

# **Közép-Európai Ifjúsági Sporttudományi Klaszter 1.0.**

**Tanulmány és Absztraktkötet**

Szeged, 2019.



**A kiadást támogatta**



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA



**Szakmai együttműködők:**  
Közép-Európai  
Sporttudományi Klaszter (CESSC)

Újvidéki Egyetem  
Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar

**Kedvezményezett**  
Alapítvány a Társadalmunk  
Fenntartható Fejlődéséért

**Pályázat címe**  
Közép-Európai Ifjúsági  
Sporttudományi Klaszter 1.0.

**Pályázati azonosító**  
NTP-PKTF-18-0011



# **Közép-Európai Ifjúsági Sporttudományi Klaszter 1.0.**

## **Tanulmány és Absztraktkötet**

### **Szerkesztette:**

Győri Ferenc  
Hajdúné Petrovszki Zita  
Nagy Ágnes Virág  
Csetreki Rita Renáta  
Katona Zsolt  
Alattyányi István



**ALAPÍTVÁNY  
A TÁRSADALMUNK  
FENNTARTHATÓ  
FEJLŐDÉSÉÉRT**





# TARTALOMJEGYZÉK

## **AZ EGYETEMI SPORT MŰKÖDÉSI MODELLJE A SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEMEN EGY PÁLYÁZATI PROGRAM TÜKRÉBEN**

Győri Ferenc 13. oldal

## **A TISZA ALSÓ SZAKASZÁNAK TERMÉSZETI ÉRTÉKEI MINT SPORTTURISZTIKAI VONZERŐK**

Czékus Géza 35. oldal

## **DEVELOPMENT OF WATER TOURISM ON WATERWAYS CONNECTING HUNGARY AND SERBIA – A DRAFT OF AN INTERREG- IPA CBC PROJECT**

Győri Ferenc, Nadj Imre, Obradovic Borislav,  
Kovács Zoltán 49. oldal

## **CAPITALIZING ON TOURISM OFFER IN THE TISZA VALLEY THROUGH – CASE STUDY MUNICIPALITY ŽABALJ**

Ivkov-Džigurski Andjelija, Košić Kristina,  
Nadj Imre, Dragin Aleksandra, Vujičić D. Miroslav,  
Mladenovski Milan 53. oldal

## **HISTORIC AND ETHNIC HERITAGE IN THE TISZA RIVER VALLEY IN VOJVODINA**

Košić Kristina, Ivkov-Džigurski Andjelija,  
Vujičić D. Miroslav, Dragin Aleksandra, Nadj Imre 55. oldal

## **FELNŐTT KOROSZTÁLYBAN SZEREPLŐ RÖGBI JÁTEKOSOK FIZIKAI AKTIVITÁSÁNAK ÉS SPORT IRÁNTI ELKÖTELEZŐDÉSÉNEK VIZSGÁLATA SZEGEDEN**

Bata Bence, Orbán Kornélia 60. oldal

## **A PRIMITÍV REFLEXEK SZEREPE A MOZGÁSFEJLŐDÉSSEN**

Gubik Krisztina, Nagy Ágnes Virág 65. oldal

<b>A KIVÁLASZTÁS FOLYAMATÁRA, VALAMINT A KÉT DOBÓSZÁM PÁRHUZAMOS MŰVELÉSÉNEK LEHETŐSÉGEIRE</b>	Váradi Krisztina, Vári Beáta	68. oldal
<b>AMATŐR MARATONI FUTÓK VERSENYFELKÉSZÜLÉSE, TESTTÖMEGE, TÁPLÁLKOZÁSI ÉS FRISSÍTÉSI SZOKÁSAI, VALAMINT A HOLTPONT JELENTKEZÉSE A VERSENY ALATT</b>	Dékány Máté, Györi Ferenc	72. oldal
<b>KÜLÖNBÖZŐ ZENEI STÍLUSOK HATÁSA A FUTÁS KÖZBEN ÉS UTÁN MÉRT PULZUSÉRTÉKEKRE</b>	Varga Ildikó, Petrovszki Zita	76. oldal
<b>TÁNC ÉS MOTIVÁCIÓ</b>	Bitó Péter, Orbán Kornélia	79. oldal
<b>AZ UTÁNÓTLÁSKORÚ KOSÁRLABDÁZÓK SPORTÁGGAL KAPCSOLATOS JÖVŐKÉPÉNEK FELTÉRKÉPEZÉSE</b>	Fehér Ádám Sándor, Szablics Péter	83. oldal
<b>ELSŐSEGÉLYNYÚJTÁS OKTATÁSA AZ ISKOLÁBAN: KÉT CSONGRÁDI KÖZÉPISKOLA DIÁKJAINAK FELMÉRÉSE ALAPJÁN</b>	Hajdú István, Katona Zsolt	86. oldal
<b>HOGYAN JELENIK MEG AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁSRA NEVELÉS A PEDAGÓGIAI FOLYAMATBAN?</b>	Laskai Márk, Mátó Veronika	90. oldal
<b>NETFIT EREDMÉNYEK VIZSGÁLATA, A SZOCIOÖKONÓMIAI DETERMINÁNSOK TÜKRÉBEN</b>	Jászberényi Petra, Nagy Ágnes Virág	94. oldal

## **TANULMÁNYOK/STUDIES**



# AZ EGYETEMI SPORT MŰKÖDÉSI MODELLJE A SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEMEN EGY PÁLYÁZATI PROGRAM<sup>1</sup> TÜKRÉBEN

*AN OPERATIONAL MODEL OF THE UNIVERSITY SPORT  
AT THE UNIVERSITY OF SZEGED IN THE LIGHT  
OF A PROJECT PROGRAM*

**Győri Ferenc**

*Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **1. Bevezetés**

A felsőoktatási intézmények feladata, lehetősége, kulcsszereplőinek felelőssége, hogy aktívan járuljanak hozzá a társadalom egészségnyereségének növeléséhez azáltal, hogy a felsőoktatásban résztvevők megfelelő ismereteket szerezve egészséges életvitelű fiatal felnőttként egészségtudatos magatartást, életmódot alakítsanak ki, amit mintaként közvetítenek szűkebb és tágabb környezetük felé (Kraiciné, 2016). A hallgatók számára tehát az egyetem nemcsak szakmai karrierjük szempontjából fontos, hanem egészségmagatartásuk vonatkozásában is: lényeges, hogy életük e meghatározó színterén az egészség vonatkozásában milyen értékeket, szokásokat és attitűdöket őriznek meg, vagy alakítanak ki. Különösen helytálló ez az egészséges életmód egyik meghatározó eleme, az egészségfejlesztő testmozgás vonatko-

---

<sup>1</sup> EFOP-3.4.3-16 Felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében.

zásában (Lippai és mtsai, 2019). Mindamelllett a felsőoktatásban tanuló, nemzetközi szintű versenyzőink öregbitik egyetemük hírnevét, példát mutatnak szorgalomból, kitartásból. De legyen szó akár a rekreációs sportról, akár az élsportról, egyik sem nélkülözheti a stabil támogató környezetet, szervezeti kultúrát, mely megfelelő szervezetszichológiai háttérrel, szabályokkal, normákkal, értékrenddel, követendő példákkal támogatja a sporttevékenység eredményességét (Balogh, 2015).

Az egyetemi sport egyik deklarált célja a versenysport eredményességének és népszerűségének javítása, míg a másik a hallgatók egészségét szolgáló rendszeres testmozgás lehető legszélesebb körben történő megvalósítása. Az egyetemi sport ezáltal, a személyiség formálásán, a sportoló értelmiség – s vele együtt a sportértelmiség – kialakításán keresztül hozzájárul a testben és lélekben egészségesebb magyar társadalom kialakulásához. Az egyetemi sport személyes hozadékán túl a hallgatók körében kiemelkedő csoportképző tevékenység mind általános, életmódot meghatározó értelmében, mind pedig az egyes sportágak mentén (Kovács, 2012). Ismert, hogy a fizikailag aktív egyetemisták szignifikánsan könnyebben alakítanak ki új baráti kapcsolatokat, mint inaktív társaik (Page és mtsai, 2007, Keresztes és mtsai, 2014). Mindezek mellett az egyetemi sportban a társadalmi kirekesztés szinte egyáltalán nem jelentkezik (Földesi, 2010).

A felsőoktatás úgyszólván az utolsó lehetőség arra, hogy a hallgatók térítésmentesen sportolhassanak és szervezett formában, tudatosan alakíthassunk ki bennük pozitív értékeket, attitűdöket a sporttal kapcsolatban (Pfau, 2017). Ugyanakkor nem lehet figyelmen kívül hagyni azt a tényt sem, hogy a szabadidősport iránti igény az utóbbi években jelentősen megváltozott részük-

ről: pozitívan befolyásolta az egészséges életmódra való törekvés, negatívumként hatott az egyetemi diákéletben változást hozó más kikapcsolódási formák elterjedése (Pfau, 2017).

A fenti gondolatok összecsengenek a magyar egyetemi-főiskolai sport szakmai programjában, Magyar Egyetemi-Főiskolai Sportszövetség (MEFS) közreműködésével kidolgozott és jóváhagyott Hajós Alfréd Tervben megfogalmazottakkal, miszerint a felsőoktatási sport ügye és fejlesztése nem csak az egyetemen, főiskolán tanulók egyéni jóllétét szolgálja, annak széleskörű kulturális, társadalmi és gazdasági fejlődést előmozdító hatásai, az egyén és a közösségek egészségfejlesztésével kapcsolatos összefüggései vannak, ami miatt a felsőoktatási sport fejlesztése nemzetstratégiai jelentőségű közügy és feladat (mozduljra.hu).

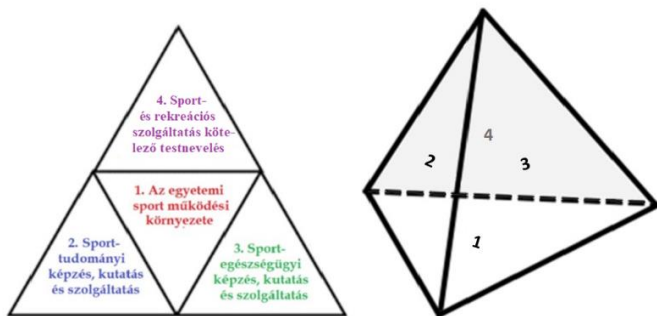
A Hajós Alfréd Terv a hazai felsőoktatás sportszakmai programja, mely az Olimpiai Kartában és a Nemzetközi Egyetemi Sportszövetség (FISU) küldetésnyilatkozatában foglaltakkal összhangban áll, illetve az azokban foglaltak hazai érvényesítését szolgáló jogszabályokon és nemzeti szintű programokon alapul. A szakmai program konkrét ajánlásokat fogalmaz meg az egyetemi-főiskolai versenysport támogatására (pl. kettős életpálya modell, sportösztöndíjak, mentorálás, hazai és nemzetközi versenyeztetés), az egyetemi testnevelésre és szabadidősportra (testnevelés mint kritériumtárgy, sportiroda-hálózat, képzésfejlesztés, fejlesztési programok), valamint a felsőoktatási sportinfrastruktúra-fejlesztésre vonatkozóan.

Jelen munka egyrészt a szegedi egyetemi sport működési gyakorlatra támaszkodó hipotetikus modelljét és annak korántsem teljesen kibontott (*draft*) leírását teszi közzé, másrészt bemutatja azokat a szakmai elképzeléseket, melyeket a Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Testnevelési és Sporttudományi Intézete (SZTE JGYPK

TSTI) partnereivel az EFOP-3.4.3-16 sz. pályázat Egészségnevelés alprojektjének megvalósítására dolgozott ki.

## 2. Az egyetemi sport modellje Szegedi Tudományegyetemen

A hazai felsőoktatás jelenleg több mint 280 ezer hallgató számára teszi lehetővé az értelmiséggé válást különféle képzési formákban, ebből 200 ezer fő nappali tagozaton tanul (KSH, 2018). Ugyanakkor a felsőoktatási sport feltételrendszere intézményenként jelentősen különbözhet. A Szegedi Tudományegyetem sportjának felépítése egy tetraéderrel modellezhető (1. ábra).



**1.ábra: Az egyetemi sport hipotetikus működési modellje a Szegedi Tudományegyetemen**  
(A szerző szerkesztése)

**Figure 1: The hypothetical operational model of the university sport at the University of Szeged.**

*Legend: 1. The operational environment of university sports; 2. Sports science education, research and service; 3. Sports health education, research and service; 4. Sports and recreation services, compulsory physical education. (Ed. by the author)*

A tetraéder modell használhatósága egyszerűségében rejlik, a lapok az egyetemi sport fő stratégiai területeit szimbolizálják,



kijelölve ezáltal az abban érdekelt szereplők fő kompetenciaterületeit is. Ugyanakkor – mivel a tetraéder minden lapja mind egyik másik lappal is érintkezik az élek mentén – könnyen meghatározhatók azok közös területek, melyek a sportfejlesztésekkel kapcsolatban közös gondolkodást, tervezést és cselekvést igényelnek.

A Szegedi Tudományegyetem a Dél-alföldi régió 12 karral működő tudásközpontja, mely országos viszonylatban is nagy egyetemnek számít (a negyedik legnagyobb), közel 8 ezer egyetemi dolgozó, 400 ezer m<sup>2</sup> alapterületű, összességében 23 ezer fő férőhelyes intézményi infrastruktúra jellemzi. Az *egyetemi sport működési környezete* magába foglalja azokat az erőforrásokat, melyek segítségével a sport értékteremtése megvalósulhat. Stocker és mtsai (2015) rendszerének adaptálásával beszélhetünk *tárgviasult erőforrásokról* (pl. földrajzi, illetve települési adottságok, egyetemi sportlétesítmények, berendezések, pénzügyi eszközök), *emberi tőke* erőforrásokról (pl. az egyetemi hallgatók és oktatók demográfiai, szociokulturális és -ökonomiai jellemzői, képzettsége, szakmai tudása, tapasztalatai, szocializációja, motivációja, együttműködési és kommunikációs készségei), *kapcsolati tőke* erőforrásokról (pl. egyetemen belüli sportszakmai kapcsolatok, sportegyesületek, sportszövetségek, stratégiai partnerek, szponzorok, védjegy, hírnév arculat), valamint *szervezeti tőke* erőforrásokról (pl. alá- és fölérendeltségi viszonyok, formális és informális tervezési és feladatmegosztási rendszer, hallgatólagos tudás, szervezeti kultúra). Mindennek a rendelkezésre álló jogi-szabályozási keretek között irányt szab az egyetemi sport minden területét felölelő, átfogó, jövőorientált sportstratégia.

Fontos megjegyeznünk, hogy az SZTE élénken részt vesz a felsőoktatás nemzetköziesedési folyamatában: a folyamatosan bővülő képzési kínálat és az egyre hatékonyabb rekrutáció eredményeként a szegedi egyetemisták között egyre több, s egyre távolabbi ország képviselői jelennek meg (Győri, 2018). 2010-ben 39, 2013-ban 83, 2016-ban pedig már 105 országból érkeztek fiatalok (3208 fő) a Tisza-parti város egyetemére. Joggal lehet tehát arra számítani, hogy a fejlettebb szabadidős sportkultúrából, különösen Nyugat-Európából, illetve és Nyugat-Közép-Európából érkezők sportfogyasztóként a jövőben egyre fokozódó keresletet generálnak. Mindez a rendelkezésre álló sportlétesítmények sürgős fejlesztését igényli, tekintettel azok sokszor nem kielégítő műszaki állapotára, mely a sportszakos képzés és az egyetemi versenysport vonatkozásában is igaz.

A „*Sporttudományi képzés, kutatás és szolgáltatás*” a Szegedi Tudományegyetemen a nagy hagyományokkal rendelkező testnevelő-, illetve tágabb értelemben sportszakos képzésre épül, melynek gyökerei polgári iskolai tanárképzés Szegedre költözéséig (1928) nyúlnak vissza. Ma e stratégiai terület elsősorban a Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Testnevelési és Sporttudományi Intézetéhez tartozik, mely az országos és nemzetközi sportszakmai kapcsolatrendszerben kiterjedt tevékenységet folytat. A TSTI feladata az aktuális képzési portfólió megvalósítása (Edző alapképzés, Sport- és Rekreációs szervezés alapképzés, Testnevelő tanár osztatlan képzés, szakirányú továbbképzések, pedagógus továbbképzések, szakszövetségi edzőképzések), a sporttudományi kutatás a hallgatói tehetséggondozástól (pl. TDK, OTDK, ÚNKP, NTP, László Ferenc kutatóműhely) kezdve, a karok közötti együttműködésekén keresztül, az egyetemközi és a nemzetközi kutatási kapcsolatokig (pl. Arad, Ko-

lozsvár, Komárom, Nyitra, Újvidék, Frankfurt, Elverum). Jelentős a TSTI tudományszervezési aktivitása is: sporttudományi konferenciák, workshopok mellett a Magyar Tudományos Akadémia Szegedi Területi Bizottsága Orvostudományi Szakbizottság, Sporttudományi Munkabizottságának üléseit szervezi és aktívan részt vesz a hazai és nemzetközi szakmai szervezetek (pl. Testnevelési és Sporttudományi Szakmai Kollégium, Magyar Rektori Konferencia Sporttudományi Bizottság,) MEFS szakbizottságok, Közép-Európai Sporttudományi Klaszter) munkájában is.

A stratégiai terület mind a képzésen, mind tudományos kutatáson, mind pedig szolgáltatásain keresztül kapcsolódik az orvos- és egészség tudományok (ÁOK, TTIK, ETSZK, JGYPK AEEI) területéhez (pl. átoktatás, együttes részvétel pályázatokban, konferenciákon, publikációkban, közös laborhasználat), de mindazt sporttémájú kutatásokkal a társadalom- és gazdaságtudomány képviselői (BTK, GTK, TTIK, ÁJK) is támogatják (pl. sportpszichológia, sportgazdaságtan, turizmuskutatás, sportjog). A sporttudományi doktori képzésre jelentkezők – mivel az csak a Testnevelési Egyetemen van, így az SZTE-n sincs ennek a tudományterületnek önálló doktori iskolája – elsősorban ugyanezen karok, vagy más egyetemek doktori iskolájában szerezhetnek fokozatot.

