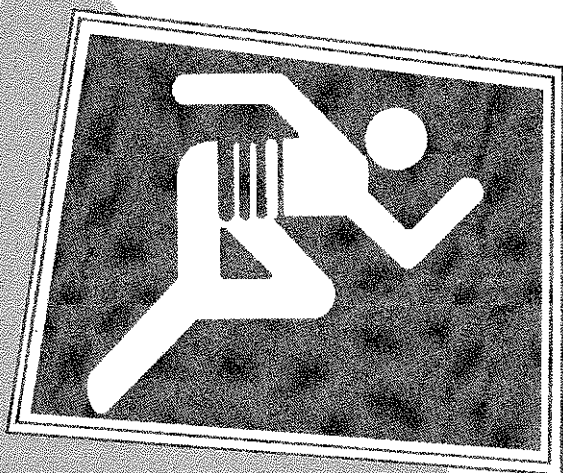


**ACTA
ACADEMIAE PAEDAGOGICAE
AGRIENSIS**

NOVA SERIES TOM. XXXV.

SECTIO SPORT



REDIGIT
LÁSZLÓ HONFI



EGER, 2008

**ACTA
ACADEMIAE PAEDAGOGICAE
AGRIENSIS**

NOVA SERIES TOM. XXXV.

SECTIO SPORT

Testnevelés, sport, rekreáció,
sporttáborok

REDIGIT
LÁSZLÓ HONFI

EGER, 2008

A szerkesztőbizottság elnöke:

Honfi László

A szerkesztőbizottság tagjai:

Gombocz János

Kristonné Bakos Magdolna

Müller Anetta

Szabó Béla

Vass Miklós

Lektorálta:

Árva László

Gombocz János

Hekliné Herbály Katalin

Vass Miklós

ISSN 1788-1579

A kiadásért felelős
az Eszterházy Károly Főiskola rektora
Megjelent az EKF Líceum Kiadó gondozásában
Igazgató: Kis-Tóth Lajos
Felelős szerkesztő: Zimányi Árpád
Műszaki szerkesztő: Nagy Sándorné
Megjelent: 2009. március Pédányszám: 50

Készítette: az Eszterházy Károly Főiskola Nyomdája, Eger
Ügyvezető: Kérészy László



ELŐSZÓ

Európai Unió tagállamként, a rendszerváltás után közel 20 évvel egyre hangsúlyosabbnak tűnik a minőségi élet, az életminőség kérdése, ami jó lehetőséget, kedvező helyzetet teremthet a testkultúra, benne a sport számára. A sport társadalmi jelentőségét nagyban erősíti a fizikai aktivitás prevenció, betegség-megelőző hatása, ami szintén összefügg az életminőség kérdéskörével. A sport hatására jelentősen emelkedik az egészségesen megélt évek száma és nő a tartós korlátozottságtól mentes várható élettartam.

Az élő sport és a sporttudomány az előzőek miatt is igen alkalmas eszköz a legfontosabb társadalmi célok, mint például a társadalmi integráció, a szocializáció, a személyiségfejlesztés, az egészséges életmódra nevelés stb. megvalósítására. Társadalmi hasznossága és fontossága tehát nem vitatható. A jelenleg fölötünk tornyosuló társadalmi és egészségügyi probléma-halmaz miatt a sporttudományi kutatások szerepe egyre inkább felértékelődik.

A lektorált szakcikkeket tartalmazó tanulmánykötet betekintést nyújt az Eszterházy Károly Főiskola Testnevelési és Sporttudományi Intézetében folyó kutatásokba. Alfabetikus sorrendben az intézet oktatói mutatkoznak be egy, vagy több szakcikkkel, néhány esetben külső kutatóval együttműködve.

A kutatási témák sokrétűek. A tanulmánykötet nem csak az elméleti síkon zajló kutatások eredményeit tartalmazza, hanem sok, gyakorlati szempontból jól alkalmazható vizsgálati eredményt is közöl.

Ezúton is köszönetet mondok a lektorálásban résztvevő, kvalifikált tudósoknak, kutatóknak, akik jelentős munkát végeztek, bírálatukkal minősítették/hitelesítették az intézetben folyó oktató- és kutatómunkát!

Leljék örömeiket a kötet lapozgatásában!

Honfi László
a szerkesztőbizottság elnöke

BÍRÓ MELINDA

Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger

College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger

E-mail: biromelinda@ektf.hu

**JAVASLAT AZ OKTATÁS STRATÉGIÁINAK,
MÓDSZEREINEK KIVÁLASZTÁSÁHOZ,
ÚSZÁSTANÍTÁSNÁL
PROPOSALS FOR BETTER APPLYING TEACHING
STRATEGIES AND METHODS IN SWIMMING
EDUCATION**

Összefoglaló

Áttekintve a neveléstudomány szakirodalmában fellelhető tanítási-tanulási stratégiákat, azt a megállapítást vonhatjuk le, hogy – számos oktatási stratégiát alkalmaznak a mozgásos cselekvések tanítására, sőt az ilyen irányú kutatások több oldalról is közelítettek a témához – de ennek ellenére az alapfokú úszásoktatásban az oktatási folyamat komplexitása, az úszómozgás és az úszástanítás számos sajátossága miatt a stratégiák meghatározása komoly nehézségekbe ütközik. A jelen tanulmányban, ezért olyan, célorientált tanítás – tanulási stratégiák és az ehhez szorosan kapcsolódó módszerek konkrét meghatározása, feltérképezése, rendszerezése a cél, amelyek az oktatás egy speciális területén, a mozgásos cselekvések oktatásában, kiemelten az úszásoktatásnál érvényesülnek.

Kulcsszavak: tanítási módszerek, oktatási stratégiák, úszás.

Abstract

After reviewing the scientific studies available in pedagogy, several strategies are found to be applied in the motor teaching-learning process and many different aspects of the topic are discussed. In basic swimming teaching it is still hard to determine the strategies, as the process is very complex and the movements and their teaching are unique. The purpose of the study is to define such teaching-learning strategies and closely related methods that can be successfully applied on the special field of motor teaching, particularly in swimming education. Goal of this research was to offer teaching – learning strategies and related methods, to make better and effective the primary school swimming education.

Keywords: teaching methods, teaching strategies, swimming.

Bevezetés

Mivel az oktatási stratégia sok résztényezőből – eljárásmodok, oktatási módszerek, szervezési módok, oktatási eszközök – áll, (amelyeket konkrét célok érdekében alkalmazunk) így a hazai és a nemzetközi kutatások és szakirodalmak is részeire bontva: a konkrét célok (*Barbadillo és Murphy 1972, Cseh 1985, García és Fritz 1986, Rheker 1996*); az alkalmazott oktatási módszerek (*Arold 1989 b, Colwin 1985, Firby 1985, Keefe 1987, Tóth 2002*); a feladatközlési módok (*Bíró és Salvara 2005*); a visszacsatolási folyamat (*Lee és mtsai 1993, Brown és Hughes 1995, Hayes 2006*); az alkalmazott oktatási eszközök (*Csaba 1988, Csaba 1991*); a szervezési módok (*Pedlar 1985, Cregeen és Noble 1988, Bíró 2007*) vizsgálják.

Számos fejlesztő stratégiát alkalmaznak, de ezek főként biomechanikai, hidrodinamikai, élettani, antropometriai alapelvekre épülnek és leginkább a magas szintű versenysport eredményeinek fejlődését vagy világklasszis versenyzők egyéni úszótechnikájának a maximalizálását szolgálják. Az alapfokú úszásoktatással kapcsolatosan inkább ajánlásokat, mintsem kutatásokat találunk. Nincs egységesen elfogadott és alkalmazott oktatási stratégiai, sőt még gyakori a stratégiamódszer fogalom egybemosódása is. Ezek a problémák adják magyarázatát a téma iránti érdeklődésünknek.

Az oktatási stratégiák típusai az úszófoglalkozásokon

Oktatási stratégiának nevezzük, amikor egy konkrét cél elérése érdekében meghatározzuk a különféle eljárásmodokat, az oktatási módszereket, kiválasztjuk a használatos szervezési módokat és az oktatási eszközöket. Mivel az úszás-tanítás-tanulás folyamatában az oktatás módszereit, a foglalkoztatási formákat és az oktatási eszközöket leginkább az oktatás helyszíne (kisvíz – mélyvíz) és tartalma (vízhez szoktatás, úszásnemek tanítása) alapján lehet leginkább körvonalazni, (Bíró 2007) ezért javaslatunk, hogy az oktatási stratégiákat – a hozzájuk tartozó módszerekkel, szervezési módokkal és oktatási eszközökkel együtt – ez alapján határozzuk meg.





Fontos megemlíteni, hogy nincs egyetlen stratégia, amely üdvözítő lenne minden oktatási helyzetben, ezért inkább azok sokrétű felhasználása, összekapcsolása más stratégiákkal, ami célravezető, így a vízhez szoktatásnál és az úszásnemek tanításánál, nem csak az általunk ajánlott stratégiák alkalmazhatók, mi egy lehetséges felosztását kívánjuk bemutatni. **(1. táblázat)**

1. táblázat / Table 1: Javaslatunk a tanítás - tanulás stratégiáinak alkalmazásához az úszásoktatás különböző fázisaiban (Bíró 2007) / Proposal for applying teaching -learning strategies to the different stage of swimming teaching (Bíró 2007)




A vízhez szoktatás stratégiái		Az úszásnemek alaptechnikáinak tanítás – tanulási stratégiái	
<i>kisvízes</i>	<i>mélyvízes</i>	<i>kisvízes</i>	<i>mélyvízes</i>
Indirekt oktatás – nyitott tanulás	Direkt oktatás – strukturált tanulás		
Indirekt oktatás – nyitott tanulás			
A játék, mint oktatási stratégia	Kondicionálás		
	Instrumentális kondicionálás		
	Programozott oktatás		
	Résztanulás Egésztanulás Egész – rész - egész		
Problémamegoldás stratégiája, (kényszerítő helyzetekkel, indirekt tanári irányítással)			
Fogalomtanítás – tanulás stratégiája			

Az úszásoktatásban alkalmazott stratégiák javaslatát, az oktatási módszerekkel, szervezési módokkal és az eszközökkel együtt táblázatba foglalva ismertetjük (2-5. táblázat / Table 2-5).


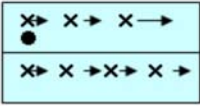
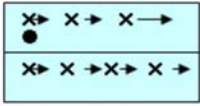
2. táblázat / Table 2: Javaslatok az oktatási stratégiák, módszerek, foglalkoztató formák és az oktatási eszközök alkalmazásához *kisvízes vízhez szoktatásnál* / Proposals for applying teaching-learning strategies and related methods, equipments and organizational tasks during *acclimatization to shallow water teaching*

Stratégia	Módszer	Foglalkozási forma	Oktatási eszköz		
Kisvízes vízhez szoktatás	Indirekt vagy induktív oktatás	Szóbeli kifejtés módszerei magyarázat beszélgetés	Cél, hogy a tanulók minél többet mozogjanak, minél több legyen az ismétlésszám. Ennek megfelelően célszerű kiválasztani a foglalkoztató formát. Leginkább az együttes és a csoportos formákat javasolunk.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Az oktatási eszközök, a kisvízes vízhez szoktatás minden gyakorlatánál alkalmazhatók (ismerkedés a vízzel, merülés, levegőkifújás, szemkinyitás, lebegés, siklás) ▪ Célszerű, minél több oktatási eszközt alkalmazni. ▪ Az oktatási eszközöket célszerű minél több variációs gyakorlatban hasznosítani <p>Egy oktatási eszköz, a vízhez szoktatás egy adott gyakorlatcsoportján belüli minél sokrétűbb, szélesebb körű alkalmazása</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ A vízhez szoktatás egy adott gyakorlatcsoportjánál (pl.: Vízbeugrás) minél több oktatási eszköz alkalmazása. (vízbeugrás, labdával, deszkával, úszógumival, bójával stb.) ▪ Eszközök: <ul style="list-style-type: none"> - Deszka - Lábbója - Labda - Polifoam rúd - Hulahopp karika - Lebegő tárgyak - Merülő tárgyak - Egyéb labdák - Otthon készített variációs eszközök - Alternatív eszközök (konzerves doboz, flakon, kavics) - Úszógumi - Játékok - Egyéb eszközök 	
	Fogalom tanítás-tanulás	Bemutató Imitálás Bemutattatás			<ul style="list-style-type: none"> ▪ osztály együttes ▪ csapat együttes ▪ osztály csoportos ▪ csapat csoportos 
	A játék, mint oktatási stratégia	Információ feldolgozási			<ul style="list-style-type: none"> ▪ Verbális - vizuális együttes módszer <ul style="list-style-type: none"> ▶ tanári magyarázat - tanári bemutatással ▶ tanári magyarázat - tanulói bemutatattal ▶ tanári magyarázat - tanári imitálással
	Indirekt vagy induktív oktatás	Egyéb verbális non verbális módszerek	Biztatás Bátorítás Buzdítás Ösztönzés		
	Játék, mint oktatási stratégia	Beidőzés módszerei	Ismétlés globális, parciális, izolációs egésztanulás résztanulás		
	Indirekt vagy induktív oktatás		Segítségadás		
	Problémamegoldás kényszerítő helyzetekkel indirekt tanári irányítással	Alkalmazás - feldolgozás módszerei	Hibajavítás		Az oktató pedagógus elhelyezkedése: Az úszásoktatásnak ebben a fázisában célszerű a tanítványok között, a vízben elhelyezkedni.
	Indirekt vagy induktív oktatás		A tanulók egyéni ismétlései		
	Indirekt vagy induktív oktatás		Utánzás		
	Játék mint stratégia	Ellenőrzés - értékelés módszerei	Játékos eljárás		
Indirekt vagy induktív oktatás	Előkészítő gyakorlatok				
		Rávezető gyakorlat			
		Kényszerítő helyzetek			
		Azonos feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás			
		Változó feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás			
Indirekt vagy induktív oktatás		<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tanári megfigyelés ▶ Tanulói ellenőrzés, (önellenőrzés) ▶ Tanári értékelés ▶ Tanulói értékelés (önértékelés) ▶ Verseny 			

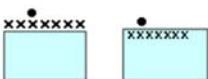
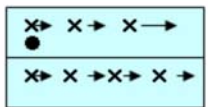
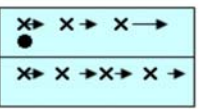
3. táblázat / Table 3: Javaslatok az oktatási stratégiák, módszerek, foglalkoztatói formák és az oktatási eszközök alkalmazásához mélyvízes vízhez szoktatásnál / Proposals for applying teaching-learning strategies and related methods, equipments and organizational tasks during acclimatization to deep water teaching

Stratégia	Módszer	Foglalkozási forma	Oktatási eszköz		
Mélyvízes vízhez szoktatás	Indirekt vagy induktív oktatás	Szóbeli kifejtés módszerei magyarázat beszélgetés	Cél, a tanulók biztonsága és hogy ne szerezzenek negatív élményeket a mélyvízben. Elkerülési kondicionálás elkerülése. Ennek megfelelően célszerű kiválasztani a foglalkoztatói formát, ami a végzett feladattól függően lehet együttes, csoportos és egyéni.	<ul style="list-style-type: none"> Az oktatási eszközök, a mélyvízes vízhez szoktatás minden gyakorlatánál alkalmazhatók (ismerkedés a vízzel, merülés, levegő-kifújás, szemkinyitás, lebegés, siklás) Célszerű, több oktatási eszközt alkalmazni. Az oktatási eszközök megválasztása a biztonságérzet, a tanulók féltreimeinek a leküzdését segítsék elő. Eszközök: Deszka Lábbója Labda Polifoam rúd Hullahopp karika Lebegő tárgyak Oktatóbot Úszógumi 	
	Fogalom tanítás-tanulás				
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás				Bemutatás Imitálás Bemutattatás
	A játék, mint oktatási stratégia				Verbális - vizuális együttes módszer ► tanári magyarázat - tanári bemutattatással ► tanári magyarázat - tanulói bemutattatással ► tanári magyarázat - tanári imitálással
	Indirekt vagy induktív oktatás	Biztatás Bátorítás Buzdítás Ösztönzés	<ul style="list-style-type: none"> osztály együttes alacsony osztálylétszámmal (tanár vízben és/vagy parton) közepesen magasabb osztálylétszámmal (12-16) de hatékony szervezésnél, jól átláthatóvá kell tenni a csoportot (a tanár medenceparton, jobban átlátja az osztályt) a tanulókat célszerű közel egymáshoz, felállítani és foglalkoztatni 		
	Játék, mint oktatási stratégia	Ismétlés globális, parciális, izolációs egésztanulási résztanulás	<ul style="list-style-type: none"> osztály csoportos magas osztálylétszám esetén, segítők nélkül az osztályt kisebb csoportokra bontjuk (a többiek várakoznak) (tanár vízben és/vagy parton) 		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás		Segítségadás		
	Indirekt vagy induktív oktatás		Hibajavítás		
	Problémamegoldás kényszerítő helyzetekkel indirekt tanári irányítással		A tanuló egyéni ismétlései		
	Indirekt vagy induktív oktatás	Utánzás	<ul style="list-style-type: none"> osztály egyéni alacsony létszámú, csoportnál (tanár vízben) egy-egy gyakorlatnál alkalmazható, de sokáig nem célszerű az alkalmazása. Nem hatékony forma, de ha a tanárnak nincs más lehetősége, ritkán alkalmazható. Nagy létszámú csoportnál nem célszerű az alkalmazása. 		
Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Játékos eljárás				
Játék mint stratégia	Előkészítő gyakorlatok				
Indirekt vagy induktív oktatás	Rávezető gyakorlat				
Ellenőrzés - értékelés módszerei	Kényszerítő helyzetek	<ul style="list-style-type: none"> csapat csoportos magas osztálylétszámmal segítő személy alkalmazható (a csapat egyik fele mélyvízes vízhez szoktatás feladatait végzi, a másik a kisvízben gyakorol vagy játszik a segítővel.) <p>Az oktató pedagógus elhelyezkedése: Az úszásoktatásnak ebben a fázisában a feladattól, a foglalkoztatói formától, az osztály létszámától is függ az oktató helyzete. Nagy létszámú osztálynál frontális osztálymunkát vagy osztály csoportos javasolunk, tanár parton (biztonsági szempontból, illetve jobban átlátja az osztályt). Kiseb létszámú csoportnál, egyenkénti vagy a csoportos foglalkoztatást javasoljuk, ahol a tanár vízben helyezkedik el.</p>			
	Indirekt vagy induktív oktatás		Azonos feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás		Változó feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás		
	Indirekt vagy induktív oktatás		<ul style="list-style-type: none"> Tanári megfigyelés Tanulói ellenőrzés, (önellenőrzés) Tanári értékelés Tanulói értékelés (önértékelés) Verseny 		

4. táblázat / Table 4: Javaslatok az oktatási stratégiák, módszerek, foglalkoztatási formák és az oktatási eszközök alkalmazásához úszásnemek tanításánál kisvízben / Proposals for applying teaching –learning strategies and related methods, equipments and organizational tasks during swimming technique teaching to shallow water

Stratégia	Módszer	Foglalkozási forma	Oktatási eszköz	
Úszásnemek oktatása kisvízben	Indirekt vagy induktív oktatás	Szöbeli kifejtés módszerei magyarázat beszélgetés fogalom tanítás - tanulás	Az úszásnemek tanításánál a didaktikai feladattól és az oktatás tartalmától függően javasoljuk a különféle szervezési módokat.	<ul style="list-style-type: none"> • Az oktatás ebben a fázisában is célszerű, több eszközt alkalmazni. • Leginkább a <ul style="list-style-type: none"> • Deszka • Lábbőja • Kisebb darabokra vágott tornarúd amit ajánlunk. • A fokozatosság figyelembevételével egyre kisebb méretű eszköz alkalmazása. • Az eszköz alkalmazkodjon az úszástudáshoz és a tanulók életkorához. • Könnyítse a feladat végrehajtását. • További eszköz, variációs, figyelem felkeltő vagy játék céljából alkalmazhatók: <ul style="list-style-type: none"> • Víz alatti (a távolság kijelölésére szolgáló merülő tárgyak) • Gumimatrac • Tornaszőnyeg • szőrdeszka
	Fogalom tanítás-tanulás	Bemutató Imitálás Bemutattatás	Új anyag tanításánál, egész osztálynak szóló információ átadásnál, tanár parton és/vagy vízben: • osztály együttes (O1)	
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Verbális - vizuális együttes módszer ▶ tanári magyarázat - tanári bemutattatással ▶ tanári magyarázat - tanulói bemutattatással ▶ tanári magyarázat - tanári imitálással		
	Indirekt vagy induktív oktatás	Biztatás Bátorítás Buzdítás Ösztönzés	Individuális információ átadásnál, tanár parton és/vagy vízben: • osztály együttes (O12)	
	Indirekt vagy induktív oktatás	Ismétlés globális, parciális, izolációs egésztanulás résztanulás		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Segítségadás	Gyakorlás gyakoroltatásnál, ismétlésnél: • osztály együttes (O12) • osztály csoportos • osztály egyéni • csapat együttes • csapat csoportos • csapat egyéni	
	Kondicionálás	A tanulók egyéni ismétlései		
	Instrumentális kondicionálás	Utánzás	Az oktató pedagógus elhelyezkedése:	
	Problémamegoldás kényszerítő helyzetekkel indirekt tanári irányítással	Játékos eljárás	Az úszásoktatásnak ebben a fázisában célszerű minél többet a tanítványok között, a vízben elhelyezkedni.	
	Programozott oktatás	Előkészítő gyakorlatok		
	Résztanulás	Rávezető gyakorlat		
	Indirekt vagy induktív oktatás	Kényszerítő helyzetek		
Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Azonos feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás			
	Változó feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás			
	Ellenőrzés - értékelés módszerei	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tanári megfigyelés ▶ Tanulói ellenőrzés, (önellenőrzés) ▶ Tanári értékelés ▶ Tanulói értékelés (önértékelés) ▶ Verseny 		

5. táblázat / Table 5: Javaslatok az oktatási stratégiák, módszerek, foglalkoztatói formák és az oktatási eszközök alkalmazásához úszásnem tanításánál mélyvízben / Proposals for applying teaching –learning strategies and related methods, equipments and organizational tasks during swimming technique teaching to deep water

Stratégia	Módszer	Foglalkozási forma	Oktatási eszköz	
Úszásnemek oktatása mélyvízben	Indirekt vagy induktív oktatás	Szöbeli kifejtés módszerei magyarázat beszélgetés fogalom tanítás - tanulás	Az úszásnemek tanításánál a didaktikai feladattól és az oktatás tartalmától függően javasoljuk a különféle szervezési módokat.	<ul style="list-style-type: none"> • Leggyakrabban alkalmazott eszközök: <ul style="list-style-type: none"> • Deszka • Lábbója Ajánljuk továbbá: <ul style="list-style-type: none"> • Kisebb darabokra vágott tornarúd (mérténél fogva könnyű kézben tartani) • Fokozatosság figyelembevételével az eszközhasználatkor. • Könnyítse a feladat végrehajtását • Alkalmazhatók továbbá: <ul style="list-style-type: none"> • merülő tárgyak (a távolság kijelölésére) • Oktatóbot (az első néhány alkalommal, amikor a tanulók mély vízbe mennek.)
	Fogalom tanítás-tanulás	Bemutató Imitálás Bemutatás	Egész osztálynak szóló információ átadásnál, hibajavításnál, értékelésnél stb. tanár parton: • osztály együttes (Of1)	
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Verbális - vizuális együttes módszer ▶ tanári magyarázat - tanári bemutattatással ▶ tanári magyarázat - tanulói bemutattatással ▶ tanári magyarázat - tanári imitálással		
	Indirekt vagy induktív oktatás	Biztatás Bátorítás Buzdítás Ösztönzés	Individuális információ átadásnál, tanár parton és/vagy vízben: • osztály együttes (Of2)	
	Indirekt vagy induktív oktatás	Ismétlés globális, parciális, izolációs egésztanulás résztanulás		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás	Segítségadás	Gyakorlás gyakoroltatásánál, ismétlésnél a csoport tudásbeli különbségektől függően: • osztály együttes (Of2) • osztály csoportos • osztály egyéni • csapat együttes • csapat csoportos • csapat egyéni	
	Kondicionálás	Hibajavítás		
	Instrumentális kondicionálás	A tanulók egyéni ismétlései	Mindegyik az a formát tanácsoljuk, amelynél a tanulók egymás után úsznak.	
	Problémamegoldás kényszerítő helyzetekkel indirekt tanári irányítással	Utánzás		
	Programozott oktatás	Játékos eljárás	Az oktató pedagógus elhelyezkedése:	
	Résztanulás	Előkészítő gyakorlatok		
	Indirekt vagy induktív oktatás	Rávezető gyakorlat	Az oktató pedagógus elhelyezkedését javasoljuk (imitált bemutatás, bemutattatás alkalmazásával)	
Direkt oktatás vagy strukturált tanulás		Kényszerítő helyzetek		
Indirekt vagy induktív oktatás	Azonos feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás	Az oktató pedagógus elhelyezkedése:		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás		Változó feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás	
Indirekt vagy induktív oktatás	▶ Tanári megfigyelés ▶ Tanulói ellenőrzés, (ellenőrzés) ▶ Tanári értékelés ▶ Tanulói értékelés (önértékelés) ▶ Verseny	Az oktató pedagógus elhelyezkedését javasoljuk (imitált bemutatás, bemutattatás alkalmazásával)		
	Direkt oktatás vagy strukturált tanulás			

Az oktatási stratégiák alkalmazása úszófoglalkozásokon

A játék, mint (indirekt) oktatási stratégia

A játék, a nevelés egyik legeredményesebb eszköze, így oktatási stratégia-ként jelentős szerepe kap az úszásoktatás folyamatában, annak is leginkább a **vízhez szoktatás fázisában**. Játék alatt, nem kizárólag a gyermekek önálló játsszadozásait értjük, - természetesen ennek is teret kell adni a foglalkozásokon – hanem oktatási tartalommal megtöltött, konkrét céllal végzett, tervezett, a tanár által irányított gyakorlatokat. Ilyen formában nem csak a játékigényt elégítjük ki, de fontos szerepet fog betölteni az ismeretfeldolgozás, az alkalmazás és a rögzítés fázisában is. Ez a stratégia **úszásnemek tanításánál** is alkalmazható, de veszélye, hogy elterelheti a tanulók figyelmét a mozgás pontos kivitelezéséről így technikai hibák kialakulásához, pontatlan gyakorlati végrehajtáshoz vezethet.

Indirekt oktatás – nyitott tanulás

Ezt az oktatási stratégiát az indirekt tanári tevékenység és önálló tanulói tevékenység jellemzi. A tanulók a mozgásos feladat végrehajtása közben, önálló tevékenység során keresik a megoldásokat, ezáltal fejlődik öntevékenységük, problémamegoldó készségük, kreativitásuk, feladatmegoldó képességük. Hatékonyan alkalmazható mind vízhez szoktatásnál, mind pedig úszásnemek tanításánál (Bíró 2006a).

A problémamegoldás stratégiája, (kényszerítő helyzetekkel, indirekt tanári irányítással)

A stratégia lényege, hogy egy problémaszituáció, annak ismeretlen elemei kiváltják a tanulóknál az érdeklődést és az igényt a probléma megoldására. (fejlesztés oktatásának indirekt tanári instrukciói például: „ugorjatok be úgy a medencébe, hogy a kezetek érjen először a vízbe!”Ezt a stratégiát a vízhez szoktatástól az úszásnemek oktatásáig, a fordulók, rajtok tanításához is javasoljuk. Alkalmazásának előnye, hogy a tanulók saját maguk, élményszerűen fedezik fel a megoldások variációit.

Direkt oktatás – strukturált tanulás

Sportági készségek elsajátításának egyik lehetséges stratégiája. A stratégia, a tanár – tanuló interakciókban a tanuló felől megközelítve, a **strukturált tanulás**, amelynek tanári megfelelője a **direkt, deduktív tanítás**. Az egyes úszásnemek alapszabályainak oktatására, illetve az egyes mozgásformák tökéletesítésére is kiváló. A tanulás a tanári információátadást követően állandó tanári irányítás

mellett megy végbe. A tanár magyaráz, bemutat, gyakoroltat, hibát javít, segítséget ad, megfigyel, folyamatosan ellenőrzi a tanuló teljesítményt, értékeli. A tanulói tevékenység legfőbb jellemzői, az információk befogadása, megértése, majd ez alapján a végrehajtás, gyakorlás, alkalmazás. (A stratégia különféle formái lehetnek: a résztanulás, egésztanulás és az egész – rész – egésztanulás)

Kondicionálás

„Az ismeretek alkalmazása, gyakorlása jelenti ennek a tanulási módnak egyszerűen kifejezett lényegét.”¹ A mozgástanulás célja, a mozgás technikájának automatizálása, mozgáskészség kialakítása. Folyamatos gyakorlás, ismétlések hatására, egy bizonyos idő eltelte után az úszástechnika rögzül. A kondicionálás egyik legfontosabb feltétele a két inger többszöri, tér-időbeli érintkezése, a gyakorlás. Ez a stratégia az úszásnemek technikai begyakorlásának, készségek kialakulásának egyik lehetséges módja.

Instrumentális kondicionálás

Véletlen mozgások gyakorlása révén sikeres és sikertelen próbálkozások közepette tanuljuk meg a mozgásokat. **Bernstein** (cit. Nádori 1978) szerint az akaratlagos és bonyolult mozgáscselekvéseket az adott probléma, az egyén előtt álló feladat váltja ki. Az instrumentális kondicionálás, hasonlóan a klasszikus változathoz az úszásoktatásban a gyakorlás- gyakoroltatás során alkalmazzuk. A kondicionálás mindkét formája kiváltható negatív ingerre is ezt, **elkerülési kondicionálásnak** nevezzük. Amikor tanítványainkat negatív ingerhatás éri (*fejesugrásnál hasra érkezik a tanuló*) a későbbiekben minden hasonló ingerre, elkerülő mozgásreakcióval válaszol (*nem hajlandó fejest ugrani*). Cél, hogy ezt a fajta kondicionálást elkerüljük.

Programozott oktatás

Az úszástanítás folyamatában programozott oktatáson, logikai sémák elsajátítását értjük. Az oktatásra kerülő mozgásanyagot logikai struktúrák szempontjából felbontjuk, kisebb lépésekre tagolva az oktatási folyamatot. Ezt követően lépésről - lépésre, a logikai elemeket, összekapcsolva (kartempó, lábmozgás, levegővétel) jutunk el a tartalomhoz.

¹ Nagy S. Az oktatásemélet alapkérdései. Tankönyvkiadó, Budapest, 1984: 163.

Fogalomtanítás – tanulás stratégiája

Minden mozgástanításnál, így az úszásoktatásban is nélkülözhetetlen, hogy a tanulók tisztába legyenek azokkal a fogalmakkal, amelyek a mozgástanítás szempontjából lényegesek (spicc, pipa, stb.). A tanítványok, főleg fiatalabb életkorban nemcsak mozgástapasztalattal, de az úszómozgásra vonatkozó fogalmi ismeretekkel sem rendelkeznek. A fogalom tanítása tanulása során nem csak az egyes úszásnemek nevét, de a hozzájuk tartozó szaknyelvi anyagot, alaphelyzetek, mozgások kifejezéseit is elsajátítják.

Az oktatási módszere egyfajta csoportosítása az úszásoktatásban

Előzetes tapasztalataink, a szakirodalom és a kutatási eredményeink (Bíró 2007) alapján az oktatási módszerek egyfajta csoportosítását végeztük el. **(6. táblázat)**

6. táblázat /Table 6: Az oktatási módszerek egyfajta csoportosítása az úszásoktatásban / Classification of swimming teaching-learning methods

A vízhez szoktatás gyakorlatait és az úszómozgás megismerését, megértését segítő módszerek

Szóbeli kifejtés módszerei (magyarázat, beszélgetés, hasonlat)

Bemutatás, imitálás, bemutattatás

Verbális - vizuális együttes módszer

tanári magyarázat - tanulói bemutattatással

tanári magyarázat – tanári imitálással

tanári magyarázat - egyéb vizuális információval

(digitális vagy videó felvétel elemzése)

Egyéb verbális – non verbális módszerek

Bíztatás

Bátorítás

Buzdítás

Ösztönzés

Beidegzés módszerei

Ismétlés (globális, parciális, izolációs) (egésztanulás, résztanulás)

Segítségadás

Hibajavítás

A tanulók egyéni ismétlései

Alkalmazás - feldolgozás módszerei

Játékos eljárás

Tanári gyakorlatok Előkészítő gyakorlatok

Rávezető gyakorlat

Kényszerítő helyzetek

A tanuló önálló Utánzás

gyakorlása Azonos feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás
Változó feltételek közötti gyakorlás, gyakoroltatás

Ellenőrzés – értékelés módszerei

Tanári megfigyelés
Tanulói ellenőrzés, (önellenőrzés)
Tanári értékelés
Tanulói értékelés (önértékelés)
Verseny
Digitális vagy videó felvétel

A vízhez szoktatás gyakorlatait és az úszómozgás megismerését, megértését segítő módszereknél, *verbális*, *vizuális* és *verbális – vizuális együttes* módszereket különböztettünk meg. A szakirodalmak és a felméréseink tapasztalatai alapján a következő javaslatokat fogalmazzuk meg:

A *verbális módszerek* legyenek rövidek, személyre szabottak, oktatási tartalommal bírók. (Kivételt ez alól egyedül a beszélgetés módszere képezhet, amelyek lehetnek szakmai irányú, a tanuló érzelmeinek megismerésére irányuló, ok feltáró, ösztönző, bátorító célzatúak is. A szakmai irányú beszélgetéseknek inkább az úszóversenyzők képzésénél tulajdonítunk nagyobb szerepet, mint az általános iskolai oktatásban.) Az információ átadásának egyik speciális formája az úszásoktatásban, a *hasonlat*, amellyel segítjük a feladat végrehajtását, annak megértését. A *vizuális módszerek*, fontosságát az ismeretek elsajátításánál túl, kiemelten hangsúlyoznánk a beidegzés és az alkalmazás feldolgozás módszereinél is. Mivel uszodai környezetben, a számos gátló tényező miatt a tanulók nem hallják megfelelően a tanár verbális instrukcióit, ezért gyakran csak a látás útján érkező ingerek alapján jutnak információhoz. Vízben, ahol az ingerek befogadása nehezített, jelentősebb szerepet kell, hogy kapjanak a vizuális módszerek. Mind a közvetlen, mind a közvetett szemléltetéshez válasszunk kedvező foglalkoztatási formát, annak kialakítása, váltása legyen gyors. A tanulók megfelelő szögből lássák a mozgást, ügyeljünk továbbá arra, hogy ne várokozzanak sokat, ne fázzanak. Számos előnye (kevesebb szervezést igényel, gyorsabb, individualizált, stb.) miatt a szemléltetés más formáját (*imitálás*, *magyarázat közbeni imitálás*), célzott, személyre szóló alkalmazását javasoljuk. Az imitálás, az úszásoktatásban betöltött szerepe és jelenléte miatt indokolja, hogy külön metodikaként tárgyaljuk. Imitáláson értjük a fej, a test illetve egyes végtagok olyan mozdulatait, ami jelentős mértékben tartalmaz technikai végrehajtásra jellemző jegyeket. Olyan speciális szemléltetési forma, amely nem a mozgás egészének, bemutatását jelenti, hanem annak egyes részeit, részmozzanatait, amely gyakran nem is a mozgást végző végtaggal imitáltan szemléltetését jelenti. Az imitálás végezhető a mozgást végző testrésszel, végtaggal, annak kisebb kiterjedésű, mozdulataival. Végezhető azonos, de csak egy végtaggal, nem a mozgást végző testrésszel, de imitálható a részmozgások együttese vagy akár mozdulatsor, a

mozgás ritmusa is. További előnye – ami alkalmazása mellett szól – hogy véghezjuttathatjuk a mozgás végrehajtás helyén a vízben és a szárazföldön is, gyors, kevés időt vesz el a gyakorlástól.

