőknek lenne könnyebb dolga, de az önkéntesként foglalkoztatott középiskolások közösségi szolgálatot is teljesíthetnének ilyen módon. Kérdőíves formában kértem a Magyar Ritmikus Gimnasztika Szövetség 26 egyesületének 86 végzettséggel rendelkező edzőjét arra, hogy értékelje, számára mennyire lenne hasznos önkéntesek alkalmazása, milyen gyakran, illetve milyen feladatok elvégzésére alkalmazná őket.

Második feltételezésem, miszerint az edzők szívesen alkalmaznának önkénteseket a munkájuk segítésére még nem tekinthető sem részben, sem egészben bizonyítottnak, mert az interjúk még folyamatosan zajlanak. Az eddigi eredményekből úgy tűnik a ritmikus gimnasztikában a versenyek szervezésén és lebonyolításán kívül nincs igény önkéntesekre.

Kutatásom első részéből egyértelműen kiderül, hogy az edző-versenyző kapcsolatban, a versenyzők eredményességéhez a személyiség és a hozzáállás sokkal inkább hozzájárul, mint az edzők képzettsége. A felmérésem második részének legfontosabb eredménye, hogy a ritmikus gimnasztika versenyek szervezéséhez szükség van önkéntesekre, azonban ez a lehetőség nincsen eléggé meghirdetve. A legtöbb egyesület saját sportolótól, illetve azok családjától kér segítséget az esemény lebonyolításához. A kutatást tovább kívánom folytatni, és egyben remélem, hogy tudományos vizsgálataimmal tudok segíteni szeretett sportágamnak a fejlődésben.

Kulcsszavak: RG, edző-versenyző kapcsolat, önkéntesség

III. EGÉSZSÉGTUDOMÁNYI SZEKCIÓ

Főépület 39-es terem eddig 67-es terem szerepelt!

Beck Monika

Rekreáció szak MSc, I. évfolyam

Témavezető: Dr. Komka Zsolt, Dr. Zima Endre, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék és Semmelweis Egyetem Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika

Van sportélet betegség után (is)!

Napjainkban a fejlett országok népességének fele hal meg szív- és érrendszeri betegségekben. Ez a betegség együttes a korai halálozás egyik legjellemzőbb válfaja, ezért is fontos kellő figyelmet fordítani a betegségek megelőzésére, a hatékony kezelésre, illetve a rehabilitációra.

Az orvostudomány évről-évre fejlődik, egyre modernebb technikákkal lehet szűrni a betegségtípusokat, kezelni a rizikófaktorral élő személyeket. A lakosság, ezen belül is a fiatal felnőtt betegek utókezelése és segítése az élet újra kezdésére nagyon fontos feladat.

Gyermekként átesni egy nyitott szívűműtéten, majd családalapítás előtt szívritmuszavar miatt pacemaker beültetésen – ez mind olyan tényező, amely nagy mértékbe befolyásolja egy ember életét. Átadni a tapasztalatokat, megtanítani a betegtársakat egy új életre, ez is egy gyógymód.

1974-ben egy nyitott szívűműtét komoly szívsebészeti beavatkozásnak, 1991-ben egy szívritmus-szabályozó készülék beültetése különlegesnek számított. Ma már rutinszerűen, szinte ambuláns úton gyógyítják a betegeket, eltelt 20 év. Az elmúlt években rohamosan fejlődött a szívsebészet, a kardiológiai beavatkozások lehetősége. Egy mellkasi műtét vagy egy katéteres beavatkozás között nagy a különbség. Mind időben, mind beavatkozásban, mind a rehabilitációban.

Az utógondozás egyik fontos célja, hogy a betegség után mindenki lehetőséget kapjon az élhető életre. Mit számít élhető életnek? Ahol

a betegek jól, tünetmentesen és egyenlőnek érzik magukat az egészséges társaikkal. A gyógyszerek mellett a környezet hozzáállása, a megfelelő beteg tájékoztatás és a helyes életmód kialakítása az első lépés, azaz a betegkommunikáció alkalmazása.