Ugyancsak sokrétűek a sporttudományi képzés és kutatás kapcsolódási pontjai az SZTE hallgatói és oktatói sportszolgáltatásaihoz (pl. hallgatói szakmai gyakorlatok, MEFOB versenyekre való felkészítés, egyetemi csapatvezetés, versenyeztetés, sportszakmai napok szervezése). Ezek mellett a sportszolgáltatásokhoz kapcsolódó kutatások (pl. sportdiagnosztikai, sportpszicho-

lógiai, sportszociológiai vizsgálatok) és a közvetlen sportszolgáltatások (hallgatói és oktatói sport szervezése) ugyancsak rendszeresen megvalósulnak.

A sporttudományi képzés és kutatás működési környezetét elsősorban a belső, egyetemi működési környezet határozza meg (pl. sportszakos képzés finanszírozása, pályázati forrásokhoz való hozzáférés, sportlétesítmények használata, kutatási infrastruktúra, együttműködés a HÖK-kel), míg a TSTI partnerein (pl. iskolák, Városi Sport- és Fürdők Kft., Napfényfürdő Aquapolis, Szegedi Rekreációs SC, Szegedi Kosárlabdaegylet, külföldi partnerintézmények) keresztül számos szállal kapcsolódik a külső – városi, regionális, euroregionális – működési környezethez is, melyek közül többel együttműködési megállapodást kötött.

A „*Sportegészségügyi képzés, kutatás és szolgáltatás*” mint sportstratégiai terület az orvos- egészség tudományok, valamint a biológiai tudományok képviselőinek kompetenciaköréhez tartozik. Az ÁOK kutatási portfóliója sporttémájú kutatásokban szerteágazó, elsősorban a gyermek- és felnőtt kardiológia, a hirtelen szívhalál, a sportsebészet, az izomműködés biokémiája és az életminőség változóinak területén (Sportorvostani Tanszék, Farmakológiai és Farmakoterápiai Intézet, I. sz. Belgyógyászati Klinika, Népegészségtani Intézet). Az Általános Orvostudományi Karon megalakult Sportorvostani Tanszék célja a sportorvostan oktatása mellett a sport témájú kutatások bővítése, az orvosszakmai koordináció fejlesztése, valamint a munkahelyi sportkultúra fejlesztése. Az SZTE TTIK Élettani, Szervezettani és Idegtudományi Tanszéke a fizikai aktivitás hatását vizsgáló állatkísérletekkel és molekuláris biológiai mérésekkel járul hozzá a sportélettani alap- és alkalmazott kutatásokhoz. A

JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézete, valamint az Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar az egészségfejlesztést, az egészségnevelés oktatását, kutatását, gyakorlatba való átültetésének megvalósítását végzi.

A „*Sport- és rekreációs szolgáltatás, kötelező testnevelés*” területe magába foglalja az egyetemi hallgatók sportaktivitásának minden szintjét a kötelező testneveléstől kezdve a rekreációs sporton át az élsportig. Ennek feladatait az SZTE-n nagyrészt az SZTE Sportközpont valósítja meg, de a 2 féléves kritérium testneveléstől az élsportig haladva a különböző sportszakmai szervezetek (sportegyesületek, sportszövetségek, üzleti szolgáltatók) bekapcsolódása növekvő mértékű. A Sportközpont, mely karok közötti, rektori irányítás alatt működő szervezeti egység, a kötelező testnevelésórák széles választékát kínálja: szervezésében félévente közel 6000 hallgató 300 meghirdetett kurzusból, több mint 30 sportágból válogathat. Emellett a szabadidős sportrendezvények lebonyolítása is feladata (pl. jeges estek, úszó és vizes programok, sítáborok), melyet az SZTE Hallgatói Önkormányzata (EHÖK) és a kari Hallgatói Önkormányzatok segítségével valósít meg. A hallgatók magyar egyetemi-főiskolai bajnokságokon (MEFOB) való versenyeztetésében a rektori megbízással és MEFS együttműködési megállapodással rendelkező Szegedi Rekreációs SC is oroszlánrészt vállal. Az SZTE a sokféle sportolási lehetőség és kedvezmény mellett sokat tesz az élsportolók támogatásáért (ösztöndíjak, életpályamodell), amit jól mutat, hogy az elmúlt években több feltörekvő csapatonál szerzett névhasználati jogot. A „*Sport- és rekreációs szolgáltatás, kötelező testnevelés*” stratégiai terület mind a sporttudományi és sportegészségügyi képzés-kutatás-szolgáltatás, mind a működési környezet vonatkozásában kapcsolatban áll a fentebb bemutatott három stratégiai területtel.

### **3. Az EFOP-3.4.3-16. sz. pályázat Egészségnevelés alprojektje az egyetemi sport szolgálatában**

A Széchenyi 2020 program az uniós fejlesztési politika szer-  
ves részeként figyelmet fordít az egyetemi sportra is. A *Fel-  
sőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minő-  
ségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében*  
című pályázat (EFOP-3.4.3-16) sport- és ezt támogató egész-  
ségfejlesztési célok elérését mozdítja elő a konvergencia ré-  
giókban székhellyel rendelkező egyetemek és főiskolák szá-  
mára. A pályázati kiírás az összesen 24 Mrd Ft-os keretössz-  
szeg 2-7%-ával kívánja támogatni a hallgatói sportszolgálda-  
tások fejlesztését. A sportszolgáltatás a rendelkezésre álló  
erőforrások olyan felhasználását jelenti, melynek célja, hogy  
a sportfogyasztó fizikai állapotában változásokat végrehajtva  
„hozzáadott értéket” teremtsen (Demeter és Gelei, 2002). A  
sportszolgáltatások személyi oldalán a sportszakemberek, ki-  
szolgáló személyzet állnak, míg a tárgyi oldal a szükséges  
infrastruktúrát (pl. sportlaboratórium, sportpályák, sportesz-  
közök) foglalja magába. Ugyanakkor a hallgatói sportszol-  
gáltatás nem jelenti tisztán csak a sportolást, ahhoz szorosan  
hozzátartozik az annak mennyiségi és minőségi paramétereit  
meghatározó fittségi, sportdiagnosztikai, valamint sport-  
egészségügyi állapotfelmérés is. Mindezek célja a meglévő,  
vagy éppen hiányos motoros képességek monitorozása,  
amely segítségével az egyén terhelési célzónái is meghatá-  
rozhatók lesznek.

A pályázati program szükségességét bizonyítja, hogy az Okta-  
tási Hivatal mérési eredményei alapján a felsőoktatási hallgatók  
fizikai aktivitása, sportolási gyakorisága nem éri el a kívánt mi-  
nimumszintet sem, 28,8%-uk ritkábban mint hetente, 42,2%-uk  
hetente egyszer, s csak 23,0%-uk sportol hetente legalább 2-3-

szor, alkalmanként legalább 30-40 percet. (Székely, 2015). A rendszeres testmozgást általában nem az időhiány, hanem az érdektelenség vagy más jellegű domináns érdeklődési kör gátolják (Pfau, 2016). A HÖÖK megrendelésére készült (16 500 fős) hallgatói felmérés segítségével az országos összesítés mellett az intézményi eredmények is bemutatathatók (MEFS, 2016). A fizikai aktivitás egyértelműen alacsony arányát megfelelő sport- és egészségnevelő szolgáltatások kialakításával növelni lehet. A beavatkozások elsődleges célcsoportjának az a közel 50%-nyi hallgató tekinthető, aki legalább heti egy alkalommal végez testmozgást, vagyis egy, már elindult folyamatot kell továbbfejleszteni a minimálisan szükséges heti 3-szori értékre.

A Szegedi Tudományegyetemen a hallgatók mindössze 18,7%-a, vagyis mindössze minden ötödik hallgató éri el a rekreációs minimumhoz szükséges (2-3x30-45p/hét) edzésgyakoriságot és terjedelmet. Mindez elmarad az országos egyetemi átlag 23,0%-os mutatójához képest. Ezzel az értékkel az SZTE a vizsgált 41 intézmények rangsorában a 27. helyen, az utolsó harmad elején szerepel! Keresztes és mtsai (2014) adatai némileg eltérnek ettől, vizsgálataik szerint az ajánlott sportolási mennyiséget (heti 3x) a Szegeden tanuló egyetemista fiatalok 38,6%-a éri el.

A hallgatói sportszolgáltatások fejlesztése és egészségnevelése az SZTE-n az EFOP-3.4.3-16 pályázat 5. alprojektjében (AP5), a MEFS ajánlása alapján mintegy 191 millió Ft-os költségvetéssel, 4 éves futamidővel (2017-2021) kerül megvalósításra. Az alprojekt a korábban is a TSTI által koordinált *A 21. század követelményeinek megfelelő, felsőoktatási sportot érintő differenciált, komplex felsőoktatási szolgáltatások fejlesztése a Dél-alföldi Régió felsőoktatásában* (TÁMOP-4.1.2.E-13/1/KONV-2013-0011) és az *Új generációs sporttudományi képzés és tar-*

*talomfejlesztés, hazai és nemzetközi hálózatfejlesztés és társadalmasság a Szegedi Tudományegyetemen* (TÁMOP-4.1.2.E-15/1/Konv-2015-0002) pályázatok szerves folytatásaként is fel fogható. A Hajós Alfréd Terv szellemében kiírt új pályázati program keretein belül az SZTE és a MEFS szakmai együttműködési megállapodást kötött, melyben az SZTE vállalja, hogy a hallgatói sportszolgáltatások biztosítása és kommunikációja mellett kidolgozza és elkészíti a Sportszakmai fejlesztési program anyagát, mely illeszkedik az intézményfejlesztési tervhez és a szenátussal elfogadtatásra kerül.

Az Egészségnevelés alprojekt tehát egyrészt a közvetlen hallgatói sportszolgáltatást, másrészt a hallgatói sportot támogató sportszakmai, egészségnevelési és kommunikációs támogatás feladatait látja el. Az alprojekt keretében sor kerül a felsőoktatási intézményi hallgatói egészségnevelési és sportszolgáltatás szakmai profiljának bővítésére, intézményi beágyazottságuk növelésére, valamint a szolgáltatásfejlesztésre és szolgáltatásbővítésre. A pályázati kiírás szerint azon tevékenységek támogathatók, amelyek új, sport és egészségnevelő szolgáltatásokat alakítanak ki a hallgatók számára, vagy amelyek a meglévő szolgáltatások esetében növelik a hallgatói részvételt. Fejlesztendő irány továbbá a kommunikáció is, mely az intézmények sportéletéhez kötődő információk eljuttatásának hatékonyabbá tételét segíti a hallgatók és partnerek felé. A pályázat során megvalósítandó elvárt műszaki szakmai eredmény szerint a MEFS által felmért fizikai aktivitás alapján a testmozgásban részt vevők arányában növekedést kell kimutatni, mely az SZTE vállalása szerint 3%.

Az alábbiakban a fenti alprojekt szakmai tartalma (SZTE, 2017) kerül röviden bemutatásra.



### **3.1. Sportszolgáltatás**

A *sportszolgáltatások* területén a mindennapos sportaktivitás önálló programcsomagban jelenik meg, melynek célja, hogy minél több egyetemi hallgató számára váljon belső szükségletté, mindennapos tevékenységgé a rendszeres testmozgás, ezáltal alakuljon ki bennük az élethosszig tartó, aktív életmód igénye. A cél elérése érdekében egyrészt új tevékenységeket, új módszereket ismertetünk meg a hallgatókkal, másrészt felkeltjük bennük az igényt az öntevékeny sportrekreációs mozgásformák gyakorlására. Fontosnak tartjuk, hogy a közös sportolás hozadékaként alakuljon ki bennük a közösséghez való tartozás élménye, s erősödjön az egyetemhez való lojalitásuk is. A programcsomag kialakításának közvetlen előzményeként fogható fel a mindennapos testnevelés korábban a közoktatásban történt bevezetése, illetve az, hogy évente egyre nagyobb arányban kerülnek be a felsőoktatásba azon korcsoportok, akik a mindennapos testnevelésben már részt vettek. Szükségességét indokolták továbbá azok a fentebb említett, az Oktatási Hivatal által felmért, a MEFS által feldolgozott statisztikai adatok, amelyek a hallgatói fizikai aktivitás alacsony szintjére utaltak az SZTE-n. Tudvalevő, hogy az anyagi lehetőségek mennyire meghatározók a hallgatók campuson belüli sportolását illetően (Pfau, 2016), vagyis projektünkben kiemelkedő jelentőségű, hogy a hallgatók térítésmentesen sportolhatnak. Ehhez a már meglévő szabadidősport szolgáltatások mellé új, ingyenesen látogatható foglalkozásokat szervezünk: pl. futó és gyaloglóklub, kajakozás és kenuzás, falmászás, street workout, zenés-táncos mozgásformák (aerobik, pilates, hip-hop, zumba), TRX, labdajátékok, tartáskorrekciós foglalkozások, sportolók gyógytestnevelése.

*A rekreációs és versenysport rendezvények, versenyzetetés* programcsomagunk célja az aktív testmozgást végző hallgatók számának növelése, az egyetemi tömegsport hatékonyságának javítása, az egyetemi bajnokságok színvonalának és népszerűségének növelése. Előzményének tekinthető az SZTE Sportiroda létrejötte, működése, valamint a MEFS *SportPont* programjához történő kapcsolódás. Szükségessé tette az egyetemi versenysport működtetésének fontossága, a hallgatói szervezetekkel való jó együttműködés kialakítása. A programcsomagba új és korábbról már meglévő, hagyományosan jól működő rekreációs és versenysport rendezvények kerültek/kerülnek: pl. hétfégi 20-40 km-es kerékpár-, 10-20 km-es vízi- és gyalogtúrák, kari bajnokságok meghirdetése több sportágban (pl. kispályás foci, mix röplabda, floorball, B33, kosárlabda bajnokság, sárkányhajózás), floorball kupa, kari sportnapok, jeges estek, aerobik maraton, nyári vízi tábor, félévente legalább egy alkalommal „érzékenyítő” integrációs program mozgássérültek, látás és hallássérültek, illetve épek bevonásával. Ide tartozik továbbá a versenyszerűen sportoló hallgatók toborzása, szervezése kiemelten nemzetközi szintű élsportra a MEFOB-okra, az egyetemközi kupákra, saját sportrendezvényekre, azok beillesztése a MEFS/HÖÖK által koordinált *SportPont* programba (különös tekintettel a Pályázatban vállalt támogatott programokra), a felsőoktatási tömegsportrendezvények szervezésének segítése (pl. Nemzetközi Egyetemi Sportnap, Challenge Day), ezekre szponzorok, támogatók felkutatása (pl. önkormányzat, vállalkozások, vállalatok), a velük való kapcsolat-tartás, a kari HÖK sportfelelőseinek bevonása a programok szervezésébe és a lebonyolításba, az egyetem jelenlegi is tanuló, vagy a közelmúltban végzett élsportolóinak meghívása

Kari Sportnapokra (pl. Trapp Nap), állásbörzékre, valamint a pályaorientációs és életvezetési tanácsadás hallgatók számára. A sportszolgáltatás adekvát szakmai tartalmát és színvonalas megvalósítását az SZTE JGYPK TSTI és az SZTE Sportközpont munkatársai garantálták és garantálják majd a hátralévő kétéves projektidőszakban.

### ***3.2. Sportszakmai, egészségfejlesztési és kommunikációs támogatás***

A sportszakmai, egészségfejlesztési és kommunikációs támogatás területén célul tűztük ki, hogy segítséget nyújtsunk a szabadidős- és versenysportban való aktív hallgatói részvételhez. Fontosnak tartottuk, hogy olyan sportmódszertani és életvezetési kompetenciákkal ruházzuk fel a hallgatókat, ami által az egyetemi éveik alatt sem hagyják abba a rendszeres sportolást és/vagy a versenyzést, s fizikai aktivitásukat – megszerzett ismereteikkel – a későbbiekben önállóan is tervezni tudják. A cél elérése érdekében egyrészt gyarapítani kívántuk a sporttal kapcsolatos ismereteiket, másrészt be kívántuk őket vonni a sportolás-sportoltatás folyamataiba, harmadrészt olyan újszerű tevékenységeket kínáltunk számukra, mellyel másokat is ösztönözhetnek a sportos, egészségtudatos életvitel kialakítására. Alapvetőnek tartottuk azt is, hogy a nem szegedi hallgatók számára segítsünk kapcsolatot keresni, kialakítani különböző sportegyesületi szakosztályokkal, kiemelten kezelve az egyetemhez kötődő jól működő sportegyesületi relációkat.

*A sportszakmai támogatás céljából az SZTE JGYPK Testnevelési és Sporttudományi Intézet vezetésével megvalósul a személyes edzési, felkészülési tanácsadás a sportfoglalkozásokon résztvevők testösszetétel vizsgálatának és fitsségi felmérésének*

eredményei alapján, illetve az egyetemi sportprogramok lebonyolításához több sportágban hallgatói játékezetők és sportedzést vezető hallgatók felkészítése. Az online kommunikáció jobb kihasználását, „video-spot”-ok elkészítésével támogatjuk, melyek a sportági jó gyakorlatokról számolnak be a hallgatóknak. A MEFOB, SHS és egyéb egyetemközi versenyekre a TSTI szakmai vezetést kínál és szakértői segítséggel járul hozzá a tömegsportrendezvények és a fogyatékosággal élők sportoltatásával kapcsolatos események szervezéséhez.

*Az egészségfejlesztési támogatáson belül a medicinális egészségnevelő szolgáltatások fejlesztésének célja hozzájárulni a hallgatók sportolási gyakoriságának növeléséhez az egészségi állapotuk monitorizálásából származó információk felhasználásával, a sportágválasztás, a fizikai teljesítőképesség fejlesztése és a versenysport területén. A megfelelő sportorvosi háttér ugyanis elengedhetetlen feltétele a hallgatók egészségi állapotának megfelelő fizikai aktivitás kiválasztásának, beleértve a különböző szűrővizsgálatokat, a konkrét ellátást és a tanácsadást és a sportorvosi ügyeletet is. A vállalt feladatok sorában szerepelt és javában zajlik az SZTE ÁOK Sportorvostani Tanszékén a hallgatói egészségügyi igényfelmérés, a hallgatók egészségi állapotának felmérése on-line sportorvosi kérdőív segítségével. A kérdőívek feldolgozásával folyik a veszélyeztetettek kiszűrése, szaktanácsadás céljából a rizikócsoportba tartozók megkeresése, a testnevelés kurzusokon résztvevők terhelhetőségének helyszíni vizsgálata, különös tekintettel a rizikócsoportba tartozókra, az eredmények megbeszélése az érintett hallgatókkal, valamint a testnevelők tájékoztatása. Mindezt ki egészíti az egészségnevelési kurzusok tartása nem egészségtu-*

dományi karok hallgatói részére (pl. mindennapi gyógyszerhasználat és gyógynövényismert, dohányzás és a kábítószeres egészségkárosító hatásai, leszoktatási stratégiák).