Javasoljuk továbbá a verbális – vizuális együttes módszerek, az oktatás tartalmának és helyszínének megfelelő mértékű, gyakori alkalmazását. Az együttes módszerek előnye ugyanis, hogy az információ átadás közben, ha minél több kommunikációs csatornán érkezik az információ, annál hatékonyabb lesz a befogadás. Így a több csatornán érkező többféle információ, verbális és vizuális együttese nagyobb határfokot érhet el. Verbális információt, a pedagógus magyarázata, a vizuális, a tanuló – tanári bemutatás, az egyéb vizuális bemutatás illetve a tanári imitálás szolgáltathatja.

A számos verbális módszert kiegészítik azok a tanári eljárások, amelyek a mozgástanítás ezen a speciális területén a pedagógus, verbális nem verbális megnyilvánulásaiiban jelentkeznek. Ezek a módszerek, a **bíztatás, bátorítás, buzdítás, ösztönzés**. Gyakori az úszás közbeni módozatuk, amikor a pedagógus, csak egy karmozdulattal, bólogatással, szemöldökfelhúzással, kacsintással, mosollyal jelez a tanuló felé. Ezek számos formáját, a tanári kategóriák részletes kidolgozásánál soroltuk fel. Gyakori használatukat tanácsoljuk.

A beidegzés módszerei közé soroltuk az ismétlés különféle formáinak, a segítségadás és a hibajavítás módszereit. Verbálisan legyenek rövidek, személyre szabottak, informatívak, rendelkezzenek oktatási tartalommal. Az úszásoktatásban a segítségadás más módszerekkel való kombinálását és alkalmazását is tanácsoljuk.

A hibajavítás, a mozgáshibák feltárására és kijavítására alkalmazott módszer, amelynek egyfelől verbális, másfelől vizuális összetevői is vannak. Leginkább személyre szóló hibajavítást, a verbális magyarázat mellé csatolt vizuális információkat (imitálás alkalmazását) javasolunk.

Az alkalmazás – feldolgozás módszereihez a tanári gyakoroltatást és a tanulóknak önálló gyakorlásait soroltuk. Mind az alkalmazás, mind pedig a feldolgozás módszerei közt jelentős szerepet játszik a gyakorlás – gyakoroltatás összetett módszere. Ennek az úszásoktatásban egyfelől feldolgozó szerepe van, hiszen segít kialakítani a helyes mozgásképet, (alkalmazó gyakorlás), de ugyancsak jelentős a szerepe a finomkoordináció megszilárdításában, a rögzítésben. Általános alapelvei, természetesen az úszásoktatásban is érvényesek. A gyakorlás mindhárom formáját (**rész-, egész-, egész - rész - egész gyakorlás**) alkalmazzuk. A gyakorlásnak számtalan formája és variációja lehetséges. Ezek közül, az úszásoktatásban a leginkább alkalmazottak, a játékos eljárások, az előkészítő, rávezető gyakorlatok, kényszerítő helyzetek, azonos, illetve változó feltételek közötti gyakorlás és a problémamegoldás módszere.

Az ellenőrzés – értékelés módszerének a mozgástanulás minden fázisában lényeges szerep jut, az ismeretszerzés, a jártasságok, készségek kialakításánál,

megszilárdításánál. Ennek egyik leggyakoribb módszere az úszófoglalkozásokon a **tanári megfigyelés**. Gyakran „az oktató részéről eredményesebb, a türelmes, csendes irányítás, ami elsősorban azt jelenti, hogy figyel, nézi, javítja a tanítványok kísérleteit”². A megfigyelt úszófoglalkozásokon ez a tanári módszer fordult elő leggyakrabban. Számos módszer egészít ki, ilyenek, a verbális - vizuális információátadás metódusai, a segítségadás, hibajavítás, értékelés. További fontos módszerek a **tanulói ellenőrzés, önellenőrzés, amely önmegfigyelés** segítségével lehetséges. A rendszeres, **tanári értékelés**, amelynek mindegyik formájával (helyzetfeltáró – diagnosztikus, formáló – segítő, összegző) találkozhatunk, az elhangzott kritériumok pedig segítenek a **tanulók értékelési** eljárásaiban, amellyel másokat, illetve önmagukat is képesek lesznek értékelni.

Utoljára, de nem utolsó sorban egy fontos módszert kell még megemlíteni, a **versenyt**, amely egyfelől segít a tanulók értékrendjének, önmaguk értékelésének kialakulásában, de másfelől viszont gátolhatja is azt, téves értékelés kialakulásához, sőt a technika torzulásához vezethet. Emiatt ezt a módszert mindig óvatosan kell alkalmazni. A mozgástanulás kezdetén, a versenyzés, pontosabban az, hogy ki úszik gyorsabban, gátolja a helyes technika kialakulását. Ugyanis a durva koordinációs szakaszban, előfordul, hogy egy hibás mozdulat gyorsabb haladást eredményez, így a verseny megerősítheti a tanulóban, a helytelen mozgásokat, rossz beidegződéseket eredményezhet. A technika tanulás időszakában, az úszásnemek tanításánál általában arra törekszünk, hogy a tanuló saját mozgására, annak helyes technikai végrehajtására törekedjen. Abban az esetben, ha versenyeztetjük a tanulókat, mindez felborul és a győzelem lesz számukra a fontos, nem a pontosan kivitelezett mozgás. Természetesen a versenyszellemet nem kiölve, de a technikailag helyesen végrehajtott úszómozgást megkövetelve, célszerű úgy megválasztani foglalkoztatási formákat, hogy a mozgástanulás során a tanulóknak ne mások legyőzése legyen a cél. A versenyzésnél ezért célszerű olyan feladatokban megmérteni a tanulókat, aminél már vagy rögzült a technikájuk, vagy kevesebb a technikai torzulás veszélye (gyors lábtempó). Versenyezhetnek a tanulók játékos feladatokkal (merülések, ugrások, stb.) és az úszómozgástól eltérő mozgásformákban is (futás). A tanulók tanár általi értékelésének és önmaguk kiértékelésének is egyik lehetősége, amikor a modern technika felhasználásával, **digitális vagy videó felvételt** készítve a tanulókról, azt kielemezzük. Az úszásban, mivel vizuálisan a tanulók nem látják a komplett mozgásukat, csak annak egyes fázisainak megfigyelésére van mód) ezért gyakran csak saját mozgáselképzelésükre hagyatkoznak, ezért igen hatásos, amikor a tanulók kívülről szemlélhetik saját úzásukat.

Összegzés A tanulmányban az általános iskolai úzásoktatás megkönnyítésére és annak hatékonyságának növelése érdekében, oktatási stratégiák és az ahhoz

² **Tóth Á.** Úszás oktatása, sportági szakmódszertan. Semmelweis Egyetem Testnevelés és Sporttudományi Kar, Budapest, 2002: 85.

szorosan kapcsolódó oktatási módszerek elemeztük, csoportosítottuk. A jelen tanulmányban nem térünk ki részletesen a stratégiákhoz szorosan kapcsolódó didaktikai eszközökre, szervezési módokra, ezek bemutatása és ajánlása korábbi tanulmányban (Bíró 2006, Bíró 2007) már megtörtént. Táblázatba foglaltuk az oktatási stratégiák minden komponensét, amelyet az úszásoktatás különböző fázisaiban és az oktatás helyszíne szerint csoportosítottunk. Fontosnak tartjuk megemlíteni, hogy nincs egyetlen stratégia, amely üdvözítő lenne minden oktatási helyzetben, ezért inkább azok sokrétű felhasználása, összekapcsolása más stratégiákkal, ami célravezető, így a vízhez szoktatásnál és az úszásnemek tanításánál, nem csak az általunk ajánlott stratégiák alkalmazhatók, mi egy lehetséges felosztását kívánjuk bemutatni.

Felhasznált irodalom:

- Arold I. Az úszásoktatásban alkalmazandó módszerek. In: Arold I. (szerk.), Az úszás oktatása. (2. kiadás) Sport, Budapest, 1989b: 17–23.
- Barbadillo J, Murphy MM. Teaching the Very Young to Swim. Association Press, New York, 1972: 16–23.
- Bátori B. (1991) A testnevelés elmélete és módszertana. Budapest, 208–237.
- Báthory Z. (1985) Tanítás és tanulás. Tankönyvkiadó, Budapest, 24.
- Báthory Z. (1985) A pedagógiai értékelés, és annak tantervi alkalmazása. Magyar Pedagógia, 2.
- Báthory Z. (1997) Tanulók, iskolák – különbségek, egy differenciális tanításemélet vázlat. (második kiadás), Okker Kiadó, Budapest, 200–201.
- Báthory Z. (2000) Tanulók, iskolák, különbségek. (3. kiadás), Okker Kiadó, Budapest, 201–210.
- Bíró M. (2006a) Tanítási-tanulási stratégiák a mozgásos cselekvéstanítás speciális területén, az úszásoktatásban. Új Pedagógiai Szemle, 9: 62–71.
- Bíró M. (2006) Az interakció sajátossága az általános iskolai úszásoktatásban. Az Eszterházy Károly Főiskola Tudományos Közleményei, Új Sorozat, Tanulmányok a sporttudományok köréből, Eger, 33 (1): 23–34.
- Bíró M. (2007) Tanítási- tanulási stratégiák az általános iskolai úszásoktatásban, különös hangsúllyal az interakciós helyzetekre. Doktori disszertáció, Semmelweis Egyetem, Nevelés- és Sporttudományok Doktori Iskola, 144 p.
- Bíró M. (2007) A szervezés módjainak és a foglalkoztatás formáinak megválasztása az úszásoktatásban. Az Eszterházy Károly Főiskola Tudományos Közleményei, Új Sorozat, Tanulmányok a sporttudományok köréből, Eger, (2): 11–28.
- Bíró M, Salvara IM. (2005) Student – teacher interaction analysis of teaching of swimming. Kalokagathia 18 (3): 85–91.
- Bíró M. (2007) Survey of different types of communication in swimming education. Physical Education and Sport, 51: 1–4.
- Bíró M, Biróné NE, Fügedi B, Révész L, Szabó B, Honfi L. (2007) Examination of teaching - learning process in swimming applying Chaffers' system of interaction categories. Educational Research and Reviews, 2 (4): 064–073.
- Biróné NE. (2004) Sportpedagógia. Kézikönyv a testnevelés és sport pedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához. Dialóg Campus Kiadó, Budapest, 73, 115.

- Brown D, Hughes M. (1995) The effectiveness of quantitative and qualitative feedback in improving performance in squash. In: Reilly T, Hughes MD, Lees A (eds.), *Science and Racket Sports*. E& FN Spon, London, 232–37.
- Colwin CM. (1985) Teaching Freestyle. *Swimming Times*, Technical Supplement, 1: 2–6.
- Cregeen A, Noble J. (1988) *Swimming Games and Activities*. A&C Black, London, 4–7.
- Csaba L. (1988) A segédeszközökkel történő úszásoktatás első tapasztalatai. *Testnevelés és Sporttudomány*, 2: 87–91.
- Csaba L. (1991) A segédeszközökkel történő úszásoktatás tapasztalatai. *Testnevelés és Sporttudomány*, 4: 24–34.
- Cseh I. (1985) Tanítsunk úszni korszerűen, gyorsan és jól. *Testnevelés Tanítása* 2: 51–53.
- Falus I. (1998) Az oktatás stratégiái és módszerei. In: Falus I. (szerk.), *Didaktika, Elméleti alapok a tanítás tanuláshoz*. Nemzeti tankönyvkiadó, Budapest, 271–322.
- Falus I. (2001) Az oktatási módszerek kiválasztására és alkalmazására vonatkozó nézetek. In: Falus I, Golnhofér E, Kotschy B, M. Nádas M, Szokolszky Á (szerk.), *A pedagógusok pedagógiája*. Nemzeti tankönyvkiadó, 232–258.
- Firby H. (1985) Fundamentals of Breaststroke for Novice Swimmers. *Swimming Times*, 7: 1–7.
- García de Pita ML, Fritz HJ. (1986) Learning Swimming in Deep Water. *International Journal of Physical Education*, 2: 2–8.
- Hayes W. (2006) Communication in Swimming Teaching-maximising Feedback to the Learner, <http://coachesinfo.com/category/swimming/128>
- Keefe F. (1987) Key Teaching Points in Each Stroke. *Swimming Times Technical Supplement*, 11: 2–8.
- Lee AM, Keh NC, Magill RA. (1993) Instructional effects of teacher feedback in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 12: 228–243.
- Nagy S. (1984) *Az oktatáselmélet alapkérdései*. Tankönyvkiadó, Budapest, 163.
- Nádori L. A sportmozgások oktatásának módszertani problémái. In: Nádori L (szerk.), *A sport és testnevelés időszerű kérdései*. Sport. Budapest, 1978: 20–190.
- Pedlar JM. (1985) Planning a Beginner's Lesson. *Swimming Times*, 10: 46–47.
- Rheker U. (1996) Integrationsport – Sport ohne Aussonderung. Darstellung eines praxisorientierten Ansatzes einer differenzirten Integrationspädagogik für den Sport von Menschen mit unterschiedlichen Voraussetzungen. Paderborn, 42.
- Rétsági E, Hamar P. (2004) A testnevelés és sport oktatáselméleti alapjai. In: Bironé NE (szerk.), *Sportpedagógia, Kézikönyv a testnevelés és sportpedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához*. Dialóg Campus Kiadó, Pécs. 173–220.
- Rétsági E. (2004) A testnevelés tantárgy – pedagógiája. *Dialóg Campus Kiadó, Pécs* 93–157.
- Révész L., Bognár J., Marina IS., Gita Sz., Bíró M. (2007) Curriculum Development as related to the Teaching of Swimming in Hungary. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 1(2): 156–165.
- Tóth Á. (2002) *Úszás oktatása, sportági szakmódszertan*. Semmelweis Egyetem Testnevelés és Sporttudományi Kar, Budapest, 85.

HIDVÉGI PÉTER – HONFI LÁSZLÓ

Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger

College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger

E-mail: hidvegi@ektf.hu

FOGYATÉKOS SZEMÉLYEK REKREÁCIÓJA RECREATION OF HANDICAPPED

„A rekreáció sajátos attitűdöt, életstílust is jelent. Olyan tevékenység, amelyben a verejtéknek nincsen verejtékszaga, hanem gyöngyözése örömmé, elégedettséggé, új fizikai szellemi alkotóerővé nemesedik.”

(Rókusfalvy Pál)

Összefoglaló

A jelenlegi helyzet, ami most van Magyarországon a rekreáció terén, a fogyatékosok körében (legyen az integrált vagy szegregált intézményi keretek között) rendkívül gyenge alapokon nyugszik, melynek oka elsősorban a fogyatékosokkal szembeni előítélet, tehát maga a társadalmi közfelfogás. Szeretnénk felhívni a társadalom figyelmét a téma fontosságára, aktualitására, hogy szükségét érezzék az emberek a rekreációs tevékenységek megteremtését a fogyatékos személyek körében is.

Kulcsszavak: fogyatékos emberek sportja, testkulturális ismeretek, rekreáció.

Abstract

The present situation which is in Hungary today in the sphere of recreation (it can be within integral or segregated institution frameworks) is based upon extremely weak basis, and the reason of that is principally the prejudice against handicapped, therefore itself the social opinion. I would like to call the students' attention to the importance of the topic to feel the need for the creation of recreation activities among handicapped too.

Keywords: sport for people with disability, body culture, recreation.

A rekreáció fogalmának értelmezése

A sporttal, szabadidővel kapcsolatos fogalmaknak a mai magyar társadalomban nincs egységes értelmezésük. A fogalmak egzakt értelmezése szempontjából szükséges az egyes kategóriákat több oldalról is megvizsgálni (Gáldi, 2004).

A **rekreáció** latin eredetű szó, jelentése visszaalkotni, újraalkotni vagy helyreállítani. Általánosan elterjedt értelmezése felfrissülés, pihenés, erögyűjtés, illetve az ezt szolgáló tevékenységek összessége. „A rekreáció nemzetközi értelmezésben a szabadidő eltöltés kultúrája, ezen belül a jó közérzet, a jól-érzés, a jól-lét megteremtése.” (Téczely, 2000).

A rekreáció a munkában elfáradt ember kikapcsolódását, pihenését, munkarejének (bővített) újratermelését jelenti, de a többé válást is magába foglalja (Kovács, 2003).

Eszközül természetesen a rekreáció sok mindent felhasználhat, így a sportot is. A sport az ember életében, életmódjában nem nélkülözhető (Bíróné, 1994). Érdekes a **szabadidő** fogalmát is tisztázni, melyen munkán, tanuláson, a hozzá tartozó utazáson, a fiziológiai szükségletek kielégítésén túl fennmaradó, szabad felhasználású időt értjük (Kovács, 2000). Tulajdonképpen ez a két fogalom nem választható szét egymástól. A rekreáció a szabadidő része és a szabadidő része a rekreáció is (Márkné, 1976). A szabadidő fontos szerepet játszik az ember társadalmi életében, viselkedésében, más emberekkel való kapcsolataiban. A szabadidő közvetlen összefüggésben van az egyén szociális fejlődésével. (Ponomarjov, 1966).

Az egészségügyi Világszervezet (WHO) az **egészség** fogalmának meghatározásakor nagy jelentőséget tulajdonít a rekreációnak. Eszerint az egészség a teljes testi, szellemi és szociális jólét állapota, nem csupán a betegség illetve a testi nyomorúság hiánya. Mindhárom területért elsősorban az egészségügy, egészségpolitika a felelős ám meghatározott és nagyon is hangsúlyos szerepe van a rekreációnak mindhárom szférában (Téczely, 2000).

A rekreációs tevékenység célja szerint lehet pihenés, kulturálódás, fitness, azonban eredményoldali célkitűzése a tartalmasan megélt minőségi élet (Gáldi, 2004).

A rekreációs tevékenység célja a munkaképesség megőrzése; a teljesítőképesség javítása; pihenés, felüdülés, szórakozás, kulturálódás; a szabadidő kulturált, hasznos eltöltése; minőségi élet élése. Eredményoldala: egészséges életmód; hosszú, minőségi élet (Kovács, 2003).

Ángyán (2000) kifogásolja, hogy mindmáig nem sikerült megfelelő magyar kifejezést találni a rekreáció, illetve a fitness helyett és igyekszik kerülni ezeket a szavakat és csak akkor használná, ha pontosan körül lehetne határolni, mit is jelentenek (Ángyán, 2000).

A legtöbb embernek hazánkban ez a fogalom sajnos még nem sokat mond. A rekreáció fogalma nehezen vált ismertté és elfogadottá Magyarországon, sőt mi

több bizonyos szakértők szerint kellően át nem gondolt akciókkal, megnyilvánulásokkal és szervezésekkel országunkra jellemzően félreértelmezve szűkítetten terjedt el. Egyeseknek nem jelent mást, mint kalandsportot, unikum sportot. Másoknak a sportbéli „másságot” a hagyományos sportokon túli tevékenységet jelenti (*Tkalcsec, 2001*).

A hazai irodalomban találkoztunk *Báthory (1985)*, *Kozmanovics (1989)*, *Harsányi (1991)* *Dobozy, Jakabházy (1992)*, *Kovács (2003)* rekreációs meghatározásaival.

„Rekreációnak nevezzük azokat az egyéni és társadalmi érdekeket kielégítő, pozitív magatartásformákat, amelyek az ember jó fizikai, szellemi és szociális közérzetének megteremtésére, a hatékony cselekvőképesség, optimális teljesítményképesség újrateremtésére, illetve felújítására irányulnak.” (*Báthory, 1985*).

„Rekreáció alatt tágabb értelemben azt értjük, hogy a munkában, sokszor az egyoldalú monoton munkában elfáradt ember minél rövidebb idő alatt kipihenje magát testi, szellemi fáradtságot egyaránt- hogy képes legyen munkaerejét megújítva ismét önfenntartó tevékenységet végezni.” (*Kozmanovics, 1989*).

„A rekreáció szabadidőben az aktív pihenés érdekében, szabad elhatározás alapján örömmel végzett minden olyan kulturális, társas és mozgásos tevékenység, amelyet a napi fő elfoglaltság által okozott fáradtság, feszültség oldása, a testi-lelki teljesítőképesség helyreállítása, fokozása érdekében művel az ember.” (*Harsányi, 1991*).

„A rekreáció az ember egészségének, munkaképességének újratermelését jelenti.” (*Dobozy–Jakabházy, 1992*). A rekreáció során kifejtett fizikai aktivitás terjedelme igen tág, formája és sokfélesége révén. Mindegyik fajtája szerint segít teljesíteni funkcióját, kifejleszteni a különböző emberi adottságokat, illetve eleget tenni különböző szükségességének (*Dobozy, 1994*).

A rekreáció a munkában elfáradt ember kikapcsolódását, pihenését, munkaerejének (bővített) újratermelését jelenti, de a többé válást is magába foglalja (*Kovács, 2003*).

A rekreációval különböző nemzetközi egészségügyi, kulturális és sportszervezetek is foglalkoznak. Így a Világ Szabadidős és Rekreációs Szövetség (World Leisure and Recreation Association) az Európai Szabadidős és Rekreációs Szövetség, (European Leisure and Recreation) mely része a világszövetségnek, az életformát kívánja javítani a szabadidő helyes felhasználásával, a rekreációval (*Téczely, 2004*).

A rekreáció turizmusban betöltött szerepét hangsúlyozza *Könyves-Müller (2001)*. „A turistákban – legyen szó bármilyen jellegű turizmusban résztvevőkről – napjainkban egyre fokozódó igényként jelentkezik a különböző programok nyújtotta élmények szerzése (aktív turizmus), az üdülésre, pihenésre fordított idő tartalmas eltöltése.” Így a turisztikai szervezetek törekednek arra, hogy egész évben rekreációs programok álljanak a turisták igényeinek kielégítésére.

Karcag és Cserkeszlő fürdő kutatásának eredményei is igazolják a turisták rekreációs keresleti igényeit. A vendéglégedettség adataiban a fürdőlátogatók hiányzó kínálati elemként jelölték meg a csúszdát, sportolási lehetőséget, játszótérrel, gyógy-szolgáltatásokat, stb., amelyek lehetőséget biztosítanak a több generáció fürdővel való elégedettségének növeléséhez (*Könyves–Müller–Szalay–Szabó 2005*).

Fontos, hogy a gyermekek diákként minél több lehetőséget megismerjenek a felüdülésre, az önmegevalósításra, önkifejezésre, szellemi vagy fizikai erőnlétének javítására, hiszen akkor később is olyan szabadidős tevékenységet választanak, amelyek segítik a tudatosabb, teljesebb életvitel megvalósításában (*Pásztor, 2002*). A sporttevékenység oktatási tevékenységé is válhat. A szándék itt nem csupán a fiatalok testi és jellembeli formálása, hanem az is, hogy megszeressék ezt a tevékenységet, hogy egész életükben képesek legyenek élvezni az aktív pihenést (*Dumazedier, 1968*).

Rekreáció világszerte

Európa

Az első átfogó érvényű rekreációs programokat (Trimm and Fitness mozgalmak) a skandináv országok dolgozták ki. Ebbe **Norvégiában** az első ciklusban (1960–1966) a lakosság 10%-át, a másodikban (1967–1972) 30%-át, a harmadikban (1973–1982) 62%-át kapcsolták be. **Svédországban** több mint 5000 rekreációs csoportot hoztak létre, amivel a felnőtt lakosság közel 50%-nak a rendszeres sportfoglalkoztatását oldották meg. **Finnországban** a sport és a sporttevékenység főleg a klubok és az egyesületek hálózatán keresztül szervezett. Kb.: 6000 sportklub van és 100 nemzeti szövetség, amely tagsága a finn össznépszerűség 20%-át teszi ki (*Kalevi, 1970*). Később munkahelyi feladatként jelenik meg a rekreáció. 1982-től négyévenként rendezett országos testnevelési és sportfesztiváljai hasonlítanak az egykori szocialista „szpartakiádokhoz”, azzal a kifejezett megköttetéssel, hogy itt nem a bajnokok kiválasztása és ünnepi demonstrálása a cél, hanem a tömegek rendszeres foglalkoztatása (*Kovács, 2003*). Finnországban a sporttörvény 1999-ben lépett életbe törvényi kereteket biztosítva az élsport és rekreáció számára. A törvény támogatja a civil kezdeményezéseket, segíti a gyermekek és fiatalok testi-lelki fejlődését, erősíti az egyenlő esélyért folyó küzdelmet, védi a kulturális különbségeket és fenntartja a fejlődést. A sporttörvény kötelezi az államot és az önkormányzatokat a sport általános feltételeinek megteremtésére (*Lajtos, 1999*). A skandináv országok életvezetési kultúrájának megalapozása már korán az iskolai nevelésben megvalósul, a rekreációs módszer a testnevelés tantervébe épül (*Kovács, 2003*).

Belgiumban a sport alapját a klubok alkotják. 1 350 000 tagja van 17 500 sport klubnak. A sportklubok összesen 90 sportszövetséghez tartoznak. A kor-

mányzat szerepe, hogy segítse az állampolgárok sportba való bekapcsolódását és támogassa a társadalmi kezdeményezéseket (*Lality, 1999*).

Európában elsőként **Lengyelország** fertőződött meg a rekreációval. A Varsói Testnevelési Egyetemen már 1975-ben tantárgy lett a rekreáció és nemcsak a sport-rekreáció, majd a 80-as évek második felében az összes felsőoktatási intézményben bevezették (*Kovács, 2003*).

Mint láthatjuk, a nyugati országokban már régóta az emberek mindennapjaihoz tartozik a rekreáció, senki nem találja ezt furcsának, szokatlannak. Ezek a társadalmak felismerték és elfogadták, értékrendjükbe építették a szabadidő hasznos eltöltését (*Varga, 2003*).

Amerikai Egyesült Államok

1907-ben indult meg az első rekreációs folyóirat Amerikában Playground, majd Recreation címmel. Amerikában a szabadidősport szinonimájaként a sport-rekreáció kifejezést használják (*Clayne, é.n.*). A századforduló utáni gazdasági válság és a háborúk nem segítették a mozgalom továbbfejlődését, újrakedése az 50-60-as évekre tehető (*Szabó, 2002*). Egy 1950-es vizsgálat adatai szerint (*Hans Kraus, Sonja Weber, cit. Kovács 2000*) az USA 6-16 éves korú iskolásainak edzettségi szintje csaknem 10%-kal marad az európai gyerekéké alatt. Az USA akkori elnöke Eisenhower 1956-ban fittségi konferenciát hívott össze, amelyen erőnléti offenzívát hirdetett meg, elsősorban az ülő életmód, a gyermekkényeztetés bornírtsága, az autóközlekedés okozta elpuhultság és az akkor divatos ifjúsági pinceklubok egészségtelen szokásai ellen irányítva (*Kovács, 2000*).

A 60-as évek fittségi mozgalmának vezéralakja J. F. Kennedy lett. Az elpuhult amerikai című vezércikkéé Pulitzer díjat kapott. Választási kampányában egy új, sportos, egészséges embereszmény megvalósítását tűzte ki célul. 1961-ben futóteszteket szervezett, valamint meghirdette a kerékpáron a fittség felé akciót (*Jakabházy, 1992*).

A hatvanas évek végén a rekreációs szervezeteket beléptették a Nemzeti Nevelési Szövetségbe. 1971-ben Nixon, az akkori elnök az Erőnlétkutató Bizottságot Országos jogkörű tanácsadó és felügyelő szervezetté alakította. Ennek a szervezetnek az első feladata az ifjúság erőnlétének fokozásával kapcsolatos intézkedések kidolgozása volt (*Kovács, 2003*).

Amerikában a táplálkozásban és az életmódban bekövetkezett változások legnagyobb úttörője Kenneth H. Cooper volt (már a 60-as évek végén meghirdette a fizikai aktivitás az aerob testedzés mindennapjainkba való beillesztésének szükségességét.) Az elnökök minden lehetséges alkalommal demonstrálták a fizikai aktivitás fontosságát. A rendszeresen sportoló felnőttek létszáma az USA-ban rendkívül gyorsan emelkedett, (1968 előtti 25%-ról 1977-ben 47%-ra) va-

lamint az amerikai tizenévesek több mint 50%-a végez valamilyen sporttevékenységet (Cooper, 1990).

Napjainkban Amerikában a pihenés és a szabadidős tevékenységek iránt megnőtt az igény. A szabadidős tevékenységek közül legfőképp a sport van a középpontban, ezen belül is a különböző kint végezhető rekreációs tevékenységek közül is leginkább az amerikai foci, baseball és a kosárlabda a legnépszerűbbek. Ezen okból kevesebb figyelmet kap a benti szabadidős tevékenységek, mint pl.: színház, múzeum.

A legjelentősebb szabadidősport nemzetközi szervezet napjainkban a Sport for All. Nemzetközi szervezete a TAFISA (Trimm and Fitness International Sport For All Association). A szervezet alapidokumentumait az Európa Tanács 1975-ben, Brüsszelben tette közzé European Sport for All Charter címen, amiben a lakosság rendszeres fizikai aktivitásának sportolásának fontosságát rögzítették. A Nemzetközi Sport for All Szövetség végül is 1982-ben alakult meg Strassbourban, hazánk 1992-től tagja (Dobozy–Jakabházy, 1997).

„Itt kell megjegyezni, hogy a fogyatékosok sportját a „Sport mindenkinek” mozgalmak ösztönzik a legkevésbé. Egy nemrégiben, ötvenhét országban végzett felmérés során a kutatók mindössze három olyan országot találtak, ahol a fogyatékos népességet a „Sport mindenkinek” kampányok, programok szempontjából célcsoportnak tekintették.” (Földesiné, 1997).

1977-ben a WHO meghirdette az „**Egészséget mindenkinek 2000-re**” programot 4 területen (az egészséget befolyásoló életmód, az egészségre ható rizikófaktorok és a környezet, az ellátó rendszerek, a kormányok multiszektorális egészségpolitikája) melyet 38 célkitűzésre bontottak le és 33 országra terjesztettek ki (köztük hazánkra is). A célkitűzések közül 20 rövidtávon 1990-ig, 5 középtávon 1995-ig, és 13 hosszútávon 2000-ig megvalósítandó volt. Hazánk ebből a kormány szinten felvállalt programból kihátrált (Kovács, 2003).

Magyarország

A lakosság egészségének katasztrofális romlása a 60–70-es években irányította rá a figyelmet a szabadidőre és ezzel együtt a rekreációra. Ehhez járult az ország viszonylagos gazdasági fejlődése, a határok megnyitása és a 70-es évek elején végzett kiegészítő képzésre is (Szabó, 2002). Az állam részben kényelmi okokból, részben a demokrácia látszatát keltve „leadta” a szabadidő szervezés, a kulturálódás és az üdültetés jogát-feladatát. A diákokét a Magyar Úttörő Szövetség és a KISZ látta el. A munkavállalók fenti funkciónak megfelelő intézményei a Szakszervezetek voltak.

A rendszerváltás az állam kivonulását jelentette a sportból, ezzel sok rekreációs program is elsorvadt. Új szervezetként a Magyar Diáksport Szövetség és a Magyar Egyetemi–Főiskolai Sportszövetség jött létre. Lakossági célközönséggel a sportszervezésben támadt úrt a Magyar Szabadidősport Szövetség igyekszik

kitölteni. Mára már üzlet lett a szabadidő és ezen belül a sportrekreáció is. Megjelentek a civil szervezetek, szabadidő, futó és életmód klubok. Megnőtt a szabadidő sport iránti érdeklődés, egyre több futóversenyt, futófesztiválokat, távúszó versenyeket rendeznek. Nagyon sok cég és elsősorban világcég karolta fel a rekreációs tömegversenyt, egyre több cég rendez dolgozóinak rekreációs hétvégéket. A média is egyre többet foglalkozik a témával, rengeteg könyv és újságcikk jelenik meg az egészséges életmóddal kapcsolatban (*Szabó, 2002*). Megjelent ezen a területen a Fogyatékosok Nemzetközi Sportszövetsége (FoNeSz). A 2000. évi CXLV Sporttörvény XI. fejezetében rendelkezett a Nemzeti Szabadidősport Szövetség létrehozásáról. A törvény kimondja, hogy ... „A testkultúra az egyetemes kultúra része, az egészségvédelem, a megelőzés és a rekreáció fontos eszköze, a szabadidő eltöltésének társadalmilag is hasznos módja. A testnevelés és a sport jelentős szerepet tölt be az ifjúság erkölcsi-fizikai nevelésében, a személyiség formálásában.” 2001 májusában a törvénynek megfelelően a 6 legjelentősebb országos szervezet valamint a FoNeSz létrehozta a NSzSZ-t. A legnagyobb gond, hogy a létrehozott Szövetség nem képes a szabadidősport teljes vertikumát lefedni, továbbá az, hogy több szervezetben is keveredik a magas szintű versenysport a szabadidősporttal (*Kovács, 2003*).

A rekreáció hazai történetéből azonban a szakemberképzés múltja sem hiányozhat. 1984-től kezdődően a testnevelő tanárképzésben tantárgyként szerepelt a Magyar Testnevelési Egyetemen (TF, ma SE TSK) és az egri Ho Si Minh tanárképző főiskolán (ma Eszterházy Károly Főiskola) a sportrekreáció. 1989-ben az **ELTE** Tanárképző Főiskola megindítja nappali tagozatos, kétszakos rendszerben a felsőfokú rekreációs szakemberképzést. 1994-től a Szegedi Tanárképző Főiskola szintén megindítja a rekreátorképzést. 1996-tól a **Fitness Akadémia** tömegesen képez középfokú rekreációs szakembereket. 2002-től indult a **Testnevelési Egyetemen** az első évfolyama az egyszakos képzésnek (*Kovács, 2003*).

