



MSTT-13/2022

Igazolás

Alulírott Bendiner Nóra igazolom, hogy Ivusza Patrik (szül: 1995. 09.26., lakc.: 7523 Kaposfő, Dózsa György utca 68.) résztvett és előadást tartott „Változó alátámasztási felület alkalmazásával előállított ismert és ismeretlen ingerek akut hatása az egyensúlyozó képességre” címmel a Fiatal Sporttudósok IX. Országos Kongresszusán Budapesten 2021. december 3-án.
Budapest, 2022. február 28.

Bendiner Nóra
Bendiner Nóra
ügyvezető

Már több, mint
25 éve

a mozgásszervi és a teljesítmény
kutatásokban

MAGYAR

SPORTTUDOMÁNYI

Hungarian Review of Sport Science

SZEMLE



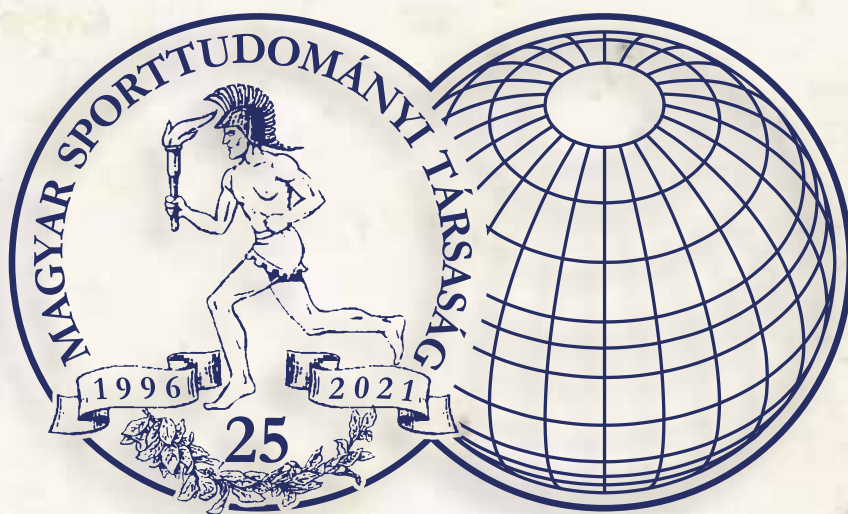
**Sporttudomány
az egészség
és a teljesítmény
szolgálatában**

**A sporttudomány
2021-ben
házánkban**

**Magyar Sport Háza
1146 Budapest,
Istvánmezei út 1-3.**

2021. december 3.

FIATAL SPORTTUDÓSOK IX. ORSZÁGOS KONGRESSZUSA



Program és előadás-kivonatok

Fő támogatók:

Magyar Sporttudományi Társaság

Hungarian Society of Sport Science

www.sporttudomany.hu



**MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA**



**EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA**

Kulcsszavak: Sydney, Ausztrália, labdarúgás, magyarság, emigráció, diaszpóra

Változó alátámasztási felület alkalmazásával előállított ismert és ismeretlen ingerek akut hatása az egyensúlyozó képességre

Ivusza Patrik, Fésüs Ádám, Gáspár Balázs, Sebesi Balázs, Varga Mátyás, Váczi Márk

Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs

E-mail: ivusza.patrik@gmail.com

Bevezetés

Az egyensúly-érzékelés, mint koordinációs képesség, lehet akaratlagos vagy reflexből adódó. Fontos szerepe van az olyan sportteljesítményi tényezőkben, mint az agilitás, vagy a maximális sebesség. A propioceptív edzést végző személy egyensúlyi helyzete bármikor meg bomolhat, ami vélhetően egy magasabb izomaktivitáshoz vezet. A vizsgálatunk célja volt, hogy ezeket a váratlan ingereket laboratóriumi körülmények között kontrolláltan, és megismételhetően legyünk képesek előállítani, és irányítani. Ezért terveztünk, legyártattunk egy speciális billenőfelületet, aminek segítségével össze tudjuk hasonlítani az előre ismert, és a váratlan ingerek hatását az egyensúlyozó képességre.