Az *alkalmazott egészségnevelő szolgáltatások* programcsomag fejlesztési céljaként a hallgatók rekreációs mozgásra irányuló motivációjának növelése került meghatározásra, aminek – a fenntarthatóság biztosítása érdekében – fontos eszköze a kortárs csoportvezetők képzése. Ehhez készült el az SZTE JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet négy kötetes tananyaga, melynek fejezetei olyan, a pszichológia, a szociológia, valamint a pedagógia tudományterületeiről és szakemberei által elkészített szakmai anyagokat tartalmaznak, amelyek hatékonyan támogatják a testmozgásfókuszú egészségnevelést (Lippai és mtsai, 2019). Ezzel összefüggésben a hallgatók kis csoportban végzett komplex módszertani gyakorlatokon keresztül megtapasztalják ezeknek az elemeknek az összekapcsolódását, a megélt élmények kommunikálását és másokkal való megosztását. A csoportokat képzett csoportvezetők vezetik, az önként jelentkező hallgatók pedig felkészítő tréningben vesznek részt. A tréning sikeres lezárása után a résztvevők alkalmassá válnak kortárs csoportok szervezésére, vezetésére folyamatos szupervízió mellett, amit a tréning csoportvezetői a szabályoknak megfelelően biztosítanak.

Az SZTE Egészségtudományi és Szociális Képzési Karon már működő Hallgatói Információs és Tanácsadó Iroda (HAITI) fejlesztésével célul tűztük ki a rendelkezésre álló szakmai tapasztalatok, személyi értékek megtartása mellett az egészségnevelő és sportszolgáltatások hallgatói igénybevételének növelését, valamint új egészségnevelő szolgáltatások kialakítását és működ-

tetését. A HAITI egészségnevelő szolgáltatásainak bővítéseként egészségfejlesztő tanácsadásokat tartunk, sportprogramokat szervezünk és bonyolítunk le.

*A kommunikációs és információs szolgáltatásfejlesztési feladatok az intézmény sportéletéhez kötődő információk eljuttatásának hatékonyabbá tételét segítik a hallgatók és partnerek felé a rendszeresen sportoló hallgatók számának növelése érdekében. Mindez tartalmazza többek között a *Mozdulj Rá!* kampány kommunikációját az intézményen belül, saját honlap/intézményi aloldal információval való ellátását, a honlaphoz kapcsolódóan a WEB2-es kommunikáció erősítését (Facebook/Instagram), plakát, szórólap, egyéb intézményi marketing eszközök előállítását a sportrendezvényeken való részvétel növelése érdekében, részvételt a szurkolói programok fellendítésében, a jó gyakorlatok, modellek megismertetését és bevezetésük segítségét, valamint az egészséges életmód és egészségfejlesztés kommunikációját. A programcsomag nagyban támaszkodik a JGYPK ATTI Informatika Alkalmazásai Tanszék és a Sportiroda munkatársainak szakértelmére és együttműködésére.*

#### **4. Konklúzió**

Az egyetemi sport mint közösségi sport működtetése szükség-szerű, a társadalom által jogosan elvárt feladat, melyet az ehhez mért felelősséggel kell kezelnünk. A hozzá való szakértelmet a szegedi sportszakos képzés országos elismertsége, a szegedi egyetemista sportolók eredményei, az elmúlt évtized „sportos” pályázatai és a jelenleg futó EFOP-3.4.3-16 sz. pályázat (SZTE, 2017) is bizonyították. Az egyetemi sportot szimbolizáló tetraéder „három lapja”, a *sporttudományi képzés-kutatás-szolgáltatás*, az *egészségtudományi képzés-kutatás-szolgáltatás*, vala-

mint az *egyetemi sportszolgáltatások* valamennyi szintje működik. A funkcionális együttműködés – ha nem is egyforma kiterjedtséget és intenzitást mutatva – mindhárom terület érintkezési vonalán megfigyelhető.

A tapasztalatok szerint a legtöbb probléma a működési környezete és a fenti három szolgáltatáscsoport vonala mentén pattan ki (pl. sportszakos képzés finanszírozása, sportnormatíva felhasználása, sportlétesítmények állapota, egyetemi sportot támogató külső kapcsolatrendszer gyengesége). A legkritikusabb helyzetet ma mindenképpen a rendelkezésre álló sportinfrastruktúra állapota eredményezi. Ugyanakkor reménykedésre adhat okot az, hogy e területen végre elmozdulás tapasztalható: a következő évek egyetemfejlesztési tervei között szerepel egy új atlétikai centrum kialakítása a Hattyas utcában, a Topolya sori sportcsarnok rekonstrukciója és egy korszerű multifunkciós sportcsarnok építése is.

A szabadidő- és versenysport működtetése és annak fenntarthatósága tartalmi és módszertani megújulást követel a hazai felsőoktatásban, így az SZTE-n is. Az egyetem jelenleg készülő új sportstratégiája csak akkor lehet sikeres, ha az sportszakmai és gazdasági szempontból is racionális alternatívák kidolgozását és megvalósítását tűzi ki célul. Csak akkor számíthatunk jó eredményre, ha egyrészt ragaszkodunk a szegedi egyetemi sport meglévő, jó hagyományaihoz, nem vetjük el annak működő gyakorlatát, másrészt az egyetemi sport valamennyi szegmensét és környezeti tényezőit ismerve képesek vagyunk – a sport szervezeti kultúrájának hatékony támogatásával – alkotó módon és felelősséggel élni az előttünk álló lehetőségekkel.

## Irodalom

- Balogh L. (2015): Sport – Culture – Sports Culture. Foundation for Youth Activity and Lifestyle. Szeged.
- Demeter K., Gelei A. (2002): Szolgáltatások a tevékenységmenedzsment szemszögéből. *Vezetéstudomány*. **33**:2. 2-14.
- Földesi Sz. Gy. (2010): Social Exclusion/Inclusion in the Context of Hungarian Sport. *Physical Culture and Sport Studies and Research*. **50**. 44-59.  
<https://www.degruyter.com/downloadpdf/j/pcssr.2010.50.issue--1/v10141-010-0023-z/v10141-010-0023-z.pdf>  
Letöltés: 2019.05.20.
- Győri F. (2018): Diplomászerző nemzetközi hallgatói mobilitás a Szegedi Tudományegyetemen az oktatás-statisztikai adatok tükrében. *Közép-Európai Közlemények*. **11**:1. 20-37.
- Hajós Alfréd Terv. Az egyetemi-főiskolai sport szakmai programja 2013-2020 2.0.  
[https://mozduljra.hu/feltoltesek/tartalmak/HAT/Hajos\\_Alfred\\_Terv\\_2\\_0\\_MEFS.pdf](https://mozduljra.hu/feltoltesek/tartalmak/HAT/Hajos_Alfred_Terv_2_0_MEFS.pdf) Letöltés: 2019.05.20.
- Keresztes N., Szilágyi N., Horváth G. (2014): Egyetemisták sportolási gyakoriságának és kapcsolati hálójának összefüggései. *Magyar Sporttudományi Szemle*. **15**:4. 8-13.
- Kovács K. (2012): Szabadidő és sport a Debreceni Egyetemen. In: Dusa Á., Kovács K., Márkus Zs., Nyüsti Sz., Sörös A. (szerk.): Egyetemi élethelyzetek. Ifjúságszociológiai tanulmányok. II. kötet. Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen.



- Kraiciné Sz. M. (2016): Egészségfejlesztés a felsőoktatásban – Gondolatok egy felsőoktatást érintő projekt zárása kapcsán. *Opus et Educatio*, **3**:(5) 511-527.
- KSH (2018): Oktatási adatok, 2018/2019 (előzetes adatok) *Statisztikai Tükör*. 2018. december 21., Központi Statisztikai Hivatal.  
<https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/oktat/okt1819.pdf> Letöltés: 2019.02.28.
- Lippai L., Benkő Zs., Tarkó K. (2019): Testmozgásfókuszú egészségnevelés kortárs csoportban egyetemi jegyzet-sorozat. In: Katona Z., Alattyányi I., Győri F. (szerk.): Sport és egészségnevelés. Sportszakmai tanulmány-, és szakkikkgűjtemény. László Ferenc Sporttudományi Kutatóműhely, VI. köt., Dél-alföldi Ifjúsági Életmód és Szabadidő Alapítvány, Szeged. 34-52.
- MEFS (2013): Hajós Alfréd Terv. Az egyetemi-főiskolai sport szakmai programja 2013-2020, Magyar Egyetemi-Főiskolai Sportszövetség, Budapest.
- MEFS (2016): Javaslatcsomag az intézményi sportszakmai fejlesztési programok (2.0) elkészítéséhez. Felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében. EFOP-3.4.3-16 projekt megvalósításához. Magyar Egyetemi-Főiskolai Sportszövetség, Budapest.
- Page, R. M., Ihasz, F., Simonek, J., Klarova, R., Hantiu, I. (2007): Friendships and physical activity: Investigating the connection in Central-Eastern European adolescents. *International Journal of Adolescents Medicine and Health*. **19**:2. 187-198.
- Pfau C. S. (2017): A szabadidősport szervezési sajátosságai a felsőoktatásban. Doktori (PhD) értekezés. Debreceni

- Egyetem. Ihrig Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola.  
[https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/236053/Pfau\\_Christa\\_Sara\\_ertekezes\\_titkosított.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/236053/Pfau_Christa_Sara_ertekezes_titkosított.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Letöltés: 2019.04.21.
- Stocker M., Ács P., Farkas F. (2015): Stratégiaalkotás, szervezés és vezetés a sportban. In: Ács P. (szerk.): Sport és gazdaság. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Pécs. 42-95.
- Szegedi Tudományegyetem EFOP-3.4.3-16-2016-00014  
<https://www.u-szeged.hu/efop343-00014/alprojektek/alprojektek> Letöltés: 2019.05.20.
- Székely M. (2015): Survey and Development of Sport for All in Hungarian University Sport.  
[http://www.tafisaworldcongressbudapest.com/uploads//malom-kert-kepek/szekelymozas\\_abstract\\_tafisa\\_long.docx](http://www.tafisaworldcongressbudapest.com/uploads//malom-kert-kepek/szekelymozas_abstract_tafisa_long.docx) Letöltés: 2019.03.11.
- SZTE (2017): Szegedi Tudományegyetem oktatási és szolgáltatási teljesítményének innovatív fejlesztése a munkaerő-piaci és a nemzetközi verseny kihívásaira való felkészülés jegyében. Az elérendő célokhoz szükséges tevékenységek bemutatása a fejlesztési stratégiához és célokhoz történő illeszkedés, az IFT-hez való illeszkedés valamint a felhíváshoz való illeszkedés alapján. Felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében. A Felhívás kódszáma: EFOP-3.4.3-16. A Felhívás 2017.01.05-én kelt módosítása alapján javított változat. Kézirat. SZTE, Szeged.

# A TISZA ALSÓ SZAKASZÁNAK TERMÉSZETI ÉRTÉKEI MINT SPORTTURISZTIKAI VONZERŐK<sup>2</sup>

*THE NATURAL VALUES OF THE LOWER TISZA SECTION  
AS ATTRACTIONS OF SPORT TOURISM*

**Czékus Géza**

*Újvidéki Egyetem, Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar,  
Szabadka*

## **1. Bevezetés**

A természetes környezet adottságait, lehetőségeit az utóbbi időben egyre többen ismerik fel és próbálnak belőle profitálni. Így van ez a Tiszával is. Valamikor csak egy-egy árvíz kapcsán került a hírek homlokterébe, majd a ciánmérgezés foglalkoztatta az embereket. Viszont a folyó és az ember is éli a mindennapjait: van vízhozama, vízmélysége, hőmérséklete, szennyezettsége, számtalan élőlénynek nyújt életteret. Az ember pedig közlekedési folyosóként használja ki.

Régóta ismert a Tisza turisztikai jelentősége is, amely több területre is kiterjed (kezdve a töltéseken történő sétáktól, kerékpározásoktól a csónakázáson keresztül a különböző túrákig). Tehát létezik folyami turizmus, sport, rekreáció. Viszont a ter-

---

<sup>2</sup> Interreg IPA CBC: HUSRB/1602/31/0204 – WATERTOUR -  
Development of water tourism on waterways connecting Hungary and  
Serbia

mészet sem választható el az embertől, mint az ember sem választható el a természettől. Az, aki a Tiszát járja, nem csak rekreál, vagy sportol, hanem egy élő, aktív közegben van, amelyet a környező növény- és állatvilág és annak hatásai alkotnak. Egy terület turisztikai értékét a természetes környezet nagyban befolyásolja. Ha más nem, a környezet esztétikai értékei/ érték-telenségei hívják fel a rekreáló, vagy sportoló figyelmét. Két festői szépségű Tisza-szakaszt azonban mindenképpen érdemes felkeresniük a folyót járóknak.

Adorjánánál éles kanyart vesz a Tisza, erős a sodrása, szinte „be-vágja” a partot. Ezt a partszakaszt nevezik Bevágásnak. Még néhány évtizeddel ezelőtt kezdtek el egy új folyószakaszt kialakítani azzal a céllal, hogy ezt az erős víz sodrást csökkentsék. Pénzhiány miatt ez a művelet csak egy bugyrot eredményezett. A kivájt új mederrész az Adorjáni-tó, a Prokop (a prokopati, kivájni szóból). Festői szépségű, vize tiszta, háborítatlan. Alját folyami- és tavikagylók (*Unio tumidus* és *Anodonta cygnea*) héja borítja. Csak egy-két horgász tartózkodik a tavon. A Prokop bejárata a Tiszáról: 46° 00' 17.9" É, 20° 02' 55.0" K

Szanádnál viszont elődeink elvégezték a folyószabályozást. Az ősmeder egy keskeny, csatornaszerű, ugyancsak érintetlen holtág. Eliszaposodott, ezért a közlekedés nehézkes. A 133. és a 132. fkm közt van. 46° 59' 09.5" É, 20° 05' 42.2" K

A Tisza vajdasági szakaszán több sziget van. Mindnek megvan a maga flórája és faunája, sőt, a Gyöngyszigeten gyümölcsészettel és szőlészettel is foglalkoznak. Az Óbecse közelében lévő Gyöngysziget gyöngye a messzeföldön ismert krokán szőlőfajtából készült krokán muskotály.

Az is az igazsághoz tartozik, hogy a Tiszát járva lépten-nyomon az ember természetkárosító hatásait tapasztalja: a sok műanyag-

hordalékot, a jövevény- és invazív fajokat, amelyek gyakran kiszorítják az őshonos fajokat, több helyen a hódok egykori nyomát. A legnagyobb gondot mégis a törökbecsei (Novi Bečej) tiszai gát okozza, amely nagymértékben lelassítja a víz folyását, megnövelve a hordalék lerakódását, lelassítva a víz öntisztulását stb. (Guelmino, é.n.-a, Fehér, é.n.). Jelen munkánk többéves megfigyelések eredménye.

## **2. Célkitűzés**

Munkánkban a Tisza alsó szakaszának néhány természeti értékét mutatjuk be, amelyek a (vízi)sportolók, turisták vagy szabadidősportot űzők számára is érdekes és értékesek lehetnek. Ezek víz- és partközelségben vannak, tehát a vízben érkező (csónakon, kajakon) turisták is - egy rövid pihenő alkalmával megtekinthetik.

## **3. Anyag és módszer**

A Tisza szerbiai Martonostól (Martonoš) Óbecséig (Bečej) terjedő szakaszát jártuk be. Az adatgyűjtés (2018-2019) java része terepen történt, gyalogosan vagy csónakon, kisebb hajón (tiszavirágzás). Terepi utainkról részletes fotódokumentáció készült. Gyakran meghatároztuk a (WGS'84) GPS-koordinátákat is. Az idevágó szakirodalmat folyamatosan követtük.

## **4. Eredmények**

### **4.1. Tiszavirágzás**

Ez a jelenség Magyarokánizsánál és Zentánál a leglátványosabb. Június elején-közepén megelevenedik a Tisza és a Tisza-part is. A parton, a Tiszavirág-sétányon a helybéliek és a Magyarokánizsára látogatók tömege várja a naplementét.

Vannak, akik csónakba ülnek, hogy közvetlen részesei legyenek a tiszavirágzásnak. Eközben a vízben és fölötte élet-halál harc kezdődik, amely mindig az élet győzelmével ér véget.

Az agyagos partba vájt csőjáratokban három évig fejlődő tiszavirág (kérész) lárvák, amelyek algákkal és baktériumokkal táplálkoznak, évi 5-6 vedlést követően, tömegesen, egy időben hagyják el az iszapot és emelkednek a víz felületére. Előbb a hímek tömege jelenik meg, még egy, utolsó vedlést követően (levetve ingecskéjüket) válnak ivaréretté. Valamivel később jelennek meg a nőstények, amelyek a magasba emelkednek, ott termékenyülnek meg. A hímek ezrei esnek vissza a víz felületére és fogják közre a nőstényt. Olyan ez, mint egy nyíló sárga rózsa (innen a „tiszavirág” elnevezés). A nőstények a hullámon még lerakják petéiket, majd ők is a hullámsírt választják. Terített asztalt jelentenek a halak, madarak és a békák számára is (Guelmino é.n.-b).

Szerbiában Magyarkanizsa környékén a legintenzívebb és a legszebb a tiszavirágzás. Fontos természeti örökségünk. Az ember a Tisza agyagos partját ezen a szakaszon változtatta meg a legkisebb mértékben, ezért itt a legtömegesebb a tiszavirág. Magyarországon a Tiszán és mellékfolyóin is megfigyelhető.



*1. ábra: A násztáncot követően csakhamar leereszkednek a víz felszínére, nyíló sárga rózsát alkotva (innen a tiszavirág elnevezés (Czékus Borisz, 2014. 06. 10)*

Legnagyobb veszélyt a lassú vízfolyás (1977 óta működik a törökbecsei duzzasztógát), a meder eliszaposodása, a víz oxigénhiánya és a vízszennyezés jelenti számára. Lárvája, kifejlett formája és teteme is kitűnő halcsali. Minden formáját törvény védi, nem szabad begyűjteni.