A fogyatékoság jelentésváltozatai

„A fogyatékoság a gyógyypedagógia központi fogalma. Az elnevezés az orvosi terminológiából származik. A maradandó és tartós biológiai károsodásokat, testi alapváltozásokat és a hozzájuk társuló személyiség változásokat jelöli.” (*Spaller, 2006*). A fogyatékoság alapvető és régi szakmai fogalom, jelentéstartalma azonban még ma sem egységes. A fogyatékoság fogalmának legáltalánosabb jelentéstartalma a biológiai állapot megváltozását, a testi, idegrendszeri, tulajdonságterületek körében fennálló visszafordíthatatlan sérülés, károsodás defektus. A fogyatékoság fogalmának jelentéstartalma egyrészt attól függ, hogy a fogalom értelmezési köre milyen tulajdonságterületre terjed ki, másrészt attól, hogy a fogalom az egyes tulajdonság területek milyen összefüggését jelöli meg (*Illyés, 2000*).

„A fogyatékoság fogalmának orvostudományi jelentése elsősorban a biológiai károsodás és a többi tulajdonság terület következményes elváltozását foglalja össze. A biológiai károsodás és a többi tulajdonság kapcsolatának lehetséges formája az, amikor egy tulajdonság már semmilyen kapcsolatban nincs a biológiai károsodással.” (Kullmann, 1990).

Göllesz szerint a fogyatékoság a szenzoros, motorikus vagy mentális képességek részleges vagy teljes hiányát jelenti, mely szintén lehet átmeneti vagy részleges (Göllesz, 1990).

„A fogyatékoság az átlagtól, a „normálistól” való negatív irányú eltérést jelöli. A fogyatékoság jelöli meg azt a tulajdonságot vagy tulajdonságcsoporthoz, amely rászorulttá teszi a gyermeket a gyógypedagógiai ellátásra. A fogyatékos ember megjelölésére gyakran használják a „fogyatékos” megnevezést. A köznapiban beszédben gyakran halljuk: „a gyógypedagógia a fogyatékosokkal foglalkozik”, „a fogyatékosok éve a figyelmet a fogyatékosokra terelte” stb. Külföldön a szakmai és hivatalos nyelv már nem a fogyatékos megjelölést, hanem a „fogyatékos ember”, „fogyatékos személy”, „emberek fogyatékosággal” elnevezést használja.” (Illyés, 2000).

Színezi az új átfogó népességfogalmak palettáját a **fogyatékos személyek** megjelölés, amely a fogyatékosággal élő személyek rövidített változata. Fontos számon tartanunk, mert például az **1998. évi esélyegyenlőségi törvény** következetesen ezt használja. „Értelmező rendelkezések” alcím alatt ezt olvashatjuk:

„4.§ E törvény alkalmazásában

a, ”fogyatékos személy: az, aki érzékszervi-így különösen látás-, hallás-, szervi, mozgásszervi, értelmi képességeit jelentős mértékben vagy egyáltalán nem birtokolja, illetőleg a kommunikációjában számottevően korlátozott, és ez számára tartós hiányt jelent a társadalmi életben való aktív részvétel során” (Esélyegyenlőségi törvény, 1998). Ez a fogyatékos személy fogalomértelmezés megegyezik a klasszikus (biológiai) fogyatékoságfogalom értelmezésével. „Magyarországon napjainkban megjelent és szórványosan, de például a médiában elég gyakran használt „fogyatékkal élő személyek” elnevezést a fogyatékosággal élő személyek civil szervezetei, mint rossz hangzású, bántó kifejezést, a gyógypedagógus szakemberek, pedig mint nyelvhelyességi és szakmai szempontból egyaránt rossznak tartott átfogó fogalom használatát ellenzik.” (Gordosné, 2004).

Fogyatékos személyek, mint a társadalom egyenjogú tagjai

Az évszázadok során a fogyatékos emberek megítélése a velük szemben felállított állásfoglalások változtak. Az ókorban a fogyatékoság külső megnyilvánulásai súlyos bélyeget jelentettek. Abban az időben illetve korban a fogyatékoság egyenlő volt a bűnnel vagy legalábbis igen szoros kapcsolatban álltak egymással. A tökéletes képességgel nem rendelkező személyt a társadalom kire-

kesztette, nem fogadta be. A fogyatékos emberek egy teljesen elzárt közösségben éltek, szinte megvonva minden érintkezést, kapcsolatot a társadalom ép „szabad” tagjaival. A változást az ipari forradalom, a termelés fejlődése hozta, lassan kibontakozott a rehabilitációs tevékenység, a gyógykezelés, oktatás, foglalkoztatás terén, hisz egyre nyilvánvalóvá vált, hogy ezek a sérült emberek hiába vesznek részt a termelés folyamatában, gondoskodást igényelnek. Ennek következtében a fogyatékoság szociális problémává vált. Elfogadott tény lett, hogy a fogyatékos embert rehabilitálni kell, valamilyen módon ki kell egyenlíteni. Egyre inkább nyilvánvalóvá vált, hogy nem elég csak a gondoskodást illetve a rehabilitációt, hanem a teljesen „független” életet kell számukra is megteremteni már amennyire állapotuk súlyossága ezt lehetővé teszi (*Dobozy–Jakabházy, 1992*).

Az ENSZ 1959. november 20-án elfogadott nyilatkozata tartalmazta a gyermekek jogait. Aminek az ötödik pontja fogalmazza meg a fogyatékosok helyzetét, miszerint is a testileg és szellemileg elmaradott vagy társadalmi szempontból hátrányos helyzetű gyermekek különleges kezelésre, nevelésre, gondozásra jogosultak. Így a fogyatékosok jogait is az emberi jogokban kell keresni, hisz ők is a társadalom egyenjogú tagjai, számukra is meg kell teremteni azokat a körülményeket, amelyben emberhez méltóan tudnak élni. Dr. Sid Wolinsky a Berkeley-i Fogyatékos Jogok Központjának vezető megbízottja 1993-ban tanulmányozta a fogyatékos emberek helyzetét Magyarországon. Tanulmány szerint a hazánkban élő fogyatékos emberek helyzete, jogaik érvényesítése igen rossz helyzetben van. Igen kevés a fogyatékos embereket megcélzó kormányzati tevékenység (*Karlik, 1999*).

A fogyatékos emberrel való első találkozáskor a látható jellegzetességek alapján alkotott vélemény és az érintett emberről alkotott vélemény mindig előbb megfogalmazódik a kívülállóban, mint hogy magát az embert megismerné. Általános és konkrét előítéleteik vannak az embernek egy-egy fogyatékoság jelenségéről, annak lényegének és sajátosságainak ismerete nélkül. A fogyatékos emberről a látható kép valóban sokszor szokatlan, és nem túl vonzó. Aki nem naponta találkozik ezzel a látvánnyal, abban félelmet, borzongást kelthet maga a látvány is. Sajnos keservesen tapasztaljuk, hogy bizony sok ember és közösség gyorsan ítéletet alkot, és eszerint is viselkedik (*Wisinger, 2003*).

A fogyatékoság ügyének megjelenése a sporttudományban

A sporttudomány multidiszciplináris tudományág, mely a sporttevékenységet folytató embert és a testkultúra történeti, szociológiai és pedagógiai vetületeit vizsgálja. A fogyatékoság sporthoz kapcsolódó kérdései, annak speciális vonatkozásai, külön és hangsúlyozott fejezetét képezhetik a sporttudománynak, abban részterületet követelnek maguknak. Ennek megvilágítására elég, ha a tudományág főbb kérdéseit megfogalmazzuk, melyek a rendszeres fizikai aktivitás

rekreatív, prevenciós és rehabilitációs hatásait firtatják. Ha ehhez a szociális integrációs hatást is hozzávesszük, nyilvánvalóvá válnak a gyógypedagógia és a sporttudomány átfedési területei. A fogyatékosok kérdése elsősorban társadalomtudományi vonatkozásban jelenik meg a leghangsúlyosabb módon. Ilyen a sport, mint integrációs, vagy mint rehabilitációs eszköz felvetése. Azt kell állítanunk tehát, hogy a fogyatékosokkal kapcsolatos speciális kérdések, bővítik a sporttudomány felvetéseinek repertoárját, illetve színesítik elmélyítik azokat, gyakorlatilag tálcán kínálva a kutatásra váró témaköröket. Bár napjainkban több jelentős vizsgálat, kutatás is zajlik a fogyatékosok testi fejlettségével, antropometriai mutatóival, sporton keresztül szocializációjukkal kapcsolatban, a terület kutatottsága, még sok kívánnivalót hagy maga után.

A fogyatékosok ügyének sporttudományon belüli, múltbéli elhanyagoltságának oka, elsősorban a szakemberek hiányában keresendő. Ma a gyógypedagógusok és sportszakemberek egymás szakmája felé való nyitása tette lehetővé az együttműködést, és a tudományterületen belüli vizsgálatok, kutatások lendületbe hozását (Osváth, 2004).

Sport és fogyatékosok Európában

Európában az egyik legnagyobb változás, hogy a fogyatékos sport iránt egyre nagyobb a megértés és a hírközlés. A fizikai aktivitás és a sport programok az egyes országokban különböző megnevezések alatt futnak. **Finnországban:** Sport és fizikai aktivitás a munkaképtelen egyéneknek, **Dániában:** Munkaképtelen sport, **Németországban:** Mozgásnevelés. A károsodás, fogyatékosok, akadályozottság definíciói az egész világon elfogadott, az aktuális használata országról országra változó.

Európában a sport programok a fogyatékosok számára is mindenütt megtalálhatóak, többek közt az iskolákban és a sport klubokban. A legfőbb kérdés azonban, hogy mennyire megközelíthetőek és hozzáférhetőek a sportolási és rekreációs lehetőségek. **Dániában** 45%-ban a sporttevékenységeket valamilyen sportklubban űzik, közülük valamennyiben fogyatékosok is tudnak sportolni, ezen kívül létezik pár különálló, független sport klub kifejezetten látássérülteknek, süketeknek és középsúlyos fogyatékosoknak. **Norvégiában** és **Svédországban** a fogyatékosok sportja strukturálisan hasonló a Dánhoz. **Finnországban** a fogyatékosok sport szokásai némileg eltér a fent említett országokétól. Külön csoportok vannak a fogyatékosoknak, időseknek és azoknak a személyeknek, akik hosszú betegségben szenvednek. A finn sportklubok nagyon elterjedtek, de csak az utóbbi időben nyílik rá lehetőség, hogy a fogyatékosok is használhassák. 4 főbb sport szervezet van (rehabilitáció, testnevelést az iskolákban, sport mindenkinek és versenysportot a fogyatékkal élők számára) melyek azért felelősek, hogy a legfőbb sportformákat ellássák (Gita, 2004).

Rekreáció a gyógypedagógiában

Magyarország lakosainak közel 10%-a valamilyen mértékben a fogyatékosok közé sorolható. Sajnos a tendencia nem kedvező, az iskolás gyereke és a fiatalok körében egyre nő azok aránya, akik valamilyen szervi, vagy funkcionális probléma miatt egyáltalán nem vesznek részt az iskolai testnevelésben és sportban. Az épeket és a fogyatékosokat az is megkülönbözteti, hogy az egészséges életmód lehetősége a fogyatékos emberek számára ma még sokkal nehezebben elérhető, mint ép embertársaiké (*Köpf, 2002*). A testi nevelés kérdésköre, pedagógiai szerepe a gyógypedagógiában-ahogyan az épek nevelésében, fejlesztésében is hangsúlyos szerepet követel magának. A rekreáció és szabadidős tevékenység nemcsak gyermekkorban, hanem a fogyatékos személyek felnőtté válásának is nagyon fontos komponense, hogy hozzá segítse őket a teljes és kielégítő élethez (*Recreation Programs for Adults, 2002*). A testi fejlesztés sportban megnyilvánuló változata megérdemelt jelentőségéhez képest mégis kevesebb figyelmet kap, pedig a sport olyan összetett fiziológiai, szociális pedagógiai és emocionális hatással bír, amely megfelelő kézben páratlan eszköz az életminőség javítására. Múltbéli hátrányos helyzete talán abból ered, hogy a gyógypedagógia szakemberei kevésbé értettek a sportszakma alkalmazásának módszeréhez, a sportszakemberek pedig-gyógypedagógiai ismeretek hiányában-érthető módon nem merészkedtek a fogyatékos ügy területére.

A gyógypedagógia és a rekreáció rendkívül gyenge alapokon nyugszik, ennek oka elsősorban a fogyatékosokkal szembeni előítélet, tehát maga a társadalmi közfelfogás (*Lality, 1999*).

Közismert tény, hogy a sportnak számos szempontból, előnyös hatása van az emberek életére. Évszázadok bizonyítják, hogy az egészség megalapozásának az akaraterő fejlesztésének, a versenyszellem kialakításán a testnevelés és a sport a legeredményesebb módja (*Bitskey, 2002*). Sok tanulmányban vizsgálták a **sport** és az **életminőség** kapcsolatát. Ez a felvetés különösen hangsúlyos a fogyatékos személyek esetében, akiknek a hétköznapi élet területén számtalan akadállyal kell megküzdeniük. Ennek ellenére, meglehetősen kevés kutató foglalkozik ennek tanulmányozásával. A gyógypedagógusok és a sportszakemberek szoros együttműködése eredményezheti a megoldást, a kutatások lendületbe hozására. A sport rendkívül jó eszköz a fogyatékosok életminőségének javításában (*Osváth, 2004*).

A fogyatékos személyeknek is igényük van arra, hogy a mozgást adó lehetőségekkel megismerkedhessenek, és ezzel együtt ők is ugyanúgy igénybe vehessék a sporthoz szükséges sportlétesítményeket, illetve sporteszközöket (*Lengyel, 2002*).

Kevés gyógypedagógus, illetve sportszakember merészkedett a fizikai aktivitás kiváltotta terhelést, mint a nevelésben, jó közérzet kialakításában, életminő-

ség javításban nagyszerűen használható eszközt, rendszeresen és szisztematikusan alkalmazni gondozottaiknál, tanulóiknál (*Osváth, 2004*).

A fogyatékosok sportja magába foglalja mindazok sporttevékenységét, akiknek bármely testi vagy szellemi képessége korlátozott, vagyis beletartozik a mozgássérültek, a gyengén látók és vakok, gyengén hallók és süketek, a szellemi fogyatékosok, sőt bizonyos fokig titkolható, nem nyilvánvaló fogyatékosokban (allergia, cukorbetegség, dyslexia, mentális zavar) szenvedők sportja is, tekintet nélkül arra, hogy részvételük célja megelőzés, rekreáció, versenyzés vagy rehabilitáció. A helyesen kiválasztott sportág, olyan rekreációs lehetőséget rejt magában egy fogyatékos számára, mely hozzásegítheti őket sok pozitív élményhez. A sport lényegéhez tartozó humanizmus megköveteli, hogy ne csupán az ép emberek testének fejlesztését vállalja fel, hanem minden emberi lényét, függetlenül testi és szellemi képességeiktől. Ebből a szemléletből az következik, hogy a fogyatékosok sportjának fő feladata, legalábbis részben, megegyezik a fizikailag és mentálisan teljesen ép népesség sportjának rendeltetésével (*Földesiné, 1997*).

A rekreáció nagyon sok mindenben segítséget nyújt a fogyatékos embereknek. Lehetőséget nyújt arra, hogy újra felfedezhessék magukat, hogy olyan képességeket hozzon elő bennük, amik esetleg eddig rejtve maradtak, valamint egyéni fogyatékosági típusoknak megfelelően elvezethet az önérzet, a függetlenség növekedéséhez és a fizikai jóléthez (*Bonnar, 1997*). Rekreációs tevékenységeik kifejtése közben nagymértékben járulhatnak fizikai és szellemi fejlődésükhöz (*Nagy, 2004*). A rekreációs programok tág teret adhatnak az általános iskolákban és az eltérő általános iskolákba járó gyerekek együttes tevékenységének is. Itt nem a megmértetés a cél, hanem a szórakozáson, a kikapcsolódáson a hasznos időtöltésen van a hangsúly (*Fabikné, 1995*).

Milyen hatásokat, élményeket tapasztalhatnak a rekreáció során a fogyatékkal élők?

A rekreáció nagyon jó hatást gyakorolhat a fogyatékos emberek *érzelmi életére*, hisz a magukba zárkózott, rossz kedélyállapottal küszködők számára a rendszeres testedzés stabilizáló értékű, s ennek hatására az élet egyéb területein is javul a munka határfoka, rendeződhetnek az emberi kapcsolatok (*Zászkaliczki, 2004*).

A rekreáció egyik legrégebb és legáltalánosabb igazolása a *feloldódás*. A feszültség és merevség csökkentése, felszabadulás az idegfeszültség alól. A fogyatékos ember számára mindez rendkívüli jelentőséggel bír. A társadalomban való életük tele van feszültséggel a másság, a megbélyegzés miatt.

Önfelfedezés által olyan képességek, érdeklődési területek kerülhetnek felszínre, amiket eddig nem tapasztalt meg az illető, vagy eddig nem realizálódtak.

A sérült embereknek még fontosabb, hogy ezeket felfedezzék, és ez által nőhet az önbizalmuk.

Nagy szerepe van a rekreációnak az **önmagukról alkotott kép** javulásában, hisz könnyen megbélyegezetté válhatnak, melyet negatív hatásként élnek meg. Olyan tulajdonságokra hívhatják fel a figyelmet, amelyeket talán ők észre sem vesznek vagy talán nincsenek is jelen, de az előítéletek alapján beskatulyázzák őket. A rekreáció segíthet ezeket a gátakat ledönteni (*Lality, 1999*).

Személyiségünk kialakulásában jelentős mértékben befolyásolják a társadalom részéről érkező **visszajelzések**, amelyek egész életük alakulásában meghatározóak lehetnek. Sajnos a fogyatékosok következtében ezek a visszajelzések sokszor negatív csengésűek lehetnek. A rekreáció során alkalmunk nyílik találkozni olyan emberekkel, akikre a találkozás és az esetleges személyes kontaktus pozitív hatást gyakorolhat. A rekreáció nem a fogyatékosok és a nem fogyatékosok számára elkülönített helyen történik, ezért alkalom nyílik az épek és sérültek találkozására. A sporton keresztül társadalmi megbecsülést, elismerést szerezhetnek, amely az önbizalom fejlesztésének kiváló eszköze. A társakhoz fűződő viszonyok alakulhatnak, fejlődhetnek. A közösségért való küzdelem értéke megnő. A közös érdeklődési terület összehozhatja az embereket, amely által még barátságot is köthetnek. A fogyatékos emberek kiléphetnek a társadalom, esetleg önmaguk által is elszeparált külön világukból. A rekreáció színterein lehetőség szerint ismerkedhetnek, és őket is megismerhetik ép társaik. Közvetlen érintkezés, tapasztalat segíthet a fogyatékosokkal szembeni negatív szemlélet leküzdésében. A sport és a testmozgás a fogyatékos emberek életében betöltött pozitív szerepéhez ma már nem fér kétség. Rengeteg tapasztalat és eredmény bizonyítja az egészséges életre nevelés fontosságát és a rekreációs tevékenység szellemi és fizikai téren jelentkező hatását (*Karlik, 1999*).

A szabadidő megszervezése illetve hasznos eltöltése a fogyatékkal élők esetében több problémát felvet. Egyik fő nehézség a lehetőségek szűkössége, ehhez nagymértékben hozzájárulnak a fogyatékosokkal kapcsolatos társadalmi előítéletek, valamint a fogyatékosokkal járó stigma, melyek következtében nem szívesen érintkeznek az egészséges emberek a sérültekkel.

Óriási lehetőségek rejlenek a sport rekreációban, pozitív fejlesztő hatása megszámlálhatatlan sok van, s ezek a pozitív hatások indokolják a rekreációs tevékenységek fontosságát és szükségességét a gyógypedagógiában.

A szakembereké a feladat, hogy a fogyatékosok bio-pszicho-szociális determináltságát kedvezően befolyásolják, többek között a rekreációs tevékenységek által, mely lehetővé teszi számukra a sikeres társadalmi beilleszkedést, integrálódást (*MEOSZ*).

„Mindezért a fogyatékosok sportjának is az a célja, hogy kifejlessze az önbecsülés érzését, megerősítse az önbizalmat, versenyszellemet alakítson ki, mely a fogyatékosok társadalomba való be-, illetve visszailleszkedésének fontos feltétele.” (*Guttmann, 1976*).

Összegzés

A fent leírtakból azt a következtetést vonhatjuk le, hogy Magyarországnak még van mit fejlődnie a fogyatékos személyek rekreációs tevékenységével kapcsolatban. Míg külföldön egyre több lehetőség tárul eléjük addig Magyarországon csak elvétve találkozhatunk olyan sport klubokkal, ahol a fogyatékos személyeket is elfogadják.

Nagyon fontos lenne, hogy a különböző területeken dolgozó szakemberek (rekreátorok, gyógypedagógusok, testnevelők) egymással együttműködjenek. Az Országos Fogyatékosügyi Program is kimondja: „a sportszakember képzés területén mind a fogyatékos szakemberek képzésére, mind az ép emberek képzésének fejlesztésére nagyobb figyelmet kell fordítani annak értelmében, hogy a fogyatékos sportolókkal is tudjanak a szükséges ismeretek birtokában a speciális igényeknek megfelelően foglalkozni.” (*Országos Fogyatékosügyi Program 100/1999 XII.10.*). Az integráció felé haladva elkerülhetetlen, hogy fogyatékos gyermeket tanítsunk, valamint gyógypedagógiai szabadidős tevékenységet szervezzünk tanulóinknak. Ezért folyamatosan arra kell törekednünk, hogy a felsőoktatásban tanulók jobban átlássák egymás szakterületét.

Úde foltot jelenthet a területen az az örömdetes tény, hogy a Bologna-folyamat által kikényszerített mesterképzésben megalapításra került a fogyatékosok rekreációja tanár szakképzettség, ami második tanárszakként vehető fel a testkulturális szakemberképzésben tanuló hallgatók részére.

Irodalomjegyzék

1. BITSKEY A. (1992): *Rekreáció: egészség, életmód, erőnlét, sport felkészítés a helyes életmódra*. Szakdolgozat, ELTE-BGGYF.
2. BÍRÓNÉ N. E. (1994): *Sportpedagógia*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
3. BONNAR K. (1997): *Psychologica/Mental skills Disability sports*.
4. CLAYNE R. JENSEN (é.n.): *Outdoor recreation in America*. Fifth Edition, Brigham Young University.
5. COOPER H. K. (1990): *A tökéletes közérzet programja*. Sport Kiadó, Budapest
6. DAVID H. és mtrs. (1997): *Why people recreate*. Life Enhancement Publications Champaign, Illinois.
7. DOBOZY L. (1994): *Életerő, életöröm*. Magyar Könyvklub, Budapest.
8. DOBOZY L., JAKABHÁZY L. (1992): *Sportrekreáció*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
9. DUMAZEIDER J. (1968): *Some remarks on sociological problems in relation to Physical education and sport*. International Review Sport sociology 3. pp. 5–18.
10. FABIKNÉ V. ZS. (1995): *Akadályozott gyermekek rekreációs ellátása a szabadidős tevékenység ismertetése a „Fecskepalota program” bemutatásával*. Szakdolgozat, ELTE-BGGYF.
11. FÖLDESINÉ SZ. GY. (1997): *Proklamáció a fogyatékoság sportjáért*, Testnevelési és Sporttudomány, Tanulmányok, 28. évfolyam 2. 9–16.

12. GÁLDI G. (2002): *Fizikai aktivitás Magyarországon az ezredfordulón*. Magyar Sporttudományi Szemle, 3–4. 7.
13. GÁLDI G. (2004): *Szabadidő struktúra és fizikai rekreáció Magyarországon 1963–2000 között, életmód időmérleg vizsgálatok tükrében*. Semmelweis Egyetem Doktori Iskola, Nevelés-és Sporttudományi Doktori Iskola, Budapest.
14. GITA SZ. és mtrs. (2004): *Sport and Disability: Comparative Study of European Countries*. Magyar Sporttudományi Szemle, 4. 41-43, 2004.
15. GORDOSNÉ SZ. A. (2004): *Bevezető általános gyógypedagógiai ismeretek*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest 85.
16. GÖLLESZ V. (1990): *Gyógypedagógiai kórtan*. Tankönyvkiadó, Budapest.
17. GUTTMANN, S. L. (1976): *Sports for the Physically Handicapped*. Paris Unesco.
18. HARSÁNYI L. (1987): *Prevenció-rekreáció-rehabilitáció*, Egészségnevelés, 38. évfolyam 4-5. 194-198.
19. ILLYÉS S. (2000): *Gyógypedagógiai alapismeretek*. Oktatási minisztérium, Budapest.
20. JAKABHÁZY L. (1997): *Fittkontroll I*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
21. JAKABHÁZY L. (1995): *Prevenció-rekreáció-rehabilitáció*. Kongresszus, Lillafüred „A” szekció.
22. KALEVI H. (1970): *Surrey of the value orientations of Finnish sport leaders VII: Szociológiai Világkongresszus, Várna*.
23. KARLIK V. (1999): *A fogyatékosok társadalmába való beilleszkedése a rekreáció segítségével*. Szakdolgozat, ELTE–BGGYF.
24. KÖNYVES E. – MÜLLER A. (2001): *Szabadidős programok a falusi turizmusban*. Szaktudás Kiadó Ház Rt. Budapest. 57–58. p.
25. KÖNYVES E. – MÜLLER A. – SZALAY F. – SZABÓ R. (2005): *Cserkeszőlő és Karcag egészségturizmusának összehasonlító elemzése*. A Magyar és a Világ tudomány napja. Szolnok. 2005. nov. 10. In: Szolnoki Tudományos Közlemények IX. (Szerk.: Szabolcsi R. – Kádár Z. – Pelikán L.) ISSN: 1419-256-X.
26. KOVÁCS T. A. (2003): *A rekreáció elmélete és módszertana*, Jegyzet Fitness Kft. Budapest.
27. KOVÁCS T. A. (1998): *A rekreáció fogalma és értelmezése*, Magyar Testnevelés és Sporttudomány.
28. KOVÁCS T. A. (1995): *A rekreáció irányzatai*, Kongresszus „A” szekció, Sport és társadalom. 109–111.
29. KOZMANOVICS E. (1989): *Sportrekreáció*. Tankönyvkiadó, Budapest.
30. KÖPF K. (2002): *Ugyanaz egy kicsit másképp*, Fejlesztő Pedagógia külön kiadványa, 13. évfolyam, 3–4. szám 5–7.
31. KULLMAN L. (1993): *Gondolatok az életminőség értelmezéséről*, Szociális Munka, 5–11.
32. KULLMANN L. (1990): *A fogyatékos ember és a rehabilitáció*. In.: Katona F. Sieglér I. Medicina Könyvkiadó, Budapest 13–29.
33. LAJTOS R. (1999): *Rekreáció: Sport, egészség, életmód*. Szakdolgozat, ELTE–BGGYF.
34. LALITY É. (1999): *A rekreáció alkalmazása a gyógypedagógiában*. Szakdolgozat, ELTE–BGGYF.

35. LENGYEL V. (2002): *A sport, mint életminőség javító eszköz az értelmileg sérültek beilleszkedésének elősegítéséhez*. Szakdolgozat, TF.
36. MADARÁSZ M. (1995): *Szabadidő pedagógia az enyhén értelmi Fogyatékosok általános iskoláiban és Tagozataiban*. Szakdolgozat, ELTE–BGGYF.
37. MÁRKNÉ E. ZS. (1976): *A szabadidő szociológiája*. Gondolat, Budapest.
38. NAGY Á. (2004): *Középsúlyos értelmi fogyatékos gyermekek rekreációja, Mozgásfejlesztése*, Fejlesztő Pedagógia 15. évfolyam, 4-5. 32–37.
39. OSVÁTH P. (2004): *Occurence of disability in sport science*. Magyar Sporttudományi Szemle, 4. 44–46.
40. PÁSZTOR J. (2002): *Az a cél, hogy az egészségmegőrzés, a sport, szórakozás, a kulturálódás a mindennapok részévé váljon*. Új Pedagógiai Szemle, 52. évfolyam, 12. 171–175.
41. PONOMARJOV N. I. (1966): *Free time and Physical Education. International Review of Sport Sociology*. Varsó 1. szám 167–175.
42. SPALLER Á. (2006): *Gyógypedagógiai ismeretek tára*. Timp kiadó, Budapest 151–152.
43. TÉCZELY T. (2000): *További megjegyzések a rekreáció fogalmához és Gyakorlásához*. Magyar Sporttudományi Szemle, 3–4. 34–35.
44. TKALCSEC T. (2001): *A rekreáció értelmezése, helyzete, hazai fejlesztési lehetőségei*. Szakdolgozat, TF.
45. VARGA SZ. (2003): *A rekreáció napjainkban*. Szakdolgozat, TF. Budapest
46. VIRÁG E. (2004): *A mozgáskorlátozottak rekreációja*. Szakdolgozat, ELTE–BGGYF.
47. WISINGER J. (2003): *A fogyatékosok társadalmi elfogadásáról*. Szociális Munka, 3–4. 54–66.
48. ZÁSZKALICZKY P. (2004): *Tágabb értelemben vett gyógypedagógia*, ELTE, Budapest.

Szerző nélküli kiadványok:

- ESÉLYEGYENLŐSÉGI TÖRVÉNY (1998): 1998. évi XXVI. Törvény a fogyatékos személyek jogairól és esélyegyenlőségük biztosításáról. I. fejezet Általános rendelkezések
- MEOSZ: *A fogyatékos emberek Európába mennek*. Budapest 2003.
- FOGYATÉKOSÜGYI PROGRAM. 100/1999 (XII. 10.) OGY határozat az Országos Fogyatékosügyi Programról Esélyegyenlőség megteremtéséhez szükséges intézkedések és feladatok a sport és szabadidő területén 1999.
- RECREATION PROGRAMS FOR ADULTS: FPG Child Development Institute. 2002. 2000. évi CXLV törvény a sportról XI. fejezet

¹MÜLLER ANETTA, ²KÖNYVES ERIKA, ¹HONFI LÁSZLÓ,
³SZABÓ RÓBERT

*¹Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger*

*²Debreceni Egyetem, Agrárgazdálkodási és Vidékfejlesztési Kar, Turizmus Tanszék
Debrecen University, Agro- and Ruraldevelopment Faculty, Tourism Department*

*³Eszterházy Károly Főiskola, Gazdaságtudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, Institute of Economics Science, Eger
E-mail: muller@ektf.hu*

A HAZAI BARLANGOK ISMERTSÉGE ÉS SZEREPE A TURIZMUSBAN THE HOME CAVES' ROLE AND ACQUAINTANCE IN A TOURISM

Összefoglaló

Barlangjaink, természeti adottságaink sokszor kihasználhatatlanok. Kérdőíves kutatást végeztünk a hazai barlangjaink ismeretségéről és a rekreációban valamint turizmusban betöltött szerepéről. A kutatás során rákérdeztünk a barlanglátogatási szokásokra és motivációkra. A barlangokról szerzett információ forrás szintén fontos a célcsoport elérésének útja miatt, melyről informálódunk. A kérdőíveket SPSS szoftver segítségével dolgoztuk fel. Számítottunk szórást, átlagot, Pearson mutatót, Chi-négyzet próbát.

Kulcsszavak: barlang, turizmus, rekreáció, ökoturizmus.

Astract

Our caves and natural endowments are often unexploited. We did a questionnaire research on the notoriety of the caves and on their role in recreation and tourism. In the course of our research we questioned the habits and motivations for visiting caves. The source of the information gathered about the caves is also very important in the aspect of reaching the target group which we were gaining information on.

We processed the questionnaires with the help of the SPSS 16.0. system e forms by the SPSS 16.0. software.

We calculated avarage, standard deviation and Pearson Chi-square test.

Keywords: cave, tourism, recreation, ecotourism.

Bevezetés

A jövő versenyképes turisztikai desztinációinak kulcsa a fenntarthatóságban rejlik, melynek egyik még felfedezésre váró területe a barlangokba irányuló turizmus.

A természeti turizmus magában foglalja mindazon turisztikai tevékenységeket, amelyek esetében az attrakció alapja a természeti környezet vagy annak valamilyen speciális összetevője (a növény- és állatvilág, a geológiai adottságok, a tájkép, az éghajlat¹). A természeti turizmus azonban bizonyos szempontból tágabb fogalom, mert kiterjed a természetben végzett szinte összes tevékenységre, ugyanakkor szűkebb meghatározás is, mert nem értékorientált, nem irányul a kulturális értékek megismerésére és a környezeti szempontok is kisebb szerepet kapnak.

Az ökológiai turizmus, vagy „ökoturizmus” a környezetért felelősséget vállaló utazás és látogatás a viszonylag zavartalan természeti területeken, azok természeti, valamint jelen és múltbeli kulturális értékeinek élvezete és értékelése céljából, úgy, hogy kíméli azokat a látogatás hatásainak mérséklésével, valamint a helyi népesség társadalmi, gazdasági előnyökhöz való juttatásával.²

Ökoturizmus egyrészt szemléletet, másrészt egy gyűjtőfogalmat jelent. Mint szemlélet lényegében a fenntartható turizmus eszméjét képviseli, mint fogalom pedig mindazon természeti vonzerőkön alapuló turizmusformák gyűjtőneve, amelyek tiszteletben tartják a fogadó térségek természeti és kulturális örökségét.

Az ökoturizmus a természeti területekre irányul, hozzájárul a helyi értékek megőrzéséhez, minimalizálja a turisták negatív környezeti, társadalmi és kulturális negatív hatásait, és erősíti a pozitív hatásokat.

Összetettsége révén különösen alkalmas komplex látnivalókat nyújtó térségek átfogó bemutatására.

A barlangok, mint természeti értékek rekreációban betöltött szerepét hangsúlyozza³ Dosek(1997). A barlangjaink ismertségének növelésével nagymértékben növekedhetne a természetjárás, amivel a környezetbarát turizmust lehetne elősegíteni, mely mind lokális, mind globális szinten egyre fontosabbá válik.

Fontosabb turisztikai trendek⁴:

- A siker kulcsa a jövőben az egyediség lesz. Az egyes célterületeknek mintegy önálló életstílus kell sugallniuk a célközönség megnyeréséhez.
- Divatos lesz majd az érintetlen természet, valamint a természetes életmód és bioételek preferálása egyre inkább elterjed majd a fogyasztók körében.

¹ Puckó L. – Rátz T. (2000): Az attrakciótól az élményig. Budapest. Geomédia Szakkönyvek. 53. p.

² Természetvédelmi Világszövetség (IUCN) által adott definíció.

