

A testmozgáshoz, sporthoz és testneveléshez való társadalmi viszonyulás

Lezárás dátuma:2021. május 10.

Absztrakt

Hol helyezkedik el a sport a mindennapok értékrendjében? Hogyan látjuk az iskolai testnevelést? Jelen dolgozat a sport iránti elkötelezettségből született, abból a meggyőződésből, tapasztalatból, hogy a rendszeres testmozgás, olyan attitűdök, készségek tanulásához, internalizálódásához járul hozzá, amelyek lényegesek az egészséges életmód szempontjából. A sport elfogadásra, önmagunk és mások megbecsülésre, tiszteletre, a csapatmunka fontosságára tanít, állhatatossá, kitartóvá tesz, növeli a tűrőképességet, problémamegoldó készséget. Ahhoz, hogy ezen készségek kialakuljanak és egy életen át tartsanak, nagy felelősség hárul az iskolai testnevelés tanítására.

A kutatás egyik célkitűzése a sporthoz, testmozgáshoz fűződő szokások feltérképezése volt, nevezetesen az, hogy van-e helye és ha igen, hol helyezkedik el a sporttevékenység a mindennapok értékrendjében? Legtriviálisabb kérdése, ami egyben a legégetőbb is, az, hogy sportolunk-e vagy sem. Az európai statisztikai adatok azt mutatják, hogy kevesen és keveset sportolnak. Romániában a 15 év feletti népesség 4,9%-a végez valamilyen testmozgást hetente egyszer, a magyarországi adat, 33,5%, közelít az európai átlaghoz, melynek mutatója 42,8%, az EU országaiban 2014-ben az Európai Egészségügyi Interjú Felmérés (EHIS) eredményei alapján összeállított és az Eurostat által rendelkezésre bocsátott statisztikai adatok szerint (Európai Unió, 2018) (Katarzyna, 2020).

Az online felületen lekérdezett, LimeSurvey rendszerben szerkesztett, 21 kérdést tartalmazó kérdőív¹ 415 embert ért el. A válaszok többsége Romániából és Magyarországról érkezett, de kaptunk visszajelzést Szerbiából, Ausztriából, Svájcban, Németországból, Olaszországból, Belgiumból, Svédországból, Portugáliából, sőt Kanadából is. Az adatok feldolgozása PSPP szoftver felületen történt, a grafikonok Microsoft Office Excel segítségével készültek. Kiinduló pontként, a vonatkozó szakirodalom tükrében három hipotézist fogalmaztunk meg, melyek közül az első nem bizonyult igaznak, jelen kutatás adataiból az derül ki, hogy az életkor nem befolyásolja lényegesen a sportolási kedvet.

A második hipotézis úgy szólt, hogy a sportolási szokásokban eltérés mutatkozik a település típusok szerint. A kutatásban nyert adatok eredményei igazolják e feltevést, a fővárosban és nagyvárosokban élők nagyobb százaléka döntött úgy, hogy sportol.

Harmadik hipotézisünk is igazolódott, a testnevelés órákat a válaszadók többsége pozitívan értékelte.

¹ A kérdőív megtalálható a függelékben.

Tartalom

1.	Bevezetés.....	4
2.	Szakirodalmi áttekintés	6
2.1.	Sport és társadalom.....	6
2.2.	Sport és oktatás.....	7
2.3.	Sport és az Európai Unió.....	9
3.	A kutatás módszertana	11
3.1.	Kutatási célkitűzések és kérdések.....	11
3.2.	Célcsoport és minta.....	11
3.3.	Hipotézisek.....	11
3.4.	Módszer és eszköz	12
4.	A kutatás eredményeinek bemutatása.....	14
5.	Következtetések és javaslatok	24
6.	Felhasznált irodalom.....	26
7.	Ábrajegyzék.....	29
8.	Táblázatok jegyzéke.....	30
	Függelék	31

1. Bevezetés

A dolgozat a sport iránti elkötelezettségből született, abból a meggyőződésből, tapasztalatból, hogy a rendszeres testmozgás, olyan attitűdök tanulásához, internalizálódásához járul hozzá, amelyek lényegesek az egészséges életmód szempontjából. A sport elfogadásra, önmagunk és mások megbecsülésre, tiszteletre, a csapatmunka fontosságára tanít, állhatatossá, kitartóvá tesz, növeli a tűrőképességet, problémamegoldó készséget.

Első része a sport meghatározásának, társadalmi vonatkozásainak, a társadalomtudományokhoz való kötődésének vázlata a szakirodalom tükrében, a testnevelés, iskolai testnevelés fontosságának kiemelésére fókuszálva.

A második fejezet a módszertan leírása, amely tartalmazza a célkitűzéseket, a kutatásban használt három részre tagolt 21 kérdést tartalmazó LimeSurvey felületen szerkesztett kérdőív bemutatását, a felvetődött kérdéseket és három megfogalmazódott feltevést.

A sportolási szokásokra vonatkozó kérdésekre kapott válaszok megtisztított adatainak elemzéséből nyert eredmények a tanulmány következő fejezetét képezik. Ebben az iskolai testnevelésórák tartalmának esetleges megváltoztatására tett javaslatokból is mutatunk be párat, azon véleményekből, amelyek a kérdőív huszadik kérdésére érkeztek, amely nyílt kérdésként a következőképpen szólt: Írja/írd le, hogy milyen változásokat javasolna/javasolnál?

A negyedik rész a következtetések mellett, a téma tanulmányozása során megfogalmazódott javaslatokat is tartalmazza.

A kutatás célja a rendszeres testmozgáshoz köthető szokások mellett megismerni az alanyok sporttal, testneveléssel, iskolai testneveléssel kapcsolatos gondolatait is. Az online felületen szerkesztett és lekérdezett kérdőívben sportolásként volt meghatározva minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk.

A sport, a játék, ősidők óta hozzátartozik az emberhez, része az egyetemes emberi kultúrának, egyidős az emberiséggel. Ne csak a létfenntartáshoz szükséges mozgásra gondoljunk, bár a vadászathoz jó testi erőnlétre, gyorsaságra, kitartásra, ügyességre, leleményességre volt szükség. A test karbantartása, a testmozgás, az erőnlét fejlesztése, a viadalra való felkészülés a harcok, háborúk része volt, de szórakozást, kikapcsolódást is jelentett. Egyiptomban úsztak, hiszen ott a Nílus. Az ókori Görögországot nevezzük a mára kialakult sportok bölcsőjének, ahol, amint erről Homérosz Illiásza tanuskodik, a Patroklosz halála utáni versenyeket, játékokat, szent eseményeknek tartották. A társadalom, a társadalmi élet szerveződésének részei voltak ezen játékok, versengések. Olümpiában, a Peloponnészoszi- félszigeten, négyévente rendezték meg az olümpiai játékokat (Mező, 1929). Ez a hagyomány fennmaradt napjainkig, természetesen a

szabályok a modern idők elvárásaihoz igazodtak, a sportok köre is bővült és globális szinten megrendezett világra szóló eseménnyé nőtte ki magát.

Amint a történelem során a társadalmak és társadalmi elvárások, normák változtak,oly módon változott a sport is és a hozzá fűződő elvárások, szokások. Új sportágak és sportolási lehetőségek születtek, amelyek során előtérbe került az egészség, az egészséges életmód, életszemlélet, bár nem elhanyagolható a sport gazdasági vonzata sem. Új létesítmények, stadionok, uszodák, sportcsarnokok nélkül ma szinte elképzelhetetlen a sport egy bizonyos szintje, gondolunk itt a versenysportra és a tömegsportra, de ugyanilyen fontosak az oktatási intézmények sportcsarnokai, tornatermei esetleg uszodái. A sport gazdasági vonzatának másik oldalán a sportfogyasztók népes tábora áll, azok akik komoly összegeket áldoznak egy-egy sportesemény megtekintésére, nem kímélve magukat az esetleg hosszú és költséges utazástól, szállás és ellátás költségeitől. Hangsúlyos szerepet kap a média is, a sportesemények közvetítésével és számottevő a sport reklámértéke is. Bár a sport ezen vonatkozásai nem képezik jelen kutatás tárgyát, viszont kiemelik a tevékenység fontosságát, alapot adva az általunk felvetett kérdéseknek.

2. Szakirodalmi áttekintés

A Magyar Sportlexikonban megjelent szócikk a sportot mint társadalmi jelenséget időben és térben, történelemhez kötötten, a kultúra részeként definiálja, mint olyan tevékenység, ami

„meghatározott szabályok szerint, időtöltésként vagy versenyszerűen folytatott testedzés”(Nádori, 2005, o. 112).

Keletkezését tekintve történelmi, mai megjelenését tekintve szilárd társadalmi jelenség, valamennyi társadalmi formában a kultúra része (Nádori, 1986).

2.1. Sport és társadalom

A sport történetiségét végiggondolva, kiemelhető a spártai nevelés, ami sokat bíralt szigora mellett bizony gondot fordított a lányok testedzésére, olvashatjuk Plutarkhosz: Párhuzamos életrajzok első kötetének ötödik fejezetében.

„Lükurgosz igen nagy figyelmet fordított a nők dolgaira. A leányok testét versenyfutással, birkózással, diszkosz- és dárдавetéssel edzette, hogy a jövőző magzat erős, edzett és egészséges szervezetben foganjon és növekedjen, s a nők könnyen viseljék el a gyermekszüléssel járó fájdalmakat. Leszoktatta őket az elpuhult és elkényeztetett életről, és állandó szokássá tette, hogy az ifjak és leányok ruhátlanul vegyenek részt a körmenetekben. Az istenek ünnepein körtáncot jártak, és kardalokat adtak elő, s ilyenkor nézőként jelen volt a város egész ifjúsága. A fiatal lányokat mindez nemes versengésre ösztönözte (...)”(Máthé, 1978, o. 103).