Mit lehet tenni egy műtéti heggel a mellkason? Egy beültetett PM készülékkel a testben? Hogyan lehet élni? Melyek lehetnek a veszélyek? Kérdések, amelyek megválaszolásra várnak. Vannak olyan területek, amelyek esetében egyszerű a megoldás, de van, amely mindig érzéseket válthat ki az érintettekben. Ilyen a mozgás is. Napjainkban, egy komolyabb beavatkozás, akár szívműtét után vagy transzplantációt követően a bevált gyógmód, a kímélő- és mozgásszegény életmód, amelyek nem okoznak problémát (gondolhatják a szakemberek). Ezek egy idő után újabb tüneteket produkálnak, nő a rizikofaktorok száma, a beteg személy újra kezelésre szorul, hosszabb lesz a gyógyulási idő.

Mi lehet a megoldás? A mozgás, mely maga is gyógyszer. Miért épp ez? Feszültségoldó, méregtelenítő, változásokat képes elindítani a testben, jótékony hatással bír a beteg szervezetre. Speciális terhelési szűrésekkel, folyamatos kontrollal, képalkotó diagnosztikai vizsgálatokkal és a feszegethető határok elérésével új utakat lehet nyitni a betegek előtt. A jövő? Műtött, transzplantált fiatal felnőttek és gyermekek terhelés élettani vizsgálata, személyre és betegségre szabott szűrésekkel, mozgásterápia kialakítása.

25 év tapasztalata egy életútban a gyermekkortól, a családvállaláson át a karrierépítésen keresztül egészen sportolásig.

Van (sportos) élet betegség után!

Kulcsszavak: betegség, mozgás, rehabilitáció

Berta Annamária

Rekreációs szervezés és egészségfejlesztés szak, BSc, III. évfolyam, levelező

Témavezető: Bartusné Dr. Szmodis Márta, Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék

Fiatal felnőtt férfiak és nők szénhidrát-fogyasztása és tápláltsági státusza

Bevezetés

A 18-34 éves nők 37%-a, a férfiak 41%-a a túlsúlyos vagy elhízott kategóriába sorolható (OTÁP, 2014). Kutatásom célja annak feltérképezése, hogy milyen a fiatal felnőttek tápanyagbevitel, azon belül a szénhidrátok fogyasztása, van-e különbség a férfiak és a nők táplálkozásában, valamint táplálkozásuk és testtömeg-indexük (BMI) között igazolható-e összefüggés. Célcsoportként azért választottam fiatal felnőtteket, mert érdekelt a korosztályom tápanyagbevitel, és ebben a korban még pozitív irányban befolyásolhatók a táplálkozási szokások. Feltevésem szerint a férfiak magasabb szénhidrát-fogyasztása összefüggésbe hozható testtömeg-indexük alakulásával.

Anyag és módszer

A vizsgálatban 132 fiatal felnőtt vett részt (férfiak: 60, nők: 72 fő). A férfiak átlagéletkora $23,83 \pm 3,18$, a nőké $22,17 \pm 2,90$ év. A férfiak 60%-a, a nők fele végez rendszeres testmozgást. A résztvevők 3 napos étrendi naplóját Nutricomp® szoftver segítségével elemeztük. Rögzítettem a testmagasságot, testtömeget, sportolási szokásokat, kiszámítottam a BMI-t. Az adatelemzést Statistica 12 programmal végeztem. A nemek közötti különbségeket kétmintás t-próbával, az összefüggéseket lineáris korreláció-analízissel vizsgáltam, a szignifikancia szint $p < 0,05$ volt.

Eredmények

A résztvevők napi energiabevitel nem haladta meg a kívánt mértéket (férfiak: $2549,17 \pm 855,93$ kcal, nők: $1997,24 \pm 601,8$ kcal; $p = 0,000$). A szénhidrátok részesedése az energiabevitelből mindkét nemből az ajánlott aránynál kisebb volt (férfiak: 49%, nők: 50%). A férfiak átlagos BMI-je $24,89 \pm 2,77$ kg/m², ami mindössze 0,2-del

maradt a túlsúlyos kategória határa alatt, a nők $20,75 \pm 2,33 \text{ kg/m}^2$, ami a normál tartomány közepén van ($p=0,000$). A rostfogyasztás negatív irányban, nagy egyéni különbségekkel eltért a kívánatostól (férfiak: $25,75 \pm 18,75 \text{ g}$, nők: $21,10 \pm 10,33 \text{ g}$). A zsírfogyasztás részesedése mindkét nemben a megengedettnél magasabb (férfiak: 31,4%, nők: 32,8%), a fehérjefogyasztásuk is (férfiak: 19%, nők: 17%; $p=0,000$) az ajánlott arány felett volt, de ez, valamint a BMI átlagos értéke betudható annak, hogy a vizsgált személyek több mint fele rendszeresen sportol. A BMI lazán, de szignifikánsan összefüggött az energiabevitellel ($r=0,24$), a fehérje%-kal ($r=0,31$) és a szénhidrát%-kal ($r=-0,2$).

