

BÖCZ ÁRPÁD

AZ EGYRI FŐISKOLÁSOK TESTALKAT VIZSGÁLATA

I. Bevezetés

A testnevelés és sport iránt napjainkban felfokozódott társadalmi igény mutatkozik. Az állami vezetés szintjén is megfogalmazott "Egészség-megőrző program" vitájában a különböző szakterületek képviselői is egyetértettek a testmozgás, a szabadidő sportágak rendszeres űzésének fontosságában. A tartós egészség és munkavégző képesség fenntartásában a testgyakorlásnak elsődleges a szerepe. Jogos a megállapítás, miszerint a testnevelés és sport a tömegkommunikációs eszközök által az emberiség mindennapi életének részévé vált. A népszerűsítésnek ez egy óriási lehetősége, de napjaink feladata ezentúl az, hogy a passzív, csupán karosszékből szurkoló nézők minél nagyobb tömegét vonjuk be az aktív sporttevékenység individuálisan megfelelő formájában. E feladatot reklámmal megoldani csak időlegesen lehet. Bizonyítható példa erre többek között az aerobik torna csökkenő népszerűsége is. Igazságtalan lenne, ha nem említeném azt az évek óta jól szervezett sok tömegsport rendezvényt, -- Olimpiai Őtpróba, Fut a Pest, Vasi vasember stb. -- amelyeken a résztvevők nagy számát regisztrálhattuk.

Az Olimpiai Őtpróbát magam is teljesítve úgy tapasztaltam, hogy a különböző próbákon résztvevők alig fluktuálódtak. Kialakult egy olyan réteg, akik állandó aktív résztvevői a tömegsport rendezvényeknek és ami ennél fontosabb: rendszeres edzéssel biztosítják eredményes szereplésüket. Erre már lehet építeni, de lényeges előrelépést az egyre nehezedő gazdasági helyzetben csak a rendszeres testmozgással kapcsolatos szemléletmód változással érhetünk el. A képernyőn bármikor látható különböző világversenyek remek propagálói az élsportnak, de egyáltalán nem biztos, hogy a népszerűség szempontjából fontos szabadidő sportágaknak is hasonlóan

hatékony ösztönzői.

Az egészséges életmódra és az ettől elválaszthatatlan rendszeres testgyakorlásra nevelni kell. Az általános iskolában folyó testi nevelésnek kulcsszerepe van e feladatok megoldásában. A testnevelő tanár vezető szerepe vitathatatlan, de a testi nevelés feladatainak megoldása csak a tantestület együttes, a testnevelést támogató pozitív hozzáállásával valósítható meg.

Igen fontosnak tartjuk, hogy a nálunk végzett pályakezdő nem testnevelés szakos hallgatók is helyesen értelmezzék a testi nevelés egyéni és társadalmi érdekeket szolgáló feladatait. A hallgatóink körében végzett különböző motorikus és alkati mérésekkel a tudományos munka mellett célnk, hogy teljesítményeik tükrében reális képet kapjanak önmagukról. Ezek az ismeretek is hozzájárulhatnak sporttámogató pedagógiai munkájukhoz.

II. Irodalmi áttekintés

A sportantropológia -- mint az antropológia alkalmazott ága -- hazai megalapozásában Farmosi K. és Mészáros J. munkássága kimagasló jelentőségű.

Farmosi (1) a kaposvári közép- és főiskolások testi és motoros fejlődését vizsgálta.

Mészáros -- Császi -- Szmodis (2) mintegy 6.000 7--15 éves fiú és leány testalkat vizsgálatát végezte el.

Farmosi -- Császi -- Semején -- Sebestyén (3) A sárospataki, kecskeméti, debreceni, jászberényi, budapesti tanítóképző főiskolán és testnevelési főiskolai női hallgatóinak motorikus vizsgálatát, valamint szomatotípus összehasonlítását végezte el.

Farmosi (4) 153 fő 9--16 éves úszónő testalkatának és teljesítményének összefüggését vizsgálta. Az úszónők testi fejlettségét összehasonlította azonos életkorú nem sportoló átlagos populációval.

Farmosi -- Horváth -- Semjén (5) ötvennyolc felnőtt és ifjúsági ökölvívó szomatotípusát és testösszetételét súlycsoportonként hasonlította össze.

A hazai sportantropológiai szakirodalomban csupán néhány olyan kuta-

tással találkozunk, amely főiskolai hallgatókkal foglalkozik. Ez részben érthető, hisz a sportban az alkattani vizsgálatok célja elsődlegesen a kiválasztás, az adott sportágnak leginkább megfelelő szomatotípus kimutatása. Az érdeklődés középpontjában éppen ezért a különböző korú, nemű és sportágú élsportolók kerültek.

