



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
Egészségtudományi Kar

CSEREPKA



ISKOLA

I. SPORTTUDOMÁNYI KONFERENCIA

Absztrakt füzet

A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA
ÁLTALÁNOS ISKOLA, KÖZÉPISKOLA ÉS SPORTISKOLA
VALAMINT A PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM EGÉSZSÉGTUDOMÁNYI KARÁNAK
KÖZÖS KONFERENCIÁJA



2018.
november 16-17.



**A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA
ÁLTALÁNOS ISKOLA, KÖZÉP-
ISKOLA
ÉS SPORTISKOLA,**

VALAMINT A

**PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
EGÉSZSÉGTUDOMÁNYI
KARÁNAK KÖZÖS
KONFERENCIÁJA**

I. SPORTTUDOMÁNYI KONFERENCIA

ABSZTRAKT FÜZET

2018.
november 16-17.

A konferencia szervezői**Fővédnök:**

Oros Róza, a Baptista Tehetségsegítő Tanács elnöke

Főszervező:

Derdák Mercedes, Cserepka János Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola Pécs, igazgatóhelyettes

Társzervező:

Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar (ETK)

Program koordinátor:

Ladosné Dobai Johanna, Cserepka János Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, Pécs kommunikációs és marketing vezető

A konferencia házigazdája:

Dr. Szabó Attila, Cserepka János Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, igazgató

Szerkesztők (absztrakt füzet):

Ladosné Dobai Johanna
Derdák Mercedes
Varga Gábor
Dr. Morvay-Sey Kata

Borítóterv:

Varga Gábor

Köszönet a Baptista Szeretetszolgáltatnak és az iskola vezetőinek a támogatásért.

Kiadja: Cserepka János Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, Pécs

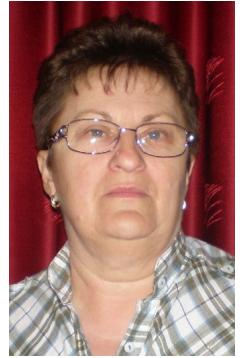
Felelős kiadó: Dr. Szabó Attila

ISBN 978-963-429-301-9

Köszöntő

A Baptista Tehetségsegítő Tanács vezetése nevében nagy tisztelettel és szeretettel köszöntöm a konferencia előadóit, résztvevőit, és a rendezvény szervező iskola vezetőit, tantestületét, a kollégákat.

„Valami újra vállalkozni mindig kockázatos feladat. Számolni kell az értetlenséggel, az ismeretlennel szembeni idegenkedéssel, a megszokotthoz ragaszkodók közönnyével... Voltak olyanok, akik merték vállalni ezt a kockázatot, mert hittek abban, hogy az új, amelyre vállalkoznak, hasznos és jó, előbbre viszi az ügyet.”



/Illyés Gyuláné Kozmutza Flóra/

Ebben az évben már második alkalommal lehetünk részesei egy új, innovatív kezdeményezésnek, ennek az iskolának a falai között. Májusban az első országos baptista tehetség támogató természettudományos szakmai konferencia került megrendezésre, több mint húsz, rendkívül érdekes és színvonalas előadással gazdagodtunk. Most pedig a sport kerül a kétnapos konferencia fókuszába. Az előadások lehetőséget teremtenek arra, hogy megismerkedjünk új módszertanokkal, kutatási eredményekkel, az iskola jó gyakorlataival, az együttműködések új lehetőségeivel, területeivel. A konferencia ideje alatt alkalom lesz arra is, hogy a beszélgetések során új kapcsolatok alakuljanak ki a résztvevők között és a jövőbeni közös együttműködések alapjainak megteremtésére kerüljön sor a sport területén is. Kiemelten fontosnak tartom a hálózatok közötti együttműködést, a tudásmegosztást. A sikereink alapja a jövőben, hogy hogyan tudunk ezekkel a lehetőségekkel élni, mennyire tudjuk hatékonyan felhasználni a fejlődésünk érdekében. Ma erre is jó példát látunk, hiszen sor kerül egy együttműködési megállapodás aláírására is az intézmény és a PTE Egészségtudományi Kara között. Ezzel hosszú távon az iskola számára esély teremődik a versenyképeségének megteremtésére, növelésére a város, a térség közoktatásában.

A gazdag programhoz hasznos időtöltést, tartalmas szakmai eszmecserét kívánok minden résztvevő számára!

Oros Róza
BTST elnök

Köszöntő

Az I. Sporttudományi Konferencia társrendező intézményének vezetőjeként, az Egészségtudományi Kar (ETK) dékánjaként tisztelettel köszöntöm az Olvasót.

A Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kara az egyetem egyik legfiatalabb, ugyanakkor legdinamikusabban fejlődő karaként, folyamatosan növekvő hallgatói létszámmal és bővülő portfólióval rendelkezik. AZ ETK mára már ismert és elismert önálló egyetemi kara a Pécsi Tudományegyetemnek, létét, önállóságát, társadalmi és egyetemi hasznosságát, az egészségtudományi terület mellett a sporttudományi területen is betöltött vezető szerepét, fejlesztési potenciálját széles körben elismerik.