Összefoglalás

Mindkét nemben a szénhidrátbevitel aránya alacsonyabb volt a javasoltnál, a rostfogyasztásuk sem volt elegendő. A férfiak és nők táplálkozásában nem mutatkozott jelentős különbség. testtömeg-indexük a normál tartományon belül volt. Hipotézisemet megcáfolja az az eredmény, hogy a férfiak és nők szénhidrátbevitelében nem mutatható ki differencia (1%). A zsírbevitel mindkét nemnél a megengedett energiárészesedés felett volt. Véleményem szerint az ilyen irányú és további, szélesebb körű felmérések tapasztalatait is felhasználva a célzott prevencióra nagyobb hangsúlyt lehetne fektetni.

Kulcsszavak: fiatal felnőttek, szénhidrát, BMI

Bognár Gábor, Gombos Zoltán

Humánkineziológia MSc II. évfolyam és Humánkineziológia MSc I. évfolyam

Témavezető: Dr. Tihanyi József, Biomechanikai labor

Az excentrikus és izometriás térdhajlító edzés hatása a H/Q arányra prepubertás korú lányoknál.

Bevezetés. A térdhajlító izom rendkívül fontos szerepet játszik a térd stabilizálásában. Abban az esetben, ha a térdhajlítóizmok izmok nem megfelelően edzettek, akkor sportolás során vagy hirtelen mozdulatkor, amikor a lábszár nagy sebességgel előre csapódik, akár hiperextenzió is kialakulhat. A térdízületben, az elülső keresztszalag részlegesen vagy teljesen elszakadhat. A két izomcsoport erő kifejtésének a hányadosát H/Q aránynak nevezzük. A funkcionális H/Q arány a térdhajlító excentrikus, míg a térdfesztők koncentrikus erő kifejtésének a hányadosa. Steindler (1955) valamint Coombs és Garbutt (2002) a 2:3 arányt, azaz 0,67-et tartják ideális aránynak. Holcomb és mtsai (2007) vizsgálata alapján az ideális arány a 0,6, ez alatt jelentősen megnő a sérülések kockázata. Devan és mtsai (2004) szerint 60 °/s szögsebességre vonatkoztatva a H/Q aránynak 0,6 és 0,69 közé, míg 300 °/s-on mérve 0,8-0,95 értékek közé kell esnie. Holcomb és mtsai (2007) vizsgálatai alapján 6 hetes térdhajlító specifikus edzés hatására a H/Q arány szignifikánsan nőtt.

Cél és hipotézis. Kutatásunk célja, hogy a prepubertás korban megbomló arányt korrigáljuk, és ehhez megtaláljuk a megfelelő edzőmódszert. Hipotézisünk szerint specifikus térdhajlító gyakorlatokkal ez a H/Q arány eltolódás csökkenthető.

Módszerek. A vizsgálatba tíz prepubertráskorú röplabdás lányt vontunk be (életkor: $11,2 \pm 0,7$ év; testtömeg: $41,3 \pm 6,54$ kg; sportmúlt: $1,2 \pm 0,5$ év). A személyeket két csoportba osztottuk: excentrikusan, izometriásan edző csoportra, amely tíz hétig tartott. Heti három edzéssel. Az erőfejlesztés a hajlító izomra vonatkozott. A kontrakciók száma az első öt héten háromszor öt, a második öt héten háromszor tíz volt. Az edzések előtt és után a vizsgált személyek ülőhelyzetet foglaltak el a Multicont II dinamométeren és a test rögzítése után megmértük a térdfesztítő (TF) izmok maximális

forgatónyomatékát 60 fok/s állandó szögsebesség alatt. A térdhajlítók (TH) maximális forgatónyomatékát excentrikus kontrakció során határoztuk meg szintén 60 fok/s sebességet, és három ismétlést alkalmazva. A funkcionális H/Q arány a hajlítók excentrikus forgatónyomatékának és a térdfeszítők koncentrikus forgatónyomatékának arányát fejezi ki. Átlagot és szórást számítottunk. Az átlagok összehasonlítása egymintás Student-t teszttel történt. $P < 0,05$ -nél húztuk meg a szignifikancia szint határát.