III. Célkitűzés

Munkám célja a különböző szakos női és férfi hallgatóink szomatotípusának meghatározása és összehasonlítása.

IV. Anyag és módszer

A felméréseket 1985 őszén végeztem az akkor I. évfolyamos főiskolai hallgatók körében. Életkoruk 18--19 év volt. A felmérték összlétszáma 200 fő. Szakonként és nemenként hat csoportban vizsgáltam az eredményeket: orosz--angol szakos nők (1. ábra), magyar--orosz szakos nők (2. ábra), nem testnevelés szakos nők (3. ábra), testnevelés szakos nők (4. ábra), nem testnevelés szakos férfiak (5. ábra), testnevelés szakos férfiak (6. ábra).

Az alábbi kérdésekre kerestem a választ:

1. A testnevelés szakosok testalkata eltér-e a nem testnevelés szakosokétól?
2. Milyen különbségek mutatkoznak a nők és férfiak testalkat típusában?
3. Az idegennyelv szakos hallgatók testalkata különbözik-e a többiekétől?

A szomatotipizálást Heath és Carter módszerével végeztem el. A komponensek meghatározásához szükséges adatokat felmértem: testmagasság, testsúly, triceps, lapocka-, csípő és lábszárredő, humerus- és femur condylus szélesség, hajlított és feszített felkarkerület, lábszárkerület.

A testméreteket Martin szerint mértem, Famosi I. (6) metodikai útmutatásai alapján. A felmért 200 hallgató a teljes főiskolai populációnak

csak kis része, ezért a következtetések tendencia jellegűek, a statisztikai hitelesség érdekében további méréseket folytatok.

V. Eredmények

Az orosz--angol szakos nők alkathálóján (1. ábra) az alkattípusok négy különböző területen szóródnak, ami elég nagy heterogenitásra utal. Az endomorf, centrális, ektomorf és endo-mezomorf területeket uralják. A csoport átlag alkattípusa (5,67 -- 4,57 -- 3,01) az endomorf és az endo-mezomorf típuskategória határán (7. ábra) helyezkedik el.

A magyar--orosz szakos nők (2. ábra) az orosz--angol szakosokhoz hasonlóan értékelhetők. A komponenseik átlagértékeiben (5,5 -- 3,87 -- 2,75) már kifejezett a különbség. Rájuk már az endomorfia jellemző (7. ábra). A nem testnevelés szakos nők csoportjában az eddig nem szerepelt, főleg humán szakosok a felmérték (3. ábra). Az előző két csoportéhoz hasonlóan szóródnak értékeik. A szakok átlagtípusa az endo-mezomorfia határához közel az endomorf mezőben helyezkedik el (7. ábra). Az átlagérték: 5,63 -- 3,95 -- 2,65.

A testnevelés szakos nők (4. ábra) alkathálóján már lényegesen különbözik a három előző csoportétól. Határozott eltolódás figyelhető meg az endomorf mezőből az endo-mezomorf és centrális szomatotípus irányába. A komponensek átlagértékeiből kialakított típus (4,7 -- 4,47 -- 2,98) az endo-mezomorf mezőben van, a centrális határon (7. ábra).