E gondolat mentén haladva, sok évszázad telt el, amíg a lányok nevelése, egyenlő súllyal merült fel a közgondolkodásban, a sportról, testnevelésről nem beszélve, hisz az egyenlő esélyek e téren sokáig korlátozottak voltak. A sportban való részvételük megítélése pedig a mai napig különböző, annak függvényében, hogy a világ melyik pontjáról nézzük. Azt is ki kell emelnünk, hogy a férfiak még mindig nagyobb gyakorisággal sportolnak mint a nők, és a sportválasztás terén is különbségek mutatkoznak a két nem között (Bíróné, 2004). A hozzáférés tekintetében mindig voltak különbségek, a társadalmi rétegek, csoportok között, bizonyos sportágak egy bizonyos réteg privilégiumát képezték. Lükurgusz idézett előírása a spártai nemességre vonatkozott, ez a réteg rendelkezett szabadidővel. Nem volt ez másként a középkorban sem, bár a lovagi tornák világában jelentkezett némi mobilitás a társadalmi rétegek között. Az elit számára a sport, ma is kedvtelés, játék, a számottevő szabadidővel rendelkező rétegnek érdek, önérdék nélküli időtöltés. A középosztályban a csapatsportok vannak túlsúlyban, jelezve a kapcsolatok, a társadalmi tőke fontosságát, a sportra, sportolásra szánt idő kereteit meghatározza a munkaidő, munkabeosztás. Az alsóbb rétegek sport választását az alacsony felszereltség jellemzi, érték a testi erő a hatalom

gyakorlásának eszközeként. A leszakadók, depriváltak majdhogynem esélytelenek, s nem csak a felnőttek, de e csoport gyermekei is. „Anyagi, fizikai és szellemi erőforrásaik kimerülnek a minimális életfeltételek biztosításáért folytatott küzdelemben. Számukra a sport a közoktatás keretében biztosított iskolai testneveléssel kezdődik és azzal is végződik” (Laczkó, 2015, o. 128). Ez a tény sokat nyom a latba, amikor az iskolai testnevelésórák hozama kerül mérlegre, hiszen az ezek során szerzett élmények, tanult magatartásformák „megalapozzák és meghatározzák az egészséghöz, az aktív életmódhoz való viszonyt” (Laczkó & Rétsági, 2015, o. 120).

A Plutarkhosz idézet alkalmat ad két fogalom a testnevelés és sport különbségének, vagy hasonlatosságának tisztázására, ami elvezet a sporttudomány mai világába, ahol a sport különböző értelmezései, nemzetközi kutatásokban, összekapcsolódnak a fizikai aktivitással, melynek jelentése: a fizikai erőnlét fenntartása és/vagy fejlesztése érdekében végzett rendszeres, szervezett, tervezett mozgás, testmozgás (Balogh és mtsai., 2015).

A kérdés, tehát, hogy mit nevezünk sportnak, több irányból megközelíthető. Ha a sport definícióját a mozgásigény kielégítésének, amely, mármint a mozgás, minden élőlény alapvető szükséglete, szempontjából határozzuk meg akkor a sport és a testnevelés olyan tevékenységek, amelyek a kultúra, testkultúra alapvető területeként írhatók le. E két terület fogalomrendszere számottevő azonosságot mutat, hasonló alapfogalmakat használ, mindkettőnek kulcsszava a kultúra és a testkultúra, a játék és sportműveltség jelentése, jelentősége közel azonos, fontos a motoros képességek fejlesztése, azonosak az alap gyakorlatok, a különbözőségeiket pedig a versennyel kapcsolatos fogalmak adják (Rétsági és mtsai., 2011).

A sportelmélettel és gyakorlattal foglalkozó szakirodalom szerint a mozgástanulás képessége 7-10 éves korban gyorsan fejlődik, a motoros képességek 9-12 éves korban leginkább fejleszthetőek, ez a legalkalmasabb időszak a tetgyakorlatok alapjainak elsajátításához, hisz a gyermekek mozgásigénye ebben a korban kiemelkedően magas (Polgár & Szatmári, 2011) (Molnár, Orbán, & Dorka, 2013) (Farmosi, 2011).

2.2. Sport és oktatás

Amint a fentiekből kiderül, a mozgástanulás képessége, abban a korban fejlődik leginkább amikor a gyerekek kikerülnek a családi környezet, elsődleges szocializáló közeg, egyedül meghatározó hatása alól, nevelésük megoszlik a család és a másodlagos szocializációs színteret intézményes keretek között biztosító iskola között. Ebben a korban fontos szerep jut a testnevelésóra tartalmának: a mozgás örömeire helyezni a hangsúlyt, megszerettetni a gyerekekkel a testmozgást, megalapozva ezzel azt, hogy felnőtt korban is sportoljanak. A sport mint eszköze a nevelésnek, hangsúlyos szerepet képvisel az egyén szocializációja során, magatartásformáló hatása

van, erkölcsöt fejleszt, kitartóbbá tesz, segít a döntések meghozásában, szabályok követésére nevel, szabályozza az érzelmek átélését, s mindezen értékek beépülnek és transzferálódnak más területekre (Bíróné, 2004) (Gyömbér, Kovács, & Ruzits, 2016) (Hamar, 2016).

Eszközként, a nevelés eszközeként nevezi meg a sportot Szent-Györgyi Albert szegedi székfoglaló beszédében, 1930. szeptember 26-án.

„...a sport, az nem csak a testnevelés, hanem a léleknek is a legerősebb és legnemesebb nevelő eszköze. A sport fogalma azonban nem tévesztendő össze a pusztá testi ügyességgel, a rekordhajhászással, a nyereségvadászással és a primadonnáskodásokkal. Az utóbbiaknak nemcsak, hogy a sporthoz semmi közük, de a sportnak egyenesen ellenségei. A sport elsősorban szellemi fogalom. Egy sportcsapat a társadalomnak kicsinyített képe, a mérkőzés az életért való nemes küzdelem szimbóluma. Itt a játék alatt tanítja meg a sport az embert rövid idő alatt a legfontosabb polgári erényekre: az összetartásra, az önfeláldozásra, az egyéni érdek teljes alárendelésére, a kitartásra, a tettekkészségre, a gyors elhatározásra, az önálló megítélésre, az abszolút tisztességre és mindenekelőtt a »fair play«, a nemes küzdelem szabályaira” (Tibor Szabó & Zallár Andor, 1989).

A magyarországi iskolákban bevezették a mindennapos testnevelést, az előírt heti óraszám alsótagozattól érettségiig öt. „A 2011/2012-es tanévben a Kormány a megelőző vizsgálatoknak és felméréseknek hatására konkrét lépéseket tett a mindennapos testnevelés bevezetésének érdekében. A bevezetésről szóló jogszabály a Nemzeti Köznevelésről szóló CXCV. törvényben (Köznevelési Törvény) került előírásra” (Domokos, 2014). Az úszás már ez előtt is szerves részét képezte az alsótagozatos diákok oktatásának, és jó ideje számos tanintézmény lehetőséget biztosít, tantervi keretek között, adott sportágak gyakorlására, szakoktató, edző vezetésével. A kérdésre, hogy miért fontos a testnevelés óra, hadd idézzük Balogh László és Kiss Mihály Merre tovább testnevelőtanár-képzés? című tanulmányából:

„...itt találkozhat a tanuló a korlátaival, a hiányosságaival, de ezeket legyőzve olyan sikerélményt élhet át, amit más órán sehol. Sőt a „kinti életben” sem. Ugyanis a testnevelésórán lehetősége van a gyermeknek kilépni abból a komfortzónából, amihez hozzászokva felnőttként sem tud majd kihívásokat- legyen fizikai vagy szellemi (!)- legyőzni, problémákat megoldani. Ezt ne vegyük el a gyermektől!” (Balogh & Kiss, 2016, o. 41)

Arra a kérdésre pedig, hogy van-e alapja annak, hogy a testnevelést ne csak a sportiskolákban oktassák emelt órászámmal, álljon itt a 2019-ben megjelent Új Pedagógiai Szemle 3-4. szám vendégszerkesztőjének, dr. Bognár József professzornak gondolata: „A mindennapos testnevelésnek akkor van létjogosultsága, ha jövőorientált, egyéni és közösségi céloknak megfelelő, illetve aktív és élményközpontú részvételt tesz lehetővé” (Bognár, 2019, o. 7).

Ezen célok talán legfontosabbika a sportoló nemzetek táborához való felzárkózás. Sportoló nemzetnek nevezhetjük azon országokat, ahol a lakosság nagy többsége rendszeresen sportol.

Ennek a célnak elérésében hangsúlyos szerep jut a testnevelésnek, oly módon munkálkodva, hogy lehetőséget adjon a sporttehetségek felfedezésére és gondoskodjon továbbfejlődésük biztosításáról. Ha sikeresen betölti ezt a szerepet, akkor eljuthatunk a sportnemzet fogalmához, amelyet az élsportban elért eredmények alapján lehet kiérdemelni, ezeket nemzetközi sportversenyek porondján szerzett helyezések biztosítják. Mindezt azonban csak egy szűk elit réteg szolgáltatja, s a társadalom egészének szempontjából fontosabb a sportoló nemzethez való tartozás, ami az egészséges életmódot és életminőséget jelenti (Rétsági és mtsai., 2011, o. 16). A kutatási eredmények azt mutatják, hogy a sportoló nemzettől sajnos távol állunk. A magyarországi Magyar Ifjúság 2012. évi felmérésének adatai szerint 2004-ben hat százalékkal, 2008 óta újabb három százalékkal csökkent a sporttevékenységet folytatók száma. Ezen belül a sportoló lányok aránya is csökkent.

A magyar lakosság szinte egészét vizsgáló reprezentatív országos mintát feldolgozó GFK omnibusz vizsgálat sportolási szokásokkal kapcsolatos felmérésének eredményei összhangban vannak az 2000- 2012 Ifjúság-vizsgálatok eredményeivel a sportolási szokások tekintetében összefüggés mutatkozik a nemmel és a korrallal, és a sportolás szoros kapcsolatban áll az iskolai végzettséggel, az intézményes keretek között folyó oktatásban való részvétellel.

2.3. Sport és az Európai Unió

Romániában a 15 év feletti népesség 4,9%-a végez valamilyen testmozgást hetente egyszer, a magyarországi adat, 33,5%, közelít az európai átlaghoz, melynek mutatója 42,8%, az EU országaiban 2014-ben az Európai Egészségügyi Interjú Felmérés (EHIS) eredményei alapján összeállított és az Eurostat által rendelkezésre bocsátott statisztikai adatok szerint (Európai Unió, 2018) (Katarzyna, 2020).

„A sport minden olyan fizikai tevékenység, amely esetenként vagy szervezett formában a fizikai és szellemi erőnlét fejlesztését szolgálja, társadalmi kapcsolatok teremtése, vagy különböző szintű versenyeken eredmények elérése céljából.”(Európai Tanács, 2001)

Írányt mutató kutatások azt vizsgálják, hozzájárul-e a sport, sportolás az egyén beilleszkedéséhez a társadalom szövetébe, milyen hozamai vannak egyéni és társadalmi szinten a sportnak (Kovács, 2018)(Laczkó & Rétsági, 2015), a sport, sportolás szocializációs hatásait vizsgálják.

A mozgásnak, sportnak, sportolásnak, mint térben és időben elhelyezett tevékenységnek szocializációs hatása, közösségformáló ereje, pozitív hozama van. Kiemelt szerepet játszik a fizikai és mentális egészség megőrzésében, az egészségtudatos magatartás kialakításában, életvezetési technikák és módszerek közvetítője, a nevelés eszköze, amely játékos formában vérteti fel

megoldási készletekkel az ifjúságot, illetve lehetőséget nyújt az egyén önmegvalósítására. Hasznos időtöltés, örömforrás, ami regenerálódást, pihenést nyújt. Gyakorlati eszköze lehet a hátrányos helyzetű csoportok (hátrányos helyzetű településeken élő gyerekek és fiatalok, fogyatékkal élő emberek, nők, romák) felzárkóztatásának (Lipa, 2016) (Budapesti nyilatkozat, 2004) (Payne, Szentgyörgyi, Mann, & Rowling, 1999).

3. A kutatás módszertana

Az előző fejezetben felvázoltuk a sport, testmozgás, testnevelés fontosságát, és érintőlegesen azokat a területeket, amelyekkel szoros összefüggésbe vannak. Jelen fejezet a sportolási szokások kutatásának menetének bemutatása.

Kutatásunk jellege kvantitatív, adatainkat online felületen szerkesztett és lekérdezett kérdőív segítségével gyűjtöttük. Az adatok feldolgozása PSPP szoftver felületen történt, a grafikonok Microsoft Office Excel segítségével készültek, eredményeink nem általánosíthatók. A kutatási kérdéseinkkel elsősorban romániai és magyarországi sport iránt érdeklődőket szólítottunk meg

3.1. Kutatási célkitűzések és kérdések

Hol helyezkedik el a sport a mindennapok értékrendjében? Hogyan látjuk az iskolai testnevelést? Hogyan viszonyulunk a sporthoz, a testmozgáshoz? Sportolunk-e? Melyek azok a motivációk, okok amelyek hatására a rendszeres testmozgás mellett döntünk? Melyek azok a valós vagy lehetséges akadályok, amelyek meggátolnak abban, hogy egészségünk érdekében eleget mozogjunk, sportoljunk? Ezen kérdések mentén körvonlázódott vizsgálódásunk, amelynek egyik célkitűzése feltérképezni, hogyan viszonyulunk a testmozgáshoz, sporthoz. A másik célkitűzésünk a rendszeres testmozgáshoz köthető szokások megismerése mellett, a sporttal, testneveléssel kapcsolatos gondolatok feltárása volt.

3.2. Célcsoport és minta

Az online felületen lekérdezett, LimeSurvey rendszerben szerkesztett, 21 kérdést tartalmazó kérdőív elsősorban Romániában és Magyarországon élő személyekhez szólt, 415 embert ért el. A válaszok többsége e két országból érkezett, a megcélzott két csoport tagjainak sportolási szokásai összehasonlíthatók. A teljes kitöltések száma 365, a teljes minta $N=365$ nem reprezentatív, az eredmények nem általánosíthatók. Kiemelt figyelmet fordítottunk a fiatal korosztályra, a gyerekek megszólítására. A mintánkba bekerült alanyok kor szerinti szórása igen nagy, ennek értéke:13,71, a legfiatalabb válaszadó 12, a legidősebb pedig 75 éves.

3.3. Hipotézisek

Kiinduló pontként három hipotézist fogalmaztunk meg, az alábbiak szerint:

1. Az életkor meghatározza, hogy sportol-e valaki, vagy sem. Az évek múlásával a sportolási kedv megcsappan.

A kérdőívben szereplő életkori határok, a válasznak 9 és 95 között kellett lennie megengedik a hipotézis igazolását vagy elvetését.

2. Eltérés mutatkozik a sporthoz való hozzáállásban a különböző régiókban.

A régió alatt ez esetben a települések jellegére gondoltunk. Feltételeztük, hogy a fővárosban és nagyobb városokban inkább sportolnak, mint a kisebb városokban és falvakon vagy községekben.

Tudatában vagyunk annak, hogy harmadik hipotézisünk további vizsgálódást igényelne, hiszen ahhoz, hogy az iskolai testnevelés órákról pontos képet kapjunk, a kérdést kvalitatív eszközökkel kellene vizsgálni. Ezt szívesen megtettük volna, de sajnos a 2020-as évre jellemző egészségügyi helyzet nem tette lehetővé. A testnevelés órák a világjárvány miatt elmaradtak. Kimaradt a személyes részvétel, nem volt lehetőség a terepmunkára. Ennek megfelelően, a csak szubjektív adatok alapján harmadik hipotézisünk így szól:

3. Az iskolai testnevelés órák megítélése pozitív.

Tettük mindezt abból kiindulva, hogy minden válaszadó részt vett a kötelező oktatásban, melynek része a testnevelés tantárgy, így mindenkinek vannak ehhez fűződő emlékei. Annak is tudatában voltunk, hogy az évek során a tantárgy módszertana, tartalma, eszközkészlete változott.

3.4. Módszer és eszköz

Kvantitatív kutatásunkhoz az online felületen, LimeSurvey rendszerben szerkesztett kérdőívben 21 kérdést fogalmaztunk meg. A kérdőív szerkezetileg három részre bontott. Első kérdéscsoportja a demográfiai jellemzőket vette számba, a második csoport kérdései segítségével vizsgáltuk a sportszokásokat. Az iskolásoknak és egyetemistáknak külön kérdést fogalmaztunk meg arról, hogy kinek a hatására kezdtek el sportolni. A kérdőív harmadik része az iskolai testnevelésre vonatkozó kérdéseket tartalmazza. Az első és harmadik rész kérdései, a demográfiai adatokra és az iskolai testnevelésórákra vonatkozóak, minden válaszadó számára elérhetőek voltak. A kérdőív második része csak a sportolókat érintette, a sportolás meghatározása ez esetben a következőképpen hangzott: minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk.

A kiemelten fontosnak tartott kérdések a következők voltak:

- Milyen gyakorisággal és mennyit sportolnak az alanyok?
- Kinek volt befolyása az alanyok sportolási szokásaira, kinek a hatására kezdtek el sportolni?
- Milyen tényezők akadályozzák a (rendszeres) sportolást?
- Melyek az iskolai testneveléssel kapcsolatos vélemények?

- Amennyiben szükségesnek tartják, akkor mit és hogyan változtatnának az alanyok az iskolai testnevelés órákon?

A kérdőív online közösségi oldalon, nevezetesen Facebook-on, 2020. november 22. és 2020. december 2. között volt kitölthető. Az adatok feldolgozása PSPP szoftver felületen történt, az adatok elemzése során leíró és következtetési statisztikai módszereket alkalmaztunk. a grafikonok Microsoft Office Excel segítségével készültek.

4. A kutatás eredményeinek bemutatása

A kérdőívet 243 nő és 122 férfi töltötte ki (N=365). A válaszadók 61,64%-a Romániában, 30,96%-a Magyarországon lakik, 7,4% más ország lakója (1. táblázat). Nemzetiségi hovatartozás szerint 23 személy románnak, 336 magyarnak, 1 személy romának vallotta magát, hatan egyéb nemzetiséget jelöltek. Az életkor minimum 12 betöltött életév volt, a legidősebb válaszadó 75 éves. Az életkor értékeit csoportosítva hat korcsoportot alkottunk, 10 éves időintervallumokkal. A megkérdezettek 13,7%-a (N=50) fővárosban, 34,25%-a (N=125) nagyvárosban, 33,97%-a (N=124) városban és 17,26%-a (N=63) falun illetve községben lakik. Hárman, a teljes minta 0,82%-a, nem tudták besorolni az általuk lakott település típusát a kérdőív adta válaszlehetőségek közé.

	Érvényes eset szám		Nő		Férfi	
Románia	225	61,64%	157	69,78%	68	30,22%
Magyarország	113	30,96%	72	63,72%	41	36,28%
Egyéb	27	7,4%	14	51,85%	13	48,15%
Összesen	365		243		122	

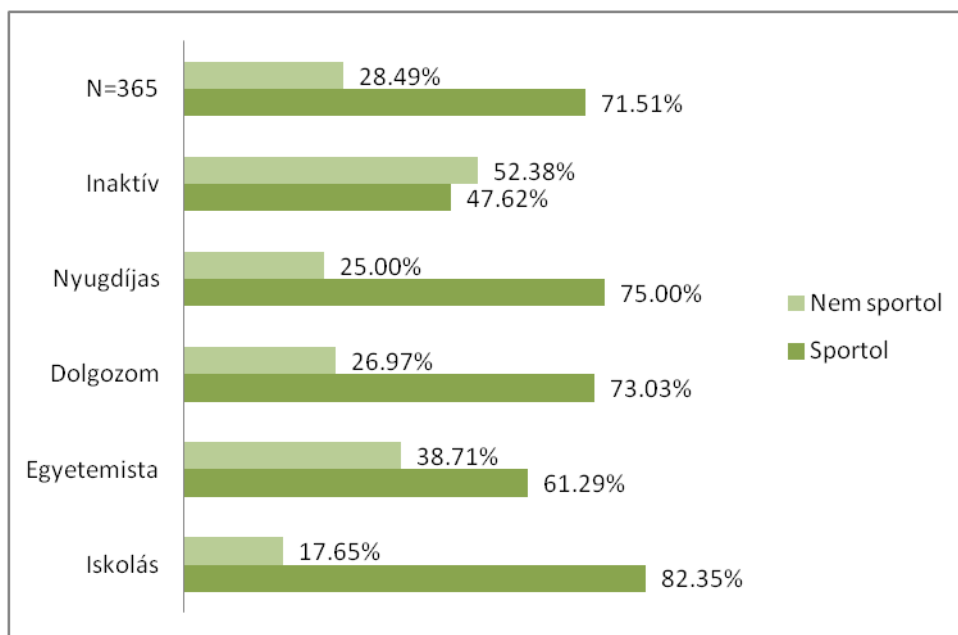
1. táblázat: Válaszadók megoszlása

A válaszadók többsége, 73,15% (267 személy) dolgozik, a nyugdíjasok aránya 3,01% (11 személy), iskolába jár 9,32% (34 személy), egyetemre 8,34% (31 személy). A jelenlegi foglalkozás tekintetében 5,75% (21 személy) inaktívnak tekinthető, ide soroltuk az egyéb kategóriát választókat, gyermeknevelési szabadságon lévőket, önkénteseket és ideiglenes munkanélkülieket. Egy válaszadó katona foglalkozást jelölt.

Végzettség tekintetében többségben vannak az egyetemi és főiskolai diplomával rendelkezők, ez a szám 234.

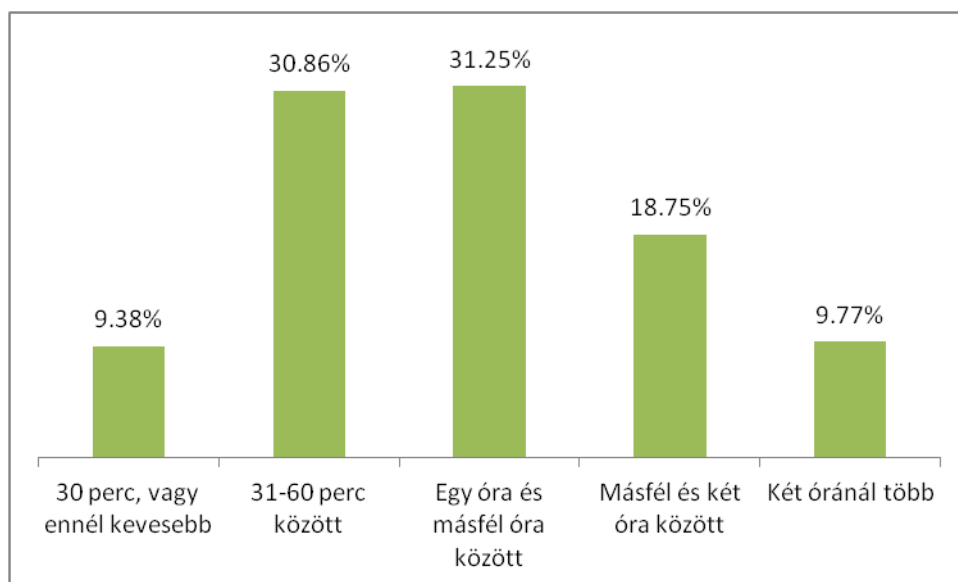
A teljes minta 71,51%-a, vagyis 261 személy sportol (1. ábra).

Elemzésünk során azt találtuk, hogy a jelenlegi foglalkozás nem befolyásolja a sporthoz való hozzáállást. Az iskolások 82,35%-a, az egyetemisták 61,29%-a, a dolgozók 73,03%-a, a nyugdíjasok 75,00%-a és az inaktívak 47,62%-a sportol (1. ábra).



1. ábra: Sport és jelenlegi foglalkozás (N=356)

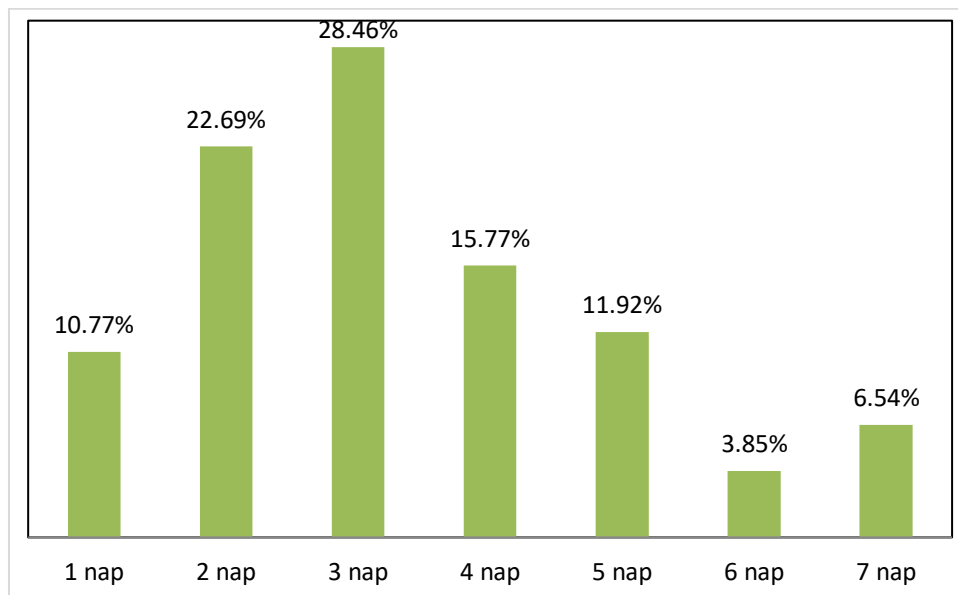
Kíváncsiak voltunk arra, hogy azok akik sportolnak, egy héten hány napot szánnak erre a tevékenységre, és arra is rákérdeztünk, hogy egy ilyen alkalom mennyi időt jelent. A válaszokból az olvasható, hogy az egy alkalommal sportra szánt idő átlagban egy, másfél óra, a megkérdezettek 31,25%-a ezt választotta. Ennél kicsit kisebb azok száma, akik fél óra és egy óra közötti időt töltenek testmozgással amikor sportolnak (30,86%), 18,75%-nak másfél és két óra közötti, 9,77%-nak két óránál több időt jelent egy edzés, 39,28% fél óránál kevesebbet szán erre (2. ábra). A sportolók zöme, 28,46% heti három napon, 22,69% heti két napon, 10,77% heti egy napon, 15,77% heti négy napon, 11,77% heti öt és 3,85% heti hat napon át végez rendszeres testmozgást. De volt olyan válaszadó is, aki a hét egyetlen napján sem mond le arról, hogy sportoljon (3. ábra).



2. ábra: Egy alkalomra szánt idő (N=365)

Az országok közötti megoszlás tekintetében, a Magyarországon élő válaszadók 84,96%-a, a Romániában élők 65,78%-a sportol. Azt is megvizsgáltuk, hogy nemek szerint a sportot választók vagy nem sportolók közötti megoszlás jelen kutatás eredményei szerint egyezik-e azzal az állítással, hogy a férfiak és nők sportban való részvétele különbözik.

Magyarországon a nők 77,78%-a sportol, 22,22%-a nem sportol, a férfiak 97,56%-a sportol, 2,44%-a nem sportol. A Romániában élő válaszadók esetében ez az arány a következő: a férfiak 79,41%-a sportol, 20,59% nem, a nők 59,87%-a sportol, 40,13%-a pedig nem sportol. Szignifikáns eltérést találunk a férfiak és nők sportolási szokásai tekintetében, bár ez a kapcsolat gyenge, a Cramer's V értéke: 0,19, melynek szintje: 0,005. A Magyarországon élő férfi válaszadók majd mindegyike sportol. A nemek sportolási szokásainak tekintetében különbség mutatkozik a két ország között is.



3. ábra: Sport heti rendszeressége (N=365)

Arra a kérdésre, hogy miért döntött a sport mellett a válaszadók 36,40%-a egészségügyi okokat jelölt, 25,29% hivatkozott arra, hogy valaki hatására (családtag, tanár...) kezdett el sportolni. A „Vonzott az ismeretlen” opciót 12,26% jelölte, 2,30% pedig az „Egyedül voltam, új barátokat akartam szerezni”. A mintában szereplő sportolók (261 személy) csupán 1,15%-a döntött a sport mellett azért mert az iskolában kötelező volt (4. ábra). Az egyéb 22,61% válaszok majd mindegyike a sport szeretetét, a testmozgás örömeit írta le. Ezekből idézünk párat:

Életformám a rendszeres testmozgás.

Életmód.

Élvezem és tudom hogy jól tesz az egészségemnek.

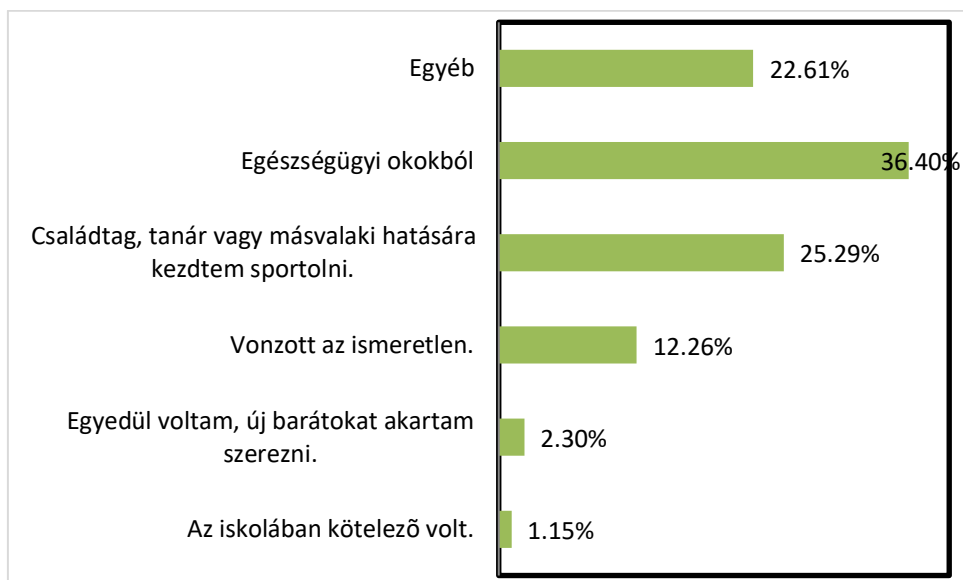
Élvezem, örömet szerez

Ép testben ép lélek.

Szeretek mozogni.

Szeretem.

Szeretem a kihívásokat.



4. ábra: Sportolás okai (N=365)

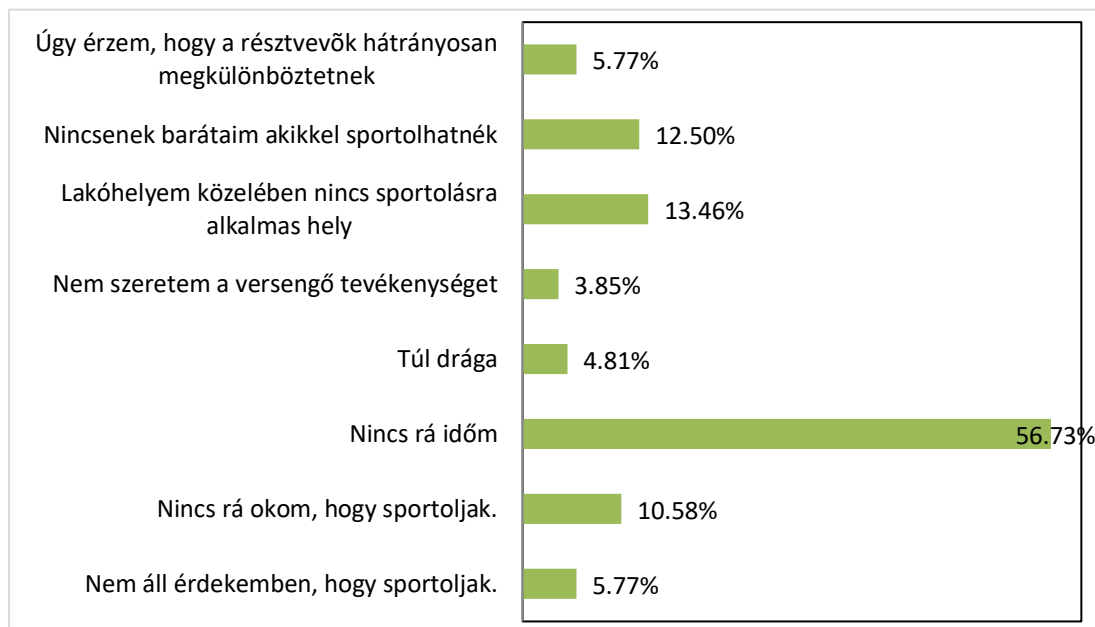
A iskolások és egyetemisták (65 fő) csoportjától azt is megkérdeztük, kinek a javaslatára kezdett sportolni? A válaszokból kiolvasható a szülők szerepének fontossága, hiszen a megkérdezettek 53,03%-a ezt jelölte. A család szerepét erősíti 13,64%-kal a testvérek hatása, valamint 3,03%-kal a közeli rokonok tanácsa. Jelentős mértékű a barátok hatása és nem elhanyagolható a testnevelő tanár (10,61%) szerepe sem (2. táblázat).

Kinek az ötlete volt, hogy sportolj?	
Szüleim mondták.	53,03%
Testvére(i)m biztatására	13,64%
Közeli rokon (pl. unokatestvér) tanácsolta	3,03%
Barátaim javasolták	27,27%
Testnevelő tanárom javasolta	10,61%

2. táblázat: Választást befolyásoló tényezők

A nem sportoló személyek száma (104 fő) a teljes minta 28,49%-át adta (1. ábra). Tőlük megkérdeztük ennek okát. A válaszlehetőségek közül, az ebbe a csoportba tartozók 56,73%-a hivatkozott idő hiányra. Ez összecseng az előző fejezetben említett, társadalmi rétegek sportolási preferenciáinak leírásával, amely szerint a középosztály sportolási szokásait beszűkíti a munkaidő, a munkabeosztás, figyelembe véve azt is, hogy a kérdőívet kitöltők zöme dolgozik. A nem sportolók

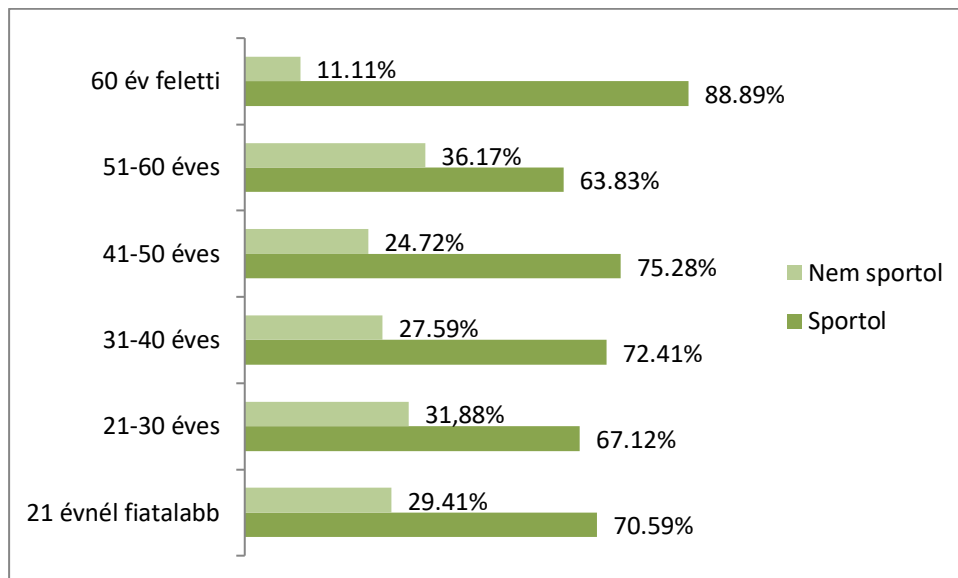
13,46%-a „Lakóhelyem közelében nincs sportolásra alkalmas hely” opciót választotta, 12,50% nak nincs megfelelő társasága ahhoz, hogy sportoljon, 10,58% nem talál rá okot, 5,77% érzi úgy, hogy hátrányosan megkülönböztetik, 5,77%-nak nem áll érdekében, hogy sportoljon, 4,8% drágának tartja a sportot, 3,85% pedig nem szereti a versengő tevékenységet (5. ábra).



5. ábra: A nem sportolás választásának okai (N=365)

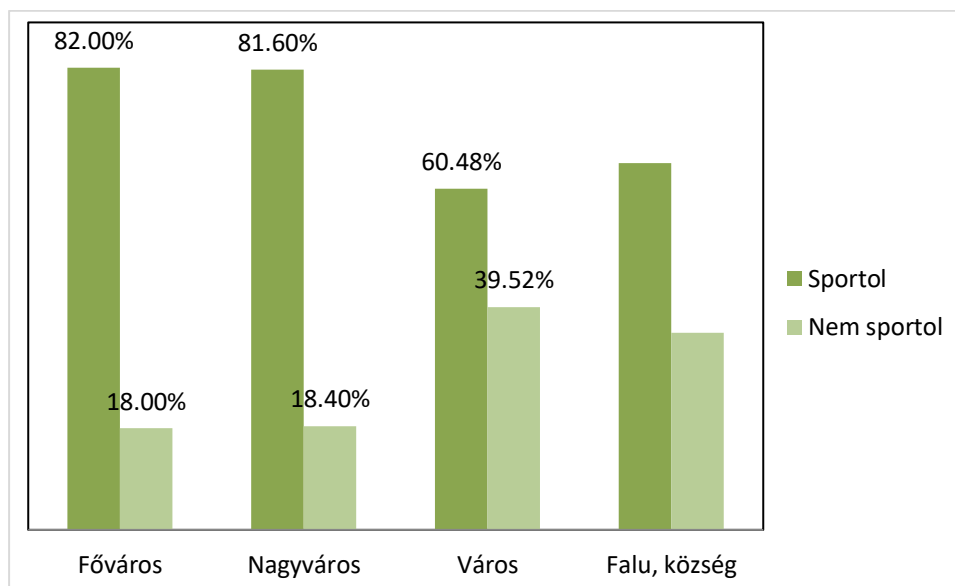
Első felvetésünk az volt, hogy az évek múltával a sportolási kedv alább hagy. A csoportosított kor értékeit összevetve a sportolást vagy annak hiányát jelző mutatóval ez a feltevés ebben az esetben megdőlt. Nincs összefüggés a két változó között. Az életkor nem befolyásolja a sportolási kedvet (6. ábra). A korcsoportokon belüli megoszlás a sportolók esetében 88,89%, 68,83%, 75,28%, 72,41%, 67,12%, 70,59% között váltakozik, tehát nem mutatkozik jelentős különbség. Értelemszerűen ez jellemző a nem sportolóokra is.

Az adatokból kiderül, hogy a 21-30 év közöttiek (valószínűleg az egyetemisták) soraiban a legkevesebb a sportoló, ami arra utalhat, hogy az iskolai testnevelés órák során nem sikerül eléggé megszerettetni, életmóddá tenni a rendszeres testmozgást.



6. ábra: Sportolók és nem sportolók korcsoport szerinti megoszlása (N=365)

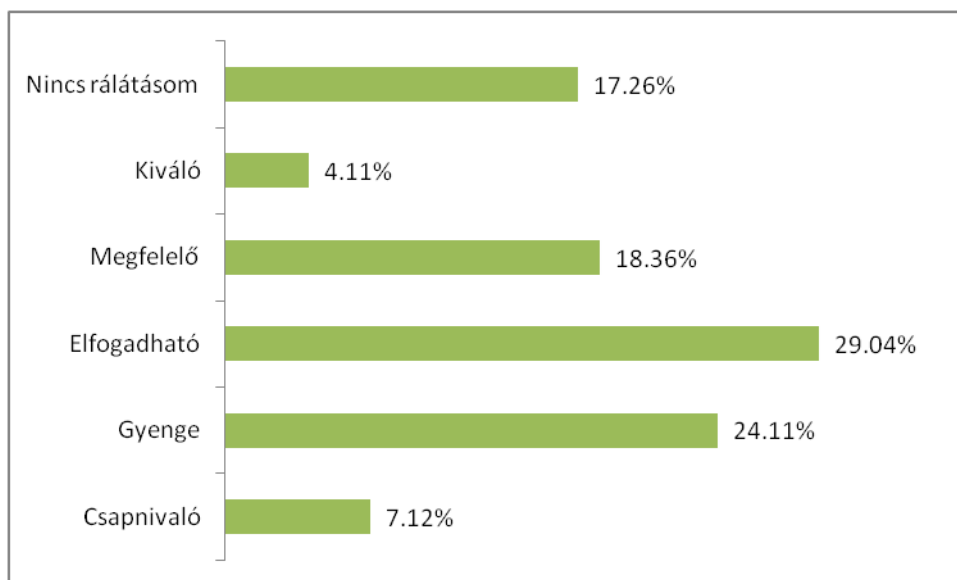
A második hipotézisünk szerint eltérés van a sporthoz való hozzáállás és a település jellege között. A felmérés eredményei igazolni látszanak ezt a feltevést, a két változó között, közepes erősségű kapcsolat van, A Cramer's V értéke 0,22, a szignifikanciaszint 0,001 khi-négyzet értéke: 17.64. A fővárosban és nagyvárosokban élők nagyobb százaléka döntött úgy, hogy sportol. A fővárosban élők 82%, és a nagyvárosokban élők 81,60% sportolási kedve majdnem azonos. Ettől szignifikánsan eltérő, de, hasonló megegyezést találtunk a kisebb városban élők 60,48%-a és a falun vagy községben lakók 65,08%-a sporthoz való viszonyulásában (7. ábra). Nem meglepő a kapott eredmény, hiszen ezeken a településeken sokkal változatosabb sportolási lehetőségek adódnak, összehasonlíthatatlanul nagyobb a létesítmények száma, felszereltségük tekintetében lényegesen gazdagabbak, több sportegyesület között lehet választani. Ugyanez elmondható az iskolák felszereltségéről valamint a szaktanárok képzettségéről is.



7. ábra: Sportolás és település típus közötti összefüggés (N=365)

A kérdőív utolsó csoportjának kérdései a testnevelés órák megítélésére vonatkoztak. Harmadik feltevésünk úgy szölt, hogy az iskolai testnevelés órák megítélése pozitív. Állítottuk ezt annak tudatában, hogy adataink objektivitása megkérdőjelezhető. Tudjuk azt, hogy minden válaszadó részt vett a kötelező oktatásban, melynek része a testnevelés tantárgy, így mindenkinek vannak ehhez fűződő tapasztalatai. A válaszadók (N=365) 4,11%-a tartotta kiválónak, 18,36%-a megfelelőnek, 29,04%-a elfogadhatónak a testnevelésórák jelenlegi formáját, míg 24,11%-a gyengének, 7,12%-a egyenesen csapnivalónak minősítette azt (8. ábra).

A pontosabb eredmények elérése érdekében csak a konkrét válaszadók megoszlását vettük figyelembe. Ez esetben 106 személy (35,10%) tartotta elfogadhatónak az órák minőségét, 88 személy (29,14%) gyengének miősítette, 26 személy (8,61%) pedig egyenesen csapnivalónak tartotta. Csak 15 személy (4,97%) minősítette kiválónak az iskolai testnevelés órákat, és 67 személy (22,19%) vélte megfelelőnek. Kijelenthető, hogy bár legtöbben az elfogadható kategóriát választották, ami az értékskála közepét jelölte, hipotézisünk beigazolódott, hiszen 178 személy válasza értékelhető pozitívnak, 124 pedig negatívnak.



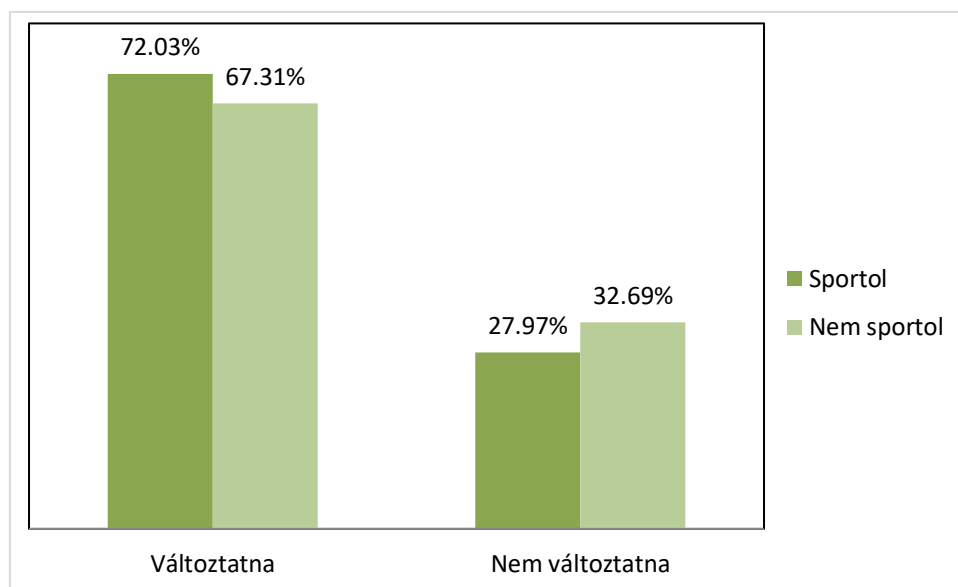
8. ábra: Testnevelés órák megítélése(N=365)

Annak ellenére, hogy a válaszadók jelentős része, 29,04%-a elfogadhatónak ítélte ezeket, 18,36% megfelelőnek, 4,00% kiválónak tartotta (8. ábra), többségük mégis változtatásokat javolt (9. ábra). Meglepő módon a sportolók és nem sportolók véleménye e tekintetben megegyezik. Arra a kérdésre, hogy miben állna ez a változtatás 258 javaslat érkezett, melyek túlnyomó többsége a teljesítménykényszer mentességre, az órák tartalmának játékosabbá tételére, egyes sportágak alapjainak elsajátítására és az óraszám növelésére vonatkozott. Ezek közül adunk közre néhányat:

- Nem a teljesítmény lenne az elsődleges cél, hanem a mozgás megszerettetése.
- Ne csak vezényszavakból áljon, beszéljenek az egészségről, hogy mi mire jó, miért fontos, menjenek ki a szabadba, parkba, vízpartra, nagy sportpályákra.
- Játékosan megközelítve, sportolási lehetőségeket bemutatva, kipróbálva, hogy aztán könnyebben választhasson, ha kikerül az iskolából. Hogy megszerethesse valamelyiket, és ne kötelező felesleges teherként nézzon rá felnőtt korban, hanem egészsége szempontjából fontos dologra.
- A mozgás öröm kell legyen, nem szenvedés.
- Fontos lenne az úszásoktatás, megoldást kellene találni rá, hogy kiszűrjék, melyik diák milyen sportban tehetséges és inkább abban fejleszteni. Ne várjuk el attól, aki inkább a futásban, vagy labdajátékokban tehetséges, hogy jó talajtornász legyen és fordítva.
- Nem osztályoznák és nem végeztetnék olyan feladatokat, amiket nem tud mindenki megcsinálni, inkább olyat, amit mindenki élvez.
- Több tapasztalt szakembert bevonni a rendszerbe.
- Nem tartanék testnevelés órát, csak aktív játék órákat. Ezeket az alkalmakat rengeteg mozgásformát igénylő játékkal tölteném meg. Az lenne a célom, hogy játszanak, nevéssenek,

futkározzanak, önként másszanak, kússzanak, ugorjanak. El kellene érni, hogy a testnevelés órák legyenek a legvidámabb, legvágyottabb órák, fénypontjai a napnak, ahol kifutkosható a feszültség, ahol lehet hancúrozni, sőt kiabálni is, ha jólesik...mindez mégis kontrolláltan, tervezetten, szakértelemmel kialakítva.

- Jobb hozzáállás a tanárok részéről és jobban felszerelt tornatermek.
- Heti több sportóra
- Hülye tesitanárunk volt, aki állandóan fociztatott bennünket én pedig nem szeretek focizni, semmi érzékem hozzá. Nála testnevelés egyenlő foci volt. Szerintem a testnevelés az nem ennyi. Szerintem most is vannak ilyen tanárok, és most is naponta fociztatják azt, aki hülye hozzá és semmi sikerélménye. Agyrém.



9. ábra: Testnevelés órák tartalmához való viszonyulás (N365)

5. Következtetések és javaslatok

Mint volt válogatott sportoló meggyőződhettem arról, hogy a rendszeres testmozgás hozamai pótolhatatlanok az egészséges életmód szempontjából, hozzájárulnak a pozitív jellemvonások, állhatatosság, problémamegoldási készség, kitartás, tűrőképesség kialakulásához. Megtanítanak a tiszteletre, egymás megbecsülésére, elfogadására, a csapatmunka fontosságára. Azok a mozgáskészségek, amelyeket gyerekkorban elsajátítunk egy egész életre szólnak. Ezek adják a testnevelésórák kivételes jelentőségét, főleg kisiskolás korban, amikor a motoros képességek leginkább fejleszhetők.

Ideális lenne ezt a korosztályt minél nagyobb számban integrálni a sportba, ennek érdekében célravezető lenne az iskolai testnevelésórák tartalmának felülvizsgálata, módszertanának és az oktatási minisztérium által előírt tantervi óraszámainak változtatása. Reménykeltőek Románia 2020 decemberében megválasztott sportminiszterének, Novák Károly Eduárdnak nyilatkozatai, amelyekből a változtatás szándéka hangzik (Erdélyi Magyar Televízió, 2021). Az Erdély tévének adott interjúban utalt arra, hogy érdemesnek tartja a magyarországi példát követni, úgy testnevelésoktatás szempontjából, mint a sportberuházások tekintetében. Az, hogy az iskolákban az oktatás minden nap 45 perces testnevelésórával induljon, kivitelezhető. Igaz, nem csak a tanrendet kellene megváltoztatni, hanem az oktatásban résztvevők hozzáállását is. Annak előfeltétele, hogy minden gyerek megtanuljon úszni, nemcsak az uszodák építéséről szól, hanem a hozzáértő szakoktató jelenlétéről is. Ezek jelenthetnék az az első lépéseket azon az úton, amelyen érdemes volna elindulni, ahhoz, hogy ha nem is a közeljövőben Románia bekerüljön a sportoló nemzetek sorába, alapot biztosítva a sportnemzetté váláshoz. Jó példaként hadd tegyünk itt említést arról az öt tanuszodáról, amelyek Bihar megyében, Székelyhídon, Diófáson, Vaskohszikláson, Érmihályfalván és Margittán épülnek, sőt részben el is készültek, a Bihar megye Hosszútávu Fejlesztési Ügynöksége közreműködésével (maszol.ro, 2019).

A tanulmányból kiderült, hogy eltérés van a sporthoz való hozzáállás és a település jellege között, a fővárosban és nagyvárosokban élők nagyobb százalékban döntöttek a sportolás mellett. Nem meglepő a kapott eredmény, hiszen ezeken a településeken sokkal változatosabb sportolási lehetőségek adódnak, összehasonlíthatatlanul nagyobb a létesítmények száma, felszereltségük tekintetében lényegesen gazdagabbak, több sportegyesület között lehet választani. Ugyanez elmondható az iskolák felszereltségéről valamint a szaktanárok képzettségéről is.

Romániához viszonyítva Magyarország jobb helyzetben van a szabadidősport tekintetében is, amint kitűnik jelen dolgozatban már említett európai felmérés adataiból, és itt az is tudatosítható, hogy nem csak ebből, de egyetlen egészségi állapotra vonatkozó felmérésből sem hiányzik a sportra, testmozgásra való rákérdezés.

A testnevelés órákkal kapcsolatos vélemények és a téma tanulmányozása során három javaslat fogalmazódott meg:

1. Nagyobb hangsúlyt fektetni a testnevelés oktatására. A tantárgy tartalmának, módszertanának átgondolása, súlypontjának áthelyezése a játékos mozgásra, a mozgás megszerettetésére, a teljesítménykényszer helyett. Fontosnak látjuk a mozgásélettan alapjainak oktatását is.
2. Nagyobb anyagi ráfordítás nem csak az iskolai oktatás, de a szabadidősport és az élsport számára is. Gondolunk itt sporttermekre, sportpályákra, sportfelszerelésekre, sportegyesületek nagyobb mértékű támogatására, amatőr sportrendezvények finanszírozására.
3. Új alapokra helyezni a testnevelő tanár- és edzőképzést. A szakedzőknek lehetőséget adni az iskolai oktatáshoz.

6. Felhasznált irodalom

- Bíróné, N. E. (2004). *Sportpedagógia*. Budapest: Dialóg Campus.
- Budapesti nyilatkozat. (2004). *Parola*.
- Ekler, J. H. (2011). Mozgás-, játék- és sportműveltség. In H. E. Rétsági Erzsébet, *Sportelméleti ismeretek*. Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.
- Európai Sport Charta. (2001). (old.: 10). Strasbourg: Európai Tanács Információs és Dokumentációs Központ.
- Farmosi, I. (2011). *Mozgásfejlődés*. Budapest-Pécs: Dialóg Campus.
- Gyömbér, N., Kovács, K., & Ruzits, É. (2016). *Gyermeklélek sportcipőben*. Budapest: Noran Libro.
- Hamar, P. (2016). *A mozgás mint személyiségfejlesztő tényező*. Budapest: Eötvös József.
- Kovács, K. (2018). *Sportszociológia*. Debrecen. Letöltés dátuma: 2019. Február 25, forrás: http://psycho.unideb.hu/sport/fejezetek/kk_sportszociologia/_book/
- Lackó, T., & Erzsébet, R. (2015). *A sport társadalmi aspektusai*. Pécs, Pécs, Hungary. Letöltés dátuma: 2019. január 14, forrás: <https://www.etk.pte.hu>
- Lipa, E. (2016). *Ministerul Tineretului și Sportului*. Letöltés dátuma: 2019. január 18, forrás: Strategia de dezvoltare a sportului în România: <http://mts.ro/sport/>
- Molnár, A., Orbán, K., & Dorka, P. (2013). *Motoros képességek és tesztek, edzéstan alapok*. Szeged. Letöltés dátuma: 2018. október 11, forrás: http://www.jgypk.u-szeged.hu/tamop13e/tananyag_html/tananyag_motoros/
- Payne, K., Szentgyörgyi, J., Mann, G., & Rowling, M. (1999). *Gyermekeink játéka. A játék és a sport hatása a gyerekek fejlődésére*. (J. Szentgyörgyi, Ford.) Budapest: AKG Metódus-tan Bt.
- Polgár, T., & Szatmári, Z. (2011). *Motoros képességek*. Szeged: Dialóg Campus.
- Balogh, L., Molnár, A., Jenei, Z., Nábrády, Z., Ráthonyi, G., Szilágyi, R., & Balogh, P. (2015). *Bevezetés a sportdiagnosztikába*. Campus Kiadó.

- Bognár, J. (2019). Témánk a mindennapos testnevelés. *Új pedagógiai szemle*, 69. évfolyam(3–4), 156.
- Domokos, M. (2014). *A testnevelés és sport tanításának elmélete és módszertana*. Szegedi Tudományegyetem.
http://www.jgypk.hu/tamop13e/tananyag_html/testnevtan/a_mindennapos_testnevels_bevezetse.html
- Erdélyi Magyar Televízió. (2021, január 7). *Mérlegen: Testnevelést minden napra – 2021. január 7.*
<https://www.youtube.com/watch?v=aJDYj2B8ygU>
- Európai Tanács. (2001). *Európai Sport Charta és a sport etikai kódexe*. Európai Tanács Információs és Dokumentációs Központ.
- Európai Unió. (2018). *Eurostat*. Statistics on sport participation - Statistics Explained.
https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Statistics_on_sport_participation#Active_participation_in_sport
- Katarzyna I. A. (2020). *Ismertetők az Európai Unióról | Európai Parlament*.
<https://www.europarl.europa.eu/>. <https://www.europarl.europa.eu/factsheets/hu/home>
- Laczkó, T., & Rétsági, E. (2015). *A sport társadalmi aspektusai*. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar.
- maszol.ro. (2019, február 27). *Célegyenesben a Bihar megyei tanuszodák megépítése*.
<https://maszol.ro/>. <https://maszol.ro/belfold/108712-celegyenesben-a-bihar-megyei-tanuszodak-megepitesi>
- Máthé, E. (1978). *Plutarkhosz Párhuzamos életrajzok I-II.: Köt. I.* (Bibliotheca Classica). Magyar Helikon. <http://mek.oszk.hu/03800/03892/html/01.htm#6>
- Mező. (1929). *Az olympiai játékok története* (Az Országos Testnevelési Tanács könyvtára XL; Köt. 40). Országos Testnevelési Tanács.
- Nádori, L. (1986). *Sportlexikon*.

- Rétsági E., H Ekler J., Nádori L., Woth P., Gáspár M., Gáldi G., & Szegnerné Dancs H. (2011). *Sportelméleti ismeretek* (https://uni-eszterhazy.hu/public/uploads/sportelméleti-ismeretek_5538f52cde8e6.pdf; Pécsi Tudományegyetem). Dialóg Campus Kiadó.
- Tibor Szabó & Zallár Andor. (1989). *Szent-Györgyi Albert Szegeden és a Szent-Györgyi Gyűjtemény* (18; 1989. kiad., Köt. 15). Csongrád megyei levéltár. https://library.hungaricana.hu/hu/view/CSOM_Tan_15/?pg=19&layout=s&query=sport

7. **Ábrajegyzék**

1. ábra Sport és jelenlegi foglalkozás	15
2. ábra Egy alkalomra szánt idő	16
3. ábra Sport heti rendszeressége	17
4. ábra Sportolás okai	18
5. ábra A nem sportolás választásának okai	19
6. ábra Sportolók és nem sportolók korcsoport szerinti megoszlása	20
7. ábra Sportolás és település típus közötti összefüggés	21
8. ábra Testnevelés órák megítélése	22
9. ábra Testnevelés órák tartalmához való viszonyulás	23

8. Táblázatok jegyzéke

- 1. táblázat Válaszadók megoszlása 14
- 2. táblázat Választást befolyásoló tényezők 18

Függelék

Sportolási szokások

A kérdőív 2020. december 3-ig tölthető ki.

Kedves Válaszadó!

A kérdések arra keresik a választ, hogy hol helyezkedik el a sport, a rendszeres testmozgás a mindennapok értékrendjében. A kutatás célja, hogy a rendszeres testmozgáshoz köthető szokások mellett megismerjük az amatőr és profi sportolók sporttal kapcsolatos gondolatait is.

Kérem, hogy a kérdésekre körültekintően és őszintén válaszoljon úgy, hogy *a pandémia előtti időszakra gondoljon*, hiszen a járvány korlátozta a sportolási lehetőségeket. Nincsenek rossz vagy jó válaszok.

A kérdőívben sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk, ez lehet pl. aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.

Köszönöm a kérdőív kitöltésére szánt időt,

21 kérdés található ebben a kérdőívben.

Demográfiai adatok

1 [D1]Mi az Ön neve? Mi a nemed? *

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Nő

Férfi

2 [D2]Melyik országban lakik Ön? Melyik országban laksz? *

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltsen ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Románia

Magyarország

Egyéb

3 [D3]Milyen településen lakik Ön? Milyen településen laksz? *

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Főváros

Nagyváros (100 ezer lakos fölött)

Város

Falu, község

Egyéb

4 [D4]Mi az Ön életkora? Hány éves vagy? *

- A válasznak 9 és 95 közé kell esnie.
- Csak egész szám írható ebbe a mezőbe.

Kérem, ide írja a válaszát:

Az életkor betöltött éveiben

5 [D5]Mivel foglalkozik Ön jelenleg? Jelenleg mivel foglalkozol? *

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltsen ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Iskolás vagyok

Egyetemista vagyok

Dolgozom

Nyugdíjas vagyok

Egyéb

Ha több válasz is vonatkozik Önre, akkor jejlölje ki a leginkább jellemzőt.

6 [V1]Mi a szüleid végzettsége? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Iskolás vagyok' vagy 'Egyetemista vagyok' kérdéshez '5 [D5]' (Mivel foglalkozik Ön jelenleg? Jelenleg mivel foglalkozol?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

8 általánosnál kevesebb

8 általános

10 osztály

szakiskola

érettségi

posztliceális szakképzés

főiskola, egyetem

Kérlek, hogy a legmagasabb iskolai végzettségű szülőre gondolj.

7 [D6]Mi az Ön nemzetisége? Mi a nemzetiséged? *

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltsse ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Román

Magyar

Roma

Egyéb

8 [V2]Mi az Ön végzettsége? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Dolgozom' vagy 'Nyugdíjas vagyok' vagy 'Egyéb' kérdéshez '5 [D5]' (Mivel foglalkozik Ön jelenleg?

Jelenleg mivel foglalkozol?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

8 általánosnál kevesebb

8 általános

szakiskola

10 osztály

érettségi

posztliceális szakképzés

főiskola, egyetem

Sportolási szokásokkal kapcsolatos kérdések

9 [S1]Sportol-e Ön?/Sportolsz-e? *

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Igen

Nem

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

10 [R1]Mi az akadályja annak, hogy sportolj(on)? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Nem' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Kérem, válasszon ki egyet vagy többet az alábbiak közül

Kérem, válassza ki az **összes** ideillőt:

Nincs rá időm.

Túl drága.

Nem szeretem a versengő tevékenységeket.

A lakóhelyem közelében nincs sportolásra alkalmas hely.

Nincsenek barátaim, akikkel sportolhatnék.

Úgy érzem, hogy a résztvevők hátrányosan megkülönböztetnek (kinevetnek, megszólalnak stb.).

Nincs rá okom, hogy sportoljak.

Nem áll érdekemben, hogy sportoljak.

Egyéb:

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

11 [S2]Miért döntött(él) úgy, hogy sportol(sz)? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltsse ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Az iskolában kötelező volt.

Egyedül voltam, új barátokat akartam szerezni.
Vonzott az ismeretlen.
Családtag, tanár vagy másvalaki hatására kezdtem sportolni.
Egészségügyi okokból
Egyéb

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

12 [S3]Kinek az ötlete volt, hogy sportolj(on)? Kinek a hatására kezdett (kezdtél) el sportolni? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?) és A válasz 'Családtag, tanár vagy másvalaki hatására kezdtem sportolni.' kérdéshez '11 [S2]' (Miért döntött(él) úgy, hogy sportol(sz)?)

- Kérem, válasszon ki egyet vagy többet az alábbiak közül

Kérem, válassza ki az **összes** ideillőt:

Szüleim mondták.

Testvére(i)m biztatására

Nagyszüleim tanácsára

Közeli rokon (pl. unokatestvér) tanácsolta

Barátaim javasolták

Osztálytársaim is sportolnak

Testnevelő tanárom javasolta

Egyéb:

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

13 [S4]Mit sportol Ön?/Mit sportolsz? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

Kérem, ide írja a válaszát:

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

14 [S8]Miért ezt a sportot választotta(d), amit gyakorol(sz)? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltse ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Szüleim tanácsolták.

Testvérem tanácsolta.

Az iskolában a testnevelő tanárom tanácsolta.

Barátaim is ezt választották.

Ez volt számomra elérhető.

Ehhez a sporthoz legjobbak az adottságaim.

Véletlen döntés volt.

Osztálytársaim is ezt a sportot gyakorolják.

Kihívásnak találtam.

Egyéb

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

15 [S5]Amikor sportol(sz), mennyi időt tölt(esz) el egy alkalommal? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük töltse ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

30 perc, vagy ennél kevesebb

31-60 perc között

Egy óra és másfél óra között

Másfél, két óra

Két óránál több

Egyéb

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív

gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

16 [S6]Milyen gyakran sportol Ön? Milyen gyakran sportolsz? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül
- Ha a(z) 'Egyéb:' lehetőséget választja, kérjük tölts ki a szövegmezőt is.

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Naponta

Hetente többször

Hetente egyszer

Ritkábban, mint hetente egyszer

Egyéb

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

17 [S7]Írja/írd be kérem/kérlek, hogy egy átlagos héten hány napon sportol(sz)? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '9 [S1]' (Sportol-e Ön?/Sportolsz-e?)

- Csak számok írhatóak ebbe a mezőbe.
- Válasza legfeljebb ennyi legyen: 7

Kérem, ide írja a válaszát:

Sportolás minden olyan mozgás, amelyet tudatosan rákészülve és külön időt rászánva végzünk. (Lehet aktív gyaloglás, kocogás, kerékpározás, bármilyen labdajáték, illetve versenysport.)

Záró kérdések

18 [T1]Milyennek tartja/tartod az iskolai testnevelés órák színvonalát? *

- Kérem, válasszon egyet az alábbiak közül

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

1 - Csapnivaló

2 - Gyenge

3 - Elfogadható

4 - Megfelelő

5 - Kiváló

6 - Nincs rálátásom, nem tudom

19 [T2]Változtatna/változtatnál az iskolai testnevelésórák tartalmán? *

Kérem, csak **egy**et válasszon az alábbiak közül:

Igen

Nem

20 [T3]Írja/írd le, hogy milyen változásokat javasolna/javasolnál? *

Csak akkor válaszolj erre a kérdésre, ha az alábbi feltételek teljesülnek:

A válasz 'Igen' kérdéshez '19 [T2]' (Változtatna/változtatnál az iskolai testnevelésórák tartalmán?)

Kérem, ide írja a válaszát:

21 [T4]Ha van kedve(d), akkor itt leírhatja/leírhatos a sporttal kapcsolatos gondolataid, vagy egy sporttal kapcsolatos történetet, élményt.

Kérem, ide írja a válaszát:

Köszönöm, hogy válaszolt a kérdésekre! További információk

Kérdőív elküldése.

Köszönjük, hogy kitöltötte a kérdőívet.