³ Dosek Ágoston (1997): Erdők, hegyek sportjai. MTE tankönyv, Bp. Kiadja: Magyar Tájékoztató Futó Szövetség. 294. p

⁴ Turizmus Panoráma, 2008. január-február. A jövő európai turistái.

- A csökkenő szabadidejű, magas jövedelmű népesség körében a „minimális idő alatt maximális élmény keresése” szemléletmód lesz majd meghatározó.
- Előtérbe kerül majd a személyes kényeztetés fontossága.
- A szállodáknak meg kell felelniük a más kontinensről érkező vendégek speciális igényeinek.
- Hódít majd a wellness, egyre speciálisabb igényekkel (pl. plasztikai sebészet).

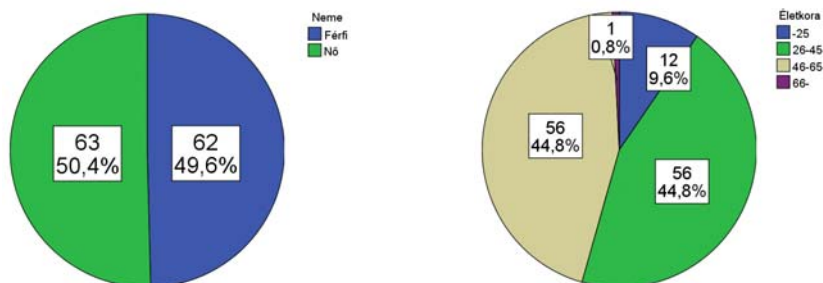
Kutatás⁵

Minta, módszer

Kérdőíves felmérést végeztünk (n=125 fő), melynek célja a barlangok ismertségének és látogatottságának felmérése volt. A kérdőív összesen tizenöt kérdésből állt, melyből tizenegy a barlangok látogatottságára, négy szocio-demográfiai adatokra kérdezett rá. Ezek közül tizenhárom volt zárt, kettő nyitott kérdés volt.

Eredmények

Az első kérdés a válaszadók nemére vonatkozott (**1. ábra / Chart 1**). Mint az kördiagramból is kiténik, a válaszadók között a férfiak – 62 fő – és a nők – 63 fő – aránya közel azonos volt.



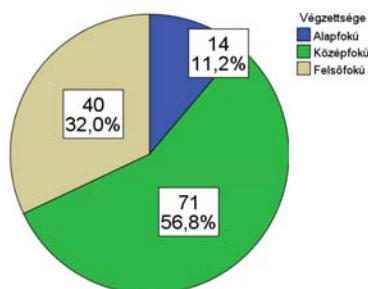
1. ábra / Chart 1 : Nemek aránya /
Sample in relation gender

2. ábra /Chart 2: Életkori megoszlás /
Sample in relation ages

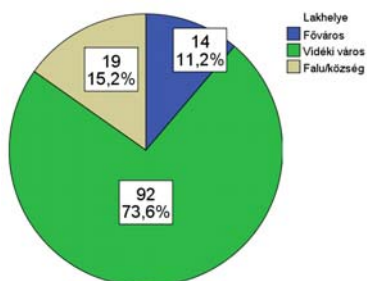
A következő kérdés a megkérdezett személyek életkorára vonatkozott (**2. ábra / Chart 2**). A felmérésben – mint ahogy azt a 2. ábra is mutatja – egy 66 éves, vagy a feletti, ötvenhat 46-65 év közötti, ötvenhat 26-45 év közötti és tizenkét 25 év alatti személy vett részt.

⁵ A kutatásban (kérdőíves lekérdezés, adatkezelés) részt vett Varga Tünde, a Szolnoki Főiskola Idegenforgalmi és Szálloda szakos hallgatója. Varga Tünde: Magyarország barlangjai a turizmus tükrében. Szakdolgozat 2008. Konzulens: Dr. Müller Anetta

Rákérdeztünk a válaszadók végzettségére (**3. ábra /Chart 3**). Kíváncsiak voltunk arra, hogy a végzettség hogyan befolyásolja a barlang-látogatási szokásokat és a természeti környezetről való informáltságot. A válaszadók között tizennégy alapfokú, hetvenegy középfokú és negyven felsőfokú végzettségű személy volt.



3. ábra / Chart 3: Iskolai végzettség / Sample in relation qualification



4. ábra / Chart 4: Lakhely / Sample in relation living place

A válaszadók lakhelyére is rákérdeztünk (**4. ábra /Chart 4**), mellyel azt vizsgáltuk, hogy egy bizonyos lakókörnyezet milyen hatással lehet a természet szeretetének, és ezzel a barlangok látogatásának alakulására. A mintát tizenkilenc falusi, kilencvenkét vidéki városi és tizennégy fővárosi lakos alkotta.

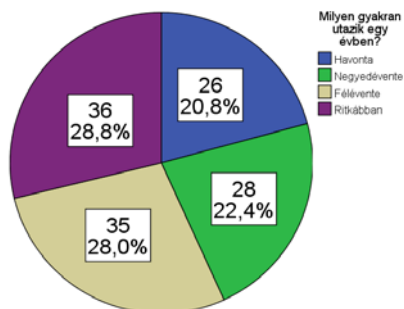
1. táblázat /Table 1: A minta nemek, életkorok és végzettség szerinti megoszlása / Sample in relation gender, ages and qualification

Végzettsége		Életkora				Total
		-25	26-45	46-65	66-	
Alapfokú	Neme Férfi	2	1	4		7
	Nő	2	2	3		7
	Total	4	3	7		14
Középfokú	Neme Férfi	2	19	17		38
	Nő	2	10	21		33
	Total	4	29	38		71
Felsőfokú	Neme Férfi	1	10	5	1	17
	Nő	3	14	6	0	23
	Total	4	24	11	1	40

Legmagasabb a felsőfokú végzettségűek aránya a 26-45 év közötti korosztály esetében. A legtöbb középkorú a 46-65 év közöttiek körében van. A 25 év alattiaknál egyenlő súllyal szerepelnek az alap-, a közép- és a felsőfokú iskolát elvégzettek. A 26-45 év közöttiek nagy része középfokú és felsőfokú képzettséget

szerzett, alapfokút mindössze csak három fő. A 46-65 év közöttiek köréből kerül ki ugyanis a legnagyobb számú alap és középfokú iskolai végzettségű, felsőfokú tanulmányait azonban csak tizenegy fő fejezte be. Az egyetlen 66 éves, vagy a feletti személy képzettsége felsőfokú **1. táblázat / Table 1**).

Az utazások gyakoriságára kérdeztünk rá (**5. ábra / Chart 5**). Ennek eredményét szemlélteti az 5. ábra. A válaszadók közül leginkább félévente, vagy annál ritkábban utaznak, mely kategóriákba tartozik a válaszadók több mint 50%-a. Negyedévente vagy havonta utazik a válaszadók 43,2%-a.



5. ábra / Chart 5: Utazási gyakoriság / Travelling frequency

2. táblázat / Table 2: Az utazási gyakoriság alakulása életkor, nem és végzettség szerint/ Travelling frequency in relation gender, ages and qualification

Milyen gyakran utazik egy évben? * Életkora * Végzettsége * Neme Crosstabulation

Count				Életkora				Total
Neme	Végzettsége	Milyen gyakran utazik egy évben?	Havonta	-25	26-45	46-65	66-	
Férfi	Alapfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	0	0	1		1
		Negyedévente	Negyedévente	1	0	2		3
		Félévente	Félévente	1	1	0		2
		Ritkábban	Ritkábban	0	0	1		1
	Total		2	1	4		7	
	Középfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	2	6	2		10
		Negyedévente	Negyedévente	0	5	3		8
		Félévente	Félévente	0	3	6		9
		Ritkábban	Ritkábban	0	5	6		11
	Total		2	19	17		38	
Felsőfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	0	3	1	1	5	
	Negyedévente	Negyedévente	1	3	0	0	4	
	Félévente	Félévente	0	3	2	0	5	
	Ritkábban	Ritkábban	0	1	2	0	3	
Total		1	10	5	1	17		
Nő	Alapfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	0	1	0		1
		Félévente	Félévente	1	0	0		1
		Ritkábban	Ritkábban	1	1	3		5
		Total		2	2	3		7
	Középfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	0	1	4		5
		Negyedévente	Negyedévente	1	3	2		6
		Félévente	Félévente	1	2	5		8
		Ritkábban	Ritkábban	0	4	10		14
	Total		2	10	21		33	
	Felsőfokú	Milyen gyakran utazik egy évben? Havonta	Havonta	1	3	0		4
Negyedévente		Negyedévente	1	3	3		7	
Félévente		Félévente	1	8	1		10	
Ritkábban		Ritkábban	0	0	2		2	
Total		3	14	6		23		

A fenti keresztábra (**2. táblázat / Table 2**) mutatja az utazási gyakoriság alakulását életkor, nem és végzettség szerint. Megállapítható, hogy a minta alapján legritkábban az alapfokú végzettségű nők utaznak. Ennek oka lehet az alacsony jövedelem, melyet nagyban befolyásol a végzettség, illetve a családi kötelezettségek, mivel az ebbe a csoportba tartozók általában korábban alapítanak családot, és több gyermeket nevelnek egy háztartásban, mint a közép- és felsőfokú végzettséggel rendelkezők.

Leggyakoribb utazók a felsőfokú végzettségű férfiak korosztálytól szinte függetlenül. Oka lehet, hogy magasabb diszkrecionális jövedelemmel rendelkeznek az egyes utazásokhoz, valamint a gyermekek nevelése a társadalomban javarészt a nőkre hárul, ezért a férfiak gyakrabban kelhetnek útra, kiszakadva ezzel a hétköznapiakból.

A válaszadók összességében leggyakrabban félévente és negyedévente utaznak kortól, végzettségtől, nemtől függetlenül.

A következő kérdés arra vonatkozott, hogy a megkérdezettek jártak-e már utazásaik során barlangokban. A válaszadók 94,4%-a járt már barlangban, tehát előzetes barlang-látogatási tapasztalattal rendelkezett.

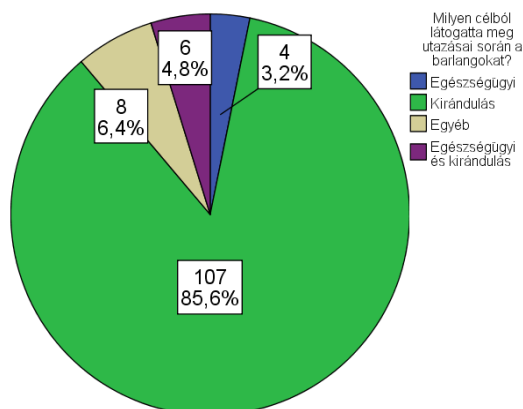
Az előző kérdéshez kötődik a következő kérdés, ami arra irányul, hogy a minta tagjai hányszor jártak már hazai barlangokban életük során. A válaszadók 54,4%-a (68 fő) a négyszer, vagy annál kevesebbszer választ jelölte meg. A válaszadók 32%-a (40 fő) öt-nyolc alkalommal járt már barlangban. A válaszadók 13,6%-a (17 fő) kilenc vagy annál több alkalommal járt már barlangban.

Rákérdeztünk, hogy milyen forrásokból értesültek a meglátogatott barlangokról. Ez arra is választ adott, hogy az egyes marketing eszközök közül melyek működnek hatékonyan, amely a leginkább használt típusra is választ ad. Erre a kérdésre több válasz is adható volt.

A válaszadók 60,7%-a (76 fő) válaszolta, hogy barátok, ismerősök ajánlották a barlangot, amit később meglátogattak, a válaszadók 32,8%-a (41 fő) prospektusból is gyűjtött információt a meglátogatott barlangról az utazás előtt. 29,6% (37 fő) tv-ből és rádióból hallott a meglátogatott barlangról, 14,4% (18 fő) interneten tájékozódott az úticél (barlang) felől és 8,8% (11 fő) jelölte be az egyéb kategóriát információforrásként.

Az egyéb kategóriában az ötlet szerint, a saját elhatározás, az iskola, valamint a szülőhely (a születési helyén van az általa meglátogatott barlang) kaptak helyet.

Az utazás céljára vonatkozó kérdéssel kapcsolatosan egészségügyi, kirándulás és egyéb válaszlehetőségek voltak (**6. ábra / Chart 6**). Mivel erre a kérdésre is több válasz volt adható, ezért elemzéskor az egészségügyi és kirándulás kategóriát is belevettük az opciók közé. Az eredmények a következőképp alakultak: A válaszadók 85,6%-a kirándulás, a 3,4%-uk egészségügyi céllal, a válaszadók 4,8%-a egészségügyi és kirándulási céllal és 6,4%-uk egyéb céllal keresi fel valamelyik hazai barlangot.



6. ábra / Chart 6: A barlanglátogatás célja / Aim of the cave- visiting

A közlekedési eszközre vonatkozó kérdésben – Milyen közlekedési eszközzel jutott el a meglátogatott barlanghoz? A tömegközlekedési eszköz, az autó, a kerékpár és az egyéb lehetőségek voltak a válaszkategóriák. Több válasz is adható volt erre a kérdésre.

A válaszadók 67,2%-a (84 fő) jelezte, hogy autóval keresett fel barlangot, 37,1% (47 fő) tömegközlekedési eszközt, 6,4% (8 fő) kerékpárt, míg 7,2% (9 fő) egyéb (pl. gyalogosan) közlekedési eszközt használt a barlanglátogatása során.

A válaszadóknak a 23 nevesített barlangból be kellett jelölniük azokat a barlangokat, amelyekről hallottak már. Ennek nem volt feltétele, hogy járjanak is ott, csak hogy egyáltalán a nevüket ismerik-e. Az eredményeket a **3. táblázatban / in the Table 3** összesítettük.

3. táblázat:/ table 3: A barlangok ismertségének alakulása a válaszadók tükrében / Known of the caves in connection with visitors

Barlang neve	Hallott-e a barlangról (válaszó fő)
Csodabogyós-barlang	5
Trió-barlang	5
Szuadó-völgyi-víznyelőbarlang	4
Sátorkőpusztai-barlang	6
Solymári-ördöglyuk	11
Mátyás-hegyi-barlang	25
Vass Imre-barlang	5
Rákóczi barlang	26
Esztramosi Földvári Aladár barlang	9
Tapolcai Kórház-barlang	39
Szent István-barlang	77
Szemlő-hegyi-barlang	17
Ferenc-hegyi-barlang	2

Tapolcai-tavasbarlang	52
Lóczy-barlang	7
Pálvölgyi-barlang	16
Gellérthegyi-barlang	51
Anna-barlang	70
Baradla-barlang	92
Abaligeti-barlang	23
Miskolctapolcai tavasbarlang	89
Diósgyőrtapolcai barlang	32
Béke-barlang	29

1. Csodabogyós-barlang: mint ahogy az a táblázatból is kitűnik, az adatok elég elkeserítőek. Erről a képződményről a megkérdezettek közül csupán öt fő hallott, mely személyek azok között vannak, akik jártak már barlangban.
2. Trió-barlang: ennél a barlangnál az előbbihez hasonló a helyzet. A megkérdezettek közül csupán öt fő hallott róla, akik a barlangjárók közül kerültek ki.
3. Szuadó-völgyi-víznyelőbarlang: ennél a barlangnál is hasonlóak az adatok az előző kettőhöz. Ennek ismertsége azonban még alacsonyabb, a megkérdezettek közül csupán négy fő hallott már róla, akik azok közül kerültek ki, akik jártak már valaha barlangban.
4. Sátorkőpusztai-barlang: a vizsgálat következő tárgya volt ez a barlang, melyről a megkérdezettek közül csupán hat fő hallott már, akik a barlangot már a valóságban is látottak közül kerültek ki.
5. Solymári-ördöglyuk: az előző barlangok ismertségénél itt már valamivel kedvezőbb a helyzet. Erről a képződményről már összesen a megkérdezett százhuszonöt főből tizenketten hallottak, melyből tizenegy fő a barlanglátogatók közül került ki, egy fő pedig azoknak a csoportjából, akik még nem jártak ilyen képződményben.
6. Mátyás-hegyi-barlang: kedvezőbb a kép az előzőeknél ennél a barlangnál. Erről a megkérdezettek közül összesen huszonötven hallottak, melyből huszonnégyen már jártak barlangban.
7. Vass Imre-barlang: ebben az esetben a helyzet nem éppen kedvező. A megkérdezettek közül csupán öt barlangjáró hallott erről a képződményről.
8. Rákóczi barlang: mint az a táblázatból is látható, erről a képződményről a megkérdezettek közül huszonhatan hallottak már, akik közül ketten még egyáltalán nem jártak barlangokban.
9. Esztramosi Földvári Aladár barlang: ez a képződmény az előzőnél kevésbé ismert, erről csupán a minta tagjai közül kilenc, barlangot már látogatót személy hallott.

10. Tapolcai Kórház-barlang: az eddigieknél kedvezőbb a kép ezzel a barlanggal kapcsolatban, melyről a válaszadók közül harminckilencen hallottak már, ketten olyanok, akik még nem jártak utazásaik során barlangban.
11. Szent István-barlang: erről a képződményről a megkérdezettek több, mint 60%-a, azaz hetvenhét fő hallott már, ezek közül két olyan személy is, akik még nem látogattak meg barlangokat utazásaik során.
12. Szemlő-hegyi-barlang: ennek a barlangnak az ismertsége a megkérdezettek körében tíz százalék alatti, mely személyek a barlanglátogatók köréből kerültek ki.
13. Ferenc-hegyi-barlang: a mintán belül talán ez a legkevésbé ismert képződmény. Mindössze ketten hallottak róla a megkérdezettek közül, egy olyan személy, aki még nem járt utazásai során barlangban, egy pedig olyan, aki már igen.
14. Tapolcai-tavasbarlang: ez a képződmény annyiban mutat érdekességet az előzőekhez képest, hogy erről a barlangot még meg nem látogattak majdnem fele hallott már, mely az azokban már jártakkal együtt összesen ötvenkét főt jelent.
15. Lóczy-barlang: ennek a képződménynek az ismertsége nagyon alacsony. A válaszadók közül csupán heten hallottak róla, azok közül is olyanok, akik már jártak barlangban utazásaik során.
16. Pálvölgyi-barlang: erről az üregről a barlanglátogatók közül tizenhatan hallottak már, mely szám alacsonynak mondható.
17. Gellérthegyi-barlang: a képződményről a megkérdezett százhuszonöt fő közül ötvenegy hallott már, melyek közül hárman a barlangot még nem látogattak közül kerültek ki.
18. Anna-barlang: mint a táblázatból látható, ennek a képződménynek az ismertsége az előzőekhez viszonyítva magasnak mondható, azt a látogatók ötvenhat százaléka ismeri, melyek közül hatvannyolc fő járt már élete során barlangban.
19. Baradla-barlang: mint az várható volt, a válaszadók közül a legtöbben ezt a barlangot ismerik, bár még ezt sem mindenki. A körülbelül hetvenhárom százalékos ismertség azonban mégis kiemelkedő a többi hasonló képződményéhez viszonyítva.
20. Abaligeti-barlang: ennek a képződménynek az ismertsége a minta tagjai között tíz százalék körüli. A barlangról már valamilyen forrásból hallott huszonhárom fő közül egy még nem járt ehhez hasonló képződményben.
21. Miskolctapolcai tavasbarlang: meglepő módon ennek az üregnek az ismertsége majdnem a Baradlával megegyező, a minta tagjai közül nyolcvankilencen hallottak már róla, akik közül négyen még nem jártak életük során barlangokban.

22. Diósgyőr-tapolcai barlang: ezt a képződményt a megkérdezettek körülbelül egynegyede ismeri látogatásból vagy hallomásból, akik közül harmincan már jártak valaha barlangban.
23. Béke-barlang: ennek a képződménynek az ismertsége a kérdőív többi barlangjéhez viszonyítva közepesnek mondható, azt a megkérdezett százhuszonöt főből huszonkilenc, barlangot már meglátogatott személy ismeri.

Következő kérdés arra vonatkozott, hogy a válaszadók meglátogatnák-e többször ugyanazt a barlangot, és ha igen, miért (**4. táblázat / Table 4**). A válaszadók mintegy hatvannégy százaléka – nyolcvan fő – újra meglátogatná az általa egyszer már látott barlangot.

Az ehhez kapcsolódó miért kérdésre összesen hatvankét válasz érkezett. Az okok a következők voltak: csodás látvány, érdekes látnivalók, a természeti képződmények és környezetük szépsége, a természet szeretete, gyógykezelés célja, a levegő minősége, érdekes klimatikus viszonyok, a kikapcsolódás élménye, kiváló kirándulási célpont, sok és különleges a látnivaló a barlangokban, látványosak, minden látogatással új dolgokat fedeznek fel a képződményekben, nem lehet velük betelni, páratlan, máshoz nem fogható élményt kínálnak, sajátos hangulatuk van, jó minőségű vendéglátás a környékén, illetve a nosztalgia.

Az alábbi kereszt tábla a megkérdezettek, kora, neme és végzettsége függvényében vázolja fel a 'Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?' kérdést. Ebből a táblázatból kiderül, hogy a legtöbb olyan személy, aki nem látogatná meg többször ugyanazt a barlangot, a mintában lévő arányaik alapján az alapfokú végzettségűek közül került ki.

A kor szerint vizsgáljuk a kérdést, akkor megállapítható, hogy leginkább a huszonöt év alattiak válaszoltak úgy, hogy nem látogatnák meg többször ugyanazt a barlangot. Ez részben koruk számlájára írható, mivel talán a természeti képződményeket sokan csak később tanulják meg értékelni, továbbá annak, hogy a fiatal korosztály egyre inkább a városi életforma felé fordul, kevés figyelmet szentel a természeti képződményeknek.

Ugyanazt a barlangot többször leginkább a felsőfokú végzettségű nők látogatnák meg, tehát a kérdőív ezen kérdése szerint ők tekinthetők a leginkább viszszerelő látogatóknak.

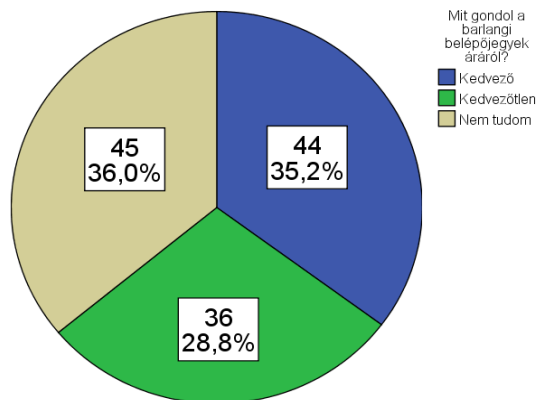
4. táblázat / Table 4: Barlanglátogatás gyakoriságának alakulása életkor, nem és végzettség szerint / Frequency of the cave-visiting in relation gender, ages and qualification

Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot? * Életkora * Neme * Végzettsége Crosstabulation

Count

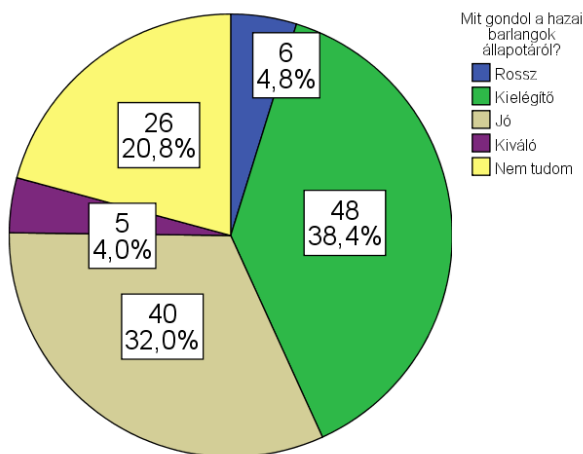
Végzettsége	Neme			Életkora				Total
				-25	26-45	46-65	66-	
Alapfokú	Férfi	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	1	1	2		4
			Igen	1	0	2		3
		Total		2	1	4		7
	Nő	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	2	1	1		4
			Igen	0	1	2		3
		Total		2	2	3		7
Középfokú	Férfi	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	2	5	6		13
			Igen	0	14	11		25
		Total		2	19	17		38
	Nő	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	2	5	8		15
			Igen	0	5	13		18
		Total		2	10	21		33
Felsőfokú	Férfi	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	0	5	1	0	6
			Igen	1	5	4	1	11
		Total		1	10	5	1	17
	Nő	Meglátogatná-e többször ugyanazt a barlangot?	Nem	0	1	2		3
			Igen	3	13	4		20
		Total		3	14	6		23

A következő kérdés a barlangi belépőjegyek árára vonatkozott (**7. ábra / Chart 7**), azaz arra, hogyan értékelik a minta tagjai azokat. Mint ahogy azt a 7. ábra is szemlélteti, a válaszadók körülbelül azonos arányban a kedvező, illetve a nem tudom kategóriát választották. A kedvezőtlen, mindössze harminchatan jelölték meg. Így megállapítható, hogy azok közül, akik tisztában voltak a barlangi belépőjegyek áraival, nagyjából azokat kedvezőnek ítélték meg.



7. ábra / Chart 7: A barlangi belépők árának megítélése / Awarding of Cave ticket's price

Ezután a hazai barlangok állapotának megítélését vizsgáltuk (**8. ábra / Chart 8**). A válaszadók nagy része – negyvennyolc fő – a hazai barlangok állapotát kielégítőnek találja. Ez után következnek a jó – negyven fő –, majd rossz, végül a kiváló kategória. Huszonhat fő volt azoknak az aránya, akik erre a kérdésre nem tudtak válaszolni. Tehát a válaszadók összességében nézve kielégítőnek, illetve jónak ítélik meg a hazai barlangok állapotát.



8. ábra / Chart 8: A barlangok állapotának megítélése / Awording of Cave's status

Nyitott kérdéssel vélemény-nyilvánításnak is lehetőséget adtunk, hogy a megkérdezettek hozzáfűzhessenek megjegyzéseket a kérőívhez az 'egyéb megjegyzés, észrevétel' című nyitott kérdéssel, melyre a mintabeliek közül tizennégy fő válaszolt. A következő megjegyzések érkeztek:

- A vendéglátás és a kiépítettség jó, de a személtelés jelentősen rontja az élményt.
- Kevés információ jut el az emberekhez a barlangokról.
- Nagyobb figyelmet kellene fordítani a környezet megóvására.
- A külföldi barlangok kiépítettsége jobb.
- Több információra lenne szükség a barlangok történelméről, megközelíthetőségéről.
- A túrák során több 'élményhez kapcsolódó' információval kellene szolgálni.
- Sok az engedélyhez kötött látogatható barlang, többet kellene megnyitni a nyilvánosság előtt.
- A belépők ára lehetne kedvezőbb, mert sokan anyagi helyzetük miatt nem tudnak kirándulni.

Diszkusszió, összegzés

A kérdőíves elemzés eredményeként összességében megállapíthatóak a következők:

- Az emberek viszonylag gyakran utaznak, amelyek során gyakran látogatnak meg barlangokat.
- Az információkat a meglátogatni kívánt barlangokról az ismerősök, barátok ajánlásai alapján nyerik, ám jelentős az internetes forrás is.
- A képződményeket leginkább kirándulási célból keresik fel az egyes személyek, melyekhez főként autóval és tömegközlekedési eszközzel jutnak el.
- A barlangok ismertsége összességében nézve alacsony – magasnak csak a Baradla és a Tapolcai-tavasbarlang esetén mondható.
- A válaszadók többsége meglátogatná többször ugyanazt a barlangot.
- A barlangi belépők árát a többség kedvezőnek találja.
- A képződmények állapotát a legtöbben jónak vagy kielégítőnek látják.
- Az egyéb megjegyzések között főként az információ iránti fokozott szükséglet, a kiépítettség javítása, illetve a szemetelés csökkentésének igénye jelennek meg.

A fenti kutatás is bizonyítja, hogy a barlangok turisztikai hasznosítása jelentős: a barlanglátogatás alakítja, formálja a látogatót, természeti ismereteit bővíti, természet iránti érzékenységét, felelősségét erősíti. A természet élménye, a barlangok sajátos hangulata beépül a személyiségbe, amely megalapozza az ökoszemléletmódot, segíti a fenntartható turizmust.

Magyarországon⁶ a legtöbb hegységben található barlang. Sok közülük kiépített, a nagyközönség által mindenféle védő- és barlangász-felszerelés nélkül látogatható, ezek ismertségének és elismertségének növelése mindannyiunk feladata. A gyalog- és kerékpártúrák természetbarát szemléletmódját valló turisták számára izgalmas turisztikai attrakció lehet, a túra állomásaiba beépíthető kínálati elem.

Felhasznált irodalom:

Könyves E. – Müller A (2001): Szabadidős programok a falusi turizmusban. Szaktudás Kiadó Ház Rt. Budapest. 141–155. p.

Puckó I. – Rátz T. (2000): Az attrakciótól az élményig. Budapest. Geomédia Szakkönyvek. 53. p.

Természetvédelmi Világszövetség (IUCN) által adott definíció.

Turizmus Panoráma, 2008. január–február, A jövő európai turistái

⁶ Könyves E. – Müller A (2001): Szabadidős programok a falusi turizmusban. Szaktudás Kiadó Ház Rt. Budapest. 141–155. p.

- Varga Tünde (2008): Magyarország barlangjai a turizmus tükrében. Szakdolgozat 2008. Szolnoki Főiskola, Idegenforgalmi és Szálloda szak. Konzulens: Dr. Müller Anetta.
- Dosek Ágoston (1997): Erdők, hegyek sportjai. MTE tankönyv, Bp. Kiadja: Magyar Tájékoztató Futó Szövetség. 294. p

MÜLLER ANETTA, SZÉLES-KOVÁCS GYULA, SERES JÁNOS,
BOCZ ÁRPÁD, HAJDÚ PÁL, KRISTONNÉ BAKOS MAGDOLNA
Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger
E-mail: muller@ektf.hu

**A SÍTÁBOROK MEGÍTÉLÉSE A SZEGEDI
TUDOMÁNYEGYETEM JGYTFK „SPORTSZAKOS”
HALLGATÓI KÖRÉBEN
ATTITUDES TO SKI CAMPS AMONG STUDENTS
MAJORING IN SPORTS AT THE UNIVERSITY OF
SZEGED JGYTFK**

Összefoglaló

A sítábor szerepét, oktatás-módszertani vonatkozását vizsgáltuk a Szegedi Tudomány JGYTF testnevelés szakos hallgatóinak körében. A hallgatói elégedettség vizsgálatunk kiterjedt a sítábori oktatásra és a turisztikai infrastruktúra kínálati elemeire egyaránt. Az ifjúsági turizmus keresletének növekedését tapasztaljuk. Megvizsgáltuk a hallgatók utazási szokásait és utazási motivációit, az üdüléseik során választott legjellemzőbb rekreációs tevékenységeiket. Kutatási módszerünk kérdőíves kutatás volt. Az adatokat SPSS 16.0-ás szoftver segítségével dolgoztuk fel. Számítottunk átlagot, szórást, Pearson Chi négyzet-próbát. Az eredményeket a cikkben olvashatják.

Kulcsszavak: sítábor, turizmus, rekreáció, főiskolai hallgatók.

Abstract

We analysed the role and the education methodological function of the ski camp among students majoring in sports at the University of Szeged (JGYTFK).

Our survey of the satisfaction of the students extended to the teaching of skiing and to the elements of the touristic infrastructure too. We experience the increase of the demand for youth tourism.

We examined the travel habits and the travel motivations of the students, furthermore the most typical recreation activities chosen during their holiday.

The method we used was a questionnaire research. We processed the data with the help of the SPSS 16.0. software. We calculated average, standard deviation and Pearson Chi-square test.

The results are available in the article.

Key words: ski camp, tourism, recreation, students.

Bevezető gondolatok

A gyalogtúrák, vizeitúrák és a sielés természeti sportok. A természeti sportok és a csapatsportok rekreációban, egészség megőrzésében, egészségnevelésben betöltött szerepe jelentős, melyet több szerző hangsúlyoz: *Dosek (1997)*, *Nemessuri (1994)*, *Biróné (1977)*. Az egészségkompetencia elsajátítására és fejlesztésére látunk nem csak hazai de nemzetközi példát is *Roland Bassler (2003.)*

A turisták motivációjában egyre nagyobb hangsúlyt kap a sport. A sportturizmus iránti kereslet növekedéséről számol be *Bokor (2001)*. Az aktív turizmus egyik tipikus formája a síturizmus, mely télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életet élünk.

Európában az aktív turizmus legjelentősebb formája a síturizmus. Az elmúlt 25 évben soha nem látott fejlődés következett be, és mind a kínálat, mind a kereslet nagyságrendekkel nőtt (Várhelyi-Könyves 2007).

A turizmushoz kapcsolódó hósportok életciklusában látható (Introductory Report, Sport & Tourism 2001), hogy az életgörbe az érettség szakaszában, azaz az 1990-es években kb. 70 millióan sieltek a világban. A 2000. évtől csökken a klasszikus sielők száma (lesiklás, sífutás) és növekszik a snowboardos-ok (carvingosok) száma, és így napjainkban meghaladja a 70 milliós határt.

A felmérés célja

Célunk volt, hogy felmérjük a sporttáborok szerepét és jelentőségét, hogy a leendő sportszakembereknek mennyire fontos a táborokban folyó oktatás ahhoz, hogy gyakorló testnevelőként, vagy sportszervezőként képesek legyenek egy adott célcsoportnak sporttáborokat szervezni. A desztináció-választás motivációjának eredményei és az utazási szokások feltérképezése segíthet bennünket megítélni a hallgatók szabadidő-gazdaságban betöltött szerepét, fogyasztói szokásait. Ezen ismeretek segítenek bennünket a hallgatói programok, terepgyakorlatok, iskolai szervezésű utazások megszervezésében, melyek az oktatási intézményünk kínálatának diverzifikációját jelentheti.

A felmérés módszere

A hallgatók megrendezésre kerülő kötelező sítáborban vettek részt, ahol kérdőívet töltöttek ki. A kérdések között zárt és nyílt kérdéseket egyaránt alkalmaztunk. A megkérdezetteket válasz-kategóriákkal segítettük.

A kérdőíveket SPSS 16-es szoftver segítségével dolgoztuk fel. Számítottunk átlagot, szórást, százalékot, pearson,chi négyzet próbát, korrelációt.

Hipotézis

Feltételeztük, hogy a sport-szakos hallgatók pályaaorientációja befolyásolja az előzetes sielési tapasztalatot és utazási szokásaikat. Üdülésük több alkalommal kapcsolódik valamilyen fizikai aktivitáshoz, aktív turisztikai termékhez.

A férfiak és nők deztináció-választásában eltérő motivációk játszanak szerepet.

A minta

A Szegedi Tudományegyetem JGYTFK 113 „sportszakos” hallgatója (férfi N= 63, nő n= 50 fő) töltötte ki a kérdőívet.