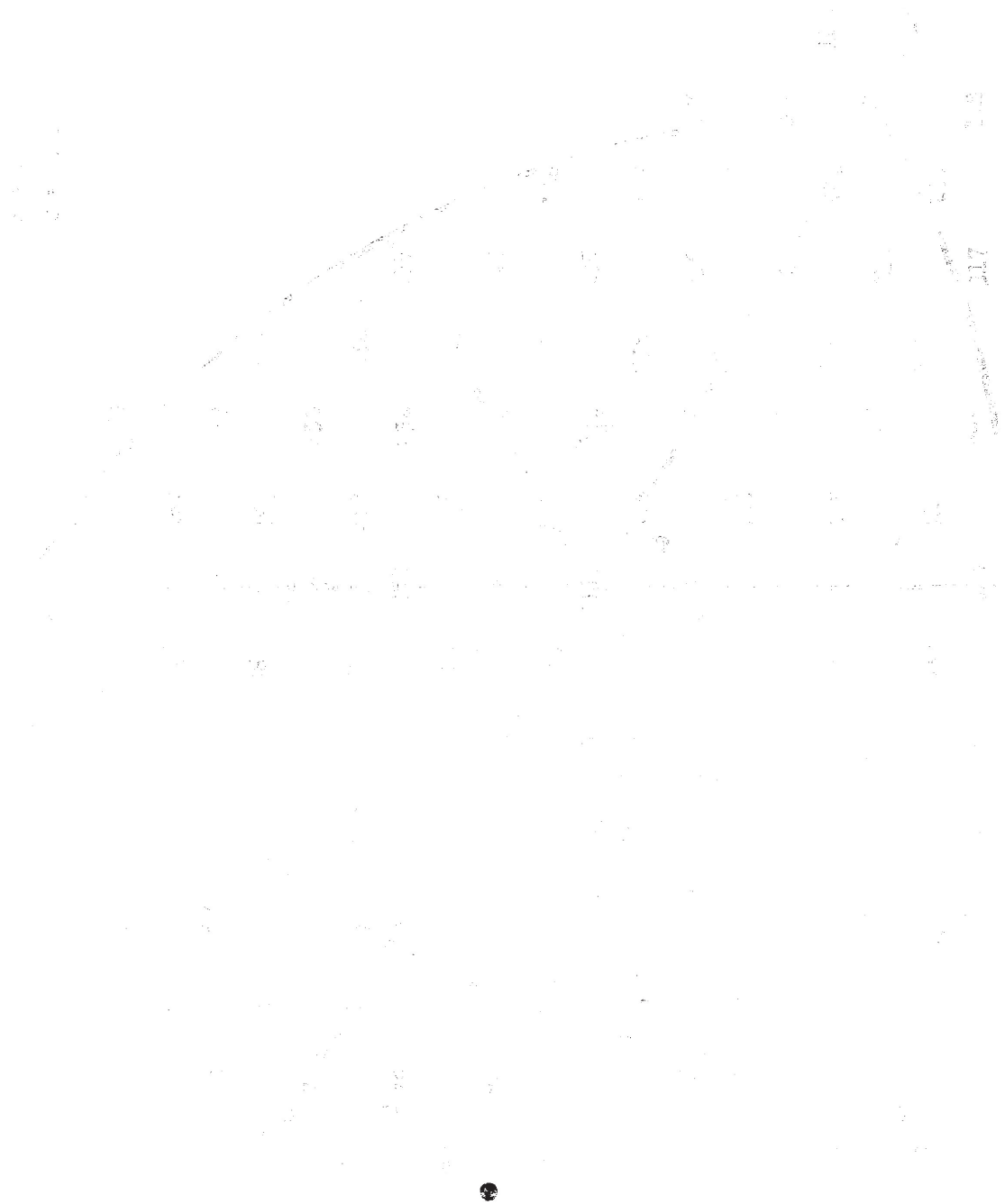
Érdekes összehasonlítást tehetünk Farmosi I. (3) irodalmi adataival. A sárospataki (5,95 -- 3,13 -- 2,07), Mecsekeméti (5,83 -- 3,09 -- 2,04), debreceni (5,68 -- 3,17 -- 2,22), jászberényi (5,68 -- 3,24 -- 1,81) és budapesti (5,77 -- 3,51 -- 2,89) tanítóképző főiskolás nők szomatotípus átlagértékei kifejezetten endomorf jellegűek, még az egri nem testnevelés szakos nők az endo-mezomorfiahoz lényegesen közelebb állnak. A Testnevelési Főiskola női hallgatói (4,53 -- 3,95 -- 2,50) endo-mezomorf típusúak az endomorfia irányába tolódva (7. ábra). Az egri testnevelés szakos nők szomatotípusa a sportoló nőkkel összevetve -- Mészáros (7) 44. oldal -- a kosárlabdázók alkatához (4,54 -- 3,94 -- 2,58) áll legközelebb.

A nem testnevelés szakos férfi hallgatók (5. ábra) szomatotípusainak

elhelyezkedése az összes csoport közül a legnagyobb heterogenitást mutatja. Valamennyi alkattípusban található egyedek. A csoport átlagértéke (3,91 -- 4,72 -- 3,11) a centrális mezőben helyezkedik el (7. ábra).

