

MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI SZEMLE

Hungarian Review of Sport Science



**Sporttudomány
az egészség
és a teljesítmény
szolgálatában**

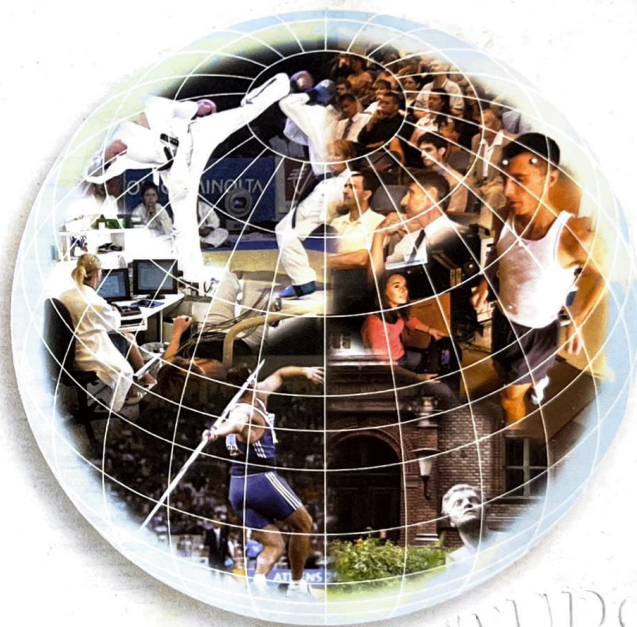
**A
sporttudomány
2024-ben
hazánkban**

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

2024. december 6.

**Magyar Sporttudományi Társaság
Hungarian Society of Sport Science
www.sporttudomany.hu**

FIATAL SPORTTUDÓSOK XII. ORSZÁGOS KONGRESSZUSA



Program és előadás-kivonatok

Támogatók:



**MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA**



**HONVÉDELMI
MINISZTERIUM**

- 14.40 Sportolók és fizikailag inaktív életmódot folytató egyetemisták önértékelésének összehasonlító vizsgálata**
Majoros Ivett, Fésüs Ádám, Horváthné Teleki Szidális Ágnes, Prisztóka Gyöngyvér
Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar,
Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs
- 14.55 Excentrikus erőedzés hatása a medence felugrás, leérkezés és egyensúlyozás során megfigyelhető kinematikájára**
Fésüs Ádám, Prókai Judit, Malmos Vanessza, Kuszi Alexandra, Vadász Kitty, Sebesi Balázs, Ivusza Patrik, Gáspár Balázs, Murlasics Zsolt, Hortobágyi Tibor, Váczl Márk
Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar,
Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs
- 15.10 Küzdősportolók fogási stratégiáinak összefüggései**
Kosik-Sziráki Zsófia, Szmodis Márta
Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Budapest
- 15.25 Eltérő fejlődési ütemet mutató nagycsoportos óvodások felmérési értékeinek eloszlása**
Cordier Bálint¹, Kulcsár György², H. Ekler Judit³
¹Tornamóka Mozdásfejlesztő Központ, Sárvár
²Komplex Mozdásterápia Akadémia, Budapest
³Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Sporttudományi Intézet, Szombathely

15.40 Kávészünet

„D” szekció

Üléselnökök: Petrovszky Zita, Atlasz Tamás

- 16.00 Abúzus hatásának vizsgálata táncosok körében**
Szöllősi Bianka, Kovácsné Bobály Viktória, Paár Dávid
Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs
- 16.15 Válogatott lovas és más sportágat űző fiatal versenyzők összehasonlítása nyugalmi és fittségi vizsgálatok alapján**
Karády-Protzner Anna¹, Balog Orsolya¹, Karády András¹, Száz Petra¹, Bosnyák Edit¹, Andrea Protzner², Szmodis Márta¹
¹Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Budapest
²University of Calgary, Canada
- 16.30 Törj ki a csendből!**
Elektromos autó- és motorsport-sorozatok versenyzőinek sportdiplomáciai szerepvállalása
Rafáczné Gerics Dorottya Borbála
Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Budapest

12,5%-uk alkalmaz vagy alkalmazott a gyors fogyás érdekében. A sportolók fogyasztási stratégiái közül közepes erősségű korreláció volt igazolható a has-
hajtó, diuretikumok, fogyókúrás tabletták, hánytatás alkalmazása között ($p < 0,001$). A TFEQ-21 Kognitív korlátozás alsóskáláján elért pontszám $14,7 \pm 4,75$ pont, a Kontrollálatlan evés alsóskálán $18,5 \pm 5,91$ pont, míg az Érzelmi evés alsóskálán $10,5 \pm 4,66$ pont volt. Férfiak és nők fogyasztási gyakoriságában, a „befogyasztási” gyakorlat kezdetében (életkor), a hosszában, továbbá az RWLQ, TFEQ-21 kérdőívben elért összpontszámokban érdemi különbséget nem találtunk ($p < 0,05$).