A statisztikai táblák adatai

Az első kérdésnél a sielési tapasztalatra kérdeztünk rá. A 113 hallgatóból csupán 1 fő (0,9%) kivételével mindenki sielési tapasztalattal rendelkezett. Ez a rendkívüli magas arány annak köszönhető, hogy a hallgatók képzése, mely a sport területére való orientációt jelent magasabb mozgásműveltséget és mozgás iránti motivációt feltételez, a nem „sport szakos” hallgatókhoz képest, valamint már mindenki vett részt kötelező sítáborban.

Mivel a sielők magas arányát tapasztaltuk, akik már vettek részt iskolai, egyéni, családi stb. szervezésű utazásokban, így a sítábor értékelésénél az esetükben lesz viszonyítási alap, mely a korábbi tapasztalatot jelenti.

Síelt-e már a megkérdezett?

1. táblázat / Chart 1: *A sielési tapasztalattal rendelkezők és nem rendelkezők megoszlása / Distribution of those having or not having skiing experience*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
igen	112	99,1
nem	1	0,9
összes	113	100,0

A második kérdésre csak a síelési tapasztalattal rendelkezők válaszoltak, hiszen arra kerestük a választ, hogy hány alkalommal sieltek már. Közülük több mint 50% (57 fő) eddig még csupán egy alkalommal-, egyharmaduk (33,9% - 38 fő) 2-5 alkalommal sielt már. Megállapíthatjuk, hogy a legkevesebben 6,2%-uk (7 fő) 6-10 alkalommal, valamint 8,9%-uk (10 fő) 10 alkalomnál is többször sielt már.

Hány alkalommal sielt már a megkérdezett?

2. táblázat / Chart 2: A síelési tapasztalattal rendelkezők síelési gyakorisága /
Frequency of skiing for those with experience

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyszer	57	50,9
2-5 alkalommal	38	33,9
6-10 alkalommal	7	6,2
több mint 10 alkalommal	10	8,9
összesen	112	100,0

A harmadik kérdésre, hogy mi jut eszébe a sítábor kapcsán, kilenc válaszkategóriát adtunk meg, melyből minden válaszadónak, az általa ítélt 5 legfontosabbat kellett megjelölnie! A legnépszerűbb válaszkategória az „élményekben gazdag” volt, hiszen ezt a kategóriát a 113 főből 107 fő, vagyis a válaszadók 94,7%-a jelölte az öt legfontosabb egyikeként. Nagyon népszerű válasz volt még a „tél- len újút mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életet élünk”, és az „Alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére” jellemzők, melyet 82 fő (72,6%), illetve 80 fő (70,8) jelölt meg. Említésre méltó a sítábor jellegzetességei közül a „nem szokásos tanár-diák interáció”, mely jellemzőt a válaszadók 65,5%-a (74 fő) választotta. Az „alkalmas a kondicionális képességek fejlesztésére” és a „gyakorlat-centrikus oktatás” válaszkategóriákat válaszadók több mint 50-50%-a választotta. A síelők egy harmada (31,9% – 36 fő) úgy vélte, hogy a természet erőivel való edzést jelenti. Ennél kevesebben gondolták (23,9% – 27 fő), hogy nélkülözhetetlen a tanári pályához, és legkevesebben gondolták, hogy segíti a szocializációt (15,9% - 18 fő).

A sítábor kapcsán mi jut eszébe?

3. táblázat / Chart 3: A sítábor legfőbb jellemzői / Major characteristics of the ski camp

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
Nem a szokásos tanár tanuló interakció	74	65,5
Nélkülözhetetlen a tanári pályához	27	23,9
Télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életet élünk	82	72,6
Gyakorlat-centrikus oktatás	59	52,2
Élményekben gazdag	107	94,7
Természet erőivel való edzést jelent	36	31,9
Alkalmas a kondicionális képességek fejlesztésére	59	52,2
Alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére	80	70,8
Segíti a szocializációt	18	15,9

A negyedik kérdés során választ kerestünk arra, hogy a sítábori oktatás mennyire járul hozzá az általunk megnevesített tevékenységek, kompetenciák kialakításához. A válaszadók egy 1-5-ös skálán értékelték a változókat.¹

A sítábor szükségességét a síelés oktatásában úgy ítélték meg a válaszadók, hogy a teljes mértékben hozzájárul azaz az 5-ös, vagyis a legjobb értéket jelölte be a hallgatók 27,4%-a, vagyis 31 fő. 31,9%-a (36 fő) gondolta úgy, hogy nagyon hozzájárul, a válaszadóknak 31%-a (35 fő) választotta, hogy közepesen járul hozzá a sítábori oktatás a későbbi síelés oktatásának kompetencia fejlesztéséhez. A válaszadók 8,8%-a szerint (10 fő) kis mértékben, és csupán 1 fő volt (0,9%), aki szerint egyáltalán nem járul hozzá a későbbi síelési gyakorlat szervezéséhez.

¹ Az 1-5-ös skála jelentése: az 1= egyáltalán nem járul hozzá, 2= kis mértékben járul hozzá, 3=közepesen járul hozzá, 4= nagyon hozzájárul, 5= teljes mértékben hozzájárul.

A sítábori oktatás hozzájárulása a későbbi gyakorlati szervezéshez-a sielés oktatásában

4. táblázat / Chart 4: A sítábor szükségességének megítélése a sielés oktatásában / Attitudes to the necessity of the ski camp in teaching skiing

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem járul hozzá	1	0,9
kismértékben járul hozzá	10	8,8
közepesen járul hozzá	35	31,0
nagyon hozzájárul	36	31,9
teljes mértékben hozzájárul	31	27,4
összesen	113	100,0

A negyedik kérdés további kategóriáit, már csak azok értékelték, akik sielési tapasztalattal rendelkeznek. A sítábor szükségességét a sítábor szervezésében úgy ítélték meg a válaszadók, hogy a teljes mértékben hozzájárul kategóriát 8% (9 fő) választotta, a hallgatók 33,9%-a, (38 fő) válaszolja, hogy nagyon hozzájárul, 35,7% (40 fő) mondta, hogy közepesen járul hozzá a sítábori oktatás a későbbi sítábor szervezői munkájához. 20,5% (23 fő) gondolta, hogy csak kismértékben járul hozzá, és 1,8% (2 fő) szerint egyáltalán nem járul hozzá a sítábor a tábor szervezési kompetencia kialakításához.

A sítábori oktatás hozzájárulása a későbbi gyakorlati szervezéshez-a sítábor szervezésében

5. táblázat / Chart 5: A sítábor szükségességének megítélése a sítábor szervezési munkálataiban / Attitudes to the necessity of the ski camp during the organization of the camp

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem járul hozzá	2	1,8
kismértékben járul hozzá	23	20,5
közepesen járul hozzá	40	35,7
nagyon hozzájárul	38	33,9
teljes mértékben hozzájárul	9	8,0
összesen	112	100,0

A sítábor szükségességét a sítábor szabadidős programjainak célcsoport-specifikus megtervezésében, megszervezésében, lebonyolításában 7,1%-uk a teljes mértékben (8 fő), 32,1%-uk (36 fő) a közepes értéket választotta, míg a legtöbben, 41,1% (46 fő) közepesen ítélték meg. A válaszadók 14,3%-a (16 fő) úgy gondolta, hogy kis mértékben, illetve 5,4%-uk szerint a sítábori oktatás egyáltalán nem járul hozzá a sítábori szabadidős programok megszervezéséhez.

A sítábori oktatás hozzájárulása a későbbi gyakorlati szervezéshez-a sítábor szabadidős programjainak megszervezésében

6. táblázat / Chart 6: *A sítábor szükségességének megítélése a sítábor szabadidős programjainak menedzsmentjében / Attitudes to the necessity of the ski camp in managing free-time activities at the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem járul hozzá	6	5,4
kismértékben járul hozzá	16	14,3
közepesen járul hozzá	46	41,1
nagyon hozzájárul	36	32,1
teljes mértékben hozzájárul	8	7,1
összesen	112	100,0

A sítábor szükségességét a képesség és kompetenciafejlesztés kihasználásában jellemzően közepesen, vagy még kedvezőbben értékelték a hallgatók. A válaszadók 10,7%-a (12 fő) értékelte úgy, hogy teljes mértékben, 31,2%-uk (35 fő) szerint nagyon, és majdnem 50%-uk (55 fő) gondolta úgy, hogy közepesen hozzájárul a sítábor a különböző testi képességek és kompetenciák fejlesztéséhez. A válaszadók csupán 8,9%-a (10 fő) választotta a kis mértékben járul hozzá értéket a skálán.

A sítábori oktatás hozzájárulása a későbbi gyakorlati szervezéshez-képesség és kompetenciafejlesztés kihasználásában.

7. táblázat / Chart 7: *A sítábor szükségességének megítélése a képesség és kompetencia fejlesztés területén / Attitudes to the necessity of the ski camp in skill and competence development*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben járul hozzá	10	8,9
közepesen járul hozzá	55	49,1
nagyon hozzájárul	35	31,2
teljes mértékben hozzájárul	12	10,7
összesen	112	100,0

A sítábor szükségességét a nevelési feladatok megvalósítása kapcsán a következőképp értékelték a hallgatók. 7,1%-uk (8 fő) adott teljes mértékben hozzájárul választ, 30,4% (34 fő) szerint nagyon hozzájárul, 48,2% (54 fő) vélekedett úgy, hogy közepesen járul hozzá, és 14,3%-uk, (16 fő) jelölte meg a kismértékben járul hozzá kategóriát.

A sítábori oktatás hozzájárulása a későbbi gyakorlati szervezéshez-nevelési feladatok megvalósításához.

8. táblázat / Chart 8: *A sítábor szükségességének megítélése a nevelési feladatok megvalósításának területén / Attitudes to the necessity of the ski camp in achieving pedagogical goals*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben járul hozzá	16	14,3
közepesen járul hozzá	54	48,2
nagyon hozzájárul	34	30,4
teljes mértékben hozzájárul	8	7,1
összesen	112	100,0

Összegzésképp elmondhatjuk, hogy a sítábor megítélésének szükségessége a síoktatásban kapta a legmagasabb átlag pontot (3,76), melyhez 0,984 szórásérték társult. A hallgatók tehát abban voltak legegységesebb állásponton, hogy gyakorló sportszakemberként a sítábori ismereteiket leginkább a mozgásoktatás

területén fogják tudni kamatoztatni. A tábor szükséges és elengedhetetlen feltétele, hogy a jövőben képessé váljanak eredményesen oktatni a sízést.

9. táblázat / Chart 9: *A sítábor 1-5-ös skálán történő megítélésének átlag és szórásértékei / Average and standard deviation values in the evaluation of the ski camp on a 1-5 scale*

	Átlag	szórás
síelés oktatása	3,76	0,984
sítábor szervezés	3,26	0,937
szabadidős programok menedzsentje	3,21	0,963
képesség és kompetenciafejlesztés	3,44	0,803
nevelési feladatok megvalósítása	3,30	0,804

A következő 5. kérdéscsoport a hallgatók elégedettségét vizsgálta. Kíváncsiak voltunk, hogy a sítábor helyével, a sípályák és sífelvonók állapotával, a szállás minőségével, az étkezéssel, a táborban folyó oktatással, a sítábor árával, programokkal mennyire voltak megelégedve a hallgatók? Ez a kérdéskör vizsgálja egyrészt a táborban folyó oktató-nevelő munka és a szabadidős programok, mint szolgáltatások minőségét, mely a hallgatói elégedettség egyik összetevője. Mivel az utazás a turizmushoz is tartozik nem csak az oktatási tevékenységhez, így a kérdéskör másik része a turisztikai infrastruktúra, a turisztikai fogadóképesség momentumait vizsgálja, vagyis az ezzel való elégedettséget.

A WTO előrejelzései azt mutatják, hogy egyre inkább a különböző kiegészítő szolgáltatások mennyisége és minősége fogja meghatározni egy-egy terület sikerességét a turizmus területén,

1-5-ös skálán² kellett értékelni az alábbi változókat. Az első momentum a **sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával** való elégedettséget vizsgálta. A válaszadók döntő többsége, 55,4%-a (62 fő) teljes mértékben elégedett, 35,7% (40 fő) nagyon elégedett, 6,2% (7 fő) közepesen és 2,3%-uk (3 fő) kis mértékben volt elégedett a turisztikai desztináció környezeti állapotával, minőségével.

² 1= egyáltalán nem elégedett, 2= kis mértékben elégedett, 3= közepesen elégedett, 4= nagyon elégedett, 5= teljes mértékben elégedett

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával

10. táblázat / Chart 10: A sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával való elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the satisfaction with the venue and with the condition of the surroundings of the ski camp

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	3	2,7
közepesen elégedett	7	6,2
nagyon elégedett	40	35,7
teljes mértékben elégedett	62	55,4
összesen	112	100,0

A következő tényező, melynek minőségét vizsgáltuk, az a sípályák állapota. Az azzal való hallgatói elégedettséget jól mutatja, hogy a válaszadók több mint 70%-a 4-re és 5-re értékelte, vagyis megfelelő minősítést kapott. 17%-uk (19 fő) jelezte, hogy közepesen elégedett. A kismértékben elégedett hallgatók viszonylag alacsony arányát tapasztaltuk 8,9% (10 fő), és mindösszesen csak 1 fő (0,9%) volt, aki egyáltalán nem volt elégedett a sípályák állapotával.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sípályák állapotával

11. táblázat / Chart 11: A sípályákkal való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the ski-run

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem elégedett	1	0,9
kismértékben elégedett	10	8,9
közepesen elégedett	19	17,0
nagyon elégedett	50	44,6
teljes mértékben elégedett	32	28,6
összesen	112	100,0

Nagy várakozással fordultunk a sífelvonók állapotával és minőségével való elégedettség vizsgálatához. A válaszadók 83%-a pozitív visszajelzést adott, hiszen teljes mértékben (31,2% – 35 fő) és nagyon elégedett (51,8% – 58 fő) vol-

tak. A hallgatók 13,4%-a (15 fő) közepesen elégedett, míg csupán 3,6%-uk (4 fő) volt kismértékben elégedett.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a felvonók állapotával, minőségével

12. táblázat / Chart 12: *A felvonók állapotával, minőségével való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the condition and quality of the ski lifts*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	4	3,6
közepesen elégedett	15	13,4
nagyon hozzájárul	58	51,8
teljes mértékben elégedett	35	31,2
összesen	112	100,0

Vizsgáltuk a szállás minőségével való elégedettséget. A válaszadók 36,6%-a (41 fő) teljes mértékű elégedettséget választott, 50,9%-a (57 fő) pedig a nagyon elégedett szintet választotta. A hallgatók 10,7%-a (12 fő) volt közepesen elégedett és mindössze 1,8-uk (2 fő) értékelte alul a szállás minőségét és jelölte meg a kismértékű elégedettséget.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a szállás minőségével

13. táblázat / Chart 13: *A szállás minőségével való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the quality of the accommodation*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	2	1,8
közepesen elégedett	12	10,7
nagyon elégedett	57	50,9
teljes mértékben elégedett	41	36,6
összesen	112	100,0

Az étkezéssel való elégedettséget is megvizsgáltuk. Az étkezéssel való elégedettség nem túl meggyőző. Csupán 30%-uk értékelte pozitívan ezt a szolgáltatást, 2,9% (1 fő) jelölte a teljes mértékű elégedettséget és 29,4% (10 fő) a nagyon elégedett szintet. A válaszadók 26,5%-a a közepesen elégedett kategóriába

tartozik. A hallgatók több, mint 40%-a alulértékelt ezt a szolgáltatást, hiszen vagy csak kismértékben volt elégedett (29,4% – 10 fő) vagy egyáltalán nem volt megelégedve (11,8% – 4 fő).

Mennyire volt elégedett a megkérdezett az étkezéssel

14. táblázat / Chart 14: *Az étkezéssel való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the meals*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem elégedett	17	15,2
kismértékben elégedett	19	17,0
közepesen elégedett	36	32,1
nagyon elégedett	26	23,2
teljes mértékben elégedett	14	12,5
összesen	112	100,0

A sítáborban zajló oktatási folyamatot értékeltük a hallgatókkal. Várakozásunknak megfelelően alakultak a hallgatók válaszaik. Ezt a szempontot értékelték a sítábor helye és környezeti állapota után a legpozitívabban a válaszadók. A hallgatók 40,2%-a (45 fő) teljes mértékben elégedett 45,5%-a (51 fő) nagyon elégedett, 13,4%-a (15 fő) közepesen volt megelégedve a sítáborban folyó oktatással, és egyetlen egy fő (0,9%) volt csak kis mértékben elégedett ezzel a szolgáltatással. Ezek az értékek mutatják számunkra, hogy a szakmai programmal magával az oktatókkal, az oktatás módszertanával és az oktatás eredményességével, amely a hallgatók sítudásában fejezhető ki, nagyon elégedettek voltak a hallgatók. Ez egyfajta visszacsatolás a tantárgyról, a munkánkról. Az eredmények megerősítenek bennünket, hogy ezen a téren jelentős változtatásokra nincs szükség, bár az oktatók képzése, felkészülése, a tananyag korszerűsítése minden tantárgynál nélkülözhetetlen a minőségi oktatásban.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítáborban folyó oktatással

15. táblázat / Chart 15: *A sítáborban folyó oktatással való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the trainings held in the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	1	0,9
közepesen elégedett	15	13,4
nagyon elégedett	51	45,5
teljes mértékben elégedett	45	40,2
összesen	112	100,0

A válaszadók 33,9%-a (38 fő) teljes mértékben meg volt elégedve a sítábor árával, a hallgatók 37,5%-a (42 fő) nagyon elégedett volt, negyed részük (8 fő) volt közepesen elégedett, és csupán 3,6%-uk (4 fő) jelezte csak, azt, hogy kismértékben. A válaszadók több, mint 70%-a értékelte felül, a sítábor árát, tehát fejezte ki elégedettségét azzal.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítábor árával

16. táblázat / Chart 16: *A sítábor árával való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the ski camp's price*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	4	3,6
közepesen elégedett	28	25,0
nagyon hozzájárul	42	37,5
teljes mértékben hozzájárul	38	33,9
összesen	112	100,0

A sítáborban zajló programokkal a válaszadók inkább közepesen, vagy annál még jobban meg voltak elégedve. Teljes mértékben a hallgatók 20,5%-a (23 fő) volt elégedett, 38,4%-uk (43 fő) nagyon elégedett volt, és 28,6%-uk (32 fő) közepesen volt megelégedve a programokkal. 11,6%-uk (13 fő) jelezte a kismértékű elégedettséget, valamint 1 főnek (0,9%) egyáltalán nem nyerték el a tetszését a táborban zajló programok.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítáborban zajló programokkal

17. táblázat / Chart 12: *A sítáborban zajló programokkal való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / Frequency and percentage values related to the students' satisfaction with the programmes held in the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem elégedett	1	0,9
kismértékben elégedett	13	11,6
közepesen járul hozzá	32	28,6
nagyon elégedett	43	38,4
teljes mértékben elégedett	23	20,5
összesen	112	100,0

Az ötös kérdés összesítő táblázatából kiderül, hogy a hallgatók leginkább a helyszín környezeti állapotával (átlag=4,44, szórás=0,733) voltak megelégedve. A 18. számú táblázatból jól láthatjuk, hogy, a sítáborban folyó oktatáshoz (átlag=4,25, szórás=0,717), a szállás minőségéhez (átlag=4,22, szórás=0,707), a felvonók állapotához (átlag=4,11, átlag=0,764), a sítábor árához (átlag=4,02, szórás=0,859) szintén magas hallgatói elégedettség társult. A sípályák állapotával (átlag=3,91, szórás=0,945) és a sítáborban zajló programokkal jó közepesen meg voltak elégedve a hallgatók, míg az étkezéssel közepesen (átlag=3,01, szórás=1,234).

18. táblázat / Chart 18: *A sítábor különböző szolgáltatási elemeivel való elégedettség 1-5 ös skálán történő értékelésének átlag és szórásértékei / Average and standard derivation values of the evaluation of the different elements of services offered by the ski camp*

	átlag	szórás
Helyszín környezeti állapota	4,44	0,733
A sípályák állapota	3,91	0,945
A felvonók állapota, minősége	4,11	0,764
A szállás minősége	4,22	0,707
Az étkezés minősége	3,01	1,234
A sítáborban folyó oktatás	4,25	0,717
A sítábor ára	4,02	0,859
A sítáborban zajló programok	3,65	0,964

A hatodik kérdés nyitott kérdés volt. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a tábor során mit hiányoltak a hallgatók, illetve mivel nem voltak megelégedve. A 113

főből 31 (27,4%) személy írt erre a kérdésre választ. A hallgatóknak közel háromnegyede (72,6%) nem talált hiányosságot vagy elégedetlenségre adó okot. A hallgatók leginkább az étkezés minőségével és mennyiségével valamint a szálláshely-szolgáltatás minőségével voltak elégedetlenek, hiányolták a szabadidős programokat.

A hetedik kérdés a hallgatók utazási szokásaira kérdezett rá. Kíváncsiak voltunk, hogy a főiskolás éve alatt (1-3 év) hányszor utaztak. Azért ezt a viszonylag rövid időintervallumot adtuk meg, hogy a közelmúlt utazásaira még jól emlékszik a válaszadó. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy az utazásaik során hogyan alakult a külföldi és a belföldi utak száma. A válaszadók 92%-a (104 fő) többször utazott, míg 8%-uk (9 fő) választotta az egy alkalommal történő utazást.

Főiskolás éve alatt hányszor utazott?

19. táblázat / Chart 19: *Utazási gyakoriság a válaszadó főiskolás éve alatt / Average and standard derivation values of the evaluation of the different elements of services offered by the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egy alkalommal utazott	9	8,0
több alkalommal utazott	104	92,0
összes	113	100,0

A nyolcadik kérdésben rákérdeztünk, arra, hogy utazásai hányszor kapcsolódtak fizikai aktivitáshoz. Feltételeztük ugyanis, hogy a „sport szakos” hallgatók pályaorientációja befolyással van az utazási szokásokra, az utazás alatti szabadidős tevékenységekre. Joggal feltételeztük hát, hogy utazásaik sokszor kapcsolódtak fizikai aktivitáshoz. Átlagosan 4,96 alkalommal kapcsolódott utazásuk fizikai aktivitáshoz. Ehhez azonban jelentős szórásérték 5,267 tartozott. Megállapítható azonban, hogy a leggyakoribb válasz, a kettő (24,8%) és a három alkalom (15,9%) volt, de az 1 és 5 alkalom is viszonylag gyakori értéknek számított (13,3% egyaránt). Csupán 2 fő (1,8%) jelezte azt, hogy utazása nem kapcsolódott fizikai aktivitáshoz.

A válaszadók átlagosan 6,93 alkalommal utaztak belföldön (szórás=14,882), míg a várakozásunknak megfelelően külföldi desztinációt kevesebbszer átlag 2,71-szer (szórás=2,517) választottak úticélként.

A kilencedik kérdésben kíváncsiak voltunk arra, hogy az utazásaik során melyek a legjellemzőbb tevékenységek. Több tevékenységet is bejelölhetett. Azt tapasztaltuk, hogy a síelés, mint az utazás során végzett legjellemzőbb tevékenységet a hallgatók 88,5%-a (100 fő) jelölte be. A második leggyakoribb tevékenységben megfigyelhető a napsütötte, mediterrán tengerpart, a nyári üdülések víz-

parti dominanciája, hiszen a válaszadók 75,2%-a (85 fő) választotta a strandolást, mint népszerű utazáshoz kapcsolódó tevékenységet. A harmadik leggyakoribb fizikai aktivitás a költség-hatékony, jövedelmi viszonyok és életkor alapján széles célcsoportú természetjárás követte, a válaszadók 73,2%-a (83 fő) jelölte. A negyedik legnépszerűbb aktivitás a sportesemények látogatása volt, 40,7% (46 fő). Nagyjából egyharmados értékkel szerepelt a vízi sport, melyet a válaszadók 31,9%-a (36 fő) jelölt meg. A kerékpározás meglepő módon kevésbé népszerű (17,7% – 20 fő), melynek okát a kerékpár turizmus hiányos infrastrukturális hátterében látjuk. Kevés olyan szálláshely vagy turisztikai szolgáltató van akik kerékpárkölcsonzással foglalkoznak, elégtelen a kerékpár szervízhálózat. A kerékpárutak és kerékpár-barát utak száma – bár nőtt az utóbbi években – még mindig elmarad a Nyugat-európai értékek mögött. A horgászat (12,4% – 14 fő) és a lovaglás (1,8% – 2 fő), mint jellemző fizikai aktivitás kis mértékben jelenik meg a hallgatói mintában. Ennek oka lehet, hogy ez a két sport magas diszkrecionális jövedelemmel rendelkező célcsoportot vonz a magas költségvonzata miatt, a hallgatók sok esetben (nappali tagozat) nem vagy csak alig rendelkeznek diszkrecionális jövedelemmel. A válaszadók 4,4%-a (5 fő) jelölte az egyéb kategóriát, melyben leginkább a futást, és a sziklamászást említették 4-4 alkalommal (3,5-3,5%).

A tizedik kérdésben rákérdeztünk, hogy utazásaik egyéni, utazási iroda által szervezettek vagy egyéb jellegűek. Azt tapasztaltuk, hogy a válaszadók több mint fele 57,5%-a (65 fő) egyéni szervezésű utakon vesz részt. Valószínűleg azért, mert így alacsonyabb a költsége, hiszen az utazási iroda a szervezői díjjal emelt összegért kínálja az utakat. A válaszadók közel egyharmada (26,5% – 30 fő) utazási iroda által megszervezett utakon vesz részt. Az egyéb kategóriában (15,9% – 18 fő) leginkább az iskolai szervezést választották a hallgatók.

A tizenegyedik kérdésben arra voltunk kíváncsiak, hogy a hallgatókat a legutóbbi utazásuk során milyen szempont segítette a helyszín kiválasztásában. Összesen 14 tényező közül választhattak, és egyszerre többet is megjelölhettek. Azt láthatjuk, hogy a válaszadók nagyjából fele (49,6% - 56 fő) leginkább az úti cél kedvező természeti adottságait vette figyelembe. A hallgatók döntéseit szintén nagy részben meghatározza az ár, vagyis 46%-uk (52 fő) választásában fontos szerepet játszik az utazás kedvező ára, alacsony költsége. Ez azzal magyarázható, hogy a mintába kerülő egyének – hallgatók – nem rendelkeznek magas szabadon elkölthető jövedelemmel. A harmadik fontos döntést befolyásoló tényezőnek 38,1%-uk (43 fő) a korábbi kedvező tapasztalatot tartották, és majd csak ugyan ilyen fontos szempontnak vélték az ismerősök ajánlásait (37,2% – 42 fő). A hallgatók kb. egyharmada hozta meg döntését úgy, hogy meghívást kapott az adott desztinációba (33,6% – 38 fő), illetve figyelembe vette a kedvező éghajlati viszonyokat (29,2% – 33 fő). 15,9%-uk (18 fő) az előzetesen elképzelt ked-

vező kép alapján választott, 13,3%-uk (15 fő) pedig az Interneten találkozott az adott hellyel. Kevésbé tartották fontos szempontnak, ha a helyet utazási irodában ajánlották (9,7% – 11 fő) vagy, hogy mennyire divatos (8,8% – 10 fő). Mindössze 6,2%-uk (7 fő) döntését segítette elő, hogy rádióban, televízióban hallott a helyszínről, és csupán 2,7-2,7%-uk (3-3 fő) jelezte, hogy hirdetésből, vagy újságból értesült az utazás helyszínéről.

Legutóbbi utazás helyszíne kiválasztásának szempontjai

20. táblázat / Chart 20: *A legutóbbi utazás helyszín kiválasztása szempontjának gyakorisága, százalékos megoszlása / Frequency and percentage derivation of choosing the place of the latest travel*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
úticél kedvező természeti adottságai	56	49,6
korábbi kedvező tapasztalat	43	38,1
ismerősök ajánlották	42	37,2
meghívás	38	33,6
az utazás kedvező ára, alacsony költsége	52	46,0
kedvező kép van róla	18	15,9
divatos hely	10	8,8
interneten találkozott vele	15	13,3
hirdetés	3	2,7
prospektusban, kiadványban találkozott vele	5	4,4
kedvező éghajlat	33	29,2
újságban olvasott róla	3	2,7
tv, rádióműsorban találkozott vele	7	6,2
utazási irodában ajánlották	11	9,7
összes	103	100,0

A válaszadók neme viszont már különbséget jelenthet bizonyos kérdésekre adott válaszoknál. Vizsgáltuk, hogy az utazás során végzett legjellemzőbb tevékenységek között van e különbség nők és a férfiak megítélése között.

A természetjárást, a nők választották többen, hiszen az 50 főből 40-en megjelölték (80%), míg a férfiak 63 főből 43-an jelölték (68,3%) meg.

A kerékpározást, szintén eltérő módon értékelték a nők és a férfiak. Itt is a női válaszadók vannak úgymond többségben, vagyis közülük 22% (11 fő) jelölte meg ezt a tevékenységet, míg a férfiak csupán 14,3%-a (9 fő).

Érdekes eredményt tapasztalhatunk, hiszen a sportesemények látogatásánál ismét a nők vannak többségben. Ezt a tevékenységet a nők majdnem fele (48% – 24 fő) választotta, míg a férfiak közül csupán 34,9% (22 fő).

Felhasznált irodalom:

1. Bassler, R. (2003): Minőség és egészségkompetencia az osztrák kúra- és wellness-turizmusban. In: *Tourismus Journal* (Lucius&Lucius, Stuttgart), 7 Jg. Heft 2. 187–2002. p.
2. Dosek Ágoston (1997): Erdők, hegyek sportjai. MTE tankönyv, Bp. Kiadja: Magyar Tájékoztató Futó Szövetség. 294. p.
3. Biróné dr. Nagy Edit (1977): Sportpedagógia. Sport kiadó. Budapest. 46–48.
4. Nemessuri Mihály (1994): Egészségvédő-életőrző sportok. Mozgás és Viselkedés-biológiai Szakosztály 25 éves jubileumi konferenciája, Tihany, 130–131. p.
5. Várhelyi-Könyves (2007): A síturizmus és a wellness konvergenciája. In: *Acta Academiae Pedagogicae Agriensis. Új Sorozat XXXIV. Kötet. Vizsgálatok a sporttudomány és az egészségturizmus területén.* Eger 2007. 149–159. p. ISSN 1788-1579
6. Introductory Report, Sport & Tourism, World Conference on Sport and Tourism, Barcelona, 2001
7. Bokor Judit (2001): Rekreáció és sportturizmus. In: *Magyar Sporttudományi szemle* 2001/2. sz. 14–17. p.

MÜLLER ANETTA – SZÉLES-KOVÁCS GYULA – SERES JÁNOS
Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger
E-mail: muller@ektf.hu

**KÖZGAZDÁSZ HALLGATÓK SÍTÁBORI
TAPASZTALATAIRÓL
EXPERIENCE ON THE SKI CAMP OF THE STUDENT
MAJORING IN ECONOMICS**

Összefoglaló

A hallgatói elégedettség vizsgálatunk kiterjedt a sítábori oktatásra és a franciaországi turisztikai infrastruktúra kínálati elemeire egyaránt. Az ifjúsági turizmus keresletének növekedését tapasztaljuk. Megvizsgáltuk a hallgatók utazási szokásait és utazási motivációit, az üdüléseik során választott legjellemzőbb rekreációs tevékenységeiket. Kutatási módszerünk kérdőíves kutatás volt.

Számítottunk átlagot, szórást, Person Chi négyzet-próbát.

Az eredményeket a cikkben olvashatják.

Kulcsszavak: sítábor, turizmus, rekreáció, közgazdászhallgatók.

Abstract

We analysed the role and the education methodological function of the ski camp among students majoring in economics at the College of Szolnok.

Our survey of the satisfaction of the students extended to the teaching of skiing and to the elements of the French touristic infrastructure too. We experience the increase of the demand for youth tourism.

We examined the travel habits and the travel motivations of the students, furthermore the most typical recreation activities chosen during their holiday.

The method we used was a questionnaire research.

We calculated average, standard deviation and Pearson Chi-square test.

The results are available in the article.

Keywords: ski camp, tourism, recreation, students majoring in economics.

Bevezető gondolatok

Napjainkban sokat változott az oktatás, így a felsőoktatás tartalmi és módszertani aspektusai is változáson mentek át. Ezt igazolja a tantervek folyamatos

módosítása (NOT, NAT, kerettantervek), a Bologna folyamat eredménye - hazai felsőoktatásunkat érintő átalakulása. A munkaerőpiac igényeinek való megfelelés eredményeként előtérbe kerül a gyakorlatorientált képzés és a különböző kompetenciák fejlesztése. A sporttáborok szerepét a Szolnoki Főiskolán vizsgáltuk. A tudás alapú társadalom kialakításához a Szolnoki Főiskola gazdaságtudományi szakok képzési kínálatával járul hozzá. Nemcsak a testnevelő tanárok képzésében van szerepe a szabadidős aktivitásoknak, hanem a gazdasági végzettséget szerzők számára is, hiszen a gyakorlat-centrikus oktatásnak valamint a szakmai-, személyes-, társas és módszerkompetenciák fejlesztésének egyik színtere a sporttáborok (sí-, vízi-, és turisztika tábor), melyek érdekes színfoltjai a képzési kínálatnak. A sporttáborok ugyanis élethelyzetet modellálnak, és pozitív személyiségjegyeket alakítanak ki, mint a küzdeni akarás, kitartás, mások segítése, csapatszellem, fair-play stb., amit ezek a hallgatók majd jól kamatoztathatnak az üzleti élet területén is.

A sporttáboroknak széles irodalmi háttere van. Vannak olyan művek, melyek a táborok természetföldrajzi aspektusait (tájékozódás, térképismeret, domborzat, stb.) helyezi előtérbe *Kondor (1984)*, *Halász (1987)*, *Gábor (1986)*, *Schell (1995)*, *Cseh (2001)*, *Bokody (2001)*. Más irodalmak a módszertani vonatkozásokat helyezi előtérbe *Farkas (1972)*, *Dosek–Ozsváth (1999)* *Vizkelely (1986)*, *Könyves–Müller (2001)*.

A felmérés célja

A hallgatók sítáborral való elégedettség vizsgálata befolyásolja a következő táborok turisztikai kínálatának megválasztását és a szakmai program összeállítását. Az utazási szokások feltérképezése segíthet bennünket megítélni a hallgatók szabadidő-gazdaságban betöltött szerepét, fogyasztói szokásait.

A felmérés módszere

A hallgatók Franciaországi helyszínnel megrendezésre kerülő sítáborban vettek részt, ahol kérdőívet töltöttek ki. A kérdések között zárt és nyílt kérdéseket egyaránt alkalmaztunk. A megkérdezetteket válasz-kategóriákkal segítettük.