#### **4.2. A magyarkanizsai Tiszavirág-tanösvény**

A Horgos-Magyarkanizsai műút mentén, Magyarkanizsa bejáratánál a természetbarátok alakították ki ezt a természetes bemutatóhelyet. Kb. egy km hosszú, az ártéri erdőn vezet keresztül. Hol közelebb, hol távolabb van a folyótól. Az 1-2 m széles földes út néhol gödrös, ezért kerékpáron nem lehet rajta közlekedni. Padok és asztalok várják a pihenni vágyókat.

Élővilága változatos és gazdag. A vegyes ártéri erdőben vadkonduktúra, apró rágcsálók vannak, a madarak közül pedig harkály, fekete rigó, varjú, szarka, széncinege, veréb, jégmadár stb. figyelhető meg, de a récék is itt fészkelnek.

Az év folyamán a tanösvény életében a legnagyobb esemény a tiszavirágzás. Sajnos, a part elég meredek, tehát az idelátogatók viszonylag messziről követik a virágzást. Ez a tanösvény még nem teljes.

A tanösvény rekreációs célt is szolgálhat. A település felőli vége a strandhoz (és a kikötőhöz) van közel, onnan pedig a töltesen betonozott sétány vezet végig; itt már szemetesek, padok, világítás is van.

Fontosabb koordináták: a tanösvény kezdete: 46° 04' 34.7" É, 20° 03' 02.0" K, a tanösvény Horgos felé eső vége: 46° 04' 51.3" É, 20° 02' 23.8" K

### ***4.3. A fekete gólya (Ciconia nigra)***

Kevésbé ismert, és kisebb, mint a fehér gólya. Csőre és lába élénkpiros. Háta, szárnya és nyaka fémfényű fekete. Hangja mély korrogás. Ritkán kelepel. Nem viseli el az ember jelenlétét. Nagyon félénk, vad, bizalmatlan. Élőhelye erdők közelében lévő mocsaras tisztások, ártéri erdők, folyóholtágak. Fészket természetes vagy természet szerű erdőrésekbe építi idősebb fára (akár 100 éves tölgyre vagy nyárra). Minden évben a saját fészkére tér vissza. Az április végén, május elején lerakott 4-5 tojásból a fiókák júniusban kelnek ki. Két hónap után tudnak repülni. Fő táplálékforrása a halak, kétéltűek, rovarok, csigák, kígyók, apró emlősök. Április közepétől szeptember-októberig marad fészkelőhelyén. Téli pihenőhelye Dél-Afrika. Vonulásra készülve táplálékát szántóföldeken, legelőkön keresi. Magyarországon a legnagyobb népségük a Gemenci-erdőben van.



Szerbiában az Obedi-lápon (Száva folyó) mintegy 70 pár, a Duna és Tisza-menti erdőkben legfeljebb 200 pár költ.

A Tisza mentén három fekete gólya-fészekről tudunk (Gergely, 2019). Ezek közül ma a Magyarkanizától északra lévő, a Majomszigettel szembeni, a 150. fkm-nél, a bánáti oldalon lévő erdőségben és Adánál, a híd közelében lévő lakott. Az előbbi fészek 2015-től folyamatosan aktív, az idén is visszatértek (Sarnyai, 2019). Természetvédelmi okokból nem látogatható.

Egyetlen ellensége van, az ember. A költőhely háborítása és az erdőgazdálkodás, erdőrendezés jelenti a számára a legnagyobb veszélyt. Élőhelye folyamatosan szűkül vagy teljesen megszűnik. A fekete gólyák védelme az élethelyük háboríthatlanságában áll. Egyes becslések szerint tavasszal az elköltözött madarak  $\frac{3}{4}$  része jön csak vissza. Hazánkban is szigorúan védett. A Tisza-menti fekete gólyákról még nem jelent meg publikáció (Szekeeres, 2019).

#### ***4.4. A törökkanizsai (Novi Kneževac) kastélypark***

A Magyarkanizsa felől Törökkanizsára vízi úton érkezőnek szembetűnik a kastélypark, amely szomszédságában kimagaslik a katolikus templom tornya. A park előtt kis kikötő van, lépcsőkön lehet feljutni a parkba. A benne lévő épületek közül a legnagyobb a Szerviczky-Shulpe-kastély (1793), amely a Tisza melletti dombra épült. Ma könyvtárként működik. Az 1816-os kataszteri térképen már a park (francia-kert) is be van jelölve. A 10 hektáros park 1975-től államvédelem alatt áll, attól függetlenül, hogy az egykori rendkívül gazdag flórája mára igen megkopott. Tallián Emil báró, főszolgabíró nevéhez fűződik a település zöldítése. A parkot is ő rendeztette be. A Tisza-parti sétányt pl. Olaszországból hozatott hársfacsemetékkal szegé-

lyezte. Egyébként a parkban több mint 100 fafaj(ta) volt elültetve. Igazi botanikus kert volt, amely állapotáról főkertész gondoskodott! A kastélyok mellett télikertek is voltak, teli egzotikus növényekkel (Szabó, 2017).

Mi maradt ránk?



***2.ábra: A törökkanizsai park, ahogy a folyóról látni. Van csónakkötési lehetőség is***  
(Czékus Géza 2019. 04. 08)

A park egyes részei, különösen (az elhanyagolt, felújításra váró) kastélyok még az egykori patinás múltat idézik. Félteve őrzött, és a park méltóságát a ritka és öreg fák adják meg. Ilyenek a megmaradt páfrányfenyők (ginkgók), egy nagyon öreg és mutatós platánfa és az ugyancsak védett öt tiszafa. Négy 200 év feletti kocsányos tölgy is a régmúltat idézi.

A Ginkgo koordinátái: 46° 02' 43.2" É, 20° 05' 16.7" K

A legfejlettebb tiszafa koordinátái: 46° 02' 42.4" É, 20° 05' 18.9" K

A vadászház (Lovac) alatti folyószakasz: 46° 02' 47.8" É, 20° 05' 07.9" K

#### ***4.5. A zentai Tiszavirág sétány***

Zenta város fás szárú növényvilága is gazdag és változatos. 1905-ben a Tisza-parti öreg sétányra fehér és hússzínű (közönséges és pirosuló) vadgesztenyefák (=bokrétafák) (*Aesculus hypocastanum* és *Ae.x carnea*) sora került. A kiöregedett példányokat folyamatosan, mind a mai napig újabb facsemetékkel pótolják. A Tisza-menti árvízvédelmi vonal felújításakor szinte minden zentai tudta, hogy a gesztenyefák többek, mint gesztenyefák. Számukra azonosak a településsel! A város jelképei. Cegédi Rudolf polgármester szavai is ezt támasztják alá: „*Nem titkoljuk azt sem, hogy büszkék vagyunk a zentaiságunkra, ..., amely akkor hatalmasodik el rajtunk, ha végigmegyünk a gyönyörű, vadgesztenyefa sorral övezett Tisza parti sétányunkon*” (Ceglédi in Hajnal, 2019).

Zenta népszerű vadgesztenyefás korzóját a századforduló előtti években felépült, patinás, tagoltabb rakpart „egyszerűsítésével” 1984-ben építették ki. A helybeliek bokrétafához kötődését igazolja, hogy 2014 óta évente ültetnek el egy-egy vadgesztenyefát a Népkerthben az előző évben született kisbabák tiszteletére. A fehér vadgesztenye a Balkánról és Kis-Ázsiából került Közép-Európába. A tápdús, jó vízellátású talajt és a sok fényt meghálálja. A városi szennyezett levegőt és a sózott talajt nehezen viseli. Ezek a kedvezőtlen körülmények, és a vadgesztenye-aknázómoly kártétele a lombozat

korai sárgulásához vezet, gyakran másodvirágzáshoz is. A hússzínű vadgesztenye egy hibrid faj.



**3. ábra: A zentaiak féltett kincse a Zenta-Csóka közötti és vasúti hídtól kb. egy km hosszan díszíti a partot**  
(Czékus Géza, 2019. 04. 27.)

A Tiszavirág-sétányon összesen 109 fehér- és 24 hússzínű bokrétafa van. A legészakibb fa koordinátái: 46° 56' 02.5" É, 20° 05' 30.2" K, a legdélebbié pedig 45° 55' 38.7" É, 20° 05' 51.3" K (WGS'84 koordináta-rendszer).

#### **4.6. A zentai Tisza-parti kocsányos tölgyek**

A zenta-csókai hídtól a töltés mentén haladva, mintegy 2,5 m-re, az adorjáni folyókanyarnál, a töltés jobb oldalához közel, a bekei gátörháznál található két hatalmas mocsári tölgy (*Quercus robur*). Igaz, a folyóról nem közelíthető meg, a vízi turizmus szempontjából jelentéktelen, viszont Zentáról akár a

hajókázók is tehetnek egy gyalogos vagy kerékpáros kitérőt. Megéri!

Guelmino tanár úr 2000-ben 170 évesre becsülte őket, tehát ma közel 200 évesek. Az északi a nagyobb. A törzset másfél méter magasságban négy ember éri körül. Kerülete 690 cm. Átmérője mintegy 220 cm. A korona becsült átmérője 44 m. A másik példány valamivel „karcsúbb”. A koronája mindössze 30 m átmérőjű.



**4. ábra: Az ember elvész a hatalmas törzs mellett. Egykor több hasonlókörű tölgy is élt a folyó közelében**  
(Czékus Géza, 2019. 04. 27.)

A két fa koordinátái:

- az északi példány  $46^{\circ} 57' 59.1''$  É,  $20^{\circ} 05' 14.6''$  K,
- a déli  $46^{\circ} 57' 58.5''$  É,  $20^{\circ} 05' 14.3''$  K, (WGS'84 koordináta-rendszer).

## 5. Összegzés

A Tisza-ember kapcsolata sokrétű. Ezek közé tartozik a vízi turizmus, sportolás, rekreáció is. De nem szabad megfeledkezni a folyó és partja környezetvédelmi jelentőségéről sem, amely viszont iskolai tananyag (is lehetne). A Tiszát járó csónakázó, kajakozó, esetleg a töltésen sétáló, joggingoló a rekreáció mellett észre kell, hogy vegye a folyó természeti értékeit.

A tiszavirágzás a legattraktívabb esemény. A 2-3 napig tartó kérsz-rajzást távoli vidékekről (Közép-Szerbiából) érkezők is élvezik. A tiszavirágzást követően (21 óra után) Magyarokiszán és Zentán is turistavonzó fáklyás hajós felvonulást tartanak.

A magyarokiszáni Tiszavirág-tanösvény valójában csak a nevében tanösvény. A zentai Tiszavirág sétány a vízről is és a partról is esztétikai élményt nyújt, a tiszavirágzáson kívül a vadgesztenye-sorok is. Különösen szép látvány április végén, május elején a virágzó fák sora.

A folyó élővilágát számtalan veszély fenyegeti. Amit megtehetünk, tegyük meg érte!

## Irodalom

Fehér I. (é.n.): A Tisza hullámterének

nehézfém-szennyezettsége

[http://hidrobiologia.unideb.hu/pdf/tiscinet/TISCINET\\_I](http://hidrobiologia.unideb.hu/pdf/tiscinet/TISCINET_I)

F.pdf Letöltve 2018.10.05

Gergely J. (2019): szóbeli közlés

Guelmino J. (2000): Élővilág. In: Szloboda János (szerk.):

Zenta monográfiája I. Dudás Gyula Múzeum- és Levéltárbarátok Köre: Zenta

- Guelmino J. (é.n.-a): Tisza-parti jegyzetek. Vége nincs Tisza-szabályozás  
<http://www.zetna.org/zek/konyvek/48/b9.html> Letöltve  
2018. 10. 20.
- Guelmino J. (é.n.-b): Egyszervolt tiszavirág. In:  
[http://adattar.vmmi.org/cik-kek/15966/hid\\_1996\\_04\\_15\\_guelmino.pdf](http://adattar.vmmi.org/cik-kek/15966/hid_1996_04_15_guelmino.pdf) Letöltve  
2018.10.14
- Hajnal V. (é.n.): A településmarketing útján. Adalékok Zenta középváros helyzetfeltáró vizsgálatához a város hivatalos honlapjának tartalomelemzése segítségével.  
[http://kozszov.org.hu/dokumentumok/UMK\\_2016/2/02\\_Telepulesmarketing.pdf](http://kozszov.org.hu/dokumentumok/UMK_2016/2/02_Telepulesmarketing.pdf) Letöltve  
2019.02.22.
- Sarnyai Cs. (2018): szóbeli közlés.
- Szabó J. (2017): A törökkanizsai kastélyparkok története. Vajdasági Magyar Művelődési Intézet, Zenta.
- Szekeres O. (2019): szóbeli közlés.

## **ABSZTRAKTOK / ABSTRACTS**



# **DEVELOPMENT OF WATER TOURISM ON WATERWAYS CONNECTING HUNGARY AND SERBIA – A DRAFT OF AN INTERREG- IPA CBC PROJECT<sup>3</sup>**

**Győri Ferenc<sup>1</sup>, Nadj Imre<sup>2</sup>, Obradovic Borislav<sup>3</sup>,  
Lepes Josip<sup>4</sup>, Kovács Zoltán<sup>5</sup>**

*<sup>1</sup>University of Szeged, Juhász Gyula Faculty of Education,  
Institute of Physical Education and Sports Science*

*<sup>2</sup>University of Novi Sad, Faculty of Sciences, Department  
of Geography, Tourism and Hotel Management*

*<sup>3</sup>University of Novi Sad, Faculty of Sport and Physical Education*

*<sup>4</sup>University of Novi Sad,  
Hungarian Language Teacher Training Faculty, Subotica*

*<sup>5</sup>University of Szeged, Faculty of Science and Informatics,  
Department of Economic and Social Geography*

## **Abstract**

Waters and the areas nearby them have several benefits on humans. These days water tourism is not only a popular form of recreation and holidaymaking, but it also represents one of the most dynamically developing types of sport tourism, too. The rivers, the riverbanks and the riverside settlements offer many opportunities for people for culture, education and recreation. In addition, as touristic destinations, they play a significant role in employing local labour force.

---

<sup>3</sup> Supported: Interreg-IPA CBC: HUSRB/1602/31/0204 – WATERTOUR - Development of water tourism on waterways connecting Hungary and Serbia

The WATERTOUR program has a special euroregional significance, since it builds on water, one of the specific, local resources of the Voivodina and Southern Great Plain regions; in addition, considering its content, the program has the novel feature of utilizing the comparative advantages of local geographical conditions and regional multicultural specificities; but, in addition, it contributes to the further development of university partnerships, the strengthening of cross-border socio-economic relationships and, it also serves as an incentive for the activities of local small- and medium-size enterprises in both countries. The solidification of partnerships plays a significant role in mobilizing the socio-economic potential of the neighbouring small regions as well. The programme is focusing on the indicative activities to be supported during Programme implementation. The Danube-Tisza river-system, despite its potential significance, is one of the most underused and less-known tourist attractions. This is why it is of utmost significance to keep up with the requirements of the modern age, and visually display the local attractions of sport tourism as well as of other branches of tourism including culture-, eco-, gastro-, and heritage tourism in thematic maps. It is also planned to popularize these places by using opportunities offered by the worldwide web and by relevant downloadable mobile applications. In addition to offering geographical orientation, these applications help tourists find accommodation, campsites and learn about complementary attractions, programs and events. Thanks to improvements tourists arrivals could increase the currently low levels. On the other hand, we find it important that the WATERTOUR project will be built in the region's two large knowledge base. The target area has two large regional universities, the University of Szeged and the University of Novi Sad. Both institutions

have training programs in the area of sport as well as tourism. Theoretical and practical aspects of water touring and camping represent part of the curricula in these programs. A complex water touring program, involving several faculties of the two universities strengthens cooperation between these institutions of higher education, promotes knowledge transfer through learning from each other and sharing examples of good practice. The current higher education students will be those professionals who will participate as practical implementers of water tourism in the future. Since very few similar programs are held, the planned water tourism program serve as a pilot program.

The aim of the project is the encouragement of engagement in water tourism as well as the investigation and popularization of the common traditions and cultural heritage of Hungary and Serbia. In addition, the exploration of the natural resources and social values of the region by the Tisza River, together with the natural and artificial waterways of the Tisza basin will be focused on within the framework of the project. We also aim to elaborate a joint tourism and marketing strategy and action plan for the cross-border region and formulate recommendation for the implementation of marketing activities at regional level.

We would like to help the stakeholders of tourism to elaborate packages of joint tourist programs and identify tourism services, all of which are built on the Tisza river connecting our nations and cultures. High attention will be paid to connecting the attractions, sites and venues of the two sides of the border. Complexity of WATERTOUR is granted by a variety of interrelated and intertwined attractions of sport-, eco-, and cultural tourism. Starting a new tradition, we aim to organize and implement water tours which also create opportunities for the students of the participating Hungarian and Serbian universities to meet, to get

acquainted and liaise with each other within the framework of jointly organized programs in the area of their specialization, partnership, culture, sport, recreation and environmental protection. The implemented water tourism programs serve as model programs. By popularizing water tourism and strengthening the touristic potential of riverside settlements, as well as by implementing project outcomes in practice, the program will contribute to enhancing the regionally integrative role of the rivers of the Hungarian Southern Great Plain region and of Voivodina in Serbia. The project will solidify the geostrategic position of these regions and, in addition, it will also serve to prepare Serbia's full integration into the EU.

Key words: sport tourism, water tourism, Tisa River, University of Szeged, University of Novi Sad, Interreg-IPA CBC

# **CAPITALIZING ON TOURISM OFFER IN THE TISZA VALLEY THROUGH – CASE STUDY MUNICIPALITY ŽABALJ<sup>4</sup>**

**Ivkov-Džigurski Andjelija<sup>1</sup>, Košić Kristina<sup>1</sup>, Nadj Imre<sup>1</sup>,  
Dragin Aleksandra<sup>1</sup>, Vujičić D. Miroslav<sup>1</sup>,  
Mladenovski Milan<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup> University of Novi Sad, Faculty of Sciences,  
Department of Geography, Tourism and Hotel Management*

## **Abstract**

The wealth of natural and cultural resources makes the Municipality Žabalj attractive to tourists. Present tourism offer is at the beginning of development level, but also makes a good foundation for enchamsement, one of the potential methods can be tourism animation. Tourist animation implies active participation of tourist in various tourism activites. Sports and recreational tourism, rural tourism, cultural tourism, hunting and fishing tourism are just some of the forms of tourism where tourist animation can be applied and thus boost the quality of tourism activites and offer in the Municipality of Zabalj. Animation is usually defined as enrichment, revival of tourist offer with various contents and as an incentive for tourists to actively participate in these contents.