Mindez a társ egészségtudományi karokkal, illetve tágabb környezetünkkel történő, hagyományosan erős együttműködések mellett lehetőséget ad a partneri viszonyon alapuló és egymást erősítő kooperációk fejlesztésének előtérbe helyezésére. Karunk számos sportági szakszövetséggel, egyesülettel és egyéb szervezettel ápol partneri viszonyt, s dolgozik együtt kutatási és egyéb sportágfejlesztési programokban. E mellett azonban fontosnak tartjuk a köznevelési intézményekkel, leendő hallgatóink nevelési-oktatási intézményeivel való hosszú távú, jól működő kapcsolat kiépítését is. E törekvésünk egyik első lépése a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Gimnázium és Sportiskolával kötött együttműködési megállapodás is. Ennek keretén belül számos sporttudományi és egyéb területen támogatja a két intézmény egymást a közeljövőben. A várhatóan gyümölcsöző együttműködés első kézzel fogható eredményeként tartja kezében az Olvasó ezt a konferencia kötetet is.



Minden érdeklődő számára tartalmaz, szakmailag értékes konferencia részvételt kívánok az I. Sporttudományi Konferencián!

Dr. habil. Oláh András

A Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karának dékánja

A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLA, GIMNÁZIUM ÉS SPORTISKOLA BEMUTAKOZÁSA

Iskolánk Pécs nyugati városrészében, Uránváros szívében található. Az intézmény jogelődje 1969-ben nyitotta meg kapuit Építők Úti Általános Iskola néven. 1981-ben az országban egyedülálló kísérletként az iskola egyesült a Városi Sportiskolával, így létre jött a város utánpótlás nevelésének meghatározó bázisa a Testnevelési Általános Iskola, a TÁSI.

A közel harminc éves sportmúlttal rendelkező iskolánk a 2012/2013-as tanévben a Baptista Szeretetszolgálat fenntartása alá került, és 2018. szeptember 1-jétől pedig önállóan kezdhette meg működését: Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola néven. Nevadónk Cserepka János, baptista lelkész, akinek kitartása, akaratereje, egész életének munkássága példa értékű lehet tanulóink számára.

Kiemelt feladatnak tekintjük tanulóink egészséges életmódra nevelését, a mozgás megszerettetését, jó tanuló-jó sportoló alapbeállítódás kialakítását, ezért egyik fő profilunk a köznevelés típusú sportiskolai képzés 1-12 évfolyamig. Ezekben az osztályainkban kiemelkedő feladatot kap a mozgásfejlesztés, sportágkiválasztás, a tudatos utánpótlás nevelés. Testnevelés óráink professzionális működése érdekében amerikai önkéntes edzőink segítik a tanítás-tanulás folyamatát. Tanulóink órarendjébe épített reggeli edzésekkel támogatjuk sportolóink egyesületi felkészülését. Célunk olyan kompetenciák kialakítása és fejlesztése, amelyek az életre nevelést segítik, a mindennapokban való helytállásukat támogatják. Ezért egyik fő terület fejlesztése a nyelvi kompetencia. Ez másik pillére pedagógiai programunknak, mely a magyar-angol két tanítási nyelvű képzés formájában jelenik meg iskolánkban. A nyelvtanítás magas óraszámban valósul meg, diákjaink több tantárgyat angol nyelven tanulhatnak.

2018 szeptemberétől iskolánk a Pécsi Tudományegyetem (PTE) partnerintézménye lett.

Jól működő partnerkapcsolatokkal rendelkezik a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karával, a város sportegyesületeivel, civil szervezetekkel, oktatással, és neveléssel foglalkozó alapítványokkal, intézményekkel. A Cserepka Iskola 2018 októberétől akkreditált nyelvvizsgahelyszíneként is működik.



PTE EGÉSZSÉGTUDOMÁNYI KARA – ÉLETRE SZÓLÓ HIVATÁSOK

A hazai egészségtudományi képzések egyik bölcsőjeként intézményünkben 1990-ben indult meg az oktatás, 2000. január 1-jétől karunk a Pécsi Tudományegyetem részének működik. Az oktatás Pécssett, illetve képzési központjainkban – Kaposváron, Szombathelyen és Zalaegerszegen – zajlik. 2016 szeptemberében a szerbiai Zomborban ápoló BSc képzést indítottunk. A kar képzési portfóliója rendkívül széles: 15 alapképzési szak/szakirány, 9 mesterképzési szak, felsőoktatási szakképzés, szakirányú továbbképzések várják a tanulni vágyókat.