Eredmények. A funkcionális H/Q arány a vizsgálat megkezdésekor $1,099 \pm 0,54$ volt, míg utána $1,09 \pm 0,338$ ($p=0,958$). Szignifikánsan nem történt változás. Ennek ellenére mind az izometráson, mind az excentrikusan edzők csoportjánál szignifikánsan nőtt a hajlítók maximális excentrikus forgatónyomatéka. Előtte $52,15 \pm 10,83$, utána $65,65 \pm 13,09$, $p=0,00021$.

Konklúzió: Hipotézisünket elvetettük, mivel a H/Q arány szignifikánsan nem változott. Feltehetően azért nem találtunk szignifikáns változást, mert nemcsak a TH excentrikus forgatónyomatéka, de a TF forgatónyomatéka is növekedést mutatott.

Kulcsszavak: HQ arány, térdhajlító izmok, excentrikus, izometriás erőfejlesztés

Falatovics Ádám

Testnevelő-gyógytestnevelő szak, II. évfolyam

Témavezető: Dr. Rácz Levente, Sporttudományi Kutató Osztály

A Baranta karikás ostor verseny terhelésvizsgálata

Bevezető: a Baranta, történelmi magyar, katonai, és népi testkultúrára épülő, a hagyományos gondolkodást, életszemléletet és nevelést felhasználó sport. A magyarság jellemző jegyeit magán viselő önálló harcművészeti stílus. 14 alapfegyvere közül egyik a karikás ostor. Először került sor e sportágban, a verseny, szervezetre gyakorolt hatásának terhelésvizsgálata.

Tanulmányunk célja, egy meghívásos ostor verseny 3 versenyszámának élettani terhelésének összehasonlító vizsgálata.

Hipotézis: *nullhipotézist* állítottunk fel. Feltételeztük, hogy a versenyszámok terhelése élettani szempontból nem különbözik egymástól.

Anyag és módszer: Korábbi versenyeken nyújtott kimagasló teljesítményei alapján kiválasztott kilenc felnőtt férfi (életkor: 27 ± 9 TM: 178 ± 3 TT: 80 ± 13) vett részt vizsgálatunkban.

Az első forduló egy 65-70 mp időtartamú egyéni formagyakorlat bemutatása, a második forduló átlagosan 2,5 min időtartalmú akadálypálya teljesítése, a harmadik szám ostorvívás szabályainak megfelelően megrendezett párbaj küzdelem volt.

A versenyt megelőzően, az egyes versenyszámok során, valamint azokat követően rögzítettük a vizsgált változókat. Nyugalomban a szívfrekvencia variabilitás (HRV) statisztikai változóit, a nyugalmi tejsav szintjét (LAC_{ny}), az egyes fordulók során a maximális szívfrekvenciát (HR_{MAX}), illetve a terhelést követő 1. percben mért tejsavszinteket ($LAC_{1-2,3}$) határoztuk meg.

A HRV, és HR adatok rögzítésére RS800 CX polar órát, valamint ProTrainer5 szoftvert, a LAC_{ny} , $LAC_{1-2,3}$ mérésére h/p/cosmos sirius típusú mobil tejsavmérő készüléket használtunk. A változók átlagait Student's T teszttel ($p \leq 0.05$), illetve az egyéni trendek összehasonlításával elemeztük.