---

<sup>4</sup> Supported: Interreg-IPA CBC: HUSRB/1602/31/0204 – WATERTOUR - Development of water tourism on waterways connecting Hungary and Serbia

Authors of the research investigated local community and attitudes towards tourism development. The main finding in the study implies that the current tourism offer is not adequate and has limited level of tourist attraction, but also has good potential for further development. Research participants share the opinion that rural tourism should be developed first, as well as sports and recreational tourism, both on water and land. They also think that tourism animation is not currently present in the tourism offer of the Municipality of Žabalj, but in the future should be included and applied, followed by opinion that the animation is mostly needed in the rural and event tourism.

In the following period, animation programmes for different market segments should be created and also targeted at different age groups of tourists. For example, different programmes should be developed for children who come to one-day excursion and for seniors who come for three-day tour, as their preferences differ, thus entering audience development methods. The programmes for children must be age appropriate and must involve the children to a certain extent, which goes for senior visitors as well, whereas the youth and the adults can be more actively involved in the animation programmes.

Animation in different tourism segments on the municipal territory of Žabalj can contribute to the increased visitation to currently underdeveloped locations. Another benefit of tourism animation could be an increased tourist satisfaction and quality enchantment of tourism services and activities, thus targeting tourism experience which might contribute to the fact that tourist might decide to return and experience additional activities within the municipality.

**Key words:** municipality Zabalj, tourism, tourist animation, river Tisza, sports and recreational activities

## HISTORIC AND ETHNIC HERITAGE IN THE TISZA RIVER VALLEY IN VOJVODINA<sup>5</sup>

**Košić Kristina<sup>1</sup>, Ivkov-Džigurski Andjelija<sup>1</sup>,  
Vujičić D. Miroslav<sup>1</sup>, Dragin Aleksandra<sup>1</sup>, Nadj Imre<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup> University of Novi Sad, Faculty of Sciences, Department of  
Geography, Tourism and Hotel Management*

### **Abstract**

The area of Vojvodina has constantly been stricken by population migrations. Migrations occur due to numerous reasons. Among the basic causes, there is the human tendency towards social and economic transformation of self-status as well as changes in living habits. People most frequently change their place of residence due to economic reasons.

However, there are migrations frequently caused by the reasons of religion, politics and national origin. Their occurrence is either involuntary or voluntary, mass or individual, planned or accidental.

The territory of Vojvodina within geographical borders is divided into three regions - Backa, Banat and Srem. Backa lies between the rivers of Tisza, Danube and the state borders between Hungary and Croatia. Banat lies between the rivers Tisza, Danube, the state borders of Hungary and Romania. And the region of Srem lies between the rivers of Danube, Sava and the state border with Croatia.

---

<sup>5</sup> Supported: Interreg-IPA CBC: HUSRB/1602/31/0204 – WATERTOUR - Development of water tourism on waterways connecting Hungary and Serbia

The Autonomous province of Vojvodina has the area is 21.506 km<sup>2</sup> and population 1.931.809 by 2011 Census. Vojvodina is one of the most interesting area in Europe where the Slavs, Germanic, Romanic and other people live together. There are: 6 official languages, 26 different nations, national minorities and ethnic groups and 34 religious communities. This diverse human factor and vivid history created rich tangible and intangible heritage presented through ethnic, cultural, folk and other heritage forms. We can find beautiful castles, artistic buildings, interesting stories about prominent people, diverse gastronomy both in cuisine and wine, archaeological sites, religious objects and also “living“ culture manifested through certain life style. Main area of interest is eight Municipalities: Kanjiža, Novi Kneževac, Čoka, Ada, Bečej, Novi Bečej, Zrenjanin and Titel. Tourism offer on Tisza river and within the settlements can be presented through complex tourism activities and forms of tourism such as educational tourism, historical and archeological tourism, cultural tourism, gastronomy or food tourism, rural tourism, ethnological tourism, museum tourism and many other. All mentioned activities interact and blend into one multi attractive destination of cross-border region and in that form can be presented to the wider tourism market.

**Key words:** tourism, river Tisza, ethnic heritage, cultural heritage



# A DÉL-ALFÖLD TÉRSÉGÉHEZ KAPCSOLHATÓ TISZA MENTI TELEPÜLÉSEK IDEGENFORGAL- MÁNAK SAJÁTÓSSÁGAI ÉS A SPORTTURIZ- MUS LEHETŐSÉGEI<sup>6</sup>

*TOURISM CHARACTERISTICS OF THE SETTLEMENTS  
ALONG THE TISZA RIVER IN THE SOUTHERN  
GREAT PLAIN REGION AND OPPORTUNITIES  
FOR SPORTS TOURISM*

**Vida György**

*Szegedi Tudományegyetem  
Természettudományi és Informatikai Kar,  
Gazdaság-és Társadalomföldrajz Tanszék*

## **Absztrakt**

Napjainkban a turizmus dinamikus növekedése és az általa generált gazdasági, környezeti és társadalmi hatások a kutatások homlokterében vannak. Megállapítható, hogy az idegenforgalmon belül speciális szerepet tölt be a sportturizmus, hiszen ennek a célja lehet valamely sporttal kapcsolatos attrakció vagy esemény megtekintése, de tágabb értelemben ide kell sorolnunk azokat az aktivitásokat is, amelyekben a turisták járulékosan élnek a helyi kínálattal. A sportturizmus így érezhető pluszjövedelmet generál és érdemben hozzájárul a

---

<sup>6</sup> Supported: Interreg-IPA CBC: HUSRB/1602/31/0204 – WATERTOUR - Development of water tourism on waterways connecting Hungary and Serbia

vidéki települések gazdasági versenyképességhez is. Nincs ez másképp Magyarországon és a Dél-Alföld Tisza menti térségében sem, ahol a folyó és az arra épülő aktív életmód régóta meghatározó.

Az előző megállapításokkal összhangban, az elemzésben két kutatási kérdést fogalmaztam meg. Egyrészt arra keresem a választ, hogy a Dél-Alföld térségéhez sorolható Tisza menti települések idegenforgalmában (belföldi és külföldi vendégek aránya, falusi szálláshelyek eloszlása, vendégéjszakák számának változása stb.) milyen területi egyenlőtlenségek vannak és ezek hogyan változtak az utóbbi időszakban. Másrészt azt elemzem, hogy a vizsgált településeknek milyen sporthoz köthető turisztikai lehetőségei vannak és ebben a Tisza milyen szerepet játszik. Tehát a kutatás fő célja, hogy megvizsgálja a térségéhez kapcsolható Tisza menti települések idegenforgalmának sajátosságait és fejlesztésének lehetőségeit a sportturizmus szemszögéből.

A kutatási kérdéseket alapvetően kvantitatív és statisztikai módszerekkel próbálom megválaszolni. Ebből adódóan települési és járási szinten aggregált 2011-es népszámlálási eredményeket, valamint az azóta elérhető statisztikai adatokat használom fel. Többek között használtam a Pearson korreláció és a többváltozós lineáris regresszió módszerét, továbbá a területi egyenlőtlenségek kimutatására hierarchikus és K-közép klaszterelemzést is végeztem. A kvantitatív kutatáshoz szükséges adatokat a KSH Területi Statisztikai Évkönyvének elektronikus adatai, a VÁTI Kft. Országos Településfejlesztési és Területrendezési Információs Rendszerének adatbázisai, valamint a mintaterületbe bevont települések honlapjai szolgáltatották. A matematikai statisztikai számításokhoz, továbbá a térképek elkészítéséhez SPSS 24 és ArcMap 10.3 programot használtam.

Összegezve a kutatási eredményeket megállapítható, hogy a vizsgált Tisza menti településeken az idegenforgalom keresleti és kínálati viszonyaiban jelentős eltérések vannak. Amíg Tiszakécske, Csongrád és Szentes térsége, valamint Szeged településegüttese markáns potenciállal rendelkezik, addig ezen területek között a jelentős turisztikai hiátusok tapasztalhatóik, hovatovább az egyenlőtlenségek növekedtek is az utóbbi időszakban. Mindemellett a kutatásból az is kimutatható, hogy a sportturizmusra fordított pénzek multiplikátor-hatást generálnak és ez áttétesen a Tisza menti települések jövedelmi és munkaerőpiaci helyzetére is kedvező hatást gyakorolnak. Tehát kulcsfontosságú térben összekapcsolni az összefüggő sporttevékenységeket és az ehhez kapcsolódó infrastrukturális és a humán erőforrás fejlesztéseket.

**Kulcsszavak:** Dél-Alföld, sportturizmus, Tisza, földrajzi különbségek, fejlesztési lehetőségek

# FELNŐTT KOROSZTÁLYBAN SZEREPLŐ RÖGBI JÁTÉKOSOK FIZIKAI AKTIVITÁSÁNAK ÉS SPORT IRÁNTI ELKÖTELEZŐDÉSÉNEK VIZSGÁLATA SZEGEDEN

EXAMINATION OF PHYSICAL ACTIVITY AND SPORT  
COMMITMENT AMONG YOUNG ADULT RUGBY  
PLAYERS IN SZEGED

**Bata Bence<sup>1</sup>, Orbán Kornélia<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup>Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

**Bevezetés:** Magyarországon a rögbi még „amatőr cipőben” jár, ezért különösen fontosnak tartjuk – a sportág megerősödésének érdekében –, hogy azok, akik ezt a játékot jelenleg űzik, kellően elkötelezettek legyen a sportág iránt. A rögbizni kezdő fiatalok sportágválasztását számos dolog befolyásolhatja: a játék különlegessége, izgalmassága, érdekessége, a barátokkal tölthető aktív idő, a csapatban végzett kemény, de kreatív edzőmunka, a kiugrás és eredményesség lehetősége.

**Célkitűzés:** Kutatásunk alapvető célja, hogy a szegedi felnőtt korosztályban szereplő rögbi játékosok tapasztalatainak, motívációinak, terveinek és céljainak, illetve a rögbiről alkotott véleményének, és a sportág iránti elköteleződésének ismeretében felmérjük a szegedi rögbi perspektíváit, ezen keresztül pedig a sportág hazai népszerűsítésének és fejlődésének lehetőségeit.

Hipotéziseink:

H1: A játékosok a rögbit szórakoztatónak tartják, és a játék tiszta élvezete mellett a közösség miatt üzik ezt a sportágat.

H2: A játékosok többsége számára a rögbi hobbi, a válogatottban való szereplés, a külföldi sportkarrier lehetősége nem motiváló.

H3: A játékosok többsége rendszeresen végez kiegészítő jellegű, kondicionális képességet fejlesztő edzőmunkát a rögbi mellett.

H4: A játékosok elköteleződése a rögbi iránt lelkes töltetű, fontos szerepet játszik az életükben, a külső nyomás nem jelentős.

**Anyag és módszer:** A felmérést, a Fit World Gorillák Rögbi Club felnőtt csapatában szereplő játékosai között végeztük Szegeden. A kutatásban résztvevők mindegyike olyan tizenhatodik életévét betöltött, már legalább két éve rögbiző férfi játékos volt, aki a vizsgálat időpontjában érvényes sportorvosi- és játékkendéllyel rendelkezett, és rendszeresen látogatta a klub felnőtt csapatának edzéseit. A kérdőívet összesen 30 fő töltötte ki, anonim módon. A kérdőív kitöltőinek átlag életkora  $23,60 \pm 5,67$  év volt, a legfiatalabb játékos 16 éves, a legidősebb pedig 45 éves volt a vizsgálat időpontjában. Érdekesség, hogy a csapat legidősebb tagja csak 28 évesen kezdett rögbizni, 17 éve - és ezzel ő a klub rekordere -, míg a legfiatalabb játékos már 11 évesen találkozott a sportággal, és mára már 5 éves tapasztalata van. A csapat tagjai átlagosan  $16,62 \pm 3,47$  évesen ismerkedtek meg a rögbivel, és átlagosan  $6,98 \pm 4,06$  éve üzik a sportágat. Ez azt jelenti, hogy az eredmények értékelésekor általában véve olyan játékosokról beszélhetünk, akik valamilyen módon már kötődnek a sportághoz.

A felmérést önkitöltéses online kérdőív segítségével végeztük el a 2018/2019-es szezon közepén, november és január között.

A kérdőív 11 kérdésből álló első része többségében zárt kérdéseket tartalmazott a sportoló nemére, életkorára, testmagasságára és testsúlyára vonatkozóan, amelyeket a rögbivel kapcsolatos, ugyancsak személyes vonatkozású általános kérdések követtek, amelyek a sportággal való találkozásra, annak idejére, illetve a sportág űzésének okára, és tudatosságára vonatkoztak. A kérdőív második része a Scanlan és munkatársai (2016) által kidolgozott „Sport-elköteleződés kérdőív-2” magyarra fordított, validált kérdőív (Berki és Pikó, 2018) kérdéseit tartalmazta, amelyben 58 db a sport iránti elköteleződésre irányuló, ötfokú Likert-skálával párosított állítás szerepel, 12 alskálával.

Statisztika: ANOVA, Kruskal-Wallis-próba és Dunn-teszt, Barlett-próba és Tukey-teszt, Mann-Whitney. Adatok: átlag $\pm$ SD.

**Eredmények:** A vizsgált játékosok többsége számára (66%) a rögbi csak egy hobbi, ami fontos része az életnek, de jelentős azoknak a száma is (33%), akiknek komolyabb céljai is vannak. Azok, akik a válogatottban is szeretnének helyt állni (7 fő), kivétel nélkül végeznek kiegészítő jelleggel is edzéseket, de rajtuk kívül is sokan törekszenek arra, hogy eredményesebbek legyenek a pályán, hiszen a játékosok többsége (63%) végez egyéb testedzést is. Tudatosságuk megmutatkozik abban is, hogy 57%-uk igyekszik ügyelni a megfelelő, sportteljesítményt segítő táplálkozásra is.

A játékosok számára fontos motiváció a csapat összetartása, ami jelentősen fokozza a sport élvezetének értékét (4,4 $\pm$ 0,8), és a legtöbben értékesnek tartják azokat a lehetőségeket is, amelyeket a sportág űzése nyújt számukra (3,7 $\pm$ 0,9). Ennek megfelelően a sportági kötődésük jellemzően lelkes töltetű (3,9 $\pm$ 0,9), erőltetett kötődés szignifikánsan alacsonyabban jelenik meg (2,4 $\pm$ 0,9). A fejlődésre való törekvés szintje

aránylag magas a képességbeli ( $3,8\pm 0,9$ ) és a közösségbeli ( $3,8\pm 0,8$ ) teljesítmény szintjén is, és a legtöbben úgy is érzik, hogy megdolgoznak a csapat sikereiért: személyes befektetéseiket mennyiségi ( $3,7\pm 0,9$ ), és a lehetséges veszteségek ( $3,3\pm 1,0$ ) vonatkozásában is jelentősnek érzik. Nem érzik jelentősnek a sok sportolót nyomasztó közösségi nyomást ( $3,1\pm 1,0$ ), és amíg az érzelmi támogatását aránylag jó-átlagos szintűnek érzékelik ( $3,7\pm 1,0$ ), addig informális vonatkozásban ( $3,4\pm 0,9$ ) alacsonyabb értékeket figyelhetünk meg. Mindemellett pedig kirajzolódik az is, fontos számukra a rögbi, hiszen képesek egyéb prioritásaikat háttérbe helyezni ( $2,7\pm 0,8$ ), annak ellenére, hogy mindenki amatőrként, munka és iskola mellett sportol.

**Következtetések:** A sportággal való találkozás ideje és módja meghatározó lehet abban a tekintetben, hogy milyen célokat tűzhetünk ki magunk elé az adott sportágban. Tekintve, hogy a rögbi nem tartozik hazánkban a széles körben űzött sportágak közé, jellemzően csak felnőtt kor küszöbén kerül sor a sportággal való első találkozásra, többnyire amatőr körülmények között, a sportágban kitűzhető céloknak jelenleg megvannak a maga határai.

Sokat lendítene a sportág hazai fejlődésén, ha minél több fiatal megismerkedhetne a sportággal már az iskolában, ha a szövetség továbbképzéseket szervezne a testnevelőknek, akik kisjátékok formájában beépíthetnék a rögbi a mindennapos testnevelésbe. Ha ez működne, valószínűleg többen keresnék meg az egyesületeket, és könnyebben lehetne eredményes utánpótlást építeni, hiszen azt látjuk, hogy a játékosok lelkesedésével, motivációjával egyébként nincsen gond, ugyanakkor az informális támogatás alacsonyabb pontszáma

felhívja arra is a figyelmet, hogy szükség van a sportágban az erőteljes szakmai fejlődésre is.

**Kulcsszavak:** rögbi, magyar sport, fizikai aktivitás, sport-elköteleződés, Szeged.



# **A PRIMITÍV REFLEXEK SZEREPE A MOZGÁSFEJLŐDÉSSEN**

## *THE ROLE OF THE PRIMITIVE REFLEXES ON THE DEVELOPMENT OF MOVEMENT*

**Gubik Krisztina<sup>1</sup> és Nagy Ágnes Virág<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

### **Absztrakt**

A fejlődésnek, az idegrendszer alapjainak a magzati élet során megjelenő primitív reflexek képezik a hátterét, amelyek funkciói közé tartozik a születés és az első életév kihívásaihoz való alkalmazkodás segítése. Ezek a reflexek a tipikus fejlődés során természetes módon eltűnnek (legátlódnak), azonban, ha valami miatt fennmaradnak (perzisztálnak), az az idegrendszer éretlenségére, a fejlődési folyamat megváltozására utalhat. Ennek következményeként tanulási nehézségek, részképesség-zavarok, magatartászavarok alakulhatnak ki. A kutatás célja annak bebizonyítása, hogy óvodás korú gyerekek jelentős részénél a primitív reflexek nem gátoltak le teljes mértékben, azaz perzisztálnak, ezért szükség lenne egy komplex szemléletű mozgásfejlesztő program bevezetésére, és mindenképp egy szűrő teszt alkalmazására 3 és fél éves kor felett.