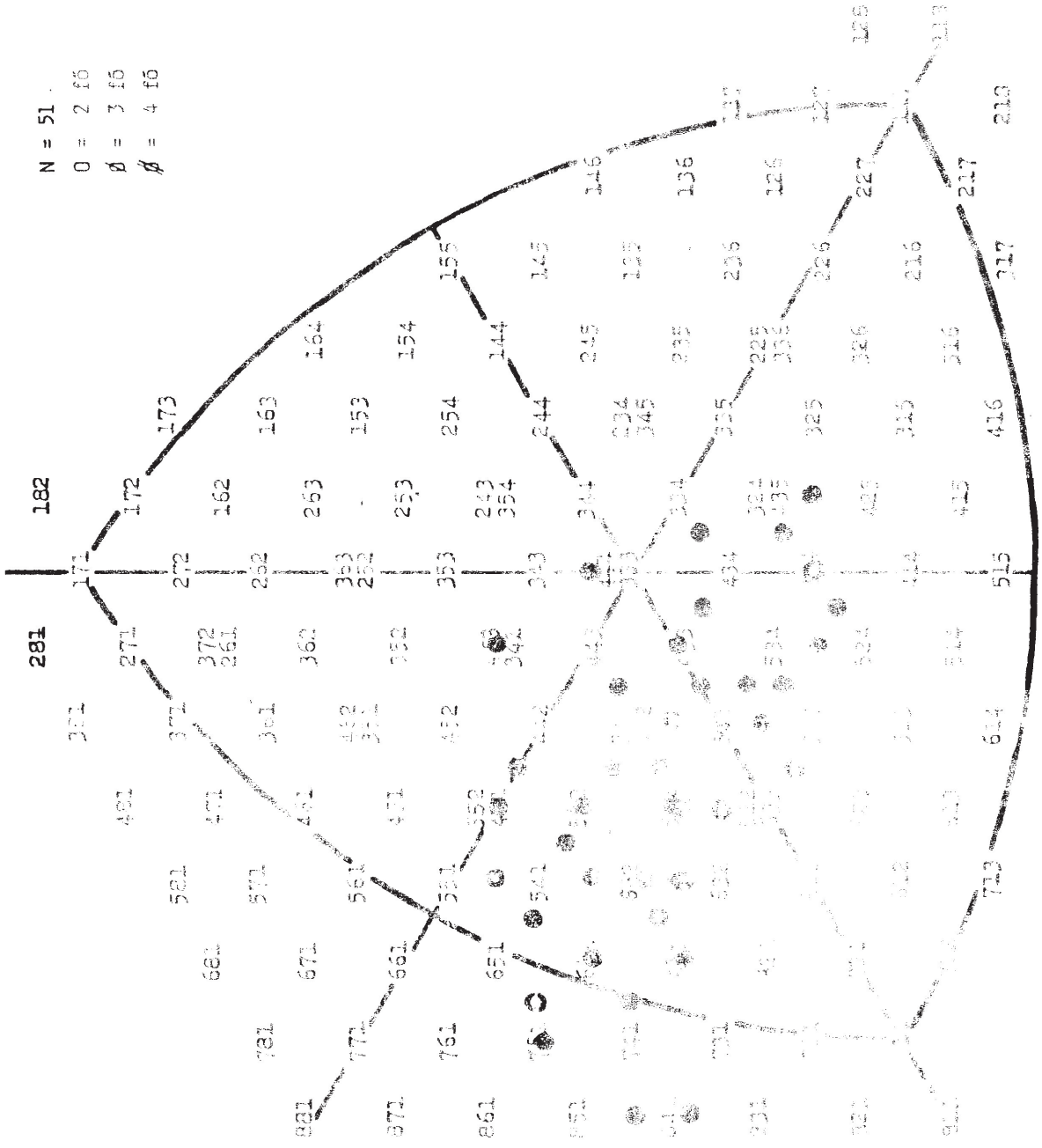
A testnevelés szakos férfi hallgatók a leghomogénebb csoport. Egyedei a kiegyensúlyozott -- mezomorf mezőben, valamint az endo-mezomorf és előbbi típus határán helyezkedik el. A csoport átlagértéke (3,46 -- 6,29 -- 2,45) a kiegyensúlyozott mezomorf és endo-mezomorf alkattípusok határán fekszik (7. ábra). A Testnevelési Főiskola férfi hallgatóinak (3,76 -- 5,13 -- 2,61) alkattípusa az endo-mezomorf, a kiegyensúlyozott mezomorfia közvetlen közelében (7. ábra) -- Mészáros (7) 38. old. rajzolódik ki.

Az egri testnevelés szakos férfi hallgatók átlagértékét összevetve a sportoló férfiak adataival -- Mészáros (7) 42. oldal -- azt találjuk, hogy a kajakozók (3,27 -- 5,50 -- 2,20) alkattípusához állnak legközelebb.