Eredmények és Megbeszélés: a nyugalmi mérések azt igazolták, hogy a szív-keringési rendszer, és az anyagcsere szempontjából sem

optimális állapotban lévő versenyzők kerültek vizsgálatra. A nyugalmi tejsav szint csak egy személy esetében közelítette meg az optimális értéket, 7 versenyzőnél 2-3 mmol/l között, míg egy főnél az anaerob küszöbnek megfelelő 4 mmol/l fölötti értéket találtunk. A nyugalmi HR, és HRV paraméterek esetében is jelentős szórással találoztunk, főként a vegetatív idegrendszer egyensúlybontását, illetve a stressz kezelő képességet jellemző paraméterek esetében. Az egyes versenyszámok között a HR_{MAX} esetében nem találoztunk különbséget, ami a nullhipotézist igazolta. A fordulók után mért tejsavsztint átlagai statisztikailag nem különböztek és mindhárom esetben meghaladták az anaerob küszöböt. Az egyéni értékek alapján az első két fordulót követően, egy esetet kivéve, mind túllépték az anaerob küszöböt, de a párbajküzdelmek után a résztvevők 1/3-ánál találoztunk 4mmol/l-nél kisebb értéket.

Összefoglalás: jelentős, a gyakorlatba alkalmazható eredmények birtokába jutottunk. Versenyzőinknek nagyobb gondot kell fordítani a formaidőzítésre, az optimális állapot elérésére. Hasznos volt látni egyénenként is, egy többfordulós verseny szervezetre gyakorolt hatásainak dinamikáját.

Kulcsszavak: HRV, laktát, pályateszt

Heintz Bernadett

Humánkineziológia szak, MSc I. évfolyam

Témavezető: Prof. Dr. Nyakas Csaba, Konzulens: Dr. Medveczky Erika, Sporttudományi Intézet

A komplex rehabilitáció hatékony a serdülőkori elhízás kezelésében

Bevezetés

Az obezitás hazánkban is egyre gyakoribb a kisiskolás és serdülő gyermekek körében. Mindent meg kell tenni, hogy ne alakuljon ki felnőtt korra hypertonia, diabetes és következményes cardiovascularis betegség. A korai diagnosztikát követő, komplex rehabilitációs szemléletű gondozás, az eredményes prevenció feltétele. Ehhez multidiszciplináris team felállítása szükséges, melynek tagjai: mozgástudományi szakember, dietetikus és pszichológus. A holisztikus szemléletű program magában foglalja a rendszeres sportolást, speciális mozgásgyakorlatok végzését; dietetikai szempontból a megengedő étkezés, valamint az éhezés elkerülése lényeges. A program fontos eleme a pszichológiai állapotfelmérés és pszichoedukáció, szülők bevonásával. Az utógondozásban a mérések megismétlése, állapotkövetés céljából.

Módszer

Tizenöt 10 és 17 év közötti obes gyermek vett részt a háromhetes nyári táborban, a Szent János Kórház Gyermekegyógyászati Rehabilitációs Osztályán, a Testnevelési Egyetem hallgatóinak bevonásával, orvosi felügyelet mellett. A klasszikus szomatikus státusz meghatározása után fizikai és pszichológiai állapotfelméréseket végeztünk mind a felvételnél, majd középidejűn, illetve a tábor végén. A mozgásos program összeállításánál fontos szempont volt, hogy az dinamikus és statikus elemeket egyaránt tartalmazzon. A program dietetikai részének tervezésekor is az volt a cél, hogy a jójó-hatást elkerüljük, ezért nem éhezettük őket: napi 1600-1700 kalóriát fogyaszthattak (napi 5x étkezés, fokozott folyadékbevitel). Harmadik fő elemként pedig számos pszichológiai, pedagógiai jellegű foglalkozás várta a táborlakókat.

Mérés

(1) energiabevitel számítása (alapanyagcsere), (2) BMI, testösszetétel-mérés (bio-impedancia) testzsír, izomszázalék, derék, csípő, comb, illetve kar körméretek, (3) Pszichológiai felmérő tesztek, távozáskor és a follow-up részeként 3 hónappal később

Eredmények

BMI: felvételnél 39.4, távozáskor (három hét múlva) 38.0, utógondozás (3 hónap múlva) 32.2. Testsúlycsökkenés felvételtől – távozásig 5.5 ($p < 0.001$), testzsír 7.4 ($p < 0.01$), izomszázalék 4.3 ($p < 0.05$), derék körméret 3.5 ($p < 0.0005$), csípő 4.0 ($p < 0.001$), comb 4.1 ($p < 0.01$) kar 6.6 ($p < 0.0005$). A kérdőívek számos pozitív változást mutattak az életmódbeli és viselkedési szokások, a társas kapcsolatok tekintetében, mind a gyerekek, mind a szülők elmondása szerint.