A primitív reflexek vizsgálatában szegedi óvodák vettek részt. Az egyik a Szegedi ÓVI Toldy Utcai Óvoda, a másik pedig a Szegedi ÓVI Nádor Utcai Óvoda nagycsoportos gyermekei voltak. A felmérés 2018. áprilisában zajlott le, mely során 55 gyer-

mek lett megvizsgálva, melyből 26 lány és 29 fiú volt. A vizsgálatok az óvodák fejlesztő szobáiban zajlottak. A méréskor a teremben a vizsgált személy és a vizsgálók tartózkodtak. A vizsgálati idő egy személyre 7-8 percet vett igénybe.

*Rajzolásnál és toronyépítésnél* megfigyeltük, hogy a gyermek melyik kezét használja és mennyire koordinált a kéz és az ujjak mozgása. A finommotorika és dominancia feladat után a primitív reflex vizsgálatok következtek: markoló reflex, szimmetrikus tónusos nyaki reflex, hátgerinc-csípő reflex. A reflexek felméréséhez Sally Goddard által összeállított vizsgálatot alkalmaztuk. *Markoló reflex vizsgálata:* A reflex vizsgálatokor a gyermek zárt állásban helyezkedett el a kijelölt helyen, karját könyökben behajlítva a testétől eltávolítva, előrenyújtva tartotta, a tenyere pedig laza kéztartással fölfelé nézett. A vizsgálat: A vizsgáló személy egy puha ecsettel kétszer simította végig a gyermek tenyerét a tenyérvonalak mentén. Az ecset használatát követően kétszer ujjheggyel is elvégezte a vizsgálatot ugyanolyan módon, ahogy azt ecsettel is tette. *Szimmetrikus tónusos nyaki reflex vizsgálata:* A gyermek egyenes háttal térdelőtámaszban helyezkedett el, tekintete a földre szegeződött. Vizsgálat: A méréskor a gyermeket meg kellett kérni, hogy ebben a helyzetben lassan hajtsa le a fejét úgy, mintha keresztül akarna nézni a combjai között. Ezt követően maradjon így 5 másodpercig, majd emelje fel a fejét, mintha meg akarná nézni a menynyezetet, és ismételten tartsa meg a helyzetet 5 másodpercig. A gyakorlatot egymást követően négyszer ismételte meg. *Hátgerinc-csípő reflex (Galant-reflex):* A gyermek térdelőtámaszban, a vizsgáló pedig mögötte térdelőállásban helyezkedett el. Vizsgálat: A felmérő kezében egy puha ecset volt, mellyel a gyermek hátát a gerinc mellett körülbelül 1-1,5 cm-re simította végig, a váll alatt indítva egészen a csípőig. Ezt az eljárást mindkét

oldalán elvégezte felváltva kétszer, majd az egész vizsgálatot megismételte az ujjhegyével is.

A vizsgált 55 főből a toronyépítő feladatnál a legtöbben 60-70%-osan teljesítették a követelményt (27 fő), és mindössze 14 fő volt, aki 80-100%-os teljesítményt mutatott. A kapott eredmények alapján a feladatban a gyerekek 31%-a használta jobb vagy bal kezét. Két kézzel kooperált a csoport több mint fele (67%) és mindössze csak 2%-a, azaz 1 gyermek épített váltott kézzel.

A markolóreflex, a vizsgálati alanyok több mint felénél, 35 főnél legátlódott, amely azt jelenti, hogy náluk nem észlelhető semmiféle rendellenesség. A maradék 20 főnél, eltérő százalékban nem íródott felül az adott reflex. A legenyhébb kategóriába tartozik 16 gyermek, akinél 25%-os az adott reflex perzisztálása. Szimmetrikus tónusos nyaki reflex mindössze csak 4 főnél nincs jelen, a többeknél pedig különböző mértékben kimutatható. A 25%-os és az 50%-os kategória közel azonos fővel rendelkezik. 11 főnél 25%-ban, míg 12 főnél 50%-ban nem gátlódott le a STNR. A hátgerinc-csípő reflex vizsgálati eredmények azt mutatják, hogy a vizsgált primitív reflexek közül ez a reflex az ovisok körében 90%-ban fölülíródott.

A kutatási munka eredményei alapján elmondható, hogy a három reflex közül, csak a szimmetrikus tónusos nyaki reflexmaradvány volt az, amely a gyerekek teljesítményét erősebben befolyásolta, a többi két reflex – markoló reflex és a hátgerinc-csípő reflex – legátlódott a vizsgált alanyok körében. Tovább lépési lehetőség lehet a többi primitív-reflex vizsgálata, hogy megtudhassuk, melyik reflexmaradvánnyal érdemes foglalkozni.

**Kulcsszavak:** mozgásfejlődés, reflex vizsgálata, primitív reflex, reflexmaradványok, óvodás kor

**A DISZKOSZVETÉS ÉS SÚLYLÖKÉS  
KAPCSOLATA, KÜLÖNÖS TEKINTETTEL  
A KIVÁLASZTÁS FOLYAMATÁRA, VALAMINT  
A KÉT DOBÓSZÁM PÁRHUZAMOS  
MŰVELÉSÉNEK LEHETŐSÉGEIRE**

*THE CONNECTION OF THE DISCUS THROWING  
AND SHOT-PUTTING, REGARDING TO THE PROCESS  
OF SELECTION AND THE POSSIBILITIES OF COMBINED  
CULTIVATION ABOUT THESE THROWING EVENTS*

**Várad Krisztina<sup>1</sup>, Vári Beáta<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

**Absztrakt**

**Célkitűzés, hipotézisek:** A kutatásunk arra a kérdéskörre terjed ki elsősorban, hogy a dobóatléták kiválasztása hogyan zajlik le. Ehhez milyen feladatokat végeztenek az edzők, miként látják ezek eredményeit, hogyan vélekednek a kiválasztást követően a versenyszámok egymás mellett művelésének feltételeiről, kedvező, vagy esetlegesen kedvezőtlen hatásukról, valamint a sportági prioritás létezéséről és annak fontosságáról, életkorbeli elhelyezkedéséről. Kutatásunk során fontosnak tartottuk azt vizsgálni, hogy fejleszti-e egymást annyira két versenyszám – esetünkben a súlylökés és a diszkoszvetés –, hogy jobb és versenyszámonként eredményesebb versenyzővé váljon az a dobó, aki több versenyszámot űz, mint, aki csak egyre koncentrálna. Az atlétikában eltöltött éveink alatt nagyon sokszor láttuk, hogy a

versenyzők teherként élik meg az egy versenyen több versenyszámban való indulást, illetve az arra történő felkészülést. Hipotéziseink a súlylökés és a diszkoszvetés együttes művelésével kapcsolatosak:

H1: A sportági kiválasztás során a szakemberek elsősorban „atlétákat” választanak és nem konkrétan diszkoszvetőt vagy súlylökőt.

H2: A versenyzővé válás során választani kell a versenyszámok között, de művelhető mind a kettő közel azonos szinten.

H3: Ifjúsági korban az atlétának már versenyszám-orientációval kell rendelkeznie.

H4: Analóg (forgásos) technika esetén a súlylökés és a diszkoszvetés fejleszti egymást.

**Anyag és módszer:** Elsőként mélyinterjúkat készítettünk 6 vezetőedzővel Magyarország 5 különböző dobóiskolájából (Budapest, Szeged, Nyíregyháza, Szombathely, Szentes). Ennek tapasztalatait is beépítve kérdőívet készítettünk a Google szerkesztőoldal segítségével és online kértem a kitöltést. A célcsoportunk a kimagasló eredményeket elért magyar dobóatléták voltak, akik jelenleg is több versenyszámot űznek. Az online és nem papír alapú kérdőívre azért volt szükségünk, mert törekedtünk arra, hogy itt is, mint az interjúk során, minél szélesebb körben, az ország több pontján élő és versenyző atlétákat érjünk el, melyre csak online felületen volt lehetőségünk. A kérdőív 2018. szeptember 25. napjától 2018. november 07. napig volt elérhető. Ez idő alatt 39 személy töltötte ki a kérdőívet.

**Eredmények:** A vizsgálat alapján elmondható, hogy a dobónak kezdetekkor több dobószámot is űznie célszerű, ügyességének fejlesztése, mozgáskultúrájának szélesítése miatt. Ezt a kérdőíves felmérésünk eredményei is alátámasztják. Látható az is,

hogy a súlylökés és a diszkoszvetés a leggyakrabban párosítható dobómozgás. A kérdésekre adott válaszok alapján már megállapítható, hogy a versenyzők részéről kialakul valamelyik dobószám előnyben részesítése. Minden sportoló, aki választott, meg tudott jelölni egy versenyszámot, akár 3 közül is, ami számára az első. Egy kitöltő sem írt két vagy több versenyszámot, tehát el kellett döntenie, vagy eldöntötték, hogy melyik az a versenyszám, amiben a legjobb. Ettől függetlenül mivel megkérdeztük, hogy melyik versenyszámban, milyen eredményei vannak sokan jelölték a több versenyszámban is kiemelkedő eredményt. Több kitöltő írta, hogy országos bajnokságon dobogós az egyik versenyszámban, míg a másikban vagy bajnok, vagy esetleg helyezett, de akkor is az egyik versenyszámban erősebb és jobb, melyre építik az edzéseket és a felkészülést. A kiválasztás fontosságát kiemeli dolgozatunk, hiszen ez megalapozza a későbbi eredményeket. Bebizonyosodott első hipotézisünk is, mely során bebizonyosodott, hogy atlétát választanak a kiválasztáskor és nem dobóatlétát.

A dolgozatunkban a technikák összehasonlító elemzése rámutat arra is, hogy a dobószámok közötti eltérések igen is számítanak. A speciális edzéseknek köszönhetően egy diszkoszvető sohasem lesz olyan jó súlylökő, hiába űzi mind a két versenyszámot, mint egy olyan súlylökő, aki edzései nagyobb részében a súlylökésre összpontosít. Többben felvetették azt, ami számomra is egyértelmű, hogy meg kell tartani a másik versenyszámot. Abban az esetben, ha széles mozgásismerttel rendelkezik a dobó, akkor a technikában megjelenő, vagy visszatérő hibák javítása is sokkal könnyebb a versenyző számára. Továbbá, ha több versenyszámot űz, több versenyen vesz részt – s mivel a rutin egy nemzetközi versenyen nagyon sokat jelent –, így a tapasztalata is növekszik a

sportolónak, újabb kihívásokkal kell szembe néznie és megoldania. Ezt a magyar ranglisták és saját tapasztalataink is alátámasztják.

**Kulcsszavak:** atlétika, dobószám, súlylökés, diszkoszvetés, sportági kiválasztás

# AMATŐR MARATONI FUTÓK VERSENYFELKÉSZÜLÉSE, TESTTÖMEGE, TÁPLÁLKOZÁSI ÉS FRISSÍTÉSI SZOKÁSAI, VALAMINT A HOLT-PONT JELENTKEZÉSE A VERSENY ALATT

*AMATEUR MARATHON RUNNERS' TRAINING, BODYWEIGHT, NUTRITION, REFRESH HABITS, AND "HITTING THE WALL" DURING THE RACE*

**Dékány Máté<sup>1</sup>, Győri Ferenc<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup>Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

**Célkitűzés, hipotézisek:** Vizsgálataink arra irányulnak, hogy megtudjuk, a maratoni távot teljesítő amatőr futók mennyire figyelnek oda a verseny előtti felkészülésükre, táplálkozásukra, verseny alatti frissítésükre, valamint arra, hogy hogyan élik át a holtpont jelentkezését a verseny alatt. Érdekelt bennünket az is, hogy egyáltalán mennyire ismerik a versenytáv teljesítéséhez szükséges felkészülési és táplálkozási, valamint frissítési elvárásokat. Kutatási hipotéziseink a következők:

H1: Feltételezzük, hogy a km-ben kifejezett magasabb heti edzésterjedelemmel rendelkező futók jobb időeredményt érnek el a maratoni távon.

H2: Feltételezzük, hogy a heti edzésterjedelem, fordított kapcsolatban áll a versenyzők testtömegindexével (BMI).



H3: Feltételezzük, hogy a futók többsége a versenyt megelőző és versenyt követő 1-2 hétben megváltoztatja edzési szokásait: csökkenti a terjedelmet és az intenzitást.

H4: Feltételezzük, hogy a versenyzők többsége ismeri a „szénhidrátfeltöltés” elveit és használja is azt.

H5: Feltételezzük, hogy a verseny alatti frissítés során a versenyzők élnek a szükséges folyadékpótlással, korszerű táplálékkiegészítőket használnak (pl. izotóniás italok, frissítő zselé) és gondoskodnak a kellő szénhidrátbevitelről.

H6: Feltételezzük, hogy a kitöltők ismerik a holtpont érzését, s többségüknél a maratoni táv teljesítése közben jelentkezett ez az érzés.

H7: Feltételezzük, hogy a holtpont – a szakirodalmi adatoknak megfelelően – körülbelül a 30. kilométernél jelentkezett.

**Anyag és módszer:** Kérdőívünkkel a 33. SPAR Budapest Maraton résztvevőit (n=104) kerestük fel online formában, melyhez a szervező, a Budapest Sportiroda (BSI) hozzájárult. A kitöltésre a versenyt követően 15 nap állt rendelkezésre. A minta 51%-a nő és 49%-a férfi. Az átlag életkor 37,88 ( $\sigma=0,61$ ). A férfiak átlagosan 6,1, a nők 2,7 maratont teljesítettek életük során. Minden 3. futónak ez volt az első versenye. Azt, hogy rekreációs sportolókról van szó illusztrálja legjobb maratoni teljesítményük: A kitöltők csupán 13,46%-ának jobb az ideje 3 óra 30:00 percnél. A fenti versenyen futott idő átlagosan: 4:08:58 (Férfiak: A= 3:56:37,  $\sigma=0:57:31$  ; Nők: A=4:20:51,  $\sigma=1:00:23$ ). A heti átlagos a felkészülési időszakban edzésterjedelem 43,9 km volt, a testtömeg átlagosan 68,97 kg ( $\sigma= 0,82$  kg). A férfiak átlagosan 69,10 kg a nők 68,85 kg tömegűek voltak. A kitöltők átlagos testmagassága 172,80 cm ( $\sigma= 1,30$  cm). A BMI 22,9, vagyis a normál tartományba esik ( $\sigma=2,8$ ). A nők átlaga (21,7). kisebb a férfiakénál (24,3).

**Eredmények:** Első (H1) hipotézisünk nem igazolódott be: a heti km-ben kifejezett edzésterjedelem önmagában nem eredményezett szignifikánsan jobb teljesítményt. Míg a férfiaknál a 70 km felett futók átlagideje a legjobb, a nőknél azok érték el a legjobb átlagos időeredményt, akik hetente 50-70 km-t futnak. Ugyanakkor a differencia nem számottevő. Második hipotézisünk (H2) vonatkozásában gyenge fordított kapcsolatot mutatunk ki a hetente lefutott kilométerek száma és a testtömegindex között ( $r=-0,255$ ,  $p<0,05$ ). A férfiak esetében a BMI emelkedésével csökken az egy héten lefutott táv, a nőknél ez nem tapasztalható. Férfiaknál a 60 kg alattiak futnak a legtöbbet, nőknél pedig a 75 és 90 kg közöttiek. Harmadik (H3) hipotézisünk igaznak bizonyult, a versenyt megelőző két hétben a kitöltők 72,1%-a megváltoztatta az edzési szokásait. Közülük 73,3%-a csökkentette a távot és az intenzitást is. 13,3% növelte a táv hosszát, de csökkentette az intenzitás erősségét. Csökkentette a távot és növelte az intenzitást 6,7%, valamint ugyanennyien növelték az intenzitást és a távot is. A megkérdezettek 70,2%-a a verseny után csökkentte edzései intenzitását és terjedelmét is. 10,6% válaszolt úgy, hogy 2-3 napot teljesen ki fog hagyni, míg a szokásos edzéstervnél marad 7,7%. Negyedik (H4) hipotézisünk beigazolódott, hiszen a kitöltők 89,3%-a tudatosan használta a szénhidrátfeltöltést a verseny előtt. A kitöltők 26%-a követett ezen túl valamilyen különleges étrendet a maratont megelőző két hétben. Az emelt szénhidrátbevitel mellett voltak, akik teljesen megvonták maguktól a húsból készült ételeket. A gluténmentes táplálkozás is megjelent a több napi zöldségbevitel mellett. Ötödik hipotézisünk (H5) ugyancsak bizonyítást nyert: A kitöltők 94,2%-a fogyasztott vizet a versenyen, ezt követték az izotóniás italok (84,6%), majd a kóla (28,8%). Ezek mellett néhányan energiatalt is ittak. A táplálékbevitelnél a

zselé a leghasználatosabb, 59,6%-uk vette igénybe. 41,3% evett banánt, és 17,3%-uk valamilyen formában cukrot. Hatodik hipotézisünket illetően, nem találtunk lényeges eltérést a holtpont megtapasztalása vonatkozásában: kitöltők csupán 51%-a élte át a holtpont jelentkezését. A nők 41,51%-a és a férfiak 60,78%-a számolt be erről. Korcsoportokra bontva a 25 és 35 év közöttieknél figyelhető meg leginkább. A holtpont kialakulása kapcsán említették a szénhidráttraktárok kiürülését, a nem megfelelő mennyiségű ásványi anyag bevitelét, a frissítés helytelen alkalmazását, az edzettség hiányát, a túl gyors iramot és az időjárást is. Sokan azt írták, hogy ez egy mentális probléma, és csak fejben dől el. Hetedik hipotézisünk (H7) igazolta a szakirodalmi adatokat: a holtpont átlagosan 30,66 km-nél jelentkezett.