Anyag és módszerek

A kutatásban 15 egészséges férfi testnevelő tanár szakos hallgató vett részt. A bemelegítést követően minden résztvevő alsó végtagjára és medence csontjára MyoMotion mozgáskövető szenzorokat helyeztünk fel. A vizsgálat során három unilaterális egyensúlyi tesztet kellett végrehajtani. Az első a bizonytalan felületen történő egyensúlyozás volt, ahol egy togu domború felén kellett fent maradni. A második teszt a vizsgálati személyek döntött felület után síkfelülethez való alkalmazkodó képességét mérte fel. Az utolsó alkalommal pedig egyarány mélybeugrást kellett végrehajtani egy erőplatóra. Ezt követően egy két szériából és nyolc-nyolc ismétlésből álló edzést hajtottak végre, ahol előre ismert blokkosított, vagy előre nem ismert random billenéssel találkoztak a leérkezéskor. Ezután újra elvégezték mind a három egyensúlyi próbát, hogy képesek legyünk összehasonlítani az edzés előtti és utáni értékeiket.

Eredmények

A bizonytalan felületen történő egyensúlyozás vizsgálatára háromszempontos varianciaanalízist alkalmaztunk. Ahol az idő főhatás értéke $p=0,06$, ami azt jelenti, hogy a változás független a blokkosított, vagy

randomizált kondíciótól. A testszegmensek közül a bokaízületben fokozódott leginkább a stabilizáció, aminek értéke $p=0,07$. A döntött felület után történő adaptálódáskor kétfaktoros varianciaanalízist alkalmaztunk. A dorsalflexios bokaízületi helyzet után való adaptálódáskor a medence nyújtottabb pozícióba került, aminek értéke $p=0,021$ (a comb értéke pedig $p=0,12$). A dinamikus egyensúlyozó teszt során semmilyen változást nem találtunk sem a blokkosított, sem a véletlenszerű ingerek hatására.

Következtetések

Összességében elmondható, hogy a randomizált és a blokkosított ingerek is akut hatással voltak hátról két teszt esetén. Valószínűsíthetően azért, mert a togun, és a döntött felületen történő egyensúlyozás is jelentősen igénybe veszi a boka körüli izmokat, tehát annak a propiocepciójára voltak érzékenyek ezek a tesztek, és maga az edzés is.

Kulcsszavak: egyensúly-érzékelés, ismert-ismeretlen ingerek, propiocepció

Longitudinális vizsgálat a SARS-COV-2 vírus okozta pandémia köznevelési intézmények pedagógus-munkakörben foglalkoztatott testnevelő tanárainak, gyógytestnevelő-egészségfejlesztő tanárainak sportolási szokásairól és az IKT eszközhasználatára gyakorolt hatásáról

Juhász Rebeka¹, Kiss-Geosits Beatrix², Varga Veronika³

¹Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola, Sport- és Egészségnevelés Program, Budapest

²Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Sporttudományi Intézet, Szombathely

³Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs

E-mail: juhasz.rebeka@ppk.elte.hu;

kiss.geosits.beatrix@ppk.elte.hu

Bevezetés

Számos kutatás vette már górcső alá a 2019. évben felbukkanó, majd rohamléptekben globálissá váló SARS-COV-2 (Covid-19) vírus által, az élet különböző területén kialakult hatásait. A kormányzat intézkedései a nevelés-oktatás területén is struktúraváltást, oktatásmódszertani változásokat igényeltek, és a hagyományos gyakorlattól eltávolodva a digitális térbe helyezték a nevelő-oktató folyamatokat – megváltoztatva az eddigi több 100 év gyakorlatát. Az átalakulás tekintetében nem csupán annak gyorsasága okozott nehézséget, hanem a szükséges feltételrend-