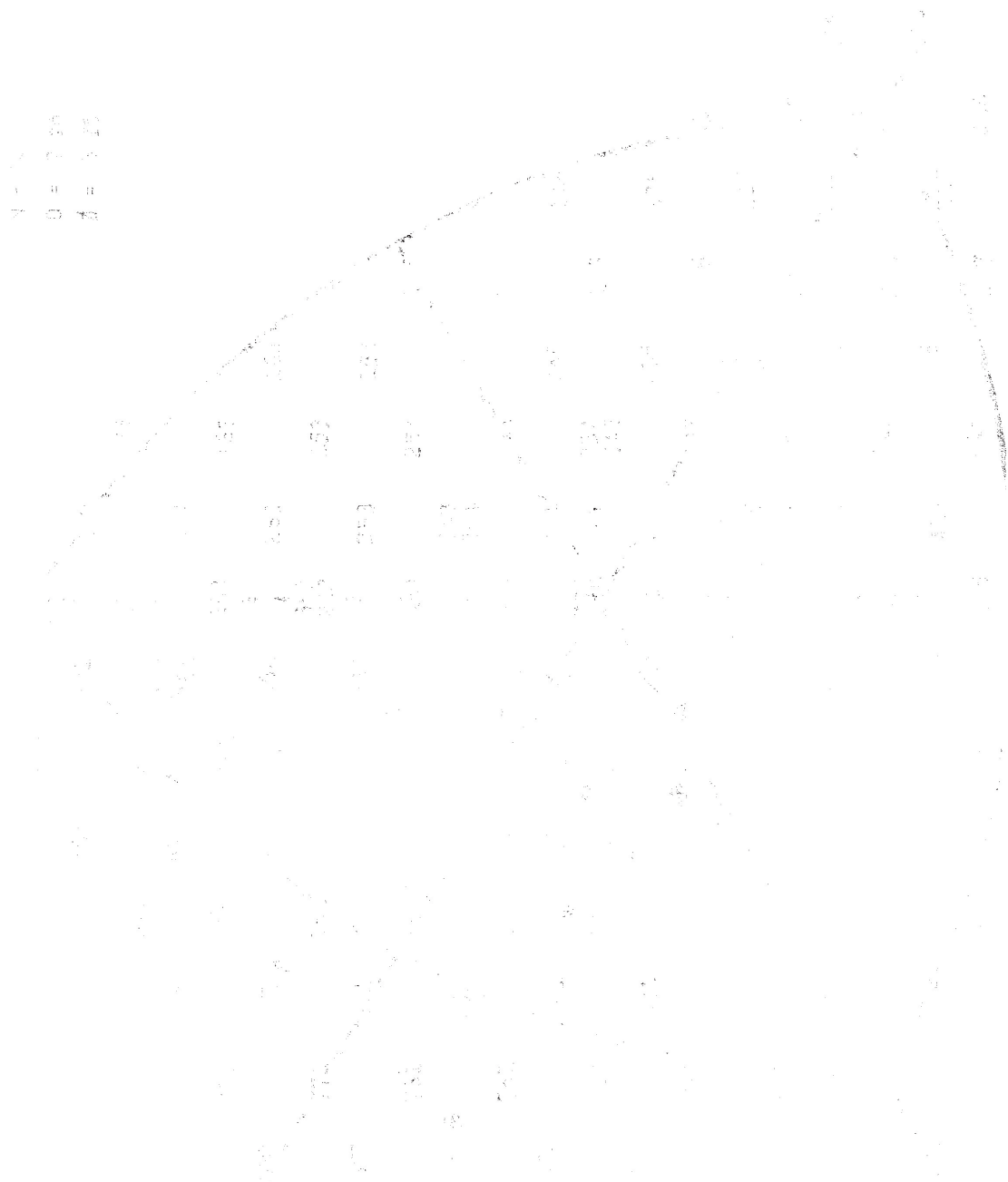
2. ábra

Magyar--orosz szakos nők szomatotípusa



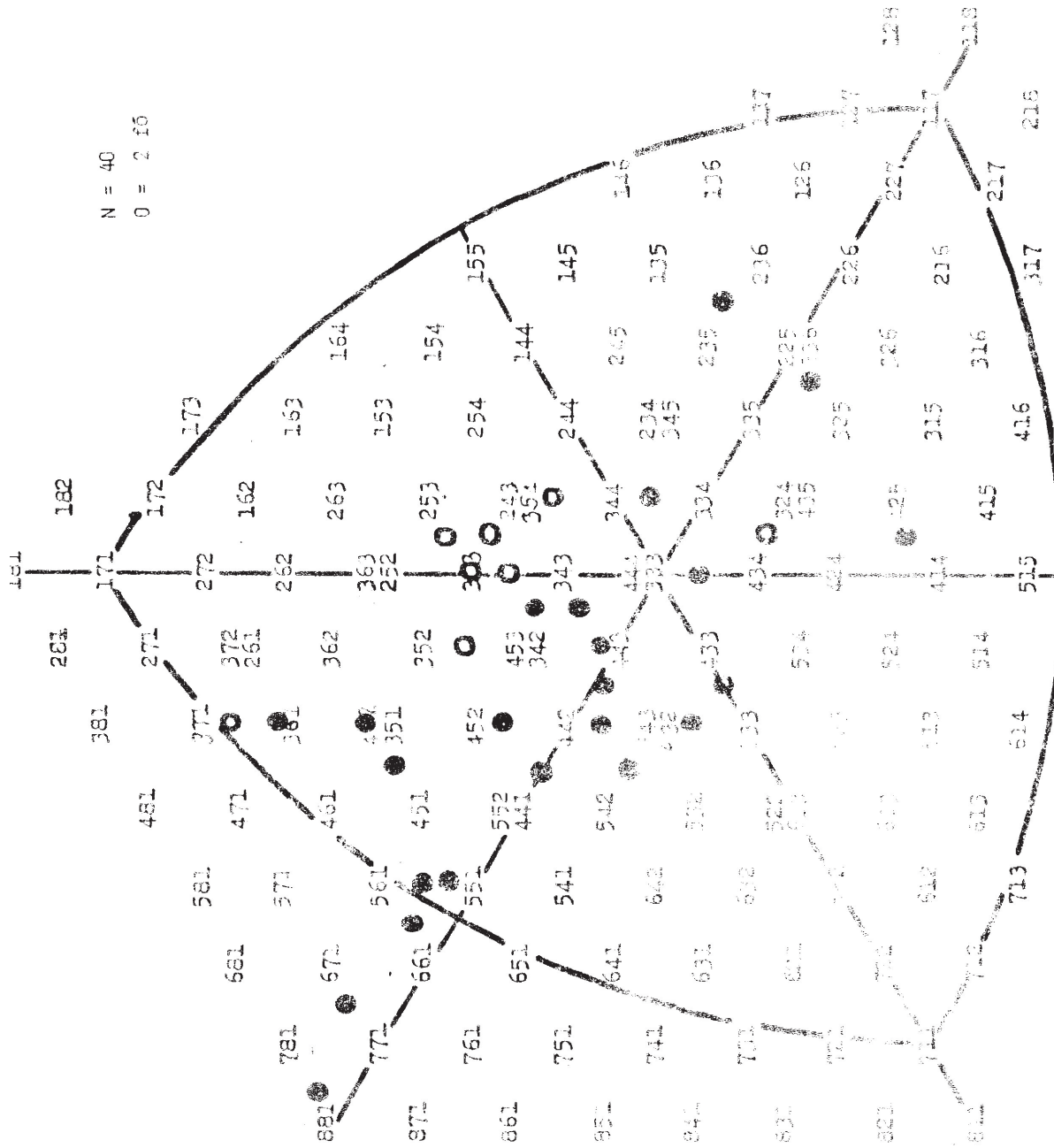