**Konklúziók:** A maratonfutás töretlenül népszerű a rekreációs sportolók körében, egyre többen készülnek erre a nagy erőpróbara. A felkészülés során lefutott heti táv (km) – noha a legtöbb amatőr futó csak ezt tartja fontosnak – önmagában nem garantálja a jó maratoni teljesítményt, mert ehhez leginkább a felkészülés szakszerűségére, a terhelési összetevők (edzésintenzitás, edzésgyakorlás, terjedelem, koordinációs és a nyújtó-lazító gyakorlatok) optimalizálására lenne szükség. Mindamelllett a versenyzők többsége a versenyt megelőző hetekben igyekszik „rápihenni” a versenyre és azt követően pedig időt szán a regenerálódásra. Táplálkozási, frissítési szokásaikat saját versenyzői tapasztalataik és a rendelkezésre álló információk, források alapján többnyire tudatosan, odafigyeléssel alakítják. A holtpont érzését ismerik, sokan helyesen magyarázzák annak élet-tani és pszichológiai hátterét.

**Kulcsszavak:** maratoni futás, maratoni felkészülés, sporttáplálkozás, frissítés, holtpont.

# KÜLÖNBÖZŐ ZENEI STÍLUSOK HATÁSA A FUTÁS KÖZBEN ÉS UTÁN MÉRT PULZUSÉRTÉKEKRE

*EFFECT OF DIFFERENT MUSIC STYLES ON HEART  
RATE DURING AND AFTER RUNNING*

**Varga Ildikó<sup>1</sup>- Petrovszki Zita<sup>2</sup>**

*<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem*

*Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar*

*<sup>2</sup> Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar*

*Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

**Bevezetés:** A zene hangulatjavító hatása közismert, ugyanakkor számos korábbi tanulmány eredményei utalnak arra, hogy a zene a szomatikus funkciók élettani paramétereit is képes megváltoztatni.

**Célkitűzés, hipotézisek:** A kutatásunk fő célja a különböző stílusú zeneszámok pulzusértékekre gyakorolt hatásának vizsgálata, hogyan hat, illetve hogyan befolyásolja a zene a terhelés alatti szívfrekvenciát és ezt követően a regenerációs fázisban mért pulzusmegnyugvást.

H1: Feltételeztük, hogy a futás közben regisztrált átlag pulzusértékek a különböző zenei stílusok során eltérőek lesznek, és szignifikáns különbség mutatkozik a klasszikus és a rock zene hallgatása közben.

H2: Úgy gondoltuk, hogy a maximális pulzusértékek átlaga a hard rock stílusú zenehallgatás közben lesz a legmagasabb.

H3: Feltételezésünk szerint leginkább a klasszikus zene csökkenti a szívfrekvenciát a regeneráció alatt.

**Anyag és módszer:** A kutatásba bevont személyeknek ( $n=9$ ; átlag életkor  $21,25\pm 1,38$  év), 5 km-es távot kellett lefutniuk az 1km-es szegedi Erzsébet ligeti futópályán. A futás közben okostelefonról fülhallgatón keresztül összesen 3 különböző zenei stílust alkalmaztunk, illetve kontrollnak a zene nélküli futást tekintettük. A zenét, a stílusukon kívül, meghatározott percenkénti ütés szám (BPM) alapján válogattuk össze, ami a pop stílusnál 110-140 BPM intervallumot jelentett, a hard rocknál 120-160 BPM és a klasszikusnál pedig 100-120 BPM volt. Minden stílussal az 5 km-es távot kétszer kellett megtenniük, a minél objektívebb eredménynek elérése érdekében. A szívfrekvencia időbeni változásait a futások közben és után is, egy mellkas pánton található szenzor (Polar H7) regisztrálta, mely adatait az okostelefonon letöltésre került applikáció (Polar Beat) mentette el. A pulzusmegnyugvás monitorozásához közvetlenül a futás után 3 percenként, összesen 3 alkalommal mértük a résztvevők vérnyomását és a pulzus értékeiket (Omron M2) vérnyomásmérővel.

**Eredmények:** A futás közben mért átlag pulzusértékek között szignifikáns különbséget nem tapasztaltunk a különböző zenei stílusok tekintetében. A maximális pulzusérték átlaga a pop stílus mellett volt a legmagasabb ( $187,5\pm 9,0$ ), míg a legalacsonyabb a klasszikus zene hatására volt kimutatható ( $179,77\pm 7,1$ ). A pulzus regeneráció során a legnagyobb mértékű, közel 22 %-os szívfrekvencia csökkenés a zene nélküli és a klasszikus zene melletti mérés során volt detektálható a regenerációs pulzuszérés végére. A regenerációs időtartam alatt mért pulzusértékeket átlagolva viszont szignifikáns eltérés mutatkozik a stílusokban,

$p < 0,001$ . Ismétléses varianciaelemzéssel a popzene szignifikánsan eltér a többi zenei stílus eredményeitől.

**Konklúziók:** Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a zenestílustól függően képes befolyásolni a terhelés közbeni szívfrekvenciát és a klasszikus stílusban gyorsítani a pulzusregenerációt terhelést követően. A zene reakcióit alapvetően szubjektívnek tekinthetjük, de a korábbi tanulmányok is azt mutatták, hogy a kardiorespiratorikus változók (pl.: ventilláció, szívfrekvencia, vérnyomás) az egyéni preferenciától függetlenül a gyorsabb tempóval pozitív korrelációt mutatnak, míg a lassú vagy meditatív zene nyugtató hatást okozhat. Továbbiakban mindenképpen terveznénk az elemszám növelését, annak érdekében, hogy minél pontosabb következtetéseket tudjunk levonni.

Kutatásunkat az Új Nemzeti Kiválóság Program pályázat keretein belül végeztük el. Azonosító: UNKP-18-1-II-SZTE-3.

**Kulcsszavak:** zene hatása, zenei stílusok, kardiorespiratorikus változók, pulzusérték, futás, terhelés.

# TÁNC ÉS MOTIVÁCIÓ

## *DANCE AND MOTIVATION*

**Bitó Péter<sup>1</sup>, Orbán Kornélia<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> *Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

### **Absztrakt**

**Bevezetés:** A tánc a művészeteknek egy olyan ága, amely lényegében egyidős az emberiséggel, olyan ritmikus mozgásforma, amely a test mozgásával alkalmas érzelmek kifejezésére és társadalmi kapcsolatok építésére is, mindemellett pedig akár spirituális tartalommal is bírhat. Valószínűleg nem él ma olyan ember, aki ne került volna valamilyen kapcsolatba a táncsal, a táncnak valamelyik műfajával, amelynek modern változatai a fiatalok körében különösen népszerűek, ám azt tapasztalhatjuk, hogy a kor előrehaladtával egyre kevesebben és egyre ritkábban táncolnak.

**Célkitűzés:** Kutatásom alapvető célja, hogy választ kapjak arra a kérdés-re, hogy egy felnőtt korú táncos hogyan képes megőrizni a motivációját, milyen tényezők segítik abban, hogy akár több mint tíz év távlatában is kitartson sportága, a tánc mellett, és hétről hétre lelkesedéssel jelenjen meg a próbákon.

H1: Feltételezem, hogy a táncosok számára az egyik legfontosabb motivációs tényező a közösség, amelynek a részei.

H2: Feltételezem, hogy a legtöbben azért is táncolnak, hogy egészségüket megőrizték és testalkatukat tökéletesíthessék.

H3: Feltételezem, hogy a profi táncosok többsége sokszor már csak azért táncol, mert jövedelme származik belőle.

**Anyag és módszer:** A táncosok motivációjának vizsgálatához egy két részből álló, önkitöltéses, online kitölthető kérdőívet alkalmaztam, amelynek első része általános szociodemográfiai és sportolási szokásokkal kapcsolatos kérdéseket tartalmazott, míg a második részben az „*Exercise Motivations Inventory 2*” (EMI-2; *Markland és Ingledew, 1997*) kérdései már konkrétan a sportolási szokások mögött rejlő motivációs tényezőkre vonatkoztak.

A kérdőívet a *Győri Balett* (Győr), az *Experidance* (Budapest) és a *Szegedi Kortárs Balett* (Szeged), valamint a *PRO-ART Alapfokú Művészeti Iskola* (Kistelek) és a *TánCentrum Alapfokú Művészeti Iskola és Művészeti Szakgimnázium Modern Tánc Tanszak* (Szeged) táncosai közül összesen 60 fő töltötte ki önkéntesen, anonim módon. A kitöltők között 49 nő és mindössze 11 férfi volt, ami érthető annak tükrében, hogy a modern táncot és a balettet inkább a nők választják, így ez a nemi arány aránylag jól tükrözi ennek a táncos populációnak a nemi megoszlását. A legfiatalabb kitöltő 12 éves, a legidősebb pedig 40 éves volt, a táncosok átlag életkora pedig  $18,75 \pm 5,2$  év volt, ami jól mutatja, hogy java részt fiatal, még tanulmányaikat folytató táncosokról van szó (82%), míg a többiek már mind munkavállalók (18%). Közös bennük, hogy mindegyikük több éve táncol már, és heten-te legalább egy próbán/edzésen rendszeresen részt vesz: 5%-uk akár naponta többször is, 12%-uk naponta, 35%-uk hetente 3-4 alkalommal és 48%-uk hetente 1-2 alkalommal jár edzésekre, próbákra.

A táncosok motivációra vonatkozó válaszait az EMI-2 kérdőív pontozókulcsa szerint értékeltem, 14 motivációs skála alapján: stresszkezelés, revitalizáció, élvezet, kihívások keresése, társas kapcsolatok, hovatartozás, versenyzés, egészség megőrzése, betegségek elkerülése, egészséges élet, testsúlykontroll, külső



megjelenés, erő és kitartás és a mozgékonyosság. Ezeket a skálákat összesítve 5 alapvető motivációs tényezőt határozhatunk meg: pszichés tényezők, szociális tényezők, egészségügyi tényezők, testalkati és fizikális tényezők.

Statisztika: leíró matematikai statisztika. Adatok: átlag.

**Eredmények:** A vizsgáltban résztvevő táncosok számára a legjelentősebb motivációs háttér a pszichés tényezők jelentik (3,81), de fontosak a fizikális (3,24) és szociális tényezők is (3,14), míg a testalkati (1,81) és egészségügyi tényezők (1,73) jelentősen háttérbe szorúlnak, kevésbé fontos tényezőkként szerepelnek.

A pszichés tényezők között a revitalizáció (3,94) és az új kihívások keresése (3,91) jelent meg erőteljesebben, de az élvezet (3,89) is hasonlóan magas pontszámot kapott, és aránylag magasnak számít a stresszkezelés lehetőségének pontszáma is (3,51). A fizikális tényezők között hasonlóan fontosnak tűnt az erő és hajlékonyág (3,29), valamint a mozgékonyág (3,20), amelyek kétségkívül nagy szerepet játszanak a táncban. A szociális tényezők között a hovatartozás jelent meg a legerőteljesebben (3,55), és csak ezt követte a társas kapcsolatok kialakításának lehetősége (2,95), és a versenyzés vagy szereplés élménye (2,93). A testalkati tényezők közül a táncosok a külső megjelenést (1,90) valamivel fontosabbnak tartották, mint a testsúly kontrolljának lehetőségét (1,72), ami nem meglepő, hiszen a profi táncosok többsége jellemzően vékony, ektomorf típusú testalkattal rendelkezik. Az egészségügyi tényezők egyes faktorainak eredményei között jelentősebb eltérések mutatkoztak: a táncosok számára fontos az egészséges élet (3,02), ami a többi eredményhez képest kimagasló, hiszen aránylag fiatalon még csak kevesen gondolnak a betegségek elkerülésére (1,48), ami viszont meglepő, hogy minden alkálát figyelembe véve az

egészség megőrzésére (0,72) gondolnak a legkevésbé testmozgásra, táncra motiváló tényezőként.

Összességében elmondható, hogy a közösséghez való tartozás igen fontos motivációs tényező a táncosok körében, azonban többre értékeli magának a táncnak az élvezetét, a tánc által nyújtott feltöltődés és kikapcsolódás lehetőségét, vagy azokat a kihívásokat, amit például egy új koreográfia elsajátítása jelent. Ezt figyelembe véve, a sikerélmények elérésének és a motiváció fenntartásának az egyik feltétele éppen a fittség, a hajlékonyság és a mozgékonyáguk megőrzése lehet, ami érthetővé teszi, hogy a táncosok számára fontosabb testük funkcionalitása, mint az, hogy éppen milyen a testalakjuk. Azonban ezzel együtt is igen meglepő az egészség tánc által történő megőrzése nem jelentős motivációs tényező - még annak ellenére is, hogy a mintában csak hét olyan személy szerepel, akik számára profiként a tánc egyben a megélhetés fő forrását is jelenti, mindez viszont azt is sugallja, hogy a pénz sem tartozik a fő motiváló tényezők közé.

**Következtetések:** Manapság fontos szempont, hogy egészség-tudatos, testmozgásos életmódunkat minél tovább fenntarthatassuk, ezért fontos az, hogy segítsük a fiatal táncosok motivációjának szinten tartását, és pontosan meghatározzuk minden ember számára a megfelelő indítást a sporthoz, testmozgáshoz - a tánchoz.

# AZ UTÁNÓTLÁSKORÚ KOSÁRLABDÁZÓK SPORTÁGGAL KAPCSOLATOS JÖVŐKÉPÉNEK FELTÉRKÉPEZÉSE

*THE ASSESSMENT OF HOW YOUTH BASKETBALL  
PLAYERS SEE THEIR FUTURE IN THE SPORT*

**Fehér Ádám Sándor<sup>1</sup>-Szablics Péter<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup>Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

**Bevezetés és célkitűzések:** A kutatásunkban szeretnénk volna feltérképezni az utánpótlás korú kosárlabdázók sport iránti elkötelezettségét, motivációját és hogy hogyan képzelik el magukat a jövőben a kosárlabda sport mellett. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy melyik nem szeretne inkább profi játékos, versenyző lenni és melyik dolgozna inkább a sport mellett, a sport fejlődését elősegítő szakemberként.

**Anyag és módszer:** Vizsgálatunkat 75 fő (15,2 ± 2,12 év) Szegedi, Kecskeméti, Nagykőrösi és Ceglédi U12-U20 korosztályban versenyző kosárlabdázón végeztük. Kutatásunkban egy demográfiai háttérkérdőívet és egy 5 szempont alapján osztályozható 12 célt tartalmazó jövőorientációs kérdőívet használtunk fel. Kérdőív adatait két mintás T-próbával elemeztük ( $p \leq 0,05$ ).

**Eredmények:** A fiúk szignifikánsan, 1,04 ponttal fontosabbnak tartják, hogy NBA játékosok legyenek, mint a lányok. Az amatőr magyar játékosvá válás fontosságában a lányok érték el szignifikánsan jobb (0,87 pont) eredményt.

Az NBA játékos (0,78 pont), és a profi magyar játékos (0,9 pont) célok megvalósulását szignifikánsan a fiúk értékelték jobban, míg az amatőr sportot a lányok értékelték szignifikánsan magasabban, mégpedig 0,86 ponttal. Az, hogy ezek a célok mennyire konkrétak, a fiúk válaszai alapján szintén szignifikáns különbség mutatkozott, mivel az NBA játékos konkrétsága 1,22 ponttal és a profi magyar játékos konkrétsága 1,12 ponttal lett magasabb a lányok pontjainál. Szülői támogatás tekintetében egyedül a munka melletti hobbijátékos válaszainál kaptunk szignifikáns különbséget. Itt a lányok pontjai 0,9 ponttal magasabbak, mint a fiúké. Amikor azt kérdeztük meg, hogy ezek a célok hány éves korban reálisak, akkor 12 lehetőség közül a fiúk 8 alkalommal szignifikánsan magasabb életkort adtak meg a lányokhoz képest (NBA játékos - 2,27 év; munka melletti hobbi játékos - 2,9 év; külföldön edző - 7,15 év; - Magyarországon edző - 6,83 év; hivatalos személy mérkőzésen - 5,17 év; munka melletti játékos vezető - 4,85 év; játékos menedzser - 6,34 év; sportdiplomata - 5,82 év).

**Következtetések:** A kutatás eredményei alapján a fiúk céljai között nagyobb hangsúllyal figyelhető meg, hogy versenyzők, sportolók szeretnének lenni. A sportág melletti munkavégzés tekintetében a két nem között nem találtunk igazán nagy különbséget, de örömteli, hogy ezeket a célokat is számba vették a fiatalok. A szülők támogatása összességében erősnek mondható a sportot tekintve, de szignifikáns eredményt csak a lányok munkavégzés melletti sportolásánál mértünk. A célok várható életkori megvalósulásánál abszolút beigazolódta az elvárásaink. A kutatásunk sikeres volt, bebizonyosodott, hogy a versenyzői pálya mellett másmilyen

kosárlabdával, sporttal kapcsolatos munkát is el tudnak maguknak képzelni a fiatalok. A pontosabb rálátás érdekében további mérésekre lesz szükség, nagyobb elemszámmal és nyitottabb kérdésekkel.

**Kulcsszavak:** kosárlabda, kosárlabdázók, utánpótlássport, motiváció, versenyzői pályafutás

# ELSŐSEGÉLYNYÚJTÁS OKTATÁSA AZ ISKOLÁBAN: KÉT CSONGRÁDI KÖZÉPISKOLA DIÁKJAINAK FELMÉRÉSE ALAPJÁN

*FIRST AID SCHOOL TRAINING: SITUATION PICTURE  
BASED ON THE ASSESMENT OF TWO SECONDARY  
SCHOOLS IN CSONGRÁD*

**Hajdú István<sup>1</sup>, Katona Zsolt<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

**Célkitűzés, hipotézisek:** Szakdolgozati kutatásom célja volt, hogy felmérjem közvetlen lakókörnyezetemben, Csongrádon működő középiskolák diákjainak elsősegélynyújtással kapcsolatos tudását és bizonyos helyzetekben elővételezhető segítségadási hajlandóságát. Adott körülmények között vajon hogyan és mennyire segítenének egy ismeretlen vagy ismerős személyen.

H1: Feltételeztem, hogy a Batsányi János Gimnázium tanulói jobban teljesítenek elsősegélynyújtásban, mint a Sághy Mihály Szakgimnázium tanulói, mivel az iskolaszerződésben áll a Magyar Vöröskereszttel és bázis iskolaként tevékenykedik.  
H2: Az idősebb korosztály jobb eredményt fog elérni, mivel nekik lehetőségük van jogosítvány megszerzésére. Aminek egyik feltétele, hogy sikeres vizsgát tesznek elsősegélynyújtásból.

H3: A válaszadók többsége nagyobb hajlandósággal segítene családtagján, mint egy idegen hanyag kinézetű személlyel szemben.