Következtetések

A komplex rehabilitációs program hatékonynak bizonyult az obes fiatalok kezelésében: szignifikáns javulás mutatkozott mind az antropometriai adataik, mind a pszichés státuszuk terén. A megismételt mérések további javulást mutattak. A program szervezőinek szándéka, hogy felhívják a figyelmet a gyermekkori elhízás holisztikus szemléletű kezelésére, valamint javasolt, hogy az érintett fiatalok gondozása kifejezetten testnevelési és sporttudományi szakemberek bevonásával történjen az egészségügyi intézetekben.

Kulcsszavak: rehabilitáció, prevenció, obesitas

Lovas Adél

Humánkineziológia III. évfolyam

Témavezető: Dr. Tihanyi József, Konzulens: Dr. Szőke Zsuzsanna, Biomechanika, Kineziológia és Informatika Tanszék, MOM Sport Uszoda és Sportközpont

Új eszköz fejlesztése a Barracuda elem, és annak változatainak tanítására, szinkronúszás sportágban

Bevezetés – A szinkronúszás sportágban a Barracuda elemnek (kiszúrás) és különböző változatainak rendkívül nagy jelentősége van egy sportoló egész pályafutása során, egyik legalkalmasabb a sportágspecifikus gyorsító mérésére (M. Peric, N. Zenic 2012). Dinamikus elem révén és a sportág sajátosságából adódóan (közegváltás a végrehajtáskor, 3 dimenziós erő kifejtés) az elem tanítása, kiiskolázása meglehetősen nehéz. Ebből a gyakorlati problémából született egy új eszköz kifejlesztésének ötlete, mert edzőként szeretném hatékonyabbá és eredményesebbé tenni munkámat. Az eszköz a mozgás helyes tengelyét és irányát adja meg, ezzel segítve a sportolót a helyes testtudat kialakításában. Ehhez hasonló eszközt a műkorcsolyázás is használ (ugróhám=jumping harness), de más céllal és más felfüggesztéssel.

Hipotézisek - Kutatási hipotézisem, hogy az eszköz használatával hatékonyabbá tehető és lecsökkenthető a tanulási folyamat. Javulás érhető el (1) a testhelyzetre vonatkozóan (függőlegeshez viszonyítva), (2) a végrehajtás magasságára vonatkozóan.

Vizsgálati módszerek - A felmérésben 12 sportoló vesz részt (n=12), életkoruk 10 ± 1 év (FINA korcsoport szerint: under 12). A kutatás időtartama 6 hét, heti 2 alkalommal 6 fő az eszköz használatával, 6 fő az eszköz használata nélkül (kontrollcsoport) tanulja az elemet. Az eredmények kiértékelésekor a fentiekben említett 2 szempontot vettem figyelembe: (1) a testhelyzet, (2) a kiszúrás magassága (az adott egyén testén meghatározva, nem cm-ben mérve, hivatalos FINA bírói értékelés alapján). A szempontok kiválasztásakor alapul vettem azt a kutatást, melyben a tartott vertikális helyzetet értékelték (Winarski, Slawomir 2013), valamint a FINA hivatalos értékelési elveit. Folyamatosan dokumentálom az

adatokat, valamint a felmérés végén egy záró értékeléskor minden gyermek végrehajtja az elemet edzésen, versenyszimuláció keretében.

Eredmények – Kutatásom jelenlegi állása szerint, az eredmények még nem mutatnak szignifikáns különbséget a vizsgált és a kontroll csoport között. (1) a testhelyzetet a vertikálistól való szögeltéréssel, (2) a magasságot a bírói pontozással a testen mérhető kiemelkedés nagyságával mérem (Statica prog.) Az eddigi eredmény oka lehet, hogy teljesen szokatlan az eszköz használatával végrehajtani az elemet, ez a bizonytalanság köti le a gyerekek figyelmét és nem a saját testére figyel, még nem következett be az önálló testérzet kialakulása.

Összefoglalás – Kutatásomban az alap Barracuda vizsgálatát helyeztem előtérbe. További felméréssel a Barracuda 360° elemet vizsgálnám (melyben a süllyedés közben egy egész fordulatot tesz meg a sportoló), ehhez speciális, erre a célra gyártott csapággal egészíteném ki az eszközt. Emellett az összes tartott vertikális helyzetű elemnél használható lenne az eszköz a helyes testtudat kialakítására. A Watlicam rendszerrel szemléletesebbé tenném az eredményeket (vízfelszín alatti és feletti egy képből filmzés, törés nélkül). Fő célom a sportág edzés módszereinek fejlesztése.