A kérdőíveket SPSS 16-es szoftver segítségével dolgoztuk fel. Számítottunk átlagot, szórást, százalékot, pearson, chi négyzet próbát, korrelációt.

A minta

A Szolnoki Főiskola négy gazdasági alapszakán tanuló nappali tagozatos hallgatók közül 43-an vettek részt a sítáborban, ezek közül 36-an adtak értékelhető választ (férfi N=16, nő N=20).

A statisztikai táblák adatai

Az első kérdésnél a síelési tapasztalatra kérdeztünk rá. A 43 hallgatóból 36-an adtak választ erre a kérdésre, ebből azt láthatjuk, hogy 30 fő (83,3%) síelési tapasztalattal rendelkezett. Ez a magas arány annak köszönhető, hogy a hallgatók képzése, mely a sport területére való orientációt jelent magasabb mozgásműveltséget és mozgás iránti motivációt feltételez, a nem „sport szakos” hallgatókhoz képest.

Mivel a síelők magas arányát tapasztaltuk, akik már vettek részt iskolai, egyéni, családi stb. szervezésű utazásokban, így a sítábor értékelésénél az esetükben lesz viszonyítási alap, mely a korábbi tapasztalatot jelenti.

Síelt-e már a megkérdezett?

1. táblázat / Table 1: A síelési tapasztalattal rendelkezők és nem rendelkezők megoszlása / The derivation of those who have and have not skiing experience

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
igen	30	83,3
nem	6	16,7
összes	36	100,0

Csak a síelési tapasztalattal rendelkezők válaszoltak a második kérdésre, melyben arra kerestük a választ, hogy hány alkalommal síelték már. A síelők 21,9%-a (7 fő) válaszolta, hogy eddig még csupán egy alkalommal síelt. A válaszadók 34,4%-a (11 fő) 2-5 alkalommal, 18,8%-a (6 fő) pedig 6-10 alkalommal síelt már. Megállapíthatjuk, hogy a síelők negyede (7 fő) 10 alkalomnál is többször síelt már.

Hány alkalommal síelt már a megkérdezett?

2 táblázat / Table 2: A síelési tapasztalattal rendelkezők síelési gyakorisága / The skiing frequency of those who are experienced

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)	Síelők (%)
egyszer	7	16,3	21,9
2-5 alkalommal	11	25,6	34,4
6-10 alkalommal	6	14,0	18,8
több mint 10 alkalommal	8	18,6	25,0
összes	32	74,4	100,0
Síelési tapasztalattal nem rendelkezők	11	25,6	
összes	43	100,0	

A harmadik kérdésre, hogy mi jut eszébe a sítábor kapcsán, kilenc válaszkategóriát adtunk meg, melyből minden válaszadónak, az általa ítélt 5 legfontosabbat kellett megjelölnie! A kérdésre azok válaszoltak, akik korábbi síelési tapasztalattal rendelkeznek. A legnépszerűbb válaszkategória az „élményekben gazdag” volt, hiszen ezt a kategóriát a 36 főből 32 fő, vagyis a válaszadók 88,9%-a jelölte az öt legfontosabb egyikeként. Nagyon népszerű válasz volt még a” télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életet élünk”, és az „Alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére” jellemzők, melyeket egyaránt 25-25 fő, vagyis a minta 69,4-69,4%-a jelölte. Említésre méltó a sítábor jellegzetességei közül a: „természet erőivel való edzést jelent”, „alkalmas a kondicionális képességek fejlesztésére” válaszkategóriák, melyet 24-24-en, vagyis a válaszadók 66,7-66,7%-a választott. a válaszadók 30,6%-a szerint (11 fő) gyakorlat centrikus oktatást jelent, 27,8% (10 fő) pedig úgy véli, hogy segíti a szocializációt. a „nem a szokásos tanár-diák interakciót” a válaszadók 22,2%-a (8 fő) jelölte meg, és azt, hogy a sítábor nélkülözhetetlen a tanári pályához, mindössze 11,1% (4 fő) gondolta.

A sítábor kapcsán mi jut az eszébe?

3. táblázat / Table 3: *A sítábor legfőbb jellemzői / The most important characteristics of the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
Nem a szokásos tanár tanuló interakció	8	22,2
Nélkülözhetetlen a tanári pályához	4	11,1
Télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életet élünk	25	69,4
Gyakorlatcentrikus oktatás	11	30,6
Élményekben gazdag	32	88,9
Természet erőivel való edzést jelent	24	66,7
Alkalmas a kondicionális képességek fejlesztésére	24	66,7
Alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére	25	69,4
Segíti a szocializációt	10	27,8

A következő 4. kérdés csoport a hallgatók elégedettségét vizsgálta. Kíváncsiak voltunk, hogy a sítábor helyével, a sípályák és sífelvonók állapotával, a szállás minőségével, az étkezéssel, a táborban folyó oktatással, a sítábor árával, programokkal mennyire voltak megelégedve a hallgatók? Ez a kérdéskör vizsgálja egyrészt a táborban folyó oktató-nevelő munka és a szabadidős programok, mint szolgáltatások minőségét, mely a hallgatói elégedettség egyik összetevője.

Mivel az utazás a turizmushoz is tartozik nem csak az oktatási tevékenységhez, így a kérdéskör másik része a turisztikai infrastruktúra, a turisztikai fogadóképesség momentumait vizsgálja, vagyis az ezzel való elégedettséget.

1-5-ös skálán¹ kellett értékelni az alábbi változókat. Az első momentum a *sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával* való elégedettséget vizsgálta. A válaszadók 30,6%-a (11 fő) teljes mértékben elégedett volt, 37,2% (16 fő) nagyon elégedett volt, 16,7% (6 fő) közepesen volt megelégedve és 8,3%-uk csak kismértékben volt elégedett a turisztikai desztináció környezeti állapotával, minőségével.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával

4. táblázat / Table 4: *A sítábor helyével, a helyszín környezeti állapotával való elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the satisfaction with the place and with the state of the enviroment of the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	3	8,3
Közepesen elégedett	6	16,7
nagyon elégedett	16	44,4
teljes mértékben elégedett	11	30,6
összes	36	100,0

A következő tényező, melynek minőségét vizsgáltuk, az a sípályák állapota. Az azzal való hallgatói elégedettséget jól mutatja, hogy a válaszadók, mintegy 78%-a 3-ra és 4-re értékelte, vagyis jó közepes minősítést kapott. A kismértékben elégedett hallgatók viszonylag alacsony arányát tapasztaltuk 11,1% (4 fő), 2,8% (1 fő) egyáltalán nem volt megelégedve a pályák állapotával, és mindösszesen 3 fő (8,3%) volt teljes mértékben elégedett a sípályák állapotával.

¹ 1= egyáltalán nem elégedett, 2= kis mértékben elégedett, 3= közepesen elégedett, 4= nagyon elégedett, 5= teljes mértékben elégedett

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sípályák állapotával

5. táblázat / Table 5: *A sípályákkal való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the ski-run*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem elégedett	1	2,8
kismértékben elégedett	4	11,1
közepesen elégedett	10	27,8
nagyon elégedett	18	50,0
teljes mértékben elégedett	3	8,3
összesen	36	100,0

Nagy várakozással fordultunk a sífelvonók állapotával és minőségével való elégedettség vizsgálatához. Majdnem minden válaszadó vagy közepesen (30,6% – 11 fő), vagy nagyon- (41,7% – 15 fő), vagy teljesen elégedett (25,0% – 9 fő) volt. A válaszadók közül csupán 1 fő (2,8%) volt kevésbé elégedett. Tehát a felvonók állapotát nem kifogásolták a síelők.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a felvonók állapotával, minőségével

6. táblázat / Table 6: *A felvonók állapotával, minőségével való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the status of the ski lifts*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	1	2,8
közepesen elégedett	11	30,6
nagyon elégedett	15	41,7
teljes mértékben elégedett	9	25,0
összes	36	100,0

Vizsgáltuk a szállás minőségével való elégedettséget. A válaszadók 38,9%-a (14 fő) a teljes mértékű elégedettséget választotta, 41,7% (15 fő) pedig a nagyon elégedett szintet. A síelők 19,4%-a (7 fő) közepesen volt megelégedve a szállás minőségével.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a szállás minőségével

7. táblázat / Table 7: *A szállás minőségével való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the quality of the accomodation*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
közepesen elégedett	7	19,4
nagyon elégedett	15	41,7
teljes mértékben elégedett	14	38,9
összesen	36	100,0

Az étkezés egyénileg történt. Apartman szállással konyha társult, ahol a hallgatók vagy maguk készítették el a vacsorát vagy éttermi szolgáltatást vettek igénybe. Az étkezéssel elégedetlenebbnek bizonyultak a hallgatók. Közel 70%-uk értékelte kedvezőnek az étkezést, hiszen 14 fő (38,9%) jelölte a teljes mértékű elégedettséget és 11 fő (30,6%) a nagyon elégedett szintet. A válaszadók 13,9-13,9%-a (5-5 fő) a közepesen- és kismértékben elégedett kategóriába választotta.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett az étkezéssel

8. táblázat / Table 8: *Az étkezéssel való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the meals*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	5	13,9
közepesen elégedett	5	13,9
nagyon elégedett	11	30,6
teljes mértékben elégedett	14	38,9
összes	36	100,0

A sítáborban zajló oktatási folyamatot is értékeltettük a hallgatókkal. A válaszadók háromnegyede pozitívan értékelt az oktatást, hiszen 38,9%-uk (14 fő) teljes mértékben elégedett, valamint 36,1%-uk (13 fő) nagyon elégedett volt a táborban zajló oktatással. 16,7%-uk (6 fő) közepesen, és 8,3%-uk (3 fő) kis mértékben volt elégedett

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítáborban folyó oktatással

9. táblázat / Table 9: *A sítáborban folyó oktatással való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the trainings held in the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	3	8,3
közepesen elégedett	6	16,7
nagyon hozzájárul	13	36,1
teljes mértékben elégedett	14	38,9
összesen	36	100,0

Kíváncsiak voltunk, milyen a hallgatók elégedettsége a sítábor árával. Mivel 2 helyszín közül választhattak (Szlovákia, Olaszország), így természetesen az olasz sítábor magasabb árához viszonyíthatták ezt az árat. Igaz ugyan, hogy a két helyszín árával tisztában vannak, nem ismerik a másik helyszín ár-érték arányát. Az adott szolgáltatás minősége és az ár kapcsolata valósabb képet adna, hiszen lehet, hogy az olasz sífelvonók bérlete drágább 20%-kal, mégis ha az ár-érték arányt nézzük kedvezőbb. Míg Szlovákiába 10 perc alatt jut fel az ember a sítályára és 2 percet síel, addig az olasz pályán 2 perc alatt jut fel és 2-4 percet síel. Így az időegységre jutó síelt km akár 30-40%-kal is jobb lehet az olasz pályán. Tehát 20%-kal drágább a bérlet, de 40%-kal síel többet, jobb minőségű turisztikai infrastruktúrában akkor az olasz tábor ár-érték aránya kedvezőbb.

Mivel a hallgatóknak nem volt összehasonlítási alapjuk, így csak a Szlovák tábor árát minősítették 1-5 skálán, illetve akiknek korábbi síelési tapasztalatuk volt, azoknak volt viszonyítási alapjuk.

A válaszadók 38,9-38,9%-a (14-14 fő) teljes mértékben én nagyon meg volt elégedve a sítábor árával. 19,4% (7 fő) volt közepesen elégedett, és csupán 2,8% (1 fő) jelezte csak, hogy kismértékben elégedett. A válaszadók több mint 77%-a értékelte felül, a sítábor árát, tehát fejezte ki elégedettségét azzal.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítábor árával

10. táblázat / Table 10: *A sítábor árával való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the ski camp's cost*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
kismértékben elégedett	1	2,8
Közepesen elégedett	7	19,4
nagyon elégedett	14	38,9
teljes mértékben elégedett	14	38,9
összes	36	100,0

A sítáborban zajló programokkal a válaszadók több mint fele elégedetlenek volt, 22,2%-uk (8 fő) egyáltalán nem volt megelégedve, 30,6% (11 fő) pedig csak kis mértékben volt elégedett. A hallgatók 19,4%-a (7 fő) közepesen megelégedve, 22,2%-a (8 fő) nagyon elégedett volt, és csak 5,6%-uk (2 fő) jelezte a teljes elégedettséget.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítáborban zajló programokkal

11. táblázat / Table 11: *A sítáborban zajló programokkal való hallgatói elégedettség gyakorisága és százalékos megoszlása / The frequency and percentage derivation of the students' satisfaction with the programmes held in the ski camp*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egyáltalán nem járul hozzá	8	22,2
kismértékben járul hozzá	11	30,6
közepesen járul hozzá	7	19,4
nagyon hozzájárul	8	22,2
teljes mértékben hozzájárul	2	5,6
összesen	36	100,0

Az négyes kérdést összesítő táblázatából kiderül, hogy a hallgatók leginkább a szállás minőségével (átlag=4,19, szórás=0,75), a sítáborban folyó oktatással (átlag=4,06, szórás=0,955) és a sítábor árával (átlag=4,14, szórás=0,83) voltak a leginkább megelégedve, hiszen magas átlag pont értékhez nem túl magas szórásérték társult. Megállapíthatjuk még azt is, hogy a helyszín környezeti állapotá-

hoz (átlag=3,97, szórás=0,91) és a felvonók állapotához (átlag=3,89, szórás=0,82), valamint az étkezés minőségéhez (átlag=3,89, szórás=1,17) szintén magas hallgatói elégedettség társult. A sípályák állapotával (átlag=3,5, szórás=0,91) jó közepes megelégedettséget jelöltek a válaszadók. A legelégedetlenebbek a sítáborban zajló programokkal voltak, hiszen ezt a tényezőt a közepes elégedettségi szint alatt (átlag=2,58 szórás=1,29) értékelték.

Mennyire volt elégedett a megkérdezett a sítáborban a szolgáltatási elemekkel

12. táblázat / Table 12: A sítábor különböző szolgáltatási elemeivel való elégedettség

1-5-ös skálán történő értékelésének átlag és szórásértékei / Average and standard derivation values of the evaluation of the different elements of services offered by the ski camp

	átlag	szórás
Helyszín környezeti állapota	3,97	0,910
A sípályák állapota	3,50	0,910
A felvonók állapota, minősége	3,89	0,820
A szállás minősége	4,19	0,750
Az étkezés minősége	3,89	1,170
A sítáborban folyó oktatás	4,06	0,955
A sítábor ára	4,14	0,830
A sítáborban zajló programok	2,58	1,230

Az ötödik kérdés nyitott kérdés volt. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a tábor során mit hiányoltak a hallgatók, illetve mivel nem voltak megelégedve. A 43 főből 22 személy (51,16%) írt erre a kérdésre választ. A hallgatóknak fele talált, másik fele nem talált hiányosságot vagy elégedetlenségre adó okot.

A válaszolók 11 különböző elégedetlenségre adó okot soroltak fel, mely közül a leggyakoribb a programok- szabadidős programok hiánya volt.

A hatodik kérdés a hallgatók utazási szokásaira kérdezett rá. Kíváncsiak voltunk, hogy a főiskolás éve alatt (1-3 év) hányszor utaztak? Azért ezt a viszonylag rövid időintervallumot adtuk meg, hogy a közelmúlt utazásaira még jól emlékszik a válaszadó. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy az utazásaik során hogyan alakult a külföldi és a belföldi utak száma. A válaszadóknak pontosan a háromnegyed része (27 fő) többször utazott, míg egynegyedük (9 fő) csak egy alkalommal.

Főiskolás évei alatt hányszor utazott?

13. táblázat / Table 13: *Utazási gyakoriság a válaszadó főiskolás évei alatt / The travelling frequency during the college years of the answering students*

	Válaszadók (fő)	Válaszadók (%)
egy alkalommal utazott	9	25
Több alkalommal utazott	27	75
összes	36	100,0

A válaszadók átlagosan 3,5 alkalommal utaztak belföldön (szórás=9,494), és a várakozásainkat felülmúlva külföldi desztinációt többször, átlag 4,47-szer (szórás=2,50) választottak úticélként.

A hetedik kérdésben rákérdeztünk, arra, hogy utazásai hányszor kapcsolódtak fizikai aktivitáshoz. Feltételeztük ugyanis, hogy a „sport szakos” hallgatók pályorientációja befolyással van az utazási szokásokra, az utazás alatti szabadidős tevékenységekre. Joggal feltételeztük hát, hogy utazásaik sokszor kapcsolódtak fizikai aktivitáshoz. Átlagosan 5,39 alkalommal kapcsolódott utazásuk fizikai aktivitáshoz. Ehhez azonban jelentős szórásérték 12,329 tartozott. Megállapítható azonban, hogy a leggyakoribb válasz, a kettő alkalom (25%) ám ezután 16,3% jelezte azt, hogy utazása nem kapcsolódott fizikai aktivitáshoz.

A nyolcadik kérdésben kíváncsiak voltunk arra, hogy az utazásaik során melyek a legjellemzőbb tevékenységek. A válaszadók több tevékenységet is bejelölhettek. Azt tapasztaltuk, hogy a síelést, mint utazás során végzett legjellemzőbb tevékenységet a hallgatók 72,2%-a (26 fő) jelölte be. A második leggyakoribb fizikai aktivitás a strandolás, fürdőzés volt, melyet a válaszadók 69,4%-a (25 fő) jelölt meg. A harmadik legnépszerűbb aktivitás a költséghatékony természetjárás volt, ezt a tevékenységet a válaszadók 38,9%-a (14 fő) választotta. A válaszadók egyharmada (11 fő) válaszaik között szerepel még a vízi sport (30,6% – 11 fő). A következő kategóriát, a kerékpározást a válaszadók egynegyede jelölte meg (9 fő). A sporteseményen való részvétel és a horgászat (22,2-22,2% – 8-8 fő) már valamivel kevésbé jellemző tevékenységnek számított. A lovaglás (5,6% – 2 fő), mint jellemző fizikai aktivitás a legcsekélyebb jelentőséggel jelenik meg a hallgatói mintában. Ennek oka lehet, hogy ez a sport magas diszkrecionális jövedelemmel rendelkező célcsoportot vonz a magas költségvonzata miatt, a hallgatók sok esetben (nappali tagozat) nem vagy csak alig rendelkeznek diszkrecionális jövedelemmel. A válaszadók 16,7%-a (6 fő) jelölte az egyéb kategóriát, melyben 5 különböző sportot soroltak fel a válaszadók.

A kilencedik kérdésben rákérdeztünk, hogy utazásaik egyéniék, utazási iroda által szervezettek vagy egyéb jellegűek. A válaszadók döntő többsége 63,9%-a (23 fő) egyéni szervezésű utakon vesz részt. Valószínűleg azért, mert így alacsonyabb a költsége, hiszen az utazási iroda a szervezői díjával emelt összegért kínálja az utakat. Ez a célcsoport rendkívül ár-érzékeny, hiszen nem minden esetben rendelkezik önálló diszkrecionális jövedelemmel. A válaszadók több mint egyharmada (12 fő) utazási irodán keresztül szervezi meg útját, míg az egyéb kategóriában az egyesületek és táborok szervezést említették a hallgatók.

A tizedik kérdésben arra voltunk kíváncsiak, hogy a hallgatókat a legutóbbi utazásuk során milyen szempont segítette a helyszín kiválasztásában. Összesen 14 tényező közül választhattak, és egyszerre többet is megjelölhettek. Azt láthatjuk, hogy a válaszadók több mint fele (52,8% – 19 fő) leginkább az úticél kedvező természeti adottságait vette figyelembe. A hallgatók felének döntését meghatározza az ár, vagyis 50%-uk (18 fő) választásában fontos szerepet játszik az utazás kedvező ára, alacsony költsége. A harmadik fontos döntést befolyásoló tényezőnek 47,2%-uk (17 fő) az ismerősök ajánlásait tartották, és hasonlóan lényeges szempontnak vélték az kedvező éghajlatot (44,4% – 16 fő). A válaszadók egynegyede (9 fő) az Interneten találkozott a desztinációval, 19,4-19,4%-uk (7-7 fő) pedig azért választotta, mert vagy korábbi kedvező tapasztalattal rendelkezett, vagy előzetesen kedvező képet alkotott róla. 16,7%-uk (6 fő) prospektusban, kiadványban találkozott vele, 13,9% (5 fő) azért választotta, mert divatos helynek tartotta. 11,1% (4 fő) tv, rádió műsorban találkozott vele, és csupán 8,3%-uk (3 fő) hozta meg döntését úgy, hogy meghívást kapott az adott desztinációba. 2,8-2,8% (1-1 fő) hirdetésből, vagy újságból értesült az adott helyről.

Kíváncsiak voltunk, hogy van-e különbség aközött, hogy mi jut az eszébe a megkérdezetteknek a síelésről annak függvényében, hogy rendelkezik-e síelési tapasztalattal, vagy sem.

Azok a hallgatók, akik nem rendelkeztek korábbi síelési tapasztalattal nem is jelölték meg az öt legfontosabb tényező egyikének a „nem a szokásos tanár-diák interakció” kategóriát, míg azok közül, akik síelési tapasztalattal rendelkeztek, 8 fő (26,67%) gondolta, hogy ez így van.

A nem síelők fele úgy vélte, hogy igaz az állítás, miszerint a síelés télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életmódot élünk és alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére. Ám másik felük nem jelölte ezt a jellemzőt az öt legfontosabb közé. Ezzel szemben azok a válaszadók, akik síelési tapasztalattal rendelkeztek, sokkal inkább gondolták úgy, hogy a síelés télen nyújt mozgásélményt, örömet, amikor leginkább inaktív életmódot élünk, és alkalmas a koordinációs képességek fejlesztésére, hiszen a síelők közülük 22-en (73,33%) jelölték meg ezt az állítást.

A következőkben megvizsgáltuk, hogy van-e különbség a nemek és a legutóbbi utazási helyszín kiválasztását befolyásoló tényezők között.

Azt tapasztaljuk, hogy a férfiak inkább hozzák meg döntéseiket egy korábbi kedvező tapasztalatra alapozva, mint a nők.

A nők sokkal inkább figyelembe veszik, hogy milyen az adott desztináció éghajlata, mint a férfiak.

Az utazási irodák ajánlásira a férfiak fogékonyabbnak bizonyultak, mint a nők.

Összegzés

Stratégiai szinten mind a Nemzeti Alaptanterv, mind a kétszintű érettségi vizsga követelményrendszere leteszi a voksot a kompetenciafejlesztés fontossága, a tudás gyakorlati alkalmazásának dominanciája mellett. A tudásszerzés és a kompetenciafejlesztés új útjai azt is jelentik, hogy a pedagógusképzésben és továbbképzésben előtérbe kell, hogy kerüljön a szociális kompetenciák, a gyakorlat-orientált foglalkozások, táborok, kreatív alkotóműhelyek, reflektív tanítási gyakorlatok, a személyiségfejlesztéssel és konfliktuskezeléssel kapcsolatos műhelymunkák.

A sporttáborok, hozzájárulnak a közgazdász hallgatók sportágspecifikus elméleti és gyakorlati ismereteinek bővítéséhez és kognitív, személyes és szociális kompetenciáinak fejlesztéséhez.

Felhasznált irodalom

1. A túravezetés általános ismeretei (szerk.: dr. Vízkeledy László). Magyar Természetbarát Szövetség. Alfaprint nyomda. 1984.
2. Bokody József (2001): Vízitúrázók kézikönyve. Mezőgazda kiadó. Bp.
3. Bükki Túrák (szerk.: Cseh Zita). Garamound Kft. Eger. 2001.
4. Dosek–Ozsváth (1999): A sízés 2000. A telemarktól a carvingig. MTE tankönyv. Szinkron Press. Kft.
5. Farkas György (1972): Téli-Nyári táborozások. Tanárképző Főiskolák Tankönyve. Tankönyvkiadó. Bp.
6. Gábor Imre (1986): Turista tereptan. Sport Kiadó. Bp.
7. Halász Miklós (1987): Tereptan és térképészet. Túravezetők könyvtára. Budapesti természetbarát Bizottság. Bp.
8. Kondor Endre (1984): Természetjáró 1X1. Magyar Természetbarát Szövetség és Sportpropaganda Vállalat. Bp.
9. Könyves Erika-Müller Anetta (2001). Szabadidős programok a falusi turizmusban. Szaktudás kiadó ház Rt. Budapest.
10. Tájéftás. (Szerk.: Schell Antal). Fővárosi Önkormányzat nyomdaüzeme. Bp. 1995.

SERES JÁNOS

Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger

College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger

E-mail: seres@ektf.hu

**A TESTNEVELÉS TANÍTÁS HATÉKONYSÁGA ÉS AZ
ALKALMAZOTT MÓDSZEREK ÖSSZEFÜGGÉSE AZ
EGRI KÖZÉPISKOLÁKBAN (1856–1918)**
**THE CONNECTION BETWEEN THE APPLIED METHODS
AND THE EFFECTIVENESS OF PHYSICAL EDUCATION
IN THE SECONDARY SCHOOLS IN EGER (1856–1918)**

Összefoglaló

A különböző testgyakorlási rendszerek (német, svéd, dán) iskolai megjelenése eltérő módszertani eljárások kialakulását eredményezte. Az oktatás jellege attól függően változott a rendszerekben, hogy mennyire vette figyelembe az egyén és a társadalom igényeit.

A foglalkoztatási formák a hatékonyabb időkihasználás irányába fejlődtek. A testhelyzetek változatosabb alkalmazása a testgyakorlás lehetőségeinek élményszerűbb és eredményesebb kihasználását jelentette. Az emberi test felépítését és fiziológiai törvényszerűségeit figyelembe véve különbségek fedezhetők fel a tanítás anyagában és a szükséges szerek felhasználásában. A tanulók teljesítményének értékelésében fontos szerepet kapott az egyéni fejlődés mértéke. Az óra szerkezetének hármas tagolódása biztosította az élettanilag megfelelő előkészítést, a szervezet fejlesztését, majd lecsillapítását.

Az időben elhatárolható testgyakorlati rendszerek az alkalmazott eljárások tekintetében is a fejlődés irányába mutattak.

Kulcsszavak: módszer, oktatási anyag, iskolai testnevelés, az óra szerkezete, értékelés, hatékonyság, fejlődés.

Abstract

The appearance of different physical exercise methods (German, Swedish, Danish) in schools has brought about the formation of varying methodological practises.

The nature of the education varied in the systems depending on how much it has considered the individual's and society's needs.

The types of education developed towards more effective use of the allocated time. By using more varied body positions they achieved a more enjoyable and effective way to exercise. There were noticeable differences in the curriculum and the use of the necessary aids by considering the structure of the human body and its physiological limitations. The level of individual development got an important role in the valuation of the pupil's achievements.

The lesson was divided into three sections which have ensured the age appropriate preparation, development and winding down of the body.

The physical exercise methods which can be clearly defined in time have shown improvement with regard to the applied procedures as well.

Keywords: method, curriculum, physical education, the structure of the lesson, valuation, effectiveness, development.

Tanítás a német tornarendszer bevezetése idején

A XIX. század derekán, végén hazánkban működő testgyakorlati oktatók kel­lő tapasztalatok hiányában a legközelebb fekvő Németország testnevelési viszonyairól vettek példát. Tanítási módjuk, a használt tornaszerek, a tantervek által meghatározott oktatási anyag, GutsMuths, Spiess és főleg Jahn által kifejlesztett tornára jellemző. A német tornarendszer szellemében végezték kezdetben feladatu­kat az egri főgimnáziumban és a reáliskolában tevékenykedő testnevelők is. Egyébként a magyar pedagógiai életre, elméletre és gyakorlatra egyaránt a német pedagógiai szakirodalom, mindenekelőtt Herbart és követői gyakorolnak rendkívüli hatást. Kálmán Mórtól Finánczy Ernőig, sőt a későbbi időszakra terjedően is érezhető a herbartizmus befolyása, mely az iskolai testnevelést sem hagyja érintetlenül.

A humán műveltséget nyújtó gimnázium 1856-ban a testnevelést is bekapcsolja a tantárgyak sorába. Az első testgyakorlati oktató – Buraky Ferenc tánc­tanár – a tanulók foglalkoztatása közben egyedül képtelen volt az egyszerre több szeren gyakorlatozókra felügyelni. A kisebbek segítségét az ügyesebb és arra alkalmas felsőbb osztályos növendékekre bízta. Azok egymással versengve szorgoskodtak, hogy a „mester” segédoktatói lehessenek. A következő tanévben egy súlyos és két jelentéktelenebb baleset történt. Hasonló eset elkerülése szük­ségessé tette a fokozott tanári felügyelet és a tanulói segédlet rendszeresítését. Azt szerették volna elérni, hogy a testgyakorlásban is olyan rend és fegyelem uralkodjék, mint a többi órán.

Az 1860-ban alkotott gimnasztikai szabályt a tanév elején ismertetik a tanu­lókkal. Ezt követő években minden órakezdés előtt felolvasták. Az ellene vétőket megrovásban részesítették.

A foglalkozásokon a szervezet sokoldalú fejlesztésére, főleg a felső test erő­sítésére törekedtek. Az óra első felében Spiess rendszerének megfelelően sza­bad- és rendgyakorlatokat végeznek. A másik félórán Jahn-féle eszköz- és

szergyakorlatokkal (nyújtó, korlát, ló, gyűrű, létra) foglalatoskodnak. A csak álló testhelyzetben végrehajtott, gyorsütemű és végtelenül hosszan tartó egy-egy láb- vagy kargyakorlat a felüdülés helyett inkább kényszermunkát jelentett a tanulóknak.

Az órákon a csapattornázás foglalkoztatási formát alkalmazták. A tanulókat képességük alapján csapatokba sorolták és a kijelölt tornaszereken egymást követően gyakoroltak az előtornász irányításával. A tanár elmondta, az előtornász bemutatta a gyakorlatot, majd segítette a csapattagokat a végrehajtásban. Felügyelt a csapat rendjére. Társai várakozás közben zajongtak, fegyelmetlenek voltak. Hiába követelték meg tőlük a katonás rend betartását. Mire 10-15 perc múlva újból rájuk került a sor, pontatlanul, a mozgást elkapkodva hajtották végre a gyakorlatot.

A német tornarendszer hiányossága volt az is, hogy a gyakorlatokat nem az emberi szervezetre gyakorolt hatásuk alapján, hanem a tornaszerek szerint csoportosították. Ez a „szercentrikus”, „katonai távlatú” torna az ókori spártaiakat és a rómaiakat idézi, kikenél nem a test szépsége, hanem a test teljesítménye volt a cél. Kezdetben a játékokat is mellőzték az órákon.

Tanítás a svéd torna bevezetése idején

A korszerűtlenné vált német tornát a svéd testnevelési rendszer váltja fel Európában. Ling szellemében folyó tanítás a hazai iskolákban is kezd elterjedni, melynek kezdetben csak gyógytorna jelleget tulajdonítottak. Erről győz meg bennünket az egrí gimnázium 1885/86. évi tanterve is. A gyógytornászat dr. Gottlib Dániel és dr. Schréber Mór, a svéd tornagyakorlatok végzése dr. Henig rendszerében történik. Kezdeményezésük egy évi próbálkozás után abbamarad. Pedagógiai jelentőségéről csak később győződnek meg.

1908-ban a tankerületi főigazgató szorgalmazza a svéd torna bevezetésére vonatkozó miniszteri rendelet betartását. A következő tanévben minden testnevelési órán 15 percet a svéd szabadgyakorlatok végzésére fordítanak. A tornaterem falára kifüggesztik a szemléltető képeket. Bély Mihály tornaszakember útmutatásai alapján felszerelik a svéd tornaszereket is.

Miben jelent újat és alkalmasabbat a svéd testnevelési rendszer? Egyszerűbb és olcsóbb felszerelést igényel. Egy-egy közösség foglalkoztatására, az egész osztály egyszerre és egy időben való nevelésére kiválóan alkalmas.

Az állásokon kívül a hátonfekvés testhelyzeteket is alkalmazzák a gimnasztikában. A gyakorlatok végrehajtását nagyon lassú mozgás, a törzs- és kargyakorlatokkal összekötött be- és kilégzés jellemzi. Ezért végtelenül unalmasak voltak, a tanulók semmi vonzót nem találtak a ráfordított 15 perc alatt.

Az új tornafelszerelések, az ún. „svéd szerek” felhasználásával teljesen megváltozik a foglalkozás jellege. Megváltozik a tornaszer és a tornász viszonya is. A gyakorlatokat az emberi test felépítéséből és igényéből adódóan szerkesztik.

Ezekhez a gyakorlatokhoz megfelelő szereket készítenek: bordásfal, tornapad, ugrósámoly, gerenda, rézsútos rács, rézsútos kötél.

Az új gyakorlatok és felszerelések a tanítás módszerében is változást eredményeztek. Egy tanítási óra keretében élettani és mozgástani alapelvek szerint csoportosítják a gyakorlatokat. Ennek megfelelően megváltozik az óra szerkezete és a foglalkoztatási forma is.

A testnevelési óra 3 fő részből áll. Egy óra keretében háromszor foglalkoztatja egészségesen a tanuló egész szervezetét: előkészíti, erősíti-fejleszti, levezetilecsillapítja.

Az 1911/12-es tanév tanítási óraanyagában már hármastagozódás tapasztalható. A rend- és bevezető gyakorlatoktól elkülöníthető a főrész anyaga, amely a felső és alsó végtag foglalkoztatására szolgál. A levezető gyakorlatokra az óra befejező részében került sor.

A modern tornaóra lefolyásáról – melyen akkori svéd rendszerű tornaórát értenek – dr. Ottó József tornatanítási szakfelügyelő 1913. november 24-én az egri állami főreáliskolánál tett látogatási jegyzőkönyve alapján szerezhettünk tudomást. Mivel az iskolai testnevelés feladata az erős, egészséges nemzedék nevelése, az órákon nem egyesekkel, hanem a tömeggel kell foglalkozni.

Új eljárások a testnevelési órákon

Menetelés közben énekléssel fokozzák az óra hangulatát. Egészségügyi szempontból kötelezővé teszik a tornacipő használatát. Állandóan ismertetik és kifüggesztik a nyomtatott egészségügyi szabályokat.

Sokat változott a tornatanítók tanítási módszere is. A gyengébb fizikummal rendelkezőkkel külön foglalkoznak. A szabadgyakorlatokat túlzott kombinációk nélkül vezették. Különös gondot fordítanak a tanulók által bemutatott szergyakorlatok szabatos kivitelére, a katonai fegyelemre. Új gyakorlat tanításakor magyarázattal teszik érthetőbbé a feladatot, segítik elő a helyes végrehajtást. Gondosan ügyelnek az előtornászok képzésére. A tanítási órán kívül számukra öszszevont foglalkozást tartanak, ahol megtanulják a következő óra gyakorlati anyagát, a gyakorlati végrehajtás segítségadását.