3. ábra

Nem testnevelés szakos nők szomatotípusa



4. ábra

Testnevelés szakos nők szomatotípusa

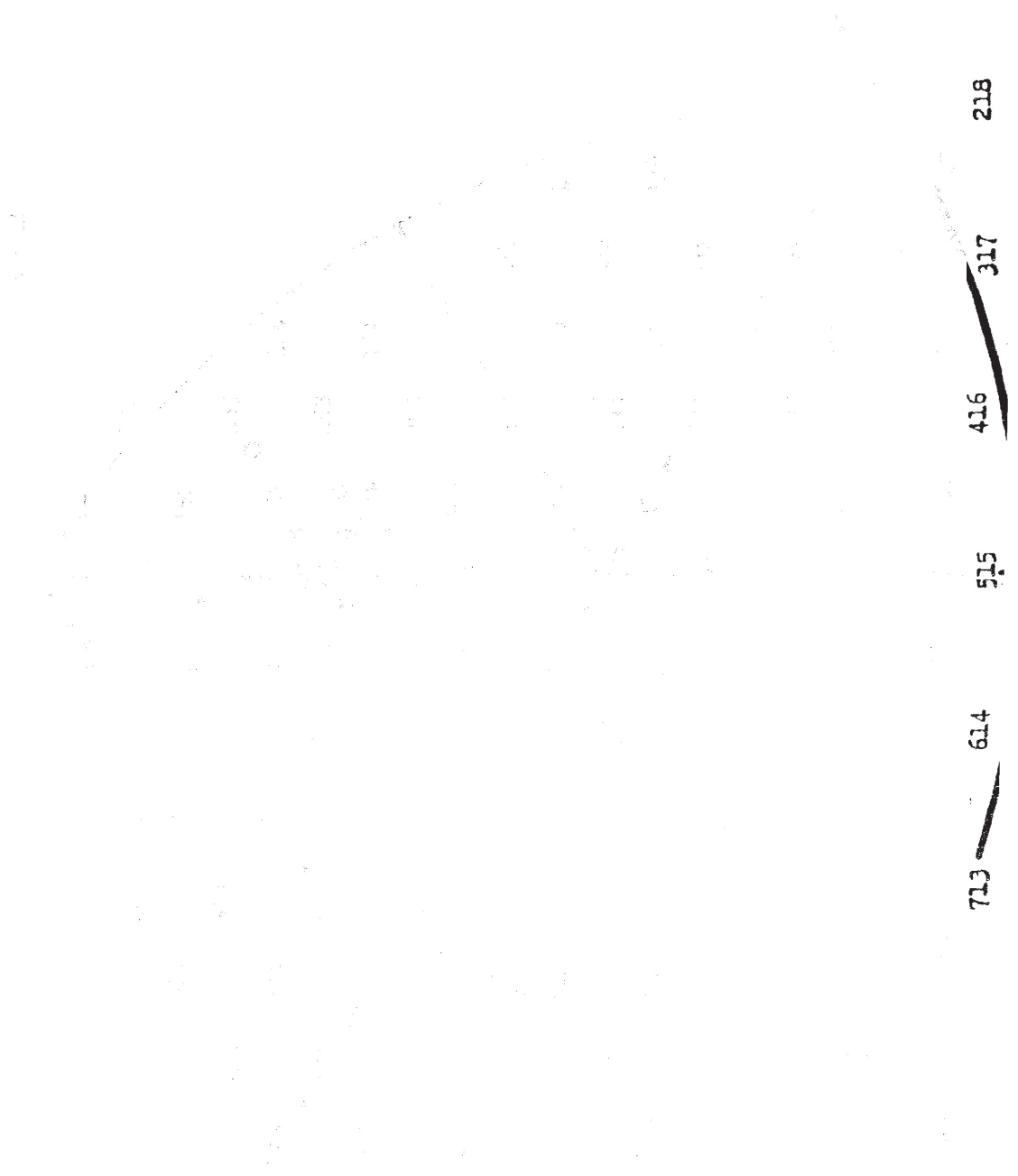