H4: Akik valamilyen sportágat rendszeresen űztek azok nagyobb hajlandósággal segítenek.

H5: A magasabb iskolai végzettséggel rendelkező szülők gyermekei nagyobb hajlandósággal fognak segíteni idegen embereken.

**Anyag és módszer:** A felmérések helyszíne a Batsányi János Gimnázium és a Sággy Mihály Szakgimnázium volt. A Batsányi János Gimnázium a *Vöröskereszt bázis iskola* programban vesz részt. Az iskola 2014-2015. tanév I. félévében csatlakozott, majd választható szakkör keretein belül heti egy óraszámban tanulhatnak szakképzett oktató segítségével elsősegélynyújtásról a diákok. A Sággy Mihály Szakgimnáziumban nem folyik külön elsősegélynyújtás-oktatás. A felmérést 2018. március hónapban végeztem el. A mérés módszere önkitöltős kérdőíves módszer volt, melynek kérdései között általam szerkesztett nyílt és feleletválasztós kérdések voltak. A tesztek elvégzéséhez olyan helyre volt szükségem, ahol a gyerekek nem zavarják egymást, illetve nincsenek egyéb befolyásoló tényezők. A legalkalmasabb színtérnek a Batsányiban a tornaterem bizonyult, ahol papír-ceruza formában töltötték ki a tesztet, míg a Sággy Mihályban az informatikaterem (online formában töltött teszt) bizonyult a legjobbnak, így ott végeztük el a feladatokat.

A diákok felmérésén túl egészségügyi szakdolgozókkal végeztem beszélgetéseket. Az interjúk előre meghatározott kérdések mentén zajlottak. A kapott adatokat leíró statisztikai eljárással elemeztem.

Az vizsgálatban részt vett tanulók életkora 15-19 év között szóródott. Mind a két iskolát kilencedik évfolyamától a tizenkettedig-évfolyamig vizsgáltam. A nemek arányát tekintve a fiúk gyakorisága majdnem megegyezett a lányokéval. A fiúk részvételi aránya 53,8% (105 fő) a lányok aránya 46,2% (90 fő) volt. A kutatásomban összesen 195 személyt mértem fel. A Batsányi János Gimnáziumban 100 személyt, míg a Sággy Mihály Szakgimnáziumban 95 személyt sikerült a kutatásom alá vonni.

**Eredmények:** A szakképzett egészségügyi dolgozók egyhangúan azt válaszolták, hogy a mai fiatalság nem kap megfelelő szemléletet és oktatást sem általános iskolában sem középiskolában. Nagyobb hangsúlyt fektetnének a diákok képzésére. Tudomásuk szerint nem rég elindult egy önkormányzati projekt, amiben osztályfőnöki óra keretein belül tanulhatnak a diákok elsősegélynyújtást. A munkájukból adódóan számos olyan esettel találkoztak, ahol fiatalok által elszenvedett sérüléseket kellett ellátniuk. Elmondásaik alapján, amelyet iskoláskorú gyermekek testnevelésóra keretein belül elszenvednek: ficam, zúzódás, rándulás, törések, hámsérülések.

A nem megfelelő odafigyelés, illetve szabályok be nem tartása miatt alakulhatnak ki azok a veszélyek, amelyek miatt külső (orvosi) beavatkozás szükséges. Véleményük szerint legalkalmasabb korosztály, akit az elsősegélynyújtás oktatásába bele lehetne vonni az általános iskola felső tagozatos diákjai. Nagyon fontosnak tartják, hogy minden tanuló megfelelően elsajátítsa és alkalmazza az elsősegélynyújtást. Legutóbb egy óvodai egészségnapon vettek részt, ahol játékos módon tanították a kicsiknek a segítségnyújtás különböző módszereit.

**Konklúziók:** A Batsányi János Gimnázium tanulói nem feltétlenül teljesítettek jobban az elsősegélynyújtásban, mint a



Sághy Mihály Szakgimnáziumban tanulók, viszont a témához való hozzáállásuk szignifikánsan jobbnak bizonyult. A batsányis diákok jelenleg is rendszeresen sportolnak. Ez szintén pozitív hatással lehet az elsősegélynyújtáshoz való viszonyulásukban. Az életkor nem mutatott különösebb kapcsolatot az elsősegélynyújtás ismereteivel kapcsolatban. A jogosítvány megléte valóban összefügg bizonyos ismeretek meglétével, így a helyes mellkas-kompressziót fiúk tudták jobban és nekik volt jellemzően jogosítványa. A tanulók nagyon magas érzékenységet mutattak a sérült családtagjaik felé. A sportolás szokása érdekes együttállást mutatott. Az általános iskolai sportolás nem mutat pozitív kapcsolatot, ellenben a jelenleg sportolók hajlandósága a segítségadásra minden szituációban szignifikánsan jobb. A szülők iskolai végzettsége nincs érdemleges hatással a segítségnyújtási hajlandóságot illetően.

**Kulcsszavak:** elsősegélynyújtás, elsősegélynyújtás oktatása, elsősegélynyújtási hajlandóság, Csongrád, Vöröskereszt bázis iskola program.

# HOGYAN JELENIK MEG AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁSRA NEVELÉS A PEDAGÓGIAI FOLYAMATBAN?

*HOW DOES NUTRITION EDUCATION APPEARS IN  
EDUCATIONAL ACTIVITIES?*

**Laskai Márk<sup>1,2</sup>, Mátó Veronika<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> *Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

<sup>2</sup> *Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési  
Intézet*

## **Absztrakt**

**Célkitűzés, hipotézisek:** Kutatásomnak alapvető célja az, hogy megvizsgáljam Orosházán, hogy a pedagógusok a tanítási tevékenységük során egyáltalán foglalkoznak-e a diákokkal az egészséges táplálkozás témakörével, beleteszik-e az éves tanmenetbe ezen témát, ha igen hányszor, milyen osztályban és milyen gyakran tették mindezt. Célom volt még az is, hogy azt is szemügyre vegyem, vajon mennyire kompetensek a pedagógusok táplálkozás tekintetében, ők mennyire tartják be az egészséges táplálkozást a mindennapi életükben.

Feltevésem szerint főleg a fiatalabb pedagógusok tervezik tudatosan az egészséges táplálkozás témakör feldolgozását a tanórákon, (28-45 évesek) akik kevesebb ideje vannak a pályán és kompetensebbnek is érzik magukat ebben a témakörben, mint az idősebb (46-63 évesek) korosztály, akik már régóta tanítanak

(H1). Feltételezem, hogy szinte minden osztályfőnök foglalkozott előző tanévben az egészségtudatos táplálkozás témakörével osztályfőnöki órán (H2). Feltevésem szerint főleg gimnáziumban tanították a pedagógusok az egészséges táplálkozást és leggyakrabban osztályfőnöki órán és testnevelés órán jelent meg (H3). Feltételezem, hogy a kérdőívet kitöltő pedagógusok 20-30 százaléka nem tervezi tudatosan az éves tanmenetben az egészségtudatos táplálkozás feldolgozását (H4). Feltevésem szerint a legtöbb tanár az előadást részesítette előnyben az egészséges táplálkozásra nevelés során (H5). Feltételezem, hogy az osztályfőnököknek az 50%-a beszélt szülői értekezleten az egészségtudatos táplálkozás fontosságáról (H6). Feltevésem szerint a megkérdezett tanároknak több mint a fele egészségtudatosan táplálkozik és csak heti 1-2 alkalommal fogyasztanak egészségtelen élelmiszert, illetve a pedagógusoknak a háromnegyede csak nagyjából jártas a témakörben és körülbelül csak 50%-uk van tisztában teljes mértékben a témakör legfontosabb szempontjaival (H7).

**Anyag és módszer:** A vizsgálatomnak az adatgyűjtése kérdőíves formában zajlott. A kérdőívet interneten lehetett kitölteni, melyet a Google Drive által állítottam össze. Orosháza városában a Székács József Evangélikus Óvoda, Általános Iskola és Gimnázium és az Orosházi Táncsics Mihály Gimnázium, Szakgimnázium és Kollégium igazgatóit kértem meg arra, hogy segítsék kutatásomat és legyenek szívesek megosztani a tanárok körében a kérdőív elérhetőségét (n=30). A 12 kérdésből 10 kérdésnél az előre megadott lehetőségek közül kellett választaniuk, 2 kérdés esetén nekik kellett leírni a megadott helyre a választ. Az elemzéseket, diagramokat a Google Drive és az Excel 2013-as program segítségével készítettem el.

**Eredmények:** (H1) A feltevés részben beigazolódott, hiszen a fiatalabb pedagógusok 79%-a, míg az idősebb pedagógusok 69%-a tervezi tudatosan az egészségtudatos táplálkozás feldolgozását a tanórákon. (H2) Hipotézisem nem igazolódott be, ugyanis a 19 osztályfőnökből csak 13 fő (68%) tanította az egészségorientált táplálkozást osztályfőnöki órán, 6 (32%) pedagógus pedig nem. (H3) A feltevés első fele beigazolódott, hiszen a válaszadó tanárok többsége gimnáziumban tanította legtöbbit az egészségtudatos táplálkozás témakörét. Feltevés második fele csak részben igazolódott be, ugyanis leggyakrabban osztályfőnöki órán és angol órán jelent meg az egészségcentrikus táplálkozás, testnevelés órát csak 3 pedagógus jelölte meg. (H4) Ez a feltevés beigazolódott, hiszen a 30 pedagógus közül, 8 (27%) azt jelölte meg, hogy nem tervezi tudatosan az éves tanmenetben az egészségtudatos táplálkozás feldolgozását. (H5) Hipotézisem beigazolódott, ugyanis Összesen 19-en jelölték meg az előadást, mint előnyben részesített pedagógiai módszert, második leggyakoribb módszernek a vita bizonyult, ezt ugyanis 12-en jelölték meg. Harmadik helyen pedig a strukturált feladatok végeztek, ezt 8-an választották ki. (H6) A hipotézisem beigazolódott, hiszen az osztályfőnökök 58%-a beszélt szülői értekezleten az egészségcentrikus táplálkozásról. (H7) A feltevés részben beigazolódott, ugyanis a 30 tanárból 19 (63%) azt válaszolta, hogy csak heti 1-2 alkalommal esznek egészségtelen ételt, illetve mindössze 5 (17%) pedagógus jelölte meg azt, hogy teljes mértékben jártas ebben a témakörben, 24-en fő azt választotta, hogy nagyjából jártas az egészségtudatos táplálkozás témakörében, illetve 1 fő válaszolta azt, hogy nem igazán jártas a témában. Viszont elemzé-

sem során kiderült, hogy a megkérdezett pedagógusok közül átlagosan 19-en (63%) ismerik teljes mértékben a gyermekekre vonatkozó egészséges táplálkozás témakört.

**Konklúziók:** A kapott eredmények tudatában elmondható, hogy Orosházán tanórai keretekben a pedagógusok az egészségcentrikus táplálkozás témakörére is kitérnek. Pozitív eredmény volt számomra, hogy szinte az összes pedagógus foglalkozott valamely tanórán ezzel a témával, az egészségtudatos táplálkozással. Szintén pozitív tényezőnek tartom, hogy a tanárok nagy része csak ritkán fogyaszt egészségtelen ételt, tehát igyekeznek egészségesen táplálkozni, ezzel is példát mutatva a diákoknak. Kutatásomban kiderült, hogy sok tanár úgy érzi csak részben kompetens az egészségtudatos táplálkozásával kapcsolatban.

**Kulcsszavak:** egészséges táplálkozás, egészségtudatos életmód, iskola, Orosháza.

# NETFIT EREDMÉNYEK VIZSGÁLATA, A SZOCIOÖKONÓMIAI DETERMINÁNSOK TÜKRÉBEN

INVESTIGATION OF NETFIT RESULTS IN REFLECTION  
OF THE SOCIAL ECONOMIC DETERMINES

**Jászberényi Petra<sup>1</sup>, Nagy Ágnes Virág<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup>Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző  
Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*

## **Absztrakt**

A Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt az első olyan fittségi állapotot vizsgáló, testnevelés órán használatos felmérés, mely az egész országban egységes, végrehajtása kötelező és online adatbázisa minden érdeklődő számára megtekinthető. A rendszert 2014/2015. tanévben vezették be országos szinten 5-12. évfolyamos tanulók számára. A Magyar Diáksport Szövetség (MDSZ) által létrehozott online felületen az országostól egészen a tanintézményig lebontva nyomon követhetők a diákok eredményei. A NETFIT tesztrendszer kötelezővé tétele a közoktatásban segítségünkre van abban is, hogy megvizsgáljuk, milyen külső tényezők lehetnek hatással a tanulók fittségi állapotára. A fittségi állapotot ugyanis a genetikai adottságokon túl befolyásolja a családi háttér és a társadalmi-gazdasági környezet is. Mindennek a feltételezésnek igaznak kell bizonyulnia a földrajzi léptékű térben is. Hipotéziseink a következők:

H1: Feltételezzük, hogy azokban a megyékben, ahol a hátrányos helyzetű diákok aránya nagyobb, ott alacsonyabb fittségi állapot tapasztalható, vagyis a NETFIT eredmények gyengébbek.

H2: Hipotézisünk szerint, a magasabb egy főre jutó GDP-vel rendelkező megyékben, magasabb fittségi eredményeket figyelhetünk meg.

H3: Feltehető, hogy azokban a megyékben, ahol az érettségi eredmények jobbak, ott kedvezőbbek lesznek a diákok fittségi mutatói is.

Kutatásunkhoz három országos szintű adatbázis (MDSZ NETFIT statisztika, Oktatási Hivatal és Központi Statisztikai Hivatal), szolgáltatva az adatokat. Az összegyűjtött adatok elemzésével alkalmunk adódott összehasonlítani a NETFIT eredményeket az érettségi eredményekkel és megyék egy főre jutó GDP értékével, valamint az országban nappali oktatásban tanuló hátrányos helyzetű diákok arányával. Keresztek, milyen hatást gyakorolnak a fittségi állapotra a felsoroltak és megfigyelhetők-e kiemelkedő különbségek? A NETFIT adatokhoz a 2016-os évben kiadott kutatási jelentésből és a Magyar Diáksport Szövetség által létrehozott NETFIT eredmények online adatbázisából jutottunk hozzá. A 2015/2016. tanévben 704 ezer fő vett részt ezekben a felmérésekben. Az érettségi eredményeknél a 2016. május - júniusban érettségizetteket vizsgáltuk. A kutatáshoz az Oktatási Hivatal adatait használtam. Három tantárgy került összehasonlításra: a magyar nyelv és irodalom, a matematika és a történelem. Azért választottuk ezt a hármat, mivel ezekből a tárgyakból egységesen, minden érettségiző diáknak kötelező vizsgát tenni. A vizsgálat során összesen 61 365 fő adatait

használtuk fel. A további vizsgálatokhoz a Központi Statisztikai Hivatal adatait használtuk. Tanulmányoztuk a hátrányos helyzetű általános iskolai tanulók arányának nappali oktatásban történő eloszlását. A 2016-os év adatait, valamint a 2015-ös év megyékre lebontott egy főre jutó GDP értékeit vettük alapul.

Az első hipotézisünkben azt fogalmaztuk meg, hogy a rosszabb szociokulturális és háttér, s az ezzel járó hátrányos helyzet hatással van a NETFIT eredményekre. A mérések azt bizonyították, hogy az ingafutás és az ütemezett hasizom teszt eredményei jobbak ott, ahol a hátrányos helyzetű tanulók aránya alacsonyabb. Ez megmutatkozik intézményi szinten és a család vonatkozásában is. Abban az iskolában, ahol nincs megfelelő infrastruktúrális háttér (tornaterem, szerek, eszközök hiánya), ezekhez még társul a hátrányos, családi helyzet, nehezebb kiemelkedő eredményt produkálni. A fekvőtámasz és BMI eredményeknél, nem lelhető fel evidens kapcsolat. Első hipotézisem tehát részben bizonyítottam, hiszen négy felmérésből, kettő összefüggést mutatott.

Második hipotézisünkben feltételeztük, hogy gazdasági környezet a diákok teljesítményére a testnevelés órai felméréseknél hatással lehet. A kutatásom adatai, a fekvőtámasz teszt kivételével mindegyik eredménynél lineáris arányosság mutatott, az egy főre jutó GDP eloszlásával. Itt tetten érhető a több sportolási lehetőség, a kielégítőbb táplálkozás lehetősége. Az alacsonyabb anyagi körülmények közül érkező rendelkező tanulók, potenciálisan kevesebb fejlesztő lehetőséghez és esszenciális tápanyaghoz jutnak hozzá, ami hatással lehet szellemi és fizikai képességeikre egyaránt.



Harmadik hipotézisünkben feltételeztük, hogy a tanulmányi eredmény területi mutatói és a fittségi értékek kapcsolatot mutatnak. Az adatok alapján a BMI és az ingafutás tesztek adatai, együtt változtak az érettségi eredményekkel. Ezen méréseknél tetten érhető a tanulók motivációs szintje. Mindez megerősítette azokat a szakirodalmi megállapításokat, melyek a fittségi állapot és az iskolai teljesítmény közötti korrelációs kapcsolatot taglalják. A jobb tanulmányi eredmények, erősebb külső elvárásokat és erősebb belső motivációs szintet feltételeznek és leggyakrabban eredményeznek is (képes vagyok rá, meg tudom csinálni!). Mindez a tanulásra és a fizikai teljesítményre is rányomja bélyegét.

**Kulcsszavak:** fittség, NETFIT, szocioökonómiai háttér, GDP, érettségi eredmények,





**Közép-Európai Ifjúsági  
Sporttudományi Klaszter 1.0.  
Tanulmány és Absztraktkötet**

**Kiadja:**

Alapítvány a Társadalmunk  
Fenntartható Fejlődéséért  
6725 Szeged, Szent Ferenc u. 23. III/21.

**Szerkesztette:**

Győri Ferenc, Hajdúné Petrovszki Zita, Nagy Ágnes Virág  
Csetreki Rita Renáta, Katona Zsolt, Alattyányi István

**A kiadást támogatta**

Nemzeti Tehetség Program

**Kedvezményezett**

Alapítvány a Társadalmunk  
Fenntartható Fejlődéséért

**Pályázat címe**

Közép-Európai Ifjúsági  
Sporttudományi Klaszter 1.0.

**Pályázati azonosító**

NTP-PKTF-18-0011

Ingyenes Kiadvány