Következtetések

A gyors fogyási stratégiák széles körben elterjedtek a vizsgált csoportban. Magas arányban fordultak elő egészségre potenciálisan káros fogyási stratégiák, melyek negatívan befolyásolhatják a fizikai és kognitív képességeket. Hazánkban csak kevés felmérés érhető el a küzdősportolók fogyási stratégiájáról, illetve evési magatartásáról, noha méltán járulhatnának hozzá az ezzel kapcsolatos, intervenció-s-prevenációs programok kidolgozásához.

Kulcsszavak küzdősportolók, fogyási stratégia, évis magatartás

Sportolók és fizikailag inaktív életmódot folytató egyetemisták önértékelésének összehasonlító vizsgálata

Majoros Ivett, Fésüs Ádám, Horváthné Teleki Szidalisz Ágnes, Prisztóka Gyöngyvér

Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar,
Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs

E-mail: majoros.ivett22@gmail.com

Bevezetés

Bevezetés

Az egészséges, megfelelő énkép elengedhetetlen részét képezi a jóllét fogalmának, hiszen a mentális egészség egyik fő összetevője. A sportolók körében a kiégés és a perfekcionizmus mellett csupán néhányszor jelenik meg összevető tényezőként az énkép. A hazai sportolók önértékelésének tudományos kutatásokban való alulprezentáltsága miatt tűztük ki célul, hogy megismerjük, feltárjuk magyar sportolók és az inaktív életmódot folytató egyetemisták önértékelését. Feltételeztük, hogy összefüggés van a sportolók körében az önértékelésük és a heti edzésszámuk között, valamint a nem esztétikai sportágakban versenyzők jobb önértékeléssel rendelkeznek, mint az esztétikai sportágbeliek. Hipotézisünk szerint rosszabb önbecsüléssel

rendelkeznek az esztétikai sportágban versenyzők,
mint a fizikailag inaktív életmódot folytató egyének.

Anyag és módszerek

Anyag és módszerek
Vizsgálatunkban a PTE PEAC szakosztályainak csapat- és egyéni sportolóit mértük fel, valamint indirekt módon egyetemistákat. A mintavételhez kritériumokat határoztunk meg, hogy egyértelmű legyen ki tartozik az „inaktív”, illetve a „sportoló” csoportokba. Mindkét csoport számára összeállított kérdőívünk a demográfiai adatok mellett tartalmazta a Rosenberg-féle validált önértékelési skálát, valamint az egyetemisták számára kiküldött kérdőívekben megtalálható volt a Nemzetközi Fizikai Aktivitás kérdőív is.

Eredmények

Eredmények

A sportolók önértékelése nem állt összefüggésben edzései számával, azonban minél inkább tisztelik magukat, annál elégedettebbek önmagukkal szemben is. A legjobb önértékeléssel a nem esztétikai sportágban versenyzők rendelkeztek, hiszen náluk a sikerhez nem járul hozzá testük esztétikája. A legrosszabb önértékeléssel a fizikailag inaktív egyének rendelkeztek, hiszen a sport javítja a fizikai kompetenciákat és hozzájárul a mentális egészséghez.

Következtetések

Következtetések

Munkánkban olyan eredmények kerültek feltárára, melyek nemcsak a sport területén, de az egyetemi közegben is problémákat vetnek fel (például: alacsony önértékelésből származó testképzavar, pszichés étvágytalanság, táplálkozási zavarok), amelyek negatív hatással lehetnek a sportolók sport- és az egyetemisták tanulási-teljesítményére is. Eredményeinkkel olyan ismeretekkel bővíthet a sportolók és sportszakemberek tudása, amely hozzájárulhat teljesítményük javításához, egy egészségesebb énképhez, kiegyensúlyozottabb sportolói karrierhez.

Kulcsszavak: önértékelés, sportolók, inaktív életmód