A tanulók teljesítményének értékelése

A svéd gimnasztika bevezetése idején az óra hatékonyságának fokozása és a tanulók eredményesebb előrehaladása érdekében új értékelő rendszerrel próbálkoznak: 1908-tól bevezetik a testméréseket. A test-, erő és ügyesség felmérések elterjedtek az országban.

A tanév elején mért testmagasság, karizom vastagság, mellbőség adatai és az előírt feladatok végrehajtásában elért teljesítmény alapján alakították meg a tornázó csapatokat, amelyek differenciált foglalkoztatásban részesültek.

Értékelés a tanulók objektív teljesítménye alapján: a karerő, láberő, torna és atlétikai gyakorlatokból összeállított feladatot kell végrehajtani minden tanulóknak.

Erőmérés gyakorlatok a következők voltak:

Korláton – hajlított támaszból nyújtás támaszba.

Nyújtón – függésből felhúzás hajlított függésbe.

Sarkazás – páros lábbal úgy felugrani, hogy a sarok a combot érintse.

Sikeres végrehajtásonként 2-2 pont jár. E három gyakorlatban elért pontok határozzák meg az „erőpontok” összegét.

Ügyességi gyakorlatokat végeznek nyújtón, korláton és lovon. A végrehajtástól függően lehet pontot szerezni: mintaszerű 5 pont, kifogástalan 4 pont, jó 3 pont, közepes 2 pont, gyenge 1 pont, nem tudja 0 pont.



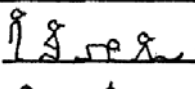
Népies gyakorlatok: a magasugrás, kezdő magasság 100 cm, értéke 1 pont. Minden további 20 cm-ért 1 pont jár. A mászás rúdon: gyorsaság szerint: a legtöbb pont: 5.

Ezzel a módszerrel a tanév elején és végén mért adatok alapján kimutatható a tanulók teljesítményének változása. A tanulók értékelésekor reálisabb osztályzat megállapítására adott lehetőséget. A mérhető teljesítmény alapján kapott osztályzatot nagy megnyugvással fogadták a diákok.

A dualizmust követő időszakban további fejlődés tapasztalható az új oktatási módszerek alkalmazásában. Az oktatási eljárások módja a Niels Bukh-féle dán gimnasztikával bővül.

A testgyakorlási rendszerek összefoglaló táblázata

TESTGYAKORLÁSI RENDSZEREK

Vezetői:	NÉMET TORNA 1850-1906 Jahn - Spiess	SVÉD TORNA 1906-1927 P. Ling	DÁN GIMNASZTIKA 1927 → Niels - Bukh																		
Jellege:	Katonai	gyógytorna szer nélküli 1805 Lund Egyetem	mozgásos, lendü- letes Ollerup 1920.																		
Foglalkozási forma:	Csapat tornászás előtornász 2-4 tanuló gyakor- ol, a többi várak.	Az osztály tanulói egyszerre, egyidő- ben, előtornász vezetésével	Ugyanaz																		
Testhelyzet:	 állások	 állások fekvések																			
Tempó Végrehajtás ideje:	gyors, hosszú ideig tartó	lassú	örök ritmus, len- dület, nincs szü- net a gyakorlás közben-folyamatos																		
Szerek:	Nyújtó, ló, korlát gyűrű, létra állványos szerkezet - függések - támaszok - ugrások	HJALMAR LING - bordásfal → - tornapad - ugrózsarmoly - gerenda → - rezstűs rács - kötélenek																			
Az óra szerkezete	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Spiess</td> <td style="width: 50%;">Bevezető rész szabadgyak</td> </tr> <tr> <td>Jahn</td> <td>Fő rész szeryakor- lorok játék</td> </tr> </table> <p>kezdletben mólózik</p>	Spiess	Bevezető rész szabadgyak	Jahn	Fő rész szeryakor- lorok játék	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">előkészítő</td> <td style="width: 50%;">vérkering- ést-fokozó ének</td> </tr> <tr> <td>Fő rész</td> <td>erőteljes hatású gyak.</td> </tr> <tr> <td>befejező</td> <td>Csillapító</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">3X!</p>	előkészítő	vérkering- ést-fokozó ének	Fő rész	erőteljes hatású gyak.	befejező	Csillapító	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">előkészítő</td> <td style="width: 50%;">atlétika</td> </tr> <tr> <td></td> <td>gimnaszt.</td> </tr> <tr> <td></td> <td>torna</td> </tr> <tr> <td></td> <td>játék</td> </tr> </table> <p>Cserélődnek → ének- járásban</p>	előkészítő	atlétika		gimnaszt.		torna		játék
Spiess	Bevezető rész szabadgyak																				
Jahn	Fő rész szeryakor- lorok játék																				
előkészítő	vérkering- ést-fokozó ének																				
Fő rész	erőteljes hatású gyak.																				
befejező	Csillapító																				
előkészítő	atlétika																				
	gimnaszt.																				
	torna																				
	játék																				

Felhasznált irodalom

1. Szabó Béla: Az iskolai testnevelés kialakulás és fejlődése az egri főgimnázium történetének tükrében (1856–1914), KLTE Debrecen, 1978.
2. Kun László: A sport története, Bp. 1972.
3. Heves megyei Levéltár. Jkv., VIII-53/126-55/131

SZALAY GÁBOR

Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger

College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger

E-mail: szalay@ektf.hu

**AZ ÁLTALÁNOS ISKOLAI TESTNEVELŐ
TANÁRKÉPZÉS TÖRTÉNETE AZ ESZTERHÁZY
KÁROLY FŐISKOLÁN
HISTORY OF THE PE TEACHER TRAINING AT THE
ESZTERHÁZY COLLEGE**

Összefoglaló

1948–2008 között, 60 éven keresztül, testnevelő tanárképzés folyt az Eszterházy Károly Főiskolán. A dolgozat áttekinti az oktatás során használt képzési terveket, az azokat létrehozó törvényeket, rendeleteket, egyéb dokumentumokat. A képzési szerkezet változása a mellék szaktól a kétszakos képzésig, az óraszámok és az oktatott tárgyak számának növekedése jellemzik a képzés folyamatos korszerűsödését, állandó igazodását a társadalmi követelményekhez.

Az általános iskolák felső-tagozatára történő tanárképzés 1964-es átalakításával kialakult a közoktatás igényeinek legjobban megfelelő képzési struktúra. A szakpárok lehetővé tették a tanárok leggazdaságosabb alkalmazását az iskolákban. A képzés tartalma felkészítette a hallgatókat szaktárgyuk magas szintű oktatására és a korosztály pszichológiai, pedagógiai, biológiai jellemzőinek, tulajdonságainak figyelembevételére az iskolai munkában.

Kulcsszavak: testnevelés, tanárképzés, tanterv.

Abstract

Between 1948–2008, through 60 years, PE teacher training was going on on Eszterházy Károly Főiskola. The paper reviews the training plans used in the course of the education, the laws creating them, orders other documents.

The change of the training construction from the half-period until the two-subject training, the numbers of lessons and the increase of the number of the taught objects characterize it the training continuous that of getting modernized, his constant alignment to the social requirements.

Onto the primary schools' top division the training structure meeting the claims of the public education the best took shape with the 1964 transformation of happening teacher training. The academic specialisation pair made the teach-

ers' most economical application possible in the schools. The content of the training prepared the listeners for the high-level education of their special subject and the respect of the psychological, pedagogic, biological features of the age group, his characteristics in the school work.

Keywords: physical education, teachers training, documents of PE teachers training.

Bevezetés

A magyarországi felsőoktatás történetében 1948-ban új képzési terület jelent meg, az általános iskolai tanárképzés vagy, ahogy először elnevezték a pedagógiai főiskolák. Létrejöttüket a közoktatás 1946. évi átalakítása alapozta meg, és igényelte. Az egységes, nyolc évfolyamos általános iskolában 2×4 évre tagozódott a képzési időszak, alsó és felső tagozatra. Az alsó tagozatra a tanítóképzők biztosították a szükséges pedagógusokat, a felső tagozat kötelező és egységes voltát jelentve új volt, új oktató-nevelő testületet igényelt. Az 1946 előtti iskolarendszerben a 10-14 évesek képzése több iskolatípusban történt, nem volt annyira egységes, mint a megvalósított felső tagozat. A kötelező felső tagozat megnövekedett tanulói létszámot is eredményezett, ez is indokolta az általános iskolai tanárképzés megalakítását.

Az általános iskolai tanárképzésben, a kezdetektől helyet kapott a testnevelő tanárok képzése is, elismerve és fontosnak tartva az ifjúság testi nevelését is. Számos nehézségen, buktatón át honosodott, szilárdult meg, vált elismertté ez a képzési forma. Megbecsültségét illusztrálja, hogy a testnevelés szakra mindig túljelentkezés volt, még azokban az években is, mikor számos terület már hallgatói létszám gondokkal küzdött.

Az 1970-es évek elejére stabilizálódott a tanárképző főiskolák helyzete, kialakult a képzési rendszer, a szakpárok. Az általános iskolák számíthattak a több tantárgyban is megfelelő tudással, pedagógiai, szakmai képzettséggel rendelkező tanárokkal. A többszakos tanárokkal jobban lehetett gazdálkodni, könnyebb volt az iskolák tanárigényét kielégíteni. Mai fogalommal élve, kedvező volt az iskolák humán erőforrás gazdálkodása.

A rendszerváltást követően előtérbe került az európai integráció, az oktatás, különös tekintettel a felsőoktatás tekintetében. A diplomák európai elismertetése, feltételezte a hasonló képzési rendszer bevezetését nálunk is, mint amit Európa nyugati felében használnak. Ezzel az érveléssel is került be, már az 1990-es évek közepén a felsőoktatási törvénybe az osztott képzés megvalósítása, népszerű, vagy népszerűtlen néven, a bolognai folyamat. 2006-ban felvettük az első Bsc-s hallgatókat, ezzel elkezdődött a tanárképzés új rendszere. Felmenő rendszerben megszűnik az általános iskolai tanárképzés, átveszi helyét, a 3 éves alap (BSc) képzés és az azt követő mesterképzés (MA), mely keretében történik majd a tanárképzés.

Már jól látszik, hogy 2010-re már nem lesz a volt tanárképző főiskoláknak hagyományos értelemben vett tanár szakos hallgatójuk. A szerencsésebbek addigra akkreditálják Ma képzésüket, és részt vehetnek az egységes, egyetemi szintű tanárképzésben.

Az eltelt mintegy 60 év alatt számos testnevelő szerzett diplomát a tanárképző főiskolákon Egerben is több ezren vettek részt a testnevelő tanárképzésben. Ennek a jól behatárolható időszaknak a történetét szándékozom megörökíteni ebben a dolgozatban, a testnevelés szakosok tanterveinek számbavételével.

A pedagógiai főiskolák megalakulása 1948-ra datálódik, és mély ideológiai töltéssel bír a rendeletek, törvények megfogalmazása „szocialista tanárképzés”. A politikumtól megfosztott tartalom, az általános iskola felső tagozatára szakosodott szaktanárok képzését jelentette.

A kezdeti nehézségek után jól körülhatárolt kimunkált rendszer alakult ki.

Az ország 6 intézményében folyt általános iskolai tanárképzés. Kálmánchey részletesen leírja az első 30 év történéseit.

A képzés tartalmi és színvonalbeli változásainak jó indikátora a képzési struktúrát jellemző képzési idők és programok összehasonlítása. A fellelhető adatok alapján az óraszámok változása mellett a tantárgyi struktúra, a tantárgyak aránya, a „szakmai”, a „pedagógiai” és az „általánosan képző” tárgyak arányait is vizsgáltuk.

A testnevelő tanárképzés kezdetei a 4 éves, kétszakos képzésig (1948–1964)

Kezdetek: 1948–1950

Kezdetben mellékszakként lehetett a testnevelést tanulni. 6 félév alatt, 312 órában, ez heti 4 testnevelés órát, plusz 2 néptáncórát jelentett. Az óraszám mintegy negyedét elmélet tette ki, ahol szakmódszertani, sportszervezési és iskola-egészségügyi ismereteket tanultak. Gyakorlati órákon a torna, az atlétika, az iskolai játékok, a kézilabdázás, a kosárlabdázás, a röplabdázás és a labdarúgás mozgásanyagát dolgozták fel, az óraszám által meghatározott mélységben.

A három évfolyamon 82 fő végezte el a testnevelés kiegészítő szakot.

Kétéves, szakpárban folytatott képzés: 1950–1954.

A pedagógiai főiskolák törvényi létrehozásával (1950) egy időben megszűnt a testnevelés mellékszakként jellege, és énekekkel, biológiával, magyar nyelven szakpárban lehetett tanulni. A képzés időtartama valójában 2 év lett, a formailag három éves képzés harmadik éve már iskolai gyakorlat volt, ami a képzés szempontjából már számított.

Az óraszám jelentősen növekedett, a 4 félév alatt 433 órában zajlott a testnevelők képzése. Tartalmilag az úszás megjelenése jelentette az újdonságot a képzési tervben (**1. táblázat / Table 1**).

1. táblázat / Table 1: *Testnevelő tanárképzés tanterve 1950-től (biológia, ének-zene, testnevelés) / The curriculum of sporting teacher training from 1950*

Tantárgy/Félév	I. félév	II. félév	III. félév	IV. félév
Torna elmélet és gyakorlat	2	2	2	2
Atlétika elmélet és gyakorlat		2	2	1
Játék elmélet és gyakorlat	2	2	2	1
Úszás elmélet és gyakorlat	2			
Testnevelési alapismeretek	1			
Testnevelés módszertan		2	1	
Sportszervezés			1	1
Összesen	7	8	8	5

Fő szak: 1952–1955

A következő időszak ellentmondásos része a testnevelő tanárképzés főiskolai történetének. Az OTSB javaslatára a testnevelés fő szakká vált, ami egyszakos tanárképzést jelentett. Az iskolai igényeknek nem felelt meg, mert főleg a kiskolákban nem tudtak megfelelő számú szakórát adni az egyszakos tanároknak. Kialakult egy belső „képesítés nélküli” óraellátás, mivel a testnevelők ki nem töltött óraszámukban más tárgyat voltak kénytelenek tanítani.

2. táblázat / Table 2: *Önálló főszak tanterve 1952-től / The curriculum of an independent main subject from 1952*

Tantárgy/Félév	I. félév	II. félév	III. félév	IV. félév
Torna elmélet és gyakorlat	6+1	4	4	2
Atlétika elmélet és gyakorlat	4	4	4	2
Iskolai játék			2	
Kézilabdázás	4			
Kosárlabdázás		4+1		
Röplabdázás			4	
Labdarúgás férfiaknak				4
Művészi torna nőknek				4
Úszás		2	2	
Testnevelés-elmélet	2+1	2+1	2+1	2+1
Összesen	16+2	16+2	18+1	12+1

A képzés színvonalát viszont nagyban emelte ez a megoldás, négy félév alatt 1005 órában tanulták a szakmájukat a hallgatók (**2.táblázat / Table 2**). Ez az előző tantervekénél kettő, illetve háromszor több volt. A tantervbe bekerült nők-

nek a művészi torna. Fiúk ebben az órakeretben labdarúgást tanultak. A sportágakra fordított képzési idő emelkedett a duplájára.

Három éves, szakpárban képzés: 1955–1959

Az egyetemi lobb, a pedagógiai főiskolák ellentmondásos helyzete, a fő szak ellentmondásai hatására megszűnt az egri és a szegedi testnevelő tanárképzés, csak Pécsen maradt meg, ott is csak 20-30 fős évfolyam létszámmal.

A szakpárban képzés jobban megfelelt az általános iskolák igényeinek, némi óraszám csökkenéssel, három éves képzésben jó színvonalú képzést sikerült megvalósítani. A tantervben jelentős arányt kapott az elméleti képzés, több új tantárgy került be a képzési programba. (testnevelés történet, módszertan, elméleti alapismeretek) a teljes testnevelésre fordított óraszám 879, ebből 654 a sportági órák száma, 225 az elméleti ismereteké (**3. táblázat / Table 3**).

3. táblázat / Table 3: Három éves két szakos képzés óraterve, 1954-ből / Three year ones the lesson plan of two academic specialisation trainings from 1954

Tantárgy/Félév	I. félév	II. félév	III. félév	IV. félév	V. félév	VI. félév
Sportszervezés		2				
Elméleti alapismeretek			2			
Elméleti alapismeretek gyak.			1			
Testnevelés módszertana				2	2	
Testnevelés történet e.						2
Testnevelés tört. szem.						1
Torna	4	4	2	2	2	2
Atlétika	2	2	2	2	2	2
Kézilabdázás	2					
Labdarúgás/Művészi torna			2			
Röplabdázás				2		
Iskolai játékok					2	
Kosárlabdázás					2	
Úszás	2	2				
Összesen	10	10	9	8	10	7

Négy éves három szakos képzés: 1959–1964

Az időszak legfontosabb eredménye, hogy felismerve az előző rendszer hiányosságait, visszaállították Szegeden és Egerben a testnevelő tanárképzést, ezzel megteremtve a nagyobb létszámok képzésének lehetőségét. Ez a cél vezérelte a három szak bevezetését is, az iskolákban jobban ki tudták használni a három

szakos szaktanárokat. Ebben az időszakban több dokumentum született, melyek fontos fejeztek a főiskolai tanárképzés és ezen belül a testnevelő tanárképzés történetében. (Tantervi irányelvek, „A pedagógiai főiskolákon folyó tanárképzés célja és feladatai”, 1962. évi 22. sz. trv., államvizsga része a testnevelés tanításának módszertana, nyíregyházi főiskola megalapítása, stb.) 873 órában folyt a képzés testnevelésből, összességében, heti mintegy 35 órájuk volt (**4. táblázat / Table 4**).

4. táblázat / Table 4: *Négyéves, három szakos képzés óraterve, 1959 / Four-year, the lesson plan of three academic specialisation trainings, 1959*

Tantárgy/ Félév	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.
Testnevelés elmélet	1	1	1					
Testnevelési alapismeretek			1	2				
Testnevelés tanítás módszertana					2	2		
Sportszervezés								2
Torna	2	2	2	2	2	1	2	3
Atlétika	1	2	2	2	1	2	2	1
Kézilabdázás	2	1						
Iskolai játékok			2	2				
Labdarúgás/művészi torna	1	1						
Kosárlabdázás					1	1		
Röplabdázás							2	
Úszás			1	1	1	1		
Biológia	2	2						
Összesen	9	9	9	9	7	7	6	6

A 4 éves szakpáros képzés és változatai (1964–2009)

Négy éves kétszakos képzés: 1964-2009 (közben 4 éves egyszakos lehetőség is volt).

A tantervet 1964-ben adták ki, a szaktárgyra jutó órák száma 915, amely mintegy bázisként szolgált a későbbi tantervek készítésekor is. A tantárgyak között a fő változás az élettan megjelenése volt, a korábbi biológia helyett és a sporttörténet külön tárgy lett a testnevelés elméleti ismeretei között. A sportágakra fordított idő összességében növekedett, de az egyes sportágak nem egyforma súllyal szerepeltek a képzésben.

A képzés struktúrája nem, a tantervek viszont többször is változtak. 1970-ben lényeges változáskén az orvosi tárgyakon belül, anatómia, élettan, egészségtan és biomechanika oktatására került sor. Bekerült a képzési szerkezetbe a sítábor és a vízitábor, mint terepes gyakorlat. A Hallgatók szakképzés keretében, három

féléven át plusz óraszámaban tanulhatták az oktatott sportágak egyikét, mely képzés edzői feladatok ellátására is jogosította őket. A szakképzés nélküli óraszám 1000-re emelkedett, ami már biztosította a megfelelő színvonalú oktató-nevelő munkát (**5. táblázat / Table 5**).

5. táblázat / Table 5: Négyéves, kétszakos testnevelő tanárképzés órateve 1964-ből / *Four-year, the lesson plan of two academic specialisation trainings from 1964*

Tantárgy/ Félév	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.
Testnevelés elmélet								
– Testnevelés történet		1						
– Testnevelés alapismeretek			3	3				
– Testnevelés módszertan					3	2		
– Sportszervezés							1	1
Torna	4	3	2	2	2	1	2	1
Atlétika	2	2	1	2	1	2	2	
Játék								
– Testnevelési játékok				2	2			
– Labdarúgás/Művészi torna	2							
– Kézilabdázás			2	2				
– Kosárlabdázás					2	2		
– Röplabdázás							1	1
Úszás		2	2					
Testnevelés élettan	2	2						
Összesen	10	10	10	11	10	7	6	3

1976-ban újabb változtatások történtek. Megjelent a választható, kötelezően választható tárgyak köre, hat tárgyból kellett egyet választani a képzés során. Egerben ez a tárgy gyógytestnevelés lett.

Fontos változás, hogy megjelenik a fél csoportos foglalkozás fogalma, több tárgynál, a 20-24 fős csoport létszám helyett, 10-12 főre kellett, lehetett bontani a csoportokat. Egy hallgatóra több idő jutott az órán, ez jobban megfelelt a gyakorlat-centrikus feladatok megoldásának. A tanszékeken a növekvő óraszámok miatt létszámfejlesztés történt (**6. táblázat / Table 6**).

A szakképzésben résztvevők választott sportágukban középfokú edzői minősítést kaptak.

6. táblázat / Table 6: A testnevelő tanárképzés óra és vizsgaterve 1976-tól / *The physical educations teacher training clock and his exam plan from 1976*

Tantárgy / Félév	Ősz	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Testnevelés elmélet	5		1gy	2ai	2sz				
Tn. tanítás	6					3gy	3gy		

Sp. szervezés	2							1ai	1k
Anatómia, élettan, b	5	2k	2ai	1sz					
Sporttorna	11	2gy	1gy	1k	1gy	1gy	2sz	2gy	1ai
Atlétika	12	1gy	2k	2gy	1gy	1gy	2gy	2sz	1ai
Modern gimn./foci*	3	2gy	1k						
Testnevelési játékok	2				2ai				
Kézilabda	3	2ai	2gy						
Kosárlabda	3			1gy	2k				
Röplabda	3							2ai	1k
Úszás	5		2gy	1gy	1ai	1k			
Választható**	2				2ai	4ai	4ai	2ai	
Összes óra	50	9	11	8	9	10	11	9	4

Megjegyzés:

*Lányoknak modern gimnasztika, a kollokvium a sporttornával összevonva.

Fiúknak Labdarúgás

**Biomechanika, Úszás, Sporttorna, Atlétika, Gyógytestnevelés, Sportjáték tantárgyakból egyet kellett teljesíteni

A tanítási gyakorlatok nem a testnevelés óratervében szerepelnek.

A III. félév után 6 nap sítábor, a IV. félév után 6 nap vízitábor.

A testnevelő tanárképzésprogramjában a következő változtatás **1984/85-ös tanévtől** vezettük be több éves előkészítő munka után. Az egri főiskola irattárában fellelt dokumentumok közt 1981-ben találtam az első utalást a tanterv megváltoztatására, majd folyamatosan évente 2-3-szor foglalkozott a főiskola vezetése az új tanterv általános részével.

A bevezetésre került tanterv, 1984 júliusában került az intézményekhez, ezt kellett szeptembertől bevezetni. Természetesen az oktatókat nem érte váratlanul az új program, hiszen gyakorlatilag minden tanár részt vett a kidolgozásában, ismerték elveit, tartalmát.

A változás fő kiváltó okai, az általános iskolai testnevelés tantervének változása, a testnevelés óraszámának növelése volt. Szigeti Lajos már 1978-ban részletesen elemezte a változtatás lehetséges irányait, melynek néhány eleme megjelent az új tantervben.

A részletesebb áttekintés előtt, meg kell jegyezni, hogy ez lett az utolsó egységes, minden főiskolán majdnem azonosan követett program. A későbbiekben megjelentek a (jóindulattal nevezve) helyi sajátosságokat is figyelembe vevő programok.

Az 1984-es tanterv

Az általánosan képző tárgyak újabb teret nyertek, óraszámuk a 8 félév alatt heti 8-13 óra között változott. Elérte a teljes képzési óraszám közel egyharmadát. (108 3óra) Pozitívumként kell megemlíteni, hogy ekkor került bevezetésre a hat féléves általános testnevelés. A fenti óraszámából 180 óra (**7. táblázat / Table 7**).

7. táblázat / Table 7: A testnevelő tanárképzés óra és vizsgaterve 1984-től/ The sporting teacher training clock and his exam plan from 1984

Tantárgy / Félév	Ősz	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Tn. történet	1	1k							
Tn elmélet	4	1ai	1gy	2sz					
Edzéselmélet	1				1gy				
Sportszervezés	1								1gy
Anatómia, élettan	4	2k	2sz						
Biomechanika	1							1k	
Sportrekreáció	2							2k	
Ált. sportág ismeret	3								3k
Tud. kutatás	2					1gy	1gy		
Gimnasztika	3				1gy	2k			
Mozgásos játékok	3	2gy	1k						
Kézilabda	4	2gy	2k						
Kosárlabda	4			2gy	2k				
Labdarúgás	3		1gy	2k					
Röplabda	3		1gy	2k					
Atlétika	7	1gy	1gy	1gy	1gy	1gy	2zv		
Sporttorna	7		1gy	1gy	1gy	2gy	2zv		
Úszás	5				1gy	2gy	2k		
Rsg	1						1gy		
Gyógytestnevelés	2							1gy	1k
Köt.vál.koll	12							3x2	3x2
Tn.tanítása	5				3gy	2k			
Tanítási gyakorlat	5						3ai	2gy	
Természetjárás			1hét						
Téli sportok				1hét					
Vízitáborozás					1hét				
Összesen	83	9	10	10	10	10	11	12	11

Megjegyzés: Szakmai gyakorlat: turisztika 5 nap; Sítábor 7 nap; Vízitábor 6 nap.

Szakos képzésben 1101 órában folyt a képzés, ez újabb növekedés, jól sikerült tartalommal is megtölteni.

A tanterv tartalmi része nem előzmény nélküli, z 1964-es óratervhez sokban hasonlít, de több lényeges változást is tartalmaz.

Főbb változások:

1. Háromra nőtt a terepgyakorlatok száma, bevezetésre került a természetjárás, tájékozódási futás tábor.
2. A testkultúra elmélet blokkban: testnevelés és sporttörténet, testnevelés elmélet-edzéselmélet, sportszervezés tantárgyak kerültek, összesen 135 órában.
3. Az orvosi tárgyakat négy féléven át anatómia, élettan, sportélettan, biomechanika tantárgyak keretében tanulták, 75 órában.
4. A gimnasztika külön tárgy lett, korábban a sporttorna keretében szerepelt az anyaga. Összesen 45 órakerete volt, ebből 15-öt a ritmikus sportgimnasztikára kellett fordítani.
5. A játékok egy blokkba kerültek, mozgásos játékok – sportjátékok elnevezéssel. A képzés időtartama mindegyik területen 45 óra lett, ez előrelépés a korábbiakhoz képest. Iskolai és népi játékok, labdarúgás, kézilabda, kosárlabda, röplabda került a programba, összesen 225 órában.
6. Külön szerepelnek az egyéni, vagy alapsportágak a tantervben, az atlétika és a torna 6 féléves tantárgyként 105-105 órát kapott, az úszást három félév alatt 75 órában tanulhatták.
7. Igazán lényeges változás a Kötelezően választható kollégium bevezetése volt. Ez volt az első igazán választható terület, a főiskolai testnevelő tanárképzés történetében. A hallgatók a már tanult sportágak közül 2-t választottak, ezeket még két féléven keresztül tanulták. További választékot jelentett annak a lehetősége, hogy egy, az adott intézmény lehetőségeit kihasználó tárgyat lehetett felvenni a választható tárgyak közé. Egerben ez a kondicionális képességek fejlesztése és a teniszezés lett.
8. Megváltozott a testnevelés tanításának módszertana, önálló tantárgyként szerepel, két félév alatt 45 órában. Iskolai gyakorlatot a gyakorlóiskolában két félévet jártak, heti kettő, illetve három órában. (Ez csak a testnevelés, iskolai, pedagógiai, napközis, úttörő stb. gyakorlat még több is volt.)
9. A fiúk és a lányok ugyan azt a képzést kapták, korábban volt némi különbség, a lányok labdarúgást, a fiúk művészi tornát nem tanultak.

1991. évi tanterv

A korábbi tantervekhez képest néhány nagyobb változást is hozott az új tanterv. A változások főbb kiváltó okai:

- a kezdeti, kreditrendszer előkészítő, tanegység-rendszer bevezetése,
- a választható tárgyak körének bővítése,
- a szigorlatra vonatkozó szabályozás változása,

- a TF akkori tanegység-listájának minél szélesebb körű lefedése.

Ezek eredményeként a tantárgyak köre jelentősen bővült, 23-ról 37-re, a választható tárgyak száma 3-ról 9-re, az összes heti óraszám 83-ról 97-re, összes órában számolva 1312-ről 1430-ra. Növekedett a testnevelés módszertana és a tanítási gyakorlatra fordítható idő is 9-ről 10 órára. Ez csak a testnevelésben módszertanra fordított, tanórák keretében eltöltött időt jelenti, iskolai gyakorlat még egyszer két hét és egyszer egy hónap, iskolában, megszabott feltételekkel és feladatokkal eltöltött időt is tartalmazott (**8. táblázat / Table 8**).

Egerben a szakmódszertanos munkatársak, azon túl, hogy 2 féléven át heti 2 órában szemináriumon is képezték hallgatóinkat, az előadások mellett, a gyakorlóiskolai csoportos napon is részt vettek. Az iskolai gyakorlatok és a szakmódszertani tanulmányok végén, a 8. félévben vizsgatanítással zárták le módszertani tanulmányaikat.

Legnagyobb előrelépés a tantárgyválaszték bővítése. Sikerült elérni, hogy a főiskolai tantárgy kínálat közelítsen TF által tanított tantárgyak köréhez. Új elemként megjelent kötelező tárgyak között a sportpedagógia, sportpszichológia, sportélettan. Választható tárgyak között szerepelt a sportszociológia, a sportegészségtan, tenisz, küzdősportok. Ezek sem szerepeltek addig a főiskolai testnevelő tanárképzésben. A választható tárgyak 12 tanegységéből nyolcat kellett teljesíteni.

Kisebb változás, a gimnasztika óraszámával egyvel növekedett és a 4.-5. félévről a 2.-3. félévre került. Az atlétika és a torna egységesen hat féléves lett, félévente heti 1-1 órában, a hatodik félév végén szigorlattal.

Az úszás, a röplabda és a labdarúgás óraszámával egyvel növekedett.

A változásokkal egységesebbé, áttekinthetőbbé, logikusabbá vált a képzési szerkezet. A képzés tartalmában, az új tárgyak, óraszámok, szerkezet miatt, is lényegesen több új ismeret került tanításra.

Ez a tanterv viszonylag sokáig maradt érvényben, a tanítási gyakorlat óraszámával csökkent egyvel és a 7.-8. félévről a 6.-7. félévre került, a testnevelés módszertana egy órával növekedett 2001-ben. Egyébként a tervek változatlan maradtak.

Az utolsó, testnevelő tanárképzésnek készült **tanterv 2003-ban** lépett életbe. Az előző érényeit megtartva, lényeges hangsúlyeltolódások kerültek bele. A tanterv-átalakítás okai közt a lényegesebbek:

- a kreditrendszer alkalmazása,
- a választható tárgyak körének bővítése,
- a helyi lehetőségek jobb kihasználása
- a módszertan és a tanítási gyakorlat átalakítása.
- a szigorlatra vonatkozó szabályok megváltoztatása.

8. táblázat / Table 8: Négyéves, két szakos testnevelő tanárképzés tanterve 1991-től / Four-year, the lesson plan of two academic specialisation trainings from 1991

Tantárgy / Félév	Ősz	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Testkult. történet	1	1							
Tn elmélet	5	1	2	2					
Anatómia	2	2							
Élettan	2		2						
Sportélettan	2			2					
Biokémia	1	1							
Mozgásos játékok	3	1	2						
Kézilabdázás	4	2	2						
Gimnasztika	4		2	2					
Atlétika	6	1	1	1	1	1	1		
Sporttorna	6	1	1	1	1	1	1		
Úszás	6			2	2	2			
Bev.tud.kut	2				1	1			
Szaktervezés elők.	1						1		
Sportpedagógia	2						2		
Sportpszichológia	2					2			
Általános sp. ág. ism.	4							2	2
Edzésméletek	1				1				
Biomechanika	1					1			
Sportrekreáció	2						2		
Labdarúgás	4					2	2		
Kosárlabdázás	4			2	2				
Röplabdázás	4		2	2					
Gyógytestnevelés	2							1	1
Köt. váll. koll.	8							4	4
Sportegészségtan	2				2				
Sportszociológia	2				2				
Sportmenedzser	1						1		
Tenisz	4						2	2	
RG	2								1
Tánc	2							2	
Küzdősport	2					2			
Tn.módszertan	5					3	2		
Tanítási gyak.	5							3	2
Sportszakmai gyak	15	3	3	3	3	3	3		
Túra/Sí/Vizitábor	3h		1h	1h	1h				
Évfolyamdolgozat	2						2		
Összes(kontaktóra)	104	10	14	14	12	12	12	14	10

A kötelező tanegységek száma lecsökkent, kontaktórában számolva 97-ről 66-ra. A választható tárgyak köre tovább bővült, 32-ből kell teljesíteni a szükséges 24 kreditet. Így a kontaktórák száma meghaladja az 1450-et a képzés folyamán (**9. táblázat / Table 9**).