N = 40
0 = 2 fő

5. ábra

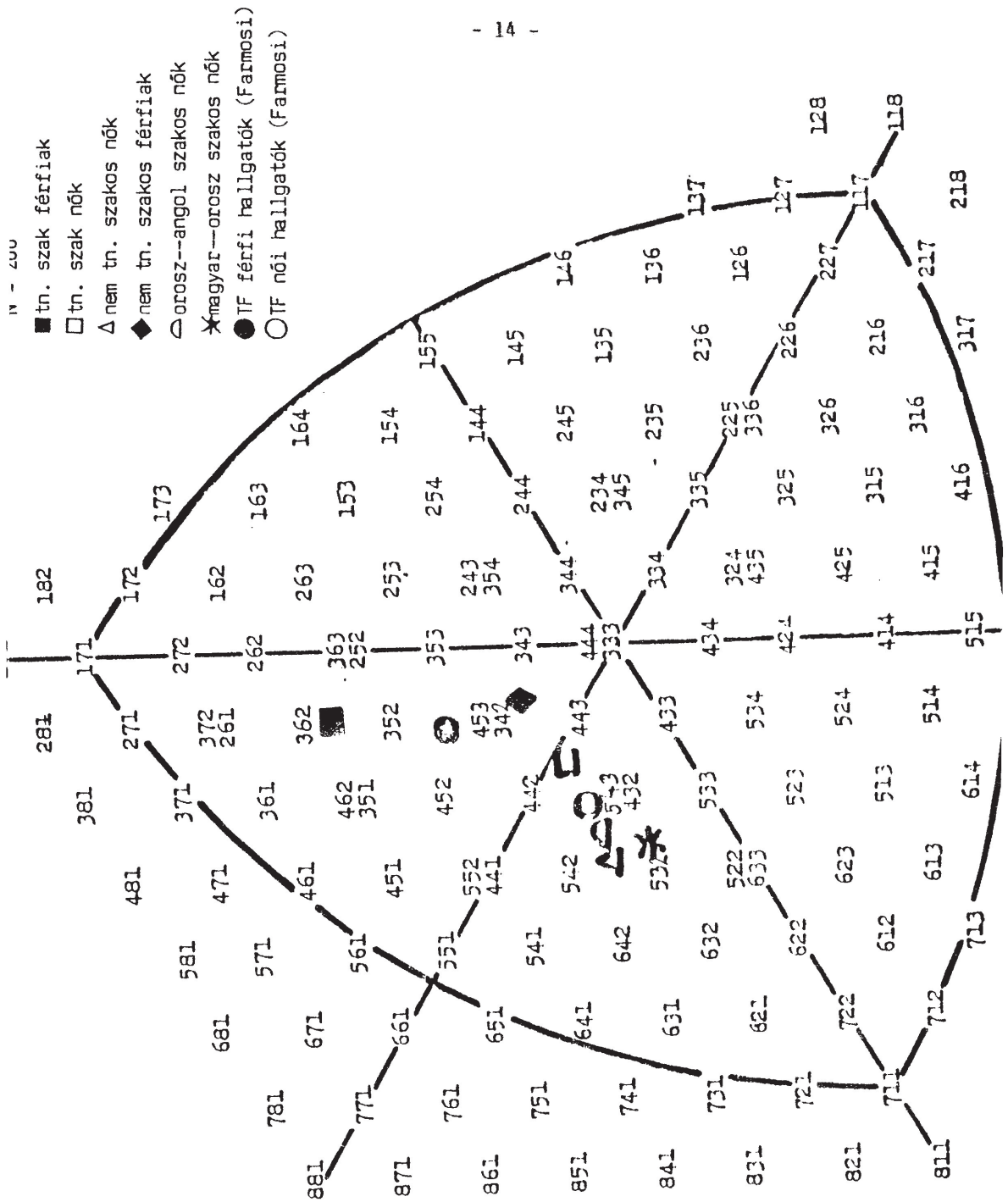
Nem testnevelés szakos férfiak szomatotípusa