Kulcsszavak: innováció, szinkronúszás, Barracuda, biomechanika

Szilágyi Borbála, Galamb Kata

Humánkineziológia BSc, III. évfolyam

Témavezető: Négyesi János, Fájdalom Ambulancia

Az öregedés befolyásolja a kinesztéziát és annak transzfer hatását a domináns oldal függvényében egészséges személyeknél (részeredmények)

Bevezetés A kinesztézia a szervezet azon képessége, mely során érzékeljük testünk, egyben végtagjaink mozgását és helyzetét. Bizonyított, hogy a bal kezes egészséges populáció tagjai kevesebb hibával hajtják végre a propiocepciós gyakorlatokat, mint a jobb kezes csoport tagjai (Goble és mtsai., 2009), mely ideganatómiai különbségekre enged következtetni. Ezen túl bizonyított, hogy a kor előrehaladtával a propiocepciós készség hanyatlik (Herter és mtsai., 2014). A konferencia keretein belül kizárólag a fiatal bal és jobbkezesek eredményeit mutatjuk be.

Hipotézis Kutatási hipotézisünk szerint nemcsak a kinesztetikus érzékelés, hanem annak végtagok közti átvitele is szignifikánsan különbözik jobb- és balkezes fiatal vizsgálati személyek között az alsó végtag tekintetében (térdízület).

Vizsgálati módszerek A vizsgálatban 16 egészséges személy vett részt (18-35 év, 8 bal kezes, 8 jobb kezes). A neurológiai és fizikai egészséget MMSE és SPPB tesztekkel ellenőriztük a vizsgálat előtt. A vizsgálati személyek térdízületét egy Cybex NORM dinamométer 90°-os szöghelyzetből kiindulva random módon 30, 45, és 60°-os szöghelyzetekbe passzívan mozgatta (szöghelyzetenként 5 alkalommal). Minden passzív mozgást követően a motor karja 5 másodperc után a kiinduló, 90°-os szöghelyzetbe állt vissza. Ezt követően a motor karja ismét elindult, a vizsgálati személy pedig igyekezett gombnyomással a lehető legpontosabban megállítani a motor karját a kívánt szöghelyzetben. Az eredményeket kétmintás t-próba segítségével elemeztük, a szignifikancia szintet $p \leq 0.05$ értékben határoztuk meg.

Eredmények A vizsgálat eredményei nem mutatnak szignifikáns különbséget sem a kinesztetikus érzékelésben ($t = 1.347$, $p = 0.078$), sem a végtagok közti átvitelben ($t = 0.406$, $p = 0.302$) bal- és

jobbkezes vizsgálati személyek között. **Összefoglalás** Korábbi vizsgálatok (Goble és mtsai., 2009) eredményeivel szemben jelen tanulmány azt mutatja, hogy nincs szignifikáns különbség a kinesztetikus érzékelésben és annak transzferében bal- és jobbkezes fiatal vizsgálati személyek között. Mindazonáltal megjegyzendő, hogy az eredmények részeredmények. A minta elemszáma kiterjesztésre kerül, mely módosíthatja a közölt eredményeket. A teljes tanulmány célja annak vizsgálata, hogy miként is alakul az ideg-izomrendszer átalakulása az öregedés során bal és jobbkezes populációk esetében. Bízunk abban, hogy eredményeink hasznos alapjául szolgálhatnak olyan terápiák kidolgozásában, melyek segíthetnek az öregedéssel járó neuromuszkuláris problémák prevenciójában.

Kulcsszavak: propiocepció, végtagok közti átvitel

Referencia

D. J. Goble, B. C. Noble, and S. H. Brown, "Proprioceptive target matching asymmetries in left-handed individuals," *Exp Brain Res*, vol. 197, pp. 403-8, Aug 2009.

T. M. Herter, S. H. Scott, and S. P. Dukelow, "Systematic changes in position sense accompany normal aging across adulthood," *J Neuroeng Rehabil*, vol. 11, p. 43, 2014.