Angol nyelvű egészségtudományi képzési programjainkat egyre több külföldi választja, jelenleg 39 országból köszönhetünk hallgatókat karunkon. Az Európai Unióban a közösségi jog alapján hét automatikusan elismert szakterület közül két területen (ápoló, szülésznő) lehet karunkon oklevelet szerezni. Karunk elkötelezett az új egészségügyi és szociális képzések indításában és fejlesztésében, melyet jól tükröz, hogy hazánkban karunkon indulhatott elsőként egyetemi szintű egészségtudományi képzés (okleveles ápoló és okleveles védőnő). Ezen innovatív szemléletnek köszönhetően a beteg- és gondozott ellátás minőségének javulása mellett megteremtődött az egészségtudományi szakmák számára a doktori fokozat megszerzésének lehetősége is, amelyre karunk Egészségtudományi Doktori Iskolájában nyílik mód. Külföldi kapcsolataink révén hallgatóinknak lehetősége van a tanulmányok egy részét külföldi partnerintézményeinkben eltölteni. A Modern Városok Projekt keretében 2,5 milliárd forintos állami támogatás nyert el karunk, mely lehetőséget ad egy modern belvárosi campus kialakítására. Megvalósulhat többek között a Humán Páciens Szimulációs Központ, mely biztosítja a klinikai döntéseket igénylő helyzetekre történő felkészítést, az imitációs lehetőséget és az ellátói közeget is leképező szimulációs környezetet.



Karunkon 2012-től a sporttudományi területet érintő fejlesztések komoly hangsúlyt kapnak. Karunk oktatói között köszönhetünk tudományos fokozattal rendelkező, sport területén komoly eredményeket felmutató szakembereket (pl.: dr. Kovács Antal judo olimpiai és világbajnok; dr. Rátgéber László kosárlabda mesteredző). Megalakult a Sporttudományi és Fizioerápiás Intézet, melyek keretében a működik a Komplex Sport Teljesítménydiagnosztikai és Fizioerápiás Kutatóközpont, modern eszközökkel felszerelt Biomechanikai-, Sport

Terhelésélettani és Antropometriai-, Sportfizioterápia-, Teljesítménydiagnosztikai és Teljesítménysport Laborokkal. Az intézetben folyó szakmai munka minőségét fémjelzi számos TÁMOP és GINOP pályázat elnyerése, a V4-vel való együttműködés, illetve regionális és országos sport-szervezetekkel kötött együttműködési megállapodások (pl.: Magyar Judo Szövetség, Magyar Asztalitenisz Szövetség, PTE PEAC, Rátgéber Akadémia).

PROGRAM

2018. november 16. (péntek)

11:30-12:00

Érkezés, regisztráció

12:00-12:30

Köszöntők

- A Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola igazgatója, **dr. Szabó Attila**
- Baptista tehetségsegítő Tanács vezetője, **Oros Róza**

12:30

Együttműködési megállapodás ünnepélyes aláírása a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, valamint a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kara között.

12:35-12:40

Konferencia megnyitója, Dr. habil. Oláh András a Pécsi Egészségtudományi Kar dékánja

12:40-13:30

ELSŐ TANÁCSKOZÁS

- **Szitt Zsolt** (Kovács Pál Baptista Gimnázium, igazgató)
Azonosított sporttehetségek tehetségátmozgatása, és kettős karrierjének segítése a Kovács Pál Baptista Gimnázium jó gyakorlata szerint
- **Pálvölgyi Ágnes** (Sport-szakpszichológus, PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D. hallgató; óraadó tanár)
Sportolói karrier, a sport és tanulás összeegyeztetésének nehézségei pszichológiai szempontból
- **Trpkovici Melinda** (Iskolapszichológus; Sport-szakpszichológus jelölt)
A sportolói motiváció elősegítésének lehetőségei edzők/pedagógusok által
- **Jaksa Tibor** (Budapesti Baptista Szakgimnázium, Gimnázium és Sportiskola, igazgató, testnevelő tanár)
A Budapesti Baptista Szakgimnázium, Gimnázium és Sportiskola kiemelkedő sportolóinak mentorálási rendszere

13:30-14:00

Kávészünet

14:00- 15:00

MÁSODIK TANÁCSKOZÁS

- **Derdák Mercedes** (Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, Pécs igazgatóhelyettes, testnevelő tanár)
Sportági kiválasztás a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola első évfolyamos köznevelés típusú sportosztályosainál
- **Melczér Csaba** (PTE Egészségtudományi Kar Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet, egyetemi oktató; testnevelő tanár)

Antropometriai mérések és egyéb tesztek lehetőségei az utánpótlás nevelésben – együttműködés a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola köznevelés típusú sportosztályainak szűrése érdekében

- **Móra Ákos** (PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató)
Antropometriai mérések első eredményei a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Sportiskola és Sportiskola köznevelés típusú sportosztályos tanulói körében

15:00-15:15

Kávészünet

15:15-16:20

HARMADIK TANÁCSKOZÁS

- **Király Bence** (PTE Egészségtudományi Kar, Gyógytornász, Fizioterapeuta MSc hallgató)
Váll-vállövi komplexum korrekciós gyakorlatai és kivitelezésük
- **Lukács Zoltán** (Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, Pécs, testnevelő tanár)
Élménypedagógia alapjai; Élménypedagógