



Természettudományi Kar

Sporttudományi Intézet

**A falmászás, mint rekreációs tevékenység
népszerűsége az egyetemi hallgatók körében
Split-Budapest összehasonlításban**

Témavezető: Kós Katalin
Tanársegéd

Készítette: Lackó Gergő
IDCON5
Rekreáció és életmód szak,
nappali tagozat

Eger,
2024.

1. Bevezetés

A rekreációs tevékenységek körében az utóbbi években egyre inkább előtérbe került a sport és szórakozás határmezsgyéjén elhelyezkedő, kihívásokkal teli tevékenységek iránti érdeklődés. A falmászás, mint ilyen tevékenység, nem csupán testi erőnlétre van hatással, hanem a mentális kihívásoknak és az önfegyelem fejlesztésének is kiváló eszköze. Az egyetemi hallgatók körében különösen népszerűvé vált, hiszen egyensúlyozva az izgalmas kihívásokat és a közösségi élményt, megteremti a tökéletes kikapcsolódást a tanulás és egyéb kötelezettségek mellett.

Ez a szakdolgozat a falmászás népszerűségének elemzésére és összehasonlítására összpontosít, különös tekintettel a Split és Budapest városokban élő egyetemi hallgatók körében. A városok kulturális, társadalmi és földrajzi sajátosságai, valamint az elérhető falmászó létesítmények és programok összehasonlítása segítenek mélyebben megérteni ezeknek a tevékenységeknek a népszerűségét, és rávilágítanak az esetleges eltérésekre, amelyek a két város hallgatóinak életstílusában és preferenciáiban megjelenhetnek.

A dolgozat célja, hogy árnyalt képet nyújtson a falmászás népszerűségéről, bemutatva a sportág vonzerejét az egyetemi hallgatók körében, valamint feltérképezze a két város közötti különbségeket és hasonlóságokat ezen a területen. Ennek eredményeként a kutatás hozzájárulhat a rekreációs tevékenységek iránti érdeklődés és azok elterjedtségének jobb megértéséhez az egyetemi közösség körében, miközben kiemeli a falmászás rekreációs potenciálját és értékét az aktív és kiegyensúlyozott életmód részeként.

Egy magyar tanulmányban Bartha és mtsai (2021.). a falmászás fejlesztését tűzték ki célul, mégpedig annak digitalizációjával, hogy versenykéesebb sport legyen mind a rekreáció, illetve a szabadidő- és versenysport szempontjából. Bartháék a BME-n kifejlesztettek egy digitális mászófalat, amit elsősorban az hazai falmászók edzés béli fejlődéshez fejlesztettek ki, A kutatásuk leginkább a digitális alkalmazások köré fonódott, amit hosszútávon lehetne folytatni nem csak hazai szinten, hanem akár nemzetközi szintre is lehetne emelni, ezáltal összehasonlítási alapot képezve két ország fiataljai között, vagy akár bármilyen választott korcsoportok között. Jelen dolgozat példáján keresztül Magyarország és Horvátország, mint teljes területek, vagy akár specifikusan kiválasztott régiók, nagyvárosok között. Így a fizikai kondíciót nyomon tudnák követni a sportolók és rekreációs céllal végző emberek, akár platformot kínálva online versengésre is. Kutatásuk célja volt megismerni a falmászók applikáció használati szokásait és a hipotéziseik rendre bebizonyosodtak. Azonban kijelentik,

hogy szükség van további kutatásokra. Illetve pedig megállapították, hogy szükség lenne egy átfogó alkalmazásra a falmászásban, amely jobban csoportosítja a mért adatokat.

A szakdolgozat keretében a falmászás népszerűségét és elterjedtségét különböző szempontokból vizsgálom meg, beleértve a városi környezet és infrastruktúra, a kulturális értékek és sportkapcsolatok, az egyetemi rekreációs tevékenységek, a sportolói közösségek és társas kapcsolatok, valamint a falmászás és az egészség kapcsolatát. A kutatás módszertanában különböző adatgyűjtési eszközöket alkalmazok, beleértve az interjúkat, illetve kérdőíveket, hogy átfogó képet alkothassunk a témáról.

Végül, a szakdolgozatban az összegyűjtött adatok alapján a célom egy átfogó kép kialakítása a falmászás népszerűségéről, valamint a két város közötti különbségek és hasonlóságok feltárása. Reményeim szerint a kutatás eredményei hozzájárulnak az egyetemi hallgatók életmódjának és sportpreferenciáinak jobb megértéséhez, valamint a rekreációs tevékenységek iránti érdeklődés és elterjedtség mélyebb megismeréséhez a két városban.

1.1. Hipotézisek:

1. Városi Környezet és Infrastruktúra:

- a. Hipotézis: A falmászás iránti érdeklődés és részvétel szintje jelentősen eltér majd a két városban a falmászó létesítmények elérhetősége és minősége alapján.

2. Kulturális Értékek és Sportkapcsolatok:

- a. Hipotézis: A két város egyetemeinek hozzáállása a falmászás iránt befolyásolja a sport népszerűségét. Azokban a környezetekben, ahol a sportot kifejezetten támogatják, feltételezhetően nagyobb a falmászás iránti érdeklődés.

3. Egyetemi Életstílus és Rekreációs Tevékenységek:

- a. Hipotézis: Azok a hallgatók, akik régebb óta végeznek falmászó tevékenységet, kevésbé veszik igénybe az oktatóval való edzési lehetőségeket.

4. Sportolói Közösségek és Társas Kapcsolatok:

- a. Hipotézis: A falmászó közösségek és a sportágban részt vevők közötti kapcsolatok erősítik a falmászás vonzerejét. A társas kapcsolatoknak és közösségi élményeknek fontos szerepe lesz a sportág népszerűségében.

2. Célkitűzések

Ez a kutatás célul tűzi ki, hogy részletesen elemezze és összehasonlítsa a falmászás népszerűségét és elterjedtségét a Split és Budapest városokban élő egyetemi hallgatók körében. A városok kulturális, társadalmi és földrajzi sajátosságai, valamint az elérhető falmászó létesítmények és programok összehasonlítása segít mélyebben megérteni ezen tevékenységek népszerűségét, valamint rávilágít az esetleges eltérésekre, amelyek a két város hallgatóinak életstílusában és preferenciáiban megjelenhetnek.

A kutatás konkrét céljai:

- A falmászás vonzerejének feltárása az egyetemi hallgatók körében:
 - Megérteni, miért vonzó a falmászás a hallgatók számára, és milyen tényezők befolyásolják a részvételt.
 - Felmérni a hallgatók motivációit és az általuk érzékelt előnyöket, beleértve a fizikai, mentális és társadalmi aspektusokat.
- A két város falmászó létesítményeinek és programjainak összehasonlítása:
 - Elemezni a Split és Budapest városokban elérhető falmászó létesítményeket, azok minőségét, hozzáférhetőségét és a kínált programokat.
 - Feltérképezni az egyetemi hallgatók számára elérhető falmászó lehetőségeket és azok népszerűségét.
- A falmászás hatása az egyetemi hallgatók életmódjára:
 - Vizsgálni, hogyan integrálódik a falmászás a hallgatók mindennapi életébe, és milyen hatással van az egészségükre és társas kapcsolataikra.
- Különbségek és hasonlóságok feltárása Split és Budapest egyetemi hallgatói között:
 - Összehasonlítani a két város hallgatóinak falmászás iránti érdeklődését és részvételi arányait.
 - Kideríteni, milyen mértékben befolyásolják a kulturális és társadalmi különbségek a falmászás népszerűségét és elterjedtségét.
- Ajánlások megfogalmazása a falmászás népszerűsítésére:
 - Javaslatokat tenni a falmászó létesítmények és programok fejlesztésére, hogy azok jobban kielégítsék a hallgatók igényeit.

3. Anyagok és módszerek

Kutatásom során egy kérdőíves módszert alkalmaztam, amely lehetővé tette számomra, hogy mélyrehatóan és szisztematikusan gyűjtsek adatokat a falmászás népszerűségéről, gyakoriságáról, és a falmászáshoz kapcsolódó attitűdökről a két város egyetemi hallgatói körében.

3.1. A mintavétel és a célközönség

A mintavétel során Split és Budapest egyetemeinek hallgatóit céloztam meg, különös tekintettel arra, hogy a minta diverzitást mutasson az életkor, nem, és tanulmányi terület tekintetében. Szakértői, nem véletlen mintavételi eljárást alkalmaztam, hiszen a falmászók körében, közösségében terjesztettem a kérdőívem közösségi média felületeken, hogy minél pontosabb képet kapjak a falmászó társadalom egyetemistákat érintő szeletéről.

3.2. A kérdőív tervezése

A kérdőívem a következő főbb témakörökre terjedt ki:

- Demográfiai adatok: Nem, életkor, és az oktatási intézmény megnevezése.
- Falmászással való első találkozás helye és körülményei.
- A falmászás gyakorisága, rendszeressége.
- A falmászás helyszínei és ezek megközelíthetősége.
- A falmászás költségei és az egyetemi hallgatók számára való elérhetősége.
- A falmászó közösségek értékelése és a társas kapcsolatok jelentősége.
- A falmászás motivációi és a sport által nyújtott előnyök.

A kérdőív kialakításakor fontos szempont volt, hogy a kérdések világosak, érthetőek legyenek, és lehetőséget biztosítsanak a válaszadók számára, hogy részletesen kifejtthessék véleményüket és tapasztalataikat.

Az adatfelvétel során 27 zárt kérdést tettem fel, amelyek feleletválasztósak voltak, illetve 4 és 5-fokú Likert-skálán kellett értékelni bizonyos kérdéseket.

3.3. Adatgyűjtés és adatkezelés

Az adatgyűjtés online platformokon keresztül történt, amely megkönnyítette a kérdőívek terjesztését és a válaszok összegyűjtését. A válaszadás önkéntes volt, és anonimitást garantáltam a résztvevők számára. Az adatok elemzéséhez IBM SPSS Statistics (21.0), illetve MS Excel (Office 365; 16.0.6366.2036) szoftvereket alkalmaztam, amelyek lehetővé tették a statisztikai összefüggések és trendek azonosítását elsősorban Pearson-féle korreláció vizsgálattal. .

3.4. Etikai megfontolások

A kutatás során nagy hangsúlyt fektettem az etikai szempontokra, különösen a résztvevők személyes adatainak védelmére és a kutatási adatok bizalmas kezelésére. Minden résztvevő tájékoztatást kapott a kutatás céljáról, és beleegyezését adta az adatok felhasználásához.

3.5. Összegzés

A kérdőíves módszer alkalmazása lehetővé tette számomra, hogy minél több falmásztót elérjek, részletes és átfogó képet kapjak a falmászás, mint rekreációs tevékenység népszerűségéről, gyakoriságáról, és az ezzel kapcsolatos attitűdökről Split és Budapest egyetemi hallgatói körében. Az így nyert adatok alapján értékes betekintést nyertem a falmászás társadalmi és kulturális jelentőségébe, valamint annak hatásába az egyetemi hallgatók életére.

4. Eredmények

Az adattisztítást követően a két országból 147 kitöltő eredményét tudtam értékelni. Ebből Magyarországról (Budapestről) érkezett 107, Horvátországból (Splitből) pedig 36. Mivel a két országból nagymértékben eltérő kitöltőszám mutatkozik, így a magyar mintából számítógépes program segítségével véletlenszerűen kisorsoltam 36-ot, így a továbbiakban ez a 36 kitöltő szerepel a számításokban és az eredményekben.

4.1. Demográfiai jellemzők:

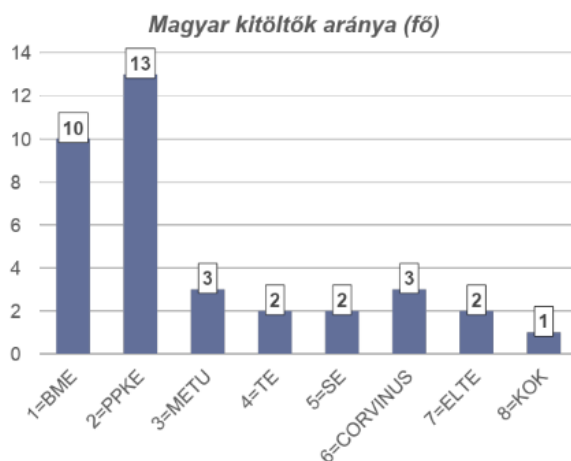
Budapestről 26 férfi és 10 nő adatát kezeltem, átlagéletkoruk 21,44 kis szórással, amely 1,05, ez abszolút megfelel az elvárásnak, tekintve, hogy egyetemistákat vizsgál ez a kutatás. Splitből 25 férfi és 11 nő töltötte ki a kérdőívet, átlagéletkoruk 21,94; a szórás 1,55, amely szintén

megfelel az előzetes elvárásoknak. „A nemek közötti markáns eltolódás az extrém sport által képviselt értékeknek (erő, magabiztosság), a társadalmi normáknak, az extrém sportok specifikus jellemzőinek (veszély, adrenalin) és persze annak a ténynek is köszönhető, hogy a fiúk és a férfiak alapvetően nagyobb érdeklődést mutatnak sporttevékenységek űzése iránt (Müller és mtsai., 2019).”

	átlagéletkor	szórás	Nem (fő)
Split	21,94	1,55	Férfi: 25, Nő: 11
Budapest	21,44	1,05	Férfi: 26, Nő: 10

1. táblázat (forrás: saját kutatás)

A budapesti felsőoktatási intézményekből 10-en hallgatók a Budapesti Műszaki Egyetemen, 13-an a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen tanulnak, továbbá 3-an a METU-ról, 2-en a Testnevelési Egyetemről, 2-en a Semmelweis Egyetemről, 3-an a Budapesti Corvinus Egyetemről, 2-en Az ELTE-ről és egy kitöltő volt még a Katasztrófavédelmi Oktatási Központból. A spliti kitöltőket tekintve pedig mind a 36-an a University of Split aktív hallgatói.



1. ábra (forrás: saját kutatás)

4.2. Korrelációk:

Első körben összehasonlítottam a nemzetiséget, azt, hogy milyen rendszerességgel járnak falat mászni a kitöltők, illetve hogy milyen mértékben tartják elérhetőnek a falmászás helyszínét. Ezeket az adatokat korrelációval vizsgáltam:

Correlations				
		Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Rendszeressé g: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Elérhetőség: 1=egyáltalán nem 4=abszolút igen
Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Pearson Correlation	1	-,386**	-,181
	Sig. (2-tailed)		<,001	,128
	N	72	72	72
Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Pearson Correlation	-,386**	1	,204
	Sig. (2-tailed)	<,001		,085
	N	72	72	72
Elérhetőség: 1=egyáltalán nem 4=abszolút igen	Pearson Correlation	-,181	,204	1
	Sig. (2-tailed)	,128	,085	
	N	72	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. táblázat (forrás: saját kutatás)

A táblázatban láthatjuk, hogy a nemzetiség és a rendszeresség között van negatív korreláció -0,386-os értékkel, 0,001-es szignifikanciaszinten. Ez arra enged következtetni, hogy a spliti hallgatók járnak gyakrabban falat mászni egy szemeszteren belül. Gyenge korrelációt ($r=0,204$; $p=0,085$) láthatunk még a gyakoriság és az elérhetőség között, tehát valamennyire befolyásoló tényező az elérhetőség a hallgatóknak, de nem akadályozza meg őket a tevékenység végzésének helyszínére való eljutásban a távolság.

Második körben összehasonlításra került a nemzetiség, rendszeresség, illetve hogy kapnak-e kedvezményt az oktatási intézményüktől a hallgatók a falmászáshoz.

Correlations				
		Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Rendszeressé g: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem
Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Pearson Correlation	1	-,386**	,535**
	Sig. (2-tailed)		<,001	<,001
	N	72	72	72
Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Pearson Correlation	-,386**	1	-,304**
	Sig. (2-tailed)	<,001		,009
	N	72	72	72
Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem	Pearson Correlation	,535**	-,304**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	,009	
	N	72	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

3. táblázat (forrás: saját kutatás)

A kapott táblázatban már ismerjük a nemzetiség és a rendszeresség közötti erős negatív korrelációt, viszont a kedvezmények bevonásával még több összefüggésre derült fény. Először is a nemzetiség és a kedvezmény összefüggésvizsgálata során látunk 0,535-ös erős pozitív korrelációt, amely abból ered, hogy míg Budapesten több intézmény is támogatja hallgatóit kedvezményekkel, addig Splitben ez egyáltalán nincs így, ott nem kapnak kedvezményt a hallgatók.

Erős negatív korrelációt ($r=-0,304$; $p=0,009$) látunk a kedvezmények és a rendszeresség között, amelyből következhet, hogy habár a spliti hallgatók nem kapnak kedvezményt, mégis többször járnak falat mászni.

Harmadik körben a falmászói múltat (év) és a oktatás-béli részvétel kapcsolatát kerestem.

Correlations			
		mióta	Oktatás: 1=Igen, egyetemi kurzus keretében 2=Igen, saját költségen 3=Nem
mióta	Pearson Correlation	1	,063
	Sig. (2-tailed)		,597
	N	72	72
Oktatás: 1=Igen, egyetemi kurzus keretében 2=Igen, saját költségen 3=Nem	Pearson Correlation	,063	1
	Sig. (2-tailed)	,597	
	N	72	72

4. táblázat (forrás: saját kutatás)

Leolvashatjuk, hogy a két vizsgált adat között nincs összefüggés, ugyanis a korreláció ($r=0,063$) értéke elenyésző és a szignifikancia ($p=0,597$) értéke túl messze van a 0-tól.

Végül, de nem utolsó sorban pedig az elemzéséhez megkértem a kitöltőket, hogy értékeljék a falmászók közösségét egy 5-fokú Likert-skálán, megkérdeztem, hogy szereztek-e új barátot falmászás közben, illetve hogy sorolják be magukat egy 4-fokú Likert-skálán introvertáltnak vagy extrovertáltnak.

Correlations				
		Közösség: 1=nagyon rossz 5=nagyon jó	Interperszonális kapcsolatok: 1=lgén 2=Nem	Személyiség típus: 1=introvertált 4=extrovertált
Közösség: 1=nagyon rossz 5=nagyon jó	Pearson Correlation	1	-,229	,113
	Sig. (2-tailed)		,053	,345
	N	72	72	72
Interperszonális kapcsolatok: 1=lgén 2=Nem	Pearson Correlation	-,229	1	-,134
	Sig. (2-tailed)	,053		,262
	N	72	72	72
Személyiség típus: 1=introvertált 4=extrovertált	Pearson Correlation	,113	-,134	1
	Sig. (2-tailed)	,345	,262	
	N	72	72	72

A táblázat elemzése során láthatjuk, hogy semelyik két adat között sincs erős korreláció, egyedül az interperszonális kapcsolatok, avagy szerzett-e a kitöltő új barátot vagy sem, és a közösség értékelése között van némi összefüggés. A negatív korreláció ($r=-0,229$) és a még

5. táblázat (forrás: saját kutatás)

viszonylag alacsony szignifikancia érték ($p=0,053$) miatt juthatunk arra a következtetésre, hogy a jó közösség nyitott is, így szereznek barátokat a kitöltők, de a kis elemszám miatt nem jelenthető ki teljes magabiztossággal.

4.3. Nem várt eredmények:

4.3.1. Nemzetiség – sportolási helyszín (indoor/outdoor)

- ($r=0,649$ $p<0,001$)

A nemzetiség és a sportolási helyszín esetében erős pozitív korrelációt fedezhetünk fel, amelyből következtethetünk arra, hogy minél inkább magyar a vizsgált személy, annál inkább az edzőtermeket és az egyetemi sportközpontokat részesíti előnyben, míg a horvátok esetében erősebben megjelennek az outdoor mászók is, hiszen Splitben megannyi lehetőség áll rendelkezésre a sportolni vágyók számára. Budapesten több egyetem is van, ezáltal nő az esélye annak, hogy rendelkezik az adott intézmény falmászáshoz kapcsolódó sportlétesítménnyel. A spliti egyetem nem rendelkezik ilyennel, úgyhogy a hallgatók kénytelenek más úton-módon helyet találni a falmászáshoz.

Correlations				
		Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor	
Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Pearson Correlation	1	,649**	
	Sig. (2-tailed)		<,001	
	N	72	72	
Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor	Pearson Correlation	,649**	1	
	Sig. (2-tailed)	<,001		
	N	72	72	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

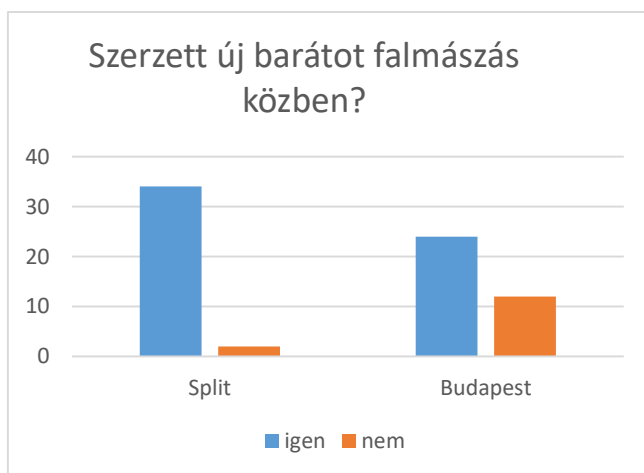
6. táblázat (forrás: saját kutatás)

4.3.2. Nemzetiség – barátok

- $r=-0,351$ $p=0,003$

A nemzetiség és az interperszonális kapcsolatok terén negatív korrelációt fedeztem fel, alacsony szignifikancia szinten. Következtethető, hogy minél inkább a horvátokról van szó, annál inkább szereznek új barátokat a hallgatók. Ez eleget tesz a balkáni országok sztereotípiájának, hogy közvetlenebbek az ott élők, ezáltal jobban, könnyebben barátkoznak, erősebb közösséget létrehozva.

2. ábra (forrás: saját kutatás)



Correlations

		Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Interperszonális kapcsolatok: 1=Igen 2=Nem
Nemzetiség: 1 - magyar, 2 - horvát	Pearson Correlation	1	-,351**
	Sig. (2-tailed)		,003
	N	72	72
Interperszonális kapcsolatok: 1=Igen 2=Nem	Pearson Correlation	-,351**	1
	Sig. (2-tailed)	,003	
	N	72	72

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

7. táblázat (forrás: saját kutatás)

4.3.3. Sportolási helyszín – gyakoriság

- $r=-0,318$ $p=0,006$

A sportolási helyszín és a rendszeresség között, avagy milyen gyakran járnak a hallgatók falat mászni, negatív korrelációt láthatunk a két adat között. Itt 6 opció közül választhattak a kitöltők: 1=heti 3 vagy több alkalom, 2=heti 2 alkalom, 3=hetente, 4=2 hetente, 5=havonta, 6=félévente 1-3 alkalommal; az 1-6-ig számok az adatszámításban segítenek. Átlagolva a két város eredményeit, látjuk, hogy a horvátok gyakrabban járnak edzeni, és korábban láttuk, hogy az outdoor helyszíneket is jobban kedvelik, mint a budapesti fiatalok.

Ha Budapest is fejlesztené az outdoor mászási lehetőségeket, elsősorban a budai oldalon van erre ráció, akkor ezek alapján a budapesti fiatalok is gyakrabban járnának falat mászni.

Milyen gyakran járnak edzeni a két városban?	
Budapest	4,777778
Split	3,583333

8. táblázat (forrás: saját kutatás)

Correlations			
		Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor
Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Pearson Correlation	1	-,318**
	Sig. (2-tailed)		,006
	N	72	72
Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor	Pearson Correlation	-,318**	1
	Sig. (2-tailed)	,006	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

9. táblázat (forrás: saját kutatás)

4.3.4. Gyakoriság – barátok

- $r=0,464$ $p<0,001$

Az interperszonális kapcsolatok és az edzésre járás intenzitása között erős korreláció figyelhető meg, amely arra utal, hogy minél gyakrabban járnak a kitöltők falat mászni, annál nagyobb eséllyel szereznek új barátokat. Ez a jelenség több tényezőre vezethető vissza. Először is, a falmászás egy közösségi sport, amely megköveteli a csapatmunkát és az együttműködést. A közös célok elérése és a kihívások leküzdése erősíti a résztvevők közötti kötelékeket. Másodszor, a rendszeres edzés javítja az önbizalmat és a mentális egészséget, ami nyitottabbá és társaságkedvelőbbé teszi az embereket. Végül, a sportközösségekben való részvétel lehetőséget ad a hasonló érdeklődésű emberekkel való találkozásra, ami megkönnyíti az új barátságok kialakulását. A falmászás tehát nem csak fizikai, hanem szociális szempontból is előnyös, elősegítve az új kapcsolatok létrejöttét és a meglévők elmélyítését.

Correlations			
		Rendszeressé g: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Interperszonáli s kapcsolatok: 1=Igen 2=Nem
Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Pearson Correlation	1	,464**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	72	72
Interperszonális kapcsolatok: 1=Igen 2=Nem	Pearson Correlation	,464**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.3.5. Helyszín – kedvezmény

10. táblázat (forrás: saját kutatás)

- $r=0,650$ $p<0,001$

Az edzésre járás helyszíne és a kedvezmények igénybevétele között erős összefüggést találhatunk, amely részben abból fakad, hogy a horvát egyetemen nem kapnak kedvezményt a hallgatók, míg a budapesti egyetemeken több helyen is

segítik a hallgatók sportolási szokásait. A budapesti egyetemek számos sportolási lehetőséget kínálnak kedvezményes áron, így a hallgatók könnyen hozzáférhetnek a különböző edzőtermekhez és sportlétesítményekhez. Ez a támogatás ösztönzi a rendszeres testmozgást és segít fenntartani az egészséges életmódot.

A horvátországi Splitben azonban más a helyzet. Bár a hallgatók nem részesülnek kedvezményekben, a város természeti adottságai lehetővé teszik a kültéri sportok széles körű űzését. A spliti körülmények ideálisak a kültéri falmászás és a sziklamászás számára, amelyeket a helyiek nagy előszeretettel kihasználnak. A tengerparti város domborzata és az enyhe éghajlat ideális feltételeket biztosít ezekhez a tevékenységekhez, így a hallgatók gyakran választják a szabadban történő mozgást a zárt edzőtermek helyett. Ez az eltérő hozzáállás és lehetőség azt is jelenti, hogy míg Budapesten az egyetemi kedvezmények nagy szerepet játszanak a sportolási szokások alakításában, Splitben a természeti környezet kínálta lehetőségek dominálnak. Az egyetemi hallgatók mindkét helyszínen megtalálják a módját annak, hogy sportoljanak, de az ösztönzők és lehetőségek különbözősége eltérő sportolási szokásokat eredményez.

Correlations			
		Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor	Edzés lehetőség: 1=Igen 2=Nem 3=Nem teremben mászok
Helyszín: 1=edzőterem 2=egyetemi sportközpont 3=outdoor	Pearson Correlation	1	,650**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	72	72
Edzés lehetőség: 1=Igen 2=Nem 3=Nem teremben mászok	Pearson Correlation	,650**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

11. táblázat (forrás: saját kutatás)

4.3.6. Elérhetőség – kedvezmény

- $r=0,382$ $p<0,001$

A kitöltők 4-fokú Likert-skálán osztályozhatták, hogy mennyire tartják megfizethetőnek a falmászós létesítményeket, és megadták, hogy kapnak-e kedvezményt az oktatási intézményüktől. Az eredmények alapján világosan látszik, hogy azok, akik kedvezményben részesülnek, sokkal elérhetőbbnek tartják az edzési belépőket. Ez azért van, mert ugyanabból a keretből többször is el tudnak menni

mászni, mint azok, akik nem kapnak ilyen kedvezményt. A kedvezményes belépők lehetővé teszik a hallgatók számára, hogy rendszeresen gyakoroljanak, ami nemcsak a fizikai, hanem a mentális egészségükre is pozitív hatással van. A kedvezmények megléte tehát jelentős mértékben befolyásolja a sportolási szokásokat, hiszen a megfizethetőség közvetlen kapcsolatban áll a sportolási gyakorisággal. Azok a hallgatók, akik kedvezményben részesülnek, nemcsak gyakrabban járnak falat mászni, de hosszabb távon is elkötelezettebbek maradnak a sport iránt, ezáltal fenntartva az aktív és egészséges életmódot.

Correlations			
		Edzés lehetőség: 1=Igen 2=Nem 3=Nem teremben mászok	Költség: 1=könnyen megfizethető 4=nehezen megfizethető
Edzés lehetőség: 1=Igen 2=Nem 3=Nem teremben mászok	Pearson Correlation	1	,382**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	72	72
Költség: 1=könnyen megfizethető 4=nehezen megfizethető	Pearson Correlation	,382**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.3.7. Kedvezmény – részvétel

- $r=-0,424$ $p<0,001$

12. táblázat (forrás: saját kutatás)

Az előző pontban bemutattam, hogy a magyar diákok több esetben is élhetnek kedvezményes lehetőséggel, míg a horvátok nem. Ezt látjuk az erős negatív korrelációban. Ez a kedvezmény pedig ösztönző hatással is bír, mert azokról az egyetemekről, ahonnan kapnak kedvezményt, a kitöltők szinte mind nagyobb lelkesedéssel, intenzitással jártak falat mászni. Ez lehetne egy javítandó pont Splitben, ha lenne kedvezmény, valószínűleg terembe is többen járnának mászni.

Correlations			
		Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem	Oktatás: 1=Igen, egyetemi kurzus keretében 2=Igen, saját költségen 3=Nem
Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem	Pearson Correlation	1	-,424**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	72	72
Oktatás: 1=Igen, egyetemi kurzus keretében 2=Igen, saját költségen 3=Nem	Pearson Correlation	-,424**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.3.8. Kedvezmény – gyakoriság

- $r=-0,304$ $p=0,009$

13. táblázat (forrás: saját kutatás)

Ahogy az előző pontba, itt is látszódik a negatív korreláció, a kedvezmény ösztönzőleg hat a fiatalokra, hogy járjanak minél gyakrabban edzeni a kedvezmények tulajdonában. Ez szintén ösztönzőleg hathatna a spliti fiatalokra, akik nem kapnak kedvezményeket, így viszont kihasználják a természet adta lehetőségeket.

Correlations			
		Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem	Rendszeressé g: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal
Kedvezmény: 1=Igen 2=Nem	Pearson Correlation	1	-,304**
	Sig. (2-tailed)		,009
	N	72	72
Rendszeresség: 1=heti 3 vagy több alkalom 2=heti 2 alkalom 3=hetente 4=2 hetente 5=havonta 6=félévente 1-3 alkalommal	Pearson Correlation	-,304**	1
	Sig. (2-tailed)	,009	
	N	72	72

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

14. táblázat (forrás: saját kutatás)

Az itt feltüntetett eredmények okot adnak a kutatás kiterjesztésére és folytatására, azonban jelen szakdolgozat témája nem foglalkozik ezen adatokkal, összefüggésekkel.

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

5. Megbeszélés

17

A magyar minta le lett szűkítve 36 főre az eredeti 107 helyett, hogy összehasonlítható legyen a két minta, az eredeti mintát önmagában ki lehetne elemezni, csupán a magyar fiatal felnőttek, egyetemisták szokásait megvizsgálva, összehasonlítva a jelenleg fellelhető magyar szakirodalommal.

A szakirodalom keresése közben nyilvánvalóvá vált, hogy a falmászás rekreációs aspektusa itthon teljesen kiaknázatlan terület, hiszen magyar szakirodalomból a szakdolgozat írásakor hármat lehet elérni, azok sem konkrétan a falmászással foglalkoznak (Müller és mtsai., 2019),(Szabó, 2005), de bizalomra ad okot a BME-en végzett kutatás, ahol digitális eszközöket vizsgáltak a falmászással kapcsolatban, rekreációs szinten (Bartha és mtsai., 2021).

Más városokban is ugyanúgy el lehet indítani ezt a kutatást részletesebb képet kapva a falmászásról, mint sportágról, amelynek jelentősége sokat nőtt, mióta Tokióban már olimpiai sportág volt 2021-ben.

Schwarz et al. (2019) kutatásai igazolták a falmászás, mint pszichoterápiás módszer jótékony hatását a depressziós páciensek esetében. Ez párhuzamba állítható jelen kutatással, hiszen itt is látható, hogy a falmászás szociálizációs és közösségépítő szerepe nem elhanyagolható.

Emellett a falmászók közössége remek outdoor rekreációs sportágot tart fenn, amelyet a belső motiváció és a tevékenység autoterikus jellege táplál.

5.1. Hipotézisvizsgálat

5.1.1. H1:

Az első hipotézis teljesült, a két városban valóban eltér a mászás intenzitása, ugyanis Splitben többször járnak falat mászni a hallgatók, számukra a természeti adottságok is javítanak falmászási körülményeken, amely még vonzóbbá teszi számukra ezt a sportot.

5.1.2. H2:

A második hipotézis szintén teljesült, a budapesti egyetemekenél találhatunk olyan intézményt, amely támogatja hallgatóit a falmászásban ezzel nagyobb érdeklődést is kiváltva a falmászás iránt a hallgatók körében, ellentétben a spliti egyetemmel, amely nem támogatja hallgatóit, így a teremben történő mászás ritkább a budapestihez képest.

5.1.3. H3:

A harmadik hipotézis nem nyert bizonyítást, nem volt összefüggés a falmászói múlt és az oktató által biztosított edzés igénybevétele között. Nem keresnek ilyen edzési lehetőséget azok akik frissek a sportágban.