9. táblázat / Table 9: Testnevelés szak tanterve 2003-tól / The PE academic specialisation trainings form from 2003

Tantárgy / Félév	Ósz	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
Sporttörténet	1	1								Kötelező tanegységek
Tn elmélet	5	1	2	2						
Edzésmélet	1				1					
Anatómia	2	2								
Élettan	2		2							
Sportélettan	2			2						
Biokémia	1	1								
Biomechanika	2					2				
Gyógytestnevelés	2							1	1	
Atlétika	5	1	1	1	2					
Sporttorna	5	1	1	1	2					
Úszás	4	2	2							
Gimnasztika	4	2	2							
Mozgásos játékok	3	1	2							
Kézilabdázás	2					2	2			
Labdarúgás	4			2	2					
Kosárlabdázás	4		2	2						
Röplabdázás	4					2	2			
Sportjáték elmélet	1						1			
Sportpedagógia	2					2				
Sportpszichológia	2						2			
Sportrekreáció	2						2			
Szakdolgozat elők.	1							1		
ZV előkészítő	1								1	
Tudományos kutatás	2							2		
Testkultúra elmélet					3sz					
Egyéni sportágak						3sz				
Sportjátékok							3sz			
Összesen	66	12	14	10	10	11	12	4	2	66+9
Kézilabda	2	Ebből megszerzendő legalább 6 kredit						2		Kötelezően választható
Kosárlabda	2							2		
Röplabda	2								2	
Labdarúgás	2								2	
Tenisz	2								2	
Fallabda	2								2	
Atlétika-futások	2	Ebből megszerzendő legalább 4 kredit						2		
Atlétika-ugrások	2								2	
Atlétika-ugrások	2								2	
<i>Női torna férfiaknak</i>	2	Ebből megszerzendő legalább 4 kredit				2				
<i>Férfi torna nőknek</i>	2					2				
<i>Bemutató torna</i>	2								2	
<i>Minitrampolin</i>	2								2	
<i>Torna segítségadás</i>	2									
<i>Uszodai sportok</i>	2					Ebből megszerzendő leg-				

<i>Úszás higiéné</i>	2	alább 2 kredit					2						
<i>Úszósuli</i>	2						2						
Sportegészségtan	2	Ebből megszerzendő legalább 6 kredit					2						
Sportmenedzsment	2						2						
Sportszociológia	2									2			
Ált. sportágismeret	2									2			
Olimpiai nevelés	2										2		
Óvodástorna	2										2		
Alsótagozatos testn.	2												2
Játékvezetés	2						Ebből megszerzendő		2				
Gimn.gyak. vezetés	2	legalább 2 kredit		2									
Összesen	24								24				
Bírkózás	2					2			Szabadon vál.				
Cselgáncs	2						2						
Aerobic	2							2					
Ritm.gimnasztika	2							2					
Rehab. foglalkozás	2							2					
Tenisz-suli	2							2					
Összesen													
Sportszakmai gyak.	ai	+	+	+	+	+	+		Tanórán kívül				
Túra/Sí/Vízitábor	ai		6nap	6nap	6nap								
Szakdolgozat	ai							+	+				
Tn. módszertan	8				4	4							
Tanítási gyak.							+	+	+				
Összes (kontaktóra)	105								114				

Véleményünk szerint a két utóbbi tantervünk biztosította hallgatóink számára a megfogalmazott célt, miszerint az általános iskola felső tagozatában eredményes testnevelő tanárok legyenek, tanulmányaik képessé tegyék őket a 10-14 éves korosztály egészséges életmódra nevelésére.

Összegzés

A tantervek változásával az általános iskolai tanárképzés, mostanra teljes történetének egy kis részletét kívánom megörökíteni. A fellelt anyagok, az Egri Pedagógia Főiskola, az Egri Tanárképző Főiskola, a Ho Si Minh Tanárképző Főiskola és az Eszterházy Károly Főiskola testnevelő tanárképzésében voltak használatban. Az utolsó osztatlan képzésben résztvevő hallgatóinkat 2005/06-os tanévre vettük fel. Az ő diploma-szerzésükkel, végzésükkel megszűnik a testnevelő tanárképzés régi rendszere, átveszi helyét a bolognai folyamatként megfogalmazott új, osztott képzési rendszer. Ennek jellemzése, ismertetése már egy újabb munka feladata lesz.

Most már jól látom, hogy a tantervek, óraszámok, tantárgylisták, vizsgaszámok, felvételi és végzési statisztikák stb. jól jellemzik az eltelt időszakot, azért a teljes történet ezeknél sokkal több. Több, mert az általános iskolai tanárképzés kialakulása, történetének első szakasza szorosan kötődött a „szocialista” rendszerhez, ideológiájához, céljaihoz. Több, mert a főiskolák és az azonos területen képző egyetemek óhatatlan érdekütközésben voltak, ez rányomta, nyomja bélyegét a történetükre is. Több, mert a szakpárok kialakításának tényleges okai nem tiszták. Több, mert a szakmai tantervek változásának okai között nem csak szakmai, hanem más, pl.: pedagógiai, tanítási gyakorlati, óraszám, vizsgaterhelés okai is volt. Több, mert a képzésben résztvevő intézmények köre időnként változott. Minden ok, és azoknak súlyának megfelelő értékelése meglehetősen szisztematikus munkának számít.

A teljes történet megismeréséhez hozzá tartozik a levelező képzés hasonló feldolgozása, tanszékeken dolgozó oktatók tanári, tudományos, edzői stb. tevékenységének számbavétele. A hallgatók tudományos, kulturális, sport tevékenységének vizsgálata.

Teljesebbé lehetne tenni a történeti leírást, az összes képző intézmény adatainak feldolgozásával.

A Magyar Akkreditációs Bizottság 2008. október 31-i Plenáris Ülésén támogatta az Eszterházy Károly Főiskola Testnevelés és Sporttudományi Intézetének testnevelő tanári mesterszak indítási kérelmét. Így Egerben a testnevelő-edző és sportszervező alapszakok (BSc) mellett, testnevelő tanári mester (MA) szakképzettségen is lehet diplomát szerezni.

Irodalomjegyzék

Könyv/Folyóirat

1. Földes Éva, Kun László, Kutassi László (1989): A magyar testnevelés és sport története, Budapest, Sport 1989.
2. Kálmánchey Zoltán (1978): Az általános iskolai testnevelő tanárképzés 30 éves története, Testnevelési tudományos ülésszak Pécs, 1978. OTSH 1981, Sportpropaganda.
3. Nagy József (1973): A főiskola megalakulása és a debreceni év, Az egeri Ho SiMinh Tanárképző Főiskola Füzetei, Eger 1973. Az általános iskolai tanárképzés 25 éve az egeri tanárképző főiskolán (3–38.)
4. Pukánszky Béla, Németh András: Neveléstörténet, Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó, 1996, ISBN 963 18 7512 1
5. Szabó Péter: Villanófényben a „Bologna előtti” hazai felsőoktatás, Neveléstörténet 2004. Évfolyam - 2. szám Kodolányi János főiskola
6. Hamar Pál, Derzsy Béla (2002): Testnevelő tanári vélemények aktuális tantervelméleti kérdésekről, Magyar Pedagógia 102. évf. 2. szám 145–157. (2002)

Internet címek:

1. A szegedi testnevelő tanárképzés története
http://www.jgypk.u-szeged.hu/tanszek/tesi/intezet_tortenet.htm
2. A TF története 1925- 2000,
http://dataweb-systems.hu/usnhu/index.php?Itemid=198&id=245&option=com_content&task=view
3. Balatonfüredi pedagógus konferencia 1956. (Rövidített jegyzőkönyv) Orosz Gábor, Debrecen 2006. <http://www.mek.oszk.hu/04200/04283/>
4. Ladányi Andor (2003): A NAT és a tanárképzés Új Pedagógiai Szemle 2003/01
<http://www.oki.hu/oldal.php?tipus=cikk&kod=2003-01-ta-Ladanyi-NAT>

Törvények, rendeletek:

1. 1993. évi LXXX. törvény a felsőoktatásról
2. 1985. évi I. törvény az oktatásról
3. 1950. évi 21. sz. tvr.: A pedagógiai főiskola szerepe, az általános iskolák felső tagozatára szaktanárképzés.
4. Oktatásügyi Minisztérium 8550-46/1954. IX. sz. rendelet
5. MM 29. 710/1959. III. sz. utasítás
6. 1961. évi III. törvény
7. 1962. évi 22. sz. tvr. Tanárképző főiskolák jogállása
8. 1966. Pedagógusképző osztály alakul a minisztériumban.
9. 201/1976. (M. K. 6.) OM-OTSH számú együttes utasítás az edzőképzésről
10. 125/1970/M. K. 12. M. M. sz. Utasítás a tanterv módosításáról
11. Minisztertanács 14. számú, 1974. IX. 18-i Tvr.-ben létrehozta Szombathelyen tanárképző főiskolát, amely korábban a pécsi főiskola kihelyezett tagozata volt.
12. 1974. november 8. MM miniszterhelyettesi értekezlet, a csepeli kihelyezett tagozat létrehozása. 1975/76-os tanévtől működött, egri fennhatósággal.
13. 88-0183/1953. III. 19. rendelet
14. M. T. 1017/1955. sz. rendelet. Budapesti főiskola megszüntetése
15. 8550-23/1950. sz. miniszteri rendelet
16. 111/1997-es kormányrendeletben
17. OM. 78/1956. O. K. 17- levelező képzés
18. 48/1959. sz.(M. K. 17.) MM utasítás – levelező képzés
19. 30. 758/1962. VI. sz. MM rendelet, levelező módosítás
49. 251/1964. VI. sz. MM rendelet- több levelező szakpár
20. 174/1969.(M. K. 19.) sz. MM rendelet. 4 éve kétszakos képzés levelező tagozaton.

¹VÉCSEYNÉ KOVÁCH MAGDOLNA, ²PLACHY JUDIT, ³BOGNÁR JÓZSEF

¹ *Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger
College of Eszterházy Károly, PE and Sport Science Institute, Eger*

² *Baba-Mama Szabadidő és Életmód Alapítvány, Eger
Baby and Mom Sports for All Foundation*

³ *Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Budapest
Semmelweis University, PE and Sportscience Faculty, PE Theory and Pedagogy
Department*

E-mail: funlanguages@chello.hu

**A FELNŐTTEK EGÉSZSÉGES, AKTÍV ÉLETMÓDJA –
ÖSSZEHASONLÍTÓ ELŐTANULMÁNY A FIATAL
FELNŐTTEK ÉS IDŐS KOROSZTÁLY ÉLETMÓDJÁRÓL,
RENDSZERES FIZIKAI AKTIVITÁSÁRÓL
ADULTS' HEALTHY, ACTIVE LIFESTYLE – A
COMPERATIVE PRE-STUDY OF YOUNGER AND OLDER
ADULTS' LIFESTYLE AND REGULAR PHYSICAL
ACTIVITY**

Összefoglaló

Számos kutatás bizonyítja, hogy a sport és testedzés kitűnő eszköz az örege-
dés folyamatának lassítására és az élet minőségének javítására.

Kérdőíves felmérésünk célja volt megtudni, hogy az Egerben és környékén
élő felnőttek két különböző korosztálya – 60 éven felüliek (átlagéletkor: 61,45
év, N=28) és 30-40 év közöttiek (átlagéletkor: 34,5 év, N=32) – milyen arány-
ban végeznek rendszeres fizikai aktivitást, mely tényezők befolyásolják ebbéli
döntésüket, egészségesen élnek-e saját megítélésük szerint és mit jelent számuk-
ra az egészséges életmód.

A fiatal felnőttek 71,9%-a sportol rendszeresen, míg a hatvanon felüliek kö-
zül csak 28%. A magasabb iskolai végzettség, a jó anyagi körülmények mindkét
csoportnál pozitívan befolyásolták a rendszeres fizikai aktivitást, míg a résztve-
vők neme és családi állapota nem befolyásolta a részvételt egyik csoportnál sem.
Mindkét csoportnál meghatározó volt a későbbi sportszeretet szempontjából a jól
felkészült edző vagy testnevelő tanár. Az idősebbeknél kisebb százaléknál, a
fiatalabbak 83%-ánál tartozik az egészséges életmódhoz a rendszeres fizikai
aktivitás.

A két korosztály összehasonlításából egy javuló tendencia mutatkozik a fiatal felnőttek rendszeres fizikai aktivitáshoz való hozzáállásában.

Felmérésünk tanulsága és a témában megjelent szakirodalom alapján szeretnénk egy időseknek szóló intervenciós programmal felhívni a korosztály figyelmét a rendszeres fizikai aktivitás számukra „életmentő” szerepére.

Kulcsszavak: fiatal felnőttek, idős korosztály, rendszeres fizikai aktivitás, egészséges életmód

Abstract

A lot of studies prove that regular physical activity is among the most important self-care behaviors that contribute for a healthy active living and for a quality of life.

The purpose of this preliminary study was to explore what per cent of younger adults (30-40 years old, N=32) and older adults (over 60 years old, mean age=61,45, N=28) do regular physical activity, what the most important influencing factors of people's participation in regular physical activity are, whether they live a healthy life or not and what healthy lifestyle is in their interpretation.

71,9% of younger, and only 28% of older adults do physical activity on a regular basis. Higher level education and higher income have positive influence on healthy active living. Sex and marital status did not have influence on lifestyle decisions. Nearly all those physically active mentioned that PE teachers or sport coaches had a significant role in forming a positive attitude towards PA and engagement in regular PA.

Regular physical activity is considered a part of healthy lifestyle by 83% of younger adults. This number is much lower by older adults.

Younger adults seem to have a much more positive attitude towards regular PA than the old.

The next phase of our work is going to be a lifestyle intervention program for the old to emphasize the “life-saver” role of PA.

Keywords: younger and older adults, regular physical activity, healthy lifestyle

Bevezetés

Társadalmunk struktúrája megváltozott és jelen pillanatban is változik: az egész lakosságra kiterjedő demográfiai öregedés egyedülálló az emberiség történetében.

Mivel a világ legtöbb részén egyre hosszabb ideig élnek az emberek, alapvető fontosságú, hogy az egyének meg tudják őrizni függetlenségüket és minél tovább aktív és minőségi életet tudjanak élni. Számos ezen a területen végzett

kutatás bizonyítja, hogy a sport és testedzés kitűnő eszköz a mentális és fizikai öregedés folyamatának lassítására és az élet minőségének javítására (Bailey, 2000; Prohaska, et.al, 2006; Morrow, Krzewinski-Malone, Jackson, Bungum, FitzGerald 2004, Sagiv, 2000).

Azoknál az időseknel, akik felnőttkorban kezdenek el rendszeresen mozogni, jól felépített és fokozatos terheléssel kedvező változásokat lehet elérni mind a fiziológiai, mind pszichikai mutatókban. Akik pedig egész életük folyamán aktívan élnek, ennek előnyös hatását életük végéig élvezhetik.

Témaválasztás indoklása

Egy a lakosságban létrejövő, messzemenő következményekkel járó demográfiai változás jellemzi társadalmunkat. A jelenség egyre inkább a figyelem középpontjába kerül világszerte. Várható előrejelzés szerint az idősek (60 éven felüliek) száma 605 milliőről 2025-re 1,2 billióra fog emelkedni. A legfrissebb statisztikák azt mutatják, hogy a legtöbb fejlett országban több 60 éven felüli ember él, mint amennyi 15 éven aluli gyermek. A fejlődő országokban még erősebben figyelhető meg ez a tendencia. Már most az idősek 60%-a ezekben az országokban él és ez az arány 2025-re több, mint 70% lesz. Franciaországnak pl. 114 évbe tellett, hogy megduplázza az idősek arányát, 7%-ról 14%-ra. Hasonló megduplázódás Kínában kevesebb, mint 30 év alatt fog végbemenni (*Hoskins – Borodulin, 2000*).

Vessünk egy pillantást a magyar viszonyokra is a KSH adatai alapján. Hazánkban mára minden ötödik ember betöltötte 60. életévét, arányuk a társadalmon belül 20%, számszerűen 2 millió lakos. A 100 gyermekkorúra eső idősokorúak számát jelző mutatót „öregedési index”-nek nevezzük. Ez Pest megyében a legmagasabb, mintegy 145, és megyénként, régióként 90 és 145 között ingadozik. Összességében a magyar népesség öregedési indexe 108-110. Az EU tagországainak többségében ennél kedvezőtlenebb a helyzet, ily módon nem tartozunk a legöregebb kormegoszlású európai országok közé. Ugyanakkor hangsúlyozható, hogy a magyar népesség egyszerre öregszi, de fogyatkozik is (*KSH, 2003*).

Az idősokori megbetegedések megelőzését már fiatal korban el kell kezdeni. Surgeon General 1996-os jelentésében azt írta, hogy az idős emberek egészségi állapota arányban van az életük során végzett fizikai gyakorlatokkal. Kutatások bizonyítják, hogy a rendszeres testmozgás jó hatással van az érrendszerre, légzésre és az izmok fejlődésére (*Bailey, 2000; Pate, et al. 1995*).

A középkorúak halálát legtöbb esetben szintén krónikus megbetegedések, mint pl. szív koszorúér elzáródás, szívroham, légzési rendellenességek vagy rák okozzák. A legtöbb kiváltó okai összefüggésbe hozhatók az egészségtelen életmóddal, mely összefüggést orvosi kutatások támasztják alá (*Petrella, Robert J, Cleroux, Feldman, 1999*). Ezen ismeretek tudatában a megelőzés megoldható és rendkívül fontos feladatnak látszik.

A tapasztalatok azt mutatják, hogy akik aktív életmódot folytatnak, viszonylag rövid ideig betegeskednek haláluk előtt. Más ok lehet, hogy elérik a nyolcvanas, akár kilencvenes éveiket is, de hosszantartó, krónikus megbetegedésekben szenvednek haláluk előtt vagy mozgásképtelenné válnak, és nem tudják magukat ellátni.

„Egyre inkább bizonyított, hogy az alapul szolgáló genetikai hajlam speciális életstílus beavatkozásokkal változtatható.” (Chodzko–Zajko, 1996 p. 320).

A felnőttek – különös tekintettel az idősebb korosztályra – életmódjáról és sportolási szokásairól kevés tudományos igényű írás jelent meg hazánkban eddig.

Kivételnek számít *Földesiné (1998)* tanulmánya az idős nők testedzéséről, mely szerint a magyar idős nők sportja a sajátos társadalmi, gazdasági, politikai és kulturális okok miatt sokáig teljesen mellőzött volt.

Azt gondoljuk, hogy az idős emberek sportjának a legfőbb célja, hogy az idős emberek megkapják a megfelelő tájékoztatást és lehetőséget, hogy életkorukhoz illő testmozgást végezhesenek. Nem kell ennek holmi megerőltető, anaerob jellegű mozgásnak lennie. Egy jó séta, mely kis oxigén adóssággal jár és amelyet kellesz izomfáradtság követ, napi rendszerességgel tökéletesen megfelel e korosztály sajátosságainak. Fontos, hogy el tudják fogadni megváltozott testképüket és a sport által új célokat, perspektívákat találjanak, társaságba járjanak, sikerélményhez jussanak.

A kutatás célja

Kérdőíves vizsgálatunk célja az volt, hogy megvizsgáljuk, milyen arányban végeznek rendszeres testmozgást az Egerben és környékén élő felnőttek (rendszeres alatt a heti 3×-i, legalább 30 perces fizikai aktivitást értettük, melybe nem tartozott bele a házimunka), milyen tényezők befolyásolják az egészségtudatos fizikai aktivitást a két korosztálynál, függ-e a fizikai aktivitás családi állapottól, iskolai végzettségtől, anyagi helyzettől; saját megítélésük szerint egészségesen élnek-e a régióban a felnőttek, mit értenek egészség alatt és melyek azok a mozgásformák, amelyeket szívesen gyakorolnak.

Módszer

Az adatfelvételhez egy általunk szerkesztett, önkitöltős, nyílt végű kérdéseket tartalmazó kérdőívet használtunk.

Hatvan főből álló mintánk Egerben és környékén él és koruk szerint két csoportra osztható. Az első csoportba tartoznak a hatvan év feletti, különböző nyugdíjas klubok tagjai. A csoport létszáma 28 fő, melynek mintegy fele férfi, fele nő. Iskolai végzettségüket tekintve pontosan 50% középfokú, 50% pedig felsőfokú végzettségű. Legtöbbjük – 78,6%-uk – házasságban él.

Második csoportunk, a 30-40 év közöttiek létszáma 32 fő. A nemek eloszlása hasonlóan alakul az előző csoporthoz, fele nő, fele férfi. Középfokú végzettséggel a csoport 28,1%-a, felsőfokúval 71,9% rendelkezik. 56,3% él házasságban.

Statisztikai elemzéseinket SPSS 16.0-ban végeztük. Nonparametriás eljárásokat alkalmaztunk a demográfiai jellemzők és szignifikáns különbségek megállapítására.

Eredmények

A fiatal felnőttek 71,9%-a sportol rendszeresen, míg a hatvanon felüliek közül csak 28% tudott igennel válaszolni erre a kérdésre. (Az életkor függvényében a különbség szignifikáns, $F=8,889$, $p<0,004$.) Tudjuk, hogy a rendszeres testmozgást végzők száma az életkor előrehaladtával egyre csökken. Mintánknál is a hatvan év feletti több, mint fele (60%) sportolt felnőttkoráig rendszeresen, de idősekként abbahagyta. Kevés azon időseknek a száma (10%), akik felnőttkorban kezdtek el rendszeresen mozogni.

Feltevésünk – mely szerint a magasabb iskolai végzettségűek körében több rendszeresen sportoló felnőttet találunk, – teljes mértékben beigazolódott mindkét korosztály vizsgálatánál. Az egész mintára vetítve: 85%-a a rendszeresen sportolóknak felsőfokú végzettséggel rendelkezik. Külön a két korosztály eredményeit az **1-es és a 2-es táblázatban / in the Table 1 and 2** tüntettük fel.

Az anyagi helyzet rendszeres sportra való hatásánál mindkét korosztálynál szignifikáns különbséget találtunk az átlag alatti és átlag feletti jövedelemmel rendelkezők csoportjai között ($p<0,001$, ill. $p<0,039$) (**3. és 4. táblázat / Table 3 and 4**).

1. táblázat / Table 1: Az iskolai végzettség hatása a rendszeres fizikai aktivitásra a 60 év felettiéknél / Influence of education level on regular PA at group aged over 60 years

Rendszeres fizikai aktivitás/iskolai végzettség	Középfokú (%)	Felsőfokú (%)	Össz. (%)
Sportol rendszeresen (%)	11,1 7,1	88,9 50,0	100
Nem sportol (%)	61,9 92,9	38,1 50,0	100
Össz.(%)	44,0 100	56,0 100	100

2. táblázat / Table 2: Az iskolai végzettség hatása a rendszeres fizikai aktivitásra a 30-40 éveseknél / Influence of education level on regular PA at group aged 30-40 years

Rendszeres fizikai aktivitás/iskolai végzettség	Középfokú (%)	Felsőfokú (%)	Össz. (%)
Sportol rendszeresen (%)	22 44	78 80	100
Nem sportol (%)	69,2 56	30,8 20,0	100
Össz. (%)	41,0 100	59,0 100	100

3. táblázat / Table 3: A jövedelem hatása a rendszeres fizikai aktivitásra a 60 év felettiéknél / Influence of income on regular PA at group aged over 60 years

Rendszeres fizikai aktivitás/jövedelem	Átlag alatti (%)	Átlagos vagy átlag feletti (%)	Össz. (%)
Sportol rendszeresen (%)	0 0	100 80	100
Nem sportol (%)	20 100	80 20,0	100
Össz. (%)	14,3 100	85,7 100	100

4. táblázat / Table 4: A jövedelem hatása a rendszeres fizikai aktivitásra a 30-40 éveseknél / Influence of income on regular PA at group aged 30-40 years

Rendszeres fizikai aktivitás/jövedelem	Átlag alatti (%)	Átlagos vagy átlag feletti (%)	Össz. (%)
Sportol rendszeresen (%)	22 25	78 82	100
Nem sportol (%)	11,7 75	88,3 18	100
Össz. (%)	10,14 100	89,86 100	100

A különböző nemű és családi háttérű csoportoknál mintánk esetében nem találtunk szignifikáns különbséget a rendszeres sportra vetítve.

A rendszeresen sportolók 75%-ának volt olyan meghatározó testnevelő tanára vagy edzője, akire szívesen emlékszik, és akinek meghatározó szerepet tulajdonít a sport megszerettetésében.

Érdeemes egy pillantást vetni, mely okokat jelölte meg a két korcsoport a „nem sportolás” indokaiként. Az idősek közül legtöbben, a csoport 35%-a a lustaságot és 25% a korát. 20% hivatkozott időhiányra, 20% pedig egyéb okokra.

A fiataloknál kivétel nélkül mindenki, aki nem sportol, az időhiánnyal indokolta azt.

Az időseknél egyértelműen – a sportolók 65%-ánál – az úszás a legkedveltebb mozgásforma. A maradék 35% nagyjából egyforma arányban tornázik, sétál és teniszezik rendszeresen. A fiataloknál az úszást még mindig 30%-uk választotta, 30%-a a rendszeresen sportolóknak látogat különböző kondi tornákat és az aerobik válfajait, míg a maradék 40% focizik (16%), teniszezik (14%) és kerékpározik (10%).

Megkérdeztük mindkét csoportot, hogy megítélésük szerint egészségesen élnek-e. Az idősek 60%-a igennel válaszolt, annak ellenére, hogy csak 28%-uk sportol a csoportból rendszeresen. A maradék 42%-nak az egészséges életmódhoz nem tartozik hozzá a rendszeres fizikai aktivitás. Számukra az egészséges táplálkozás, stressz-mentes élet, káros szenvedélyektől való mentesség tartoznak a legfontosabb életmód elemek közé.

A fiatal felnőtteknél a válaszolók 83%-nak jelenti többek között a rendszeres fizikai aktivitás az egészséges életmódot.

Megoldások, ajánlások

Vizsgálatunkból kiderül, hogy a magasabb iskolai végzettség, az alacsonyabb életkor, a jó anyagi körülmények mind pozitívan befolyásolják a rendszeres fizikai aktivitást. A résztvevők neme és családi állapota jelen mintánknál nem befolyásolta a részvételt. Itt meg kell azonban jegyezni, hogy mintánk kis elemszámú volt és a szignifikancia szint elemszámfüggő, ezért érdemes lesz a vizsgálatot nagyobb elemszámú csoportokkal is megismételni.

Pedagógiai szempontból nagy jelentősége van a mind emberileg, mind szakmailag jól felkészült, motiváló testnevelő tanárnak a sport szeretetének kialakításában.

Láttuk, hogy a kor előrehaladtával sokan felhagynak a rendszeres fizikai aktivitással és nincsenek tisztában annak időskori „életmentő” szerepével, pedig ennél a korosztálynál mindenképp központi helyet kellene kapnia az egészséges életmódban a mozgásnak. Az, hogy sokan a koruk miatt nem mozognak, számunkra azt jelenti, hogy az idősek nincsenek tisztában azokkal a lehetőségekkel és ajánlott mozgásformákkal, melyeket ebben a korban végezhetnének.

A megkérdezettek körében a legnépszerűbb mozgásforma az úszás volt. Ennek magyarázata valószínűleg az, hogy Eger és környéke híres impozáns fürdőiről és termál vizéről. Mind a fedett uszodában, mind a termálfürdőben vannak nyugdíjas napok, amikor a nyugdíjas egri lakosok kedvezményes belépővel vehetik igénybe a szolgáltatásokat. Véleményünk szerint az idős korosztály min-

denképp több figyelmet érdemelne mind a gyakorlati, mind az elméleti kutatómunkában.

Célunk egy olyan időseknek szóló, fizikai aktivitást növelő program alkalmazása a régióban, melyben minél több idős ember tájékozódhat aktuális fizikai állapotáról és az általunk kínált program végeztével meggyőződhet a rendszeres mozgás kedvező hatásairól. Kutatásunkat szeretnénk a testösszetétel és a motoros képességek változására, valamint életminőségben és az idősödéshez való hozzáállásban beállt változásokra fókuszálni.

A két korosztály összehasonlításából egy javuló tendencia mutatkozik a fiatal felnőttek rendszeres fizikai aktivitáshoz való hozzáállásában. Öröndetesnek mondható, hogy a fiatalabb korosztály nagy része elengedhetetlennek tartja a rendszeres fizikai aktivitást az egészség megőrzéséhez és hogy ez a korosztály szinte kivétel nélkül fontosnak tartja, hogy a gyermekei sportoljanak.

Irodalomjegyzék

- Bailey, D.A. (2000) The Role of Physical Activity in the Prevention of Osteoporosis: The Importance of Starting Young. *Physical Activity and Ageing. The Multidisciplinary Series of Physical Education and Sport Science, Volume 2.* Meyer & Meyer Sport, Berlin. 35-47.
- Földesi, Sz. Gy. (1998): Idős nők testedzéséről szociológiai nézőpontból. *Sporttudomány*, 3. 12-15.
- Huszár A., Bognár J.,: Fiatal felnőttek testkulturális magatartása, avagy az iskolai testnevelés felnőttkori hatásai Magyarország és Finnország példáján, *Új Pedagógiai Szemle*, 2006/6.
- Magyar Sporttudományi Szemle -1998. 3.
- Központi Statisztikai Hivatal (2003): www.ksh.hu
- Matsudo, Sandra and Matsudo, Viktor: Physical Activity and Ageing in Developing Countries. *The Multidisciplinary Series of Physical Education and Sport Science, Volume 2.* Meyer & Meyer Sport, Berlin. 65–85.
- Morrow Jr, J., Krzewinski-Malone, J. A., Jackson, A. W., Bungum, T. J., FitzGerald, S. J. (2004). American Adults' Knowledge of Exercise Recommendations. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75(3), 231-7.
- Pate, Russell R, Pratt, Michael, Blair, Steven N, Haskell, William L, et al. (1995). Physical activity and public health: A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA*, 273(5), 402.
- Petrella, Robert J, Cleroux, Jean, Feldman, Ross D. (1999). Recommendations on physical exercise training [Lifestyle modifications to prevent and control hypertension supplement]. *Canadian Medical Association Journal*, 160(9), 21-28.
- Prohaska, T., Belansky, E., Belza, B., Buchner, D., Marshall, V., McTigue, K., Satariano, W., Wilcox, S., (2006). Physical Activity, Public Health, and Aging: Critical Issues and Research Priorities. *The Journals of Gerontology: Series B Psychological sciences and social sciences*, 61B(5), 267–273.

Sagiv, M. (2000). Exercise and training in ageing. Physical Activity and Ageing. Perspectives. The Multidisciplinary Series of Physical Education and Sport Science, volume 2. Meyer & Meyer Sport, Berlin. 47–65.

Surgeon General's Report on Physical Activity and Health – U.S. Department of Health and Human Services, 1996.

A KÖTET KÖZREMŰKÖDŐI ÉS ELÉRHETŐSÉGÜK

Dr. habil. Árva László CSc – főiskolai tanár

Szolnoki Főiskola, Turizmus Tanszék
5000. Szolnok, Ady Endre u. 9
Tel.: 70-/6265894; Fax: 06-1-2004271
e-mail: laszlo.d.arva@gmail.com

Dr. Bíró Melinda PhD – főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola, Sporttudományi és Módszertani Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6.
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: biromelinda@ektf.hu

Bocz Árpád – főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola, Testkultúra-elmélet Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6.
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: bocz@ektf.hu

Dr. Bognár József PhD – dékán-helyettes, egyetemi docens

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF),
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék
1123 Budapest, Alkotás u. 44.
Tel.: 1/487-92-16 ; Fax: 1/356-63-37
e-mail: bognar@mail.hupe.hu

Dr. habil. Gombocz János CSc – tanszékvezető egyetemi tanár

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF),
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék
1123 Budapest, Alkotás u. 44.
Tel.: 1/487-92-87; Fax: 1/356-63-37
e-mail: gombocz@mail.hupe.hu

Hajdú Pál – főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola, Testkultúra-elmélet Tanszék
3300 Eger, Leányka u. 6.
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: hajdupal@estmail.hu

Hekliné dr. Herbály Katalin PhD – főiskolai tanár

Szolnoki Főiskola, Nemzetközi Gazdálkodási Tanszék
5000. Szolnok, Ady Endre u. 9
Tel.: 20/4265232; Fax: 56/512493
e-mail: hekline@szolf.hu

Dr. Honfi László PhD – intézetigazgató, tanszékvezető főiskolai tanár
Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet,
Testkultúra-elmélet Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: honfil@ektf.hu

Juhász Imre PhD hallgató – adjunktus
Eszterházy Károly Főiskola, Testkultúra-elmélet Tanszék
3300. Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: juhasz@ektf.hu

Dr. Könyves Erika PhD – tanszékvezető főiskolai tanár
Debreceni Egyetem, ATC AVK, Turizmus Tanszék
4032. Debrecen, Böszörményi út 138
Tel.: 20/496-42-46; Fax: 52/413-385
e-mail: konyveserika@t-online.hu.hu

Kristonné Dr. Bakos Magdolna CSc – tanszékvezető főiskolai tanár
Eszterházy Károly Főiskola, Sporttudományi és Módszertani Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: kristonmagdi@ektf.hu

Dr. Müller Anetta PhD – tanszékvezető főiskolai docens
Eszterházy Károly Főiskola, Sportági Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 20/36-23-612; Fax: 36/520-433
e-mail: muller@ektf.hu

Plachy Judit
Baba-Mama Szabadidő és Életmód Alapítvány
3300. Eger, Íj u. 17.
Tel.: 30/248-7499
e-mail: kopkane.plachyjudit@upcmail.hu

Seres János – főiskolai docens
Eszterházy Károly Főiskola, Sportági Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: tesi@ektf.hu

Szabó Róbert PhD hallgató – tanársegéd
Eszterházy Károly Főiskola, Turizmus Tanszék
3300. Eger, Egészségház u. 4
Tel.: 36/520-473; Fax: 36/520-444
e-mail: szabo.robort@ektf.hu

Szalay Gábor – főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola, Testkultúra-elmélet Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: szalay@ektf.hu

Széles-Kovács Gyula – főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola, Sportági Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: szkovacs@ektf.hu

Dr. habil. Vass Miklós CSc – egyetemi tanár

Nyíregyházi Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet
4400. Nyíregyháza, Sóstói út 31/b
Tel.: 20/335-17-18
e-mail: drvassm@freemail.hu

Dr. Várhelyi Tamás CSc – főiskolai tanár

Szolnoki Főiskola, Turizmus Tanszék
5000. Szolnok, Ady Endre u. 9
Tel.: 56/421-455; Fax: 56/512-499
e-mail: varhelyit@hotmail.com

Vécseyné Kovách Magdolna PhD hallgató - tanársegéd

Eszterházy Károly Főiskola, Sportági Tanszék
3300. Eger, Leányka u. 6
Tel.: 36/520-488; Fax: 36/520-433
e-mail: funlanguages@chello.hu

Tartalom

Előszó	3
Bíró Melinda: Javaslat az oktatás stratégiáinak, módszereinek kiválasztásához, úszástanításnál	5
Hidvégi Péter–Honfi László: Fogyatékos személyek rekreációja	21
Müller Anetta–Könyves Erika–Honfi László–Szabó Róbert: A hazai barlangok ismertsége és szerepe a turizmusban	37
Müller Anetta–Széles-Kovács Gyula–Seres János–Bocz Árpád–Hajdú Pál–Kristonné Bakos Magdolna: A sítáborok megítélése a Szegedi Tudományegyetem JGYTFK „sportszakos” hallgatói körében	51
Müller Anetta–Széles-Kovács Gyula–Seres János: Közgazdász hallgatók sítábori tapasztalatairól	69
Seres János: A testnevelés tanítás hatékonysága és az alkalmazott módszerek összefüggése az egri középiskolákban (1856–1918)	83
Szalay Gábor: Az általános iskolai testnevelő tanárképzés története az Eszterházy Károly Főiskolán	91
Vécseyne Kovách Magdolna–Plachy Judit–Bognár József: A felnőttek egészséges, aktív életmódja – összehasonlító előtanulmány a fiatal felnőttek és idős korosztály életmódjáról, rendszeres fizikai aktivitásáról	107
A kötet közreműködői és elérhetőségük	116