181



6. ábra

Testnevelés szakos férfiak szomatotípusa



7. ábra

Az átlag szomatotípus értékek összehasonlítása

VI. Következtetések

1. A testnevelés szakos hallgatók testalkata mindkét nemnél eltér a más szakosokétól. A nők endo-mezomorf típusnak, ahol is kisebb a különbség a többiek endomorf értékeitől. A férfiak esetében kifejezettebb a differencia a testnevelők és más szakosok között. A férfi testnevelők a kiegyensúlyozott-mezomorfia határán helyezkednek el, ami harmonizál a szak jellegének megfelelő magasabb fizikai követelményekkel, illetve az ehhez szükséges nagyobb relatív robusztricitással. Ezt jól kifejezi a második komponens (3,46 -- 6,29 -- 2,45) domináns jellege is (7. ábra). Az eddigi kutatási eredmények azt bizonyítják, hogy a rendszeres testgyakorlás, az edzés és versenyzés a szomatotípust csak igen kis mértékben képes megváltoztatni. E tételből és vizsgálati eredményeimből következik, hogy ezen az évfolyamon a felvételi vizsga objektív szelekciónak bizonyult.

Stepnicka az alkathálót felosztotta a motorikus teljesítmények, illetve az arra való megfelelés alapján -- Mészáros (7) 49. oldal 13. ábra: A szomatotípus és a sportolásra való alkalmasság. Testnevelés szakosaink mindkét nem esetében az alkatháló III. mezőjében helyezkednek el, ahol is Stepnicka szerint a versenyszerű sportolás szempontjából kedvező testalkati feltételekkel rendelkezők vannak.

2. A 7. ábra satírozott (férfiak) és satírozatlan (nők) jelei szemléletesen illusztrálják a két nem szomatotípusbeli különbségét főiskolánkon.

A nem testnevelés szakos nőknél az első komponens dominanciája a jellemző, még a testnevelő nőknél az első két komponens egymáshoz közeli értékei.

A férfiaknál ezzel szemben a középső komponens a meghatározó, legkifejezettebben a testnevelés szakosoknál.

3. Kérdésselvetésemet az a tény készítette, hogy az idegennyelvet --

különösen a két idegennyelvet -- tanulók más szakosokkal összehasonlítva lényegesen több időt töltenek el a tanulószobában. fizikai aktivitásuk kisebb. A fejlődés időszakában a túlzott és hosszantartó fizikai inaktivitás hatással van-e az alkatra?

A 7. ábrán megrajzoltak erre a kérdésre nem adhatnak döntő választ. A magyar--orosz szakosok endomorf irányú eltérése a többi csoporttól kevés bizonyíték, mert a már korábban leírt tanítóképzés adatokkal egybevetve azok még tisztább endomorf jellegét tapasztaltuk.

További adatgyűjtés szükséges e kérdés vizsgálatához.

Irodalom

1. Farnosi I.: A Kaposvári Mezőgazdasági Főiskola hallgatóinak testi fejlettsége az egymást követő első évfolyamokon 1968 és 1972 között. (Válogatott tanulmányok a sport és testnevelés tárgyköréből. Budapest 1974. 283--306.)
2. Mészáros J. -- Mohácsi J. -- Szmodis I.: A testnevelés és sportedzés alkatfejlődési alapjai. (A sport és testnevelés időszervi kérdései. 1979. 20. 14--38.)
3. Farnosi I. -- Császi S. -- Semjén S. -- Sebestyén I.: Somatotype and motor performance of teaching training college female students. (Glasnik antropoloskog društva Jugoslavije. Beograd 1986.)
4. Farnosi I.: Az úszónők testalkatának és teljesítményének összefüggése. (A sport és testnevelés időszervi kérdései. 1980. 23. 77--119.)
5. Farnosi I. -- Horváth -- Semjén S.: Ökölvívók testösszetétele és somatotípusa. (Testnevelés és sporttudomány 1985. 4. 35--38.)
6. Farnosi I.: Alkati és motoros adatok férfi sportolókról. (A Testnevelési Főiskola közleményei. 1983. 3. sz. melléklet)
7. Mészáros J.: Sportantropometria. (Tankönyvkiadó, Budapest 1987.)