5.1.4. H4:

A negyedik hipotézis szintén nem nyert bizonyítást, az vizsgált adatok között nem volt mérhető magas korreláció, amely részben okolható a kis elemszám miatt, mert az adatok sejtetik, hogy a nyitott falmászó közösségben könnyű új barátokat szerezni, de végül nem nyert bizonyítás a kutatás állítása.

6. Összefoglalás

Ez a szakdolgozat a falmászás népszerűségének és elterjedtségének vizsgálatára fókuszál az egyetemi hallgatók körében Split és Budapest városaiban. A kutatás célja, hogy megértse, miért vonzó a falmászás a hallgatók számára, és milyen tényezők befolyásolják a részvételt. Ezen túlmenően, összehasonlítja a két város falmászó létesítményeit és programjait, valamint elemzi, hogyan hat a falmászás az egyetemisták életmódjára, egészségére és társas kapcsolataira.

A kutatás során kérdőíves felméréseket és interjúkat alkalmaztunk, hogy átfogó képet kapjunk a hallgatók motivációjáról és tapasztalatairól. Az eredmények rámutatnak arra, hogy a kulturális és társadalmi különbségek milyen mértékben befolyásolják a falmászás népszerűségét a két városban. Emellett ajánlásokat fogalmazunk meg a falmászás népszerűsítésére és a létesítmények fejlesztésére.

Az elemzés hozzájárul a rekreációs tevékenységek iránti érdeklődés jobb megértéséhez az egyetemi közösségben, és rávilágít a falmászás értékére az aktív és kiegyensúlyozott életmód részeként. Az eredmények alapján remélhetőleg sikerül növelni a falmászás népszerűségét és javítani a hallgatók életminőségét mindkét városban.

7. Irodalomjegyzék

- A. MÜLLER, É. B.-C. (2019.). Extrém sportfogyasztás vizsgálata egy kutatás tükrében. *International Journal of Engineering and Management Sciences*, 135-145.
- Ágnes, S. (2005.). A szabadidősport társadalmi jelentősége és az egyetemi hallgatók sportpreferenciái. *Marketing & Menedzsment*, 39-48.
- Ante Burger, N. R. (2015). Sport Talent of Pupils in the Split-Dalmatia County. *Croatian Journal of Education*, 643-663.
- Antun Biloš, T. G. (2016). The Role Of Digital Marketing In University Sport: An Overview Study Of Higher Education Institution In Croatia. *Ekonomski Vjesnik*, 453-465.
- Attilio Carraro, B. G. (2023.). Lower back pain in young climbers: a retrospective cross-sectional study. *Frontiers in Sports and Active Living*, 01-08.
- Barbara Gilic, D. V. (2023.). Sport-specific performances in elite youth sport climbers; gender, age, and maturity specifics. *Biomedical Human Kinetics*, 49-56.
- Bartha Zsolt, K. A. (2021.). Új trendek a falmászásban, digitális rekreáció. *Trend és Alternatív Rekreáció*, 28-31.
- Dario Vrdoljak, B. G. (2022.). Fitness Profiling in Top-Level Youth Sport Climbing; Gender Differences. *Sport Mont*, 3-8.

- David J. Llewellyn, X. S. (2008.). Individual differences and risk taking in rock climbing. *Psychology of Sport and Exercise* , 413-426.
- Dominic J. White, P. D. (2010.). A Time Motion Analysis of Bouldering Style Competitive Rock Climbing. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 1356-1360.
- K. Y. Woollings, C. D. (2015.). Risk factors for injury in sport climbing and bouldering: a systematic review of the literature. *British Journal of Sports Medicine*, 1094-1099.
- Laura Schwarz, L. D.-M. (2019.). Long-term effects of bouldering psychotherapy on depression: benefits can be maintained across a 12-month follow-up. *Heliyon*.
- Luisa. V. Giles, E. C. (2006.). The Physiology of Rock Climbing. *Sports Med*, 529-545.
- M. Fanchini, F. V. (2013.). Differences in Climbing-Specific Strength Between Boulder and Lead Rock Climbers. *Journal of Strength and Conditioning Research* , 310-314.
- Medernach, J. P., Kleinöder, H., & Lötzerich, H. H. (2015.). Fingerboard in Competitive Bouldering. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 2286-2295.
- Mirna Andrija, D. C. (2009). Is Sports Recreation Important to University Students? *Coll. Antropol.*, 163–168.
- Nina Karg, L. D. (2020.). Bouldering psychotherapy is more effective in the treatment of depression than physical exercise alone: results of a multicentre randomised controlled intervention study. *BMC Psychiatry*, 3-9.
- Rômulo Cássio de Moraes Bertuzzi, E. F. (2007.). Energy system contributions in indoor rock climbing. *European Journal of Applied Physiology*, 293-300.
- Rooks, M. D. (1997.). Rock Climbing Injuries. *Injury Clinic*, 260-270.
- Watts, P. B. (2004.). Physiology of difficult rock climbing. *European Journal of Applied Physiology* , 361-372.

Utolsó módosítás: 2024. 06. 08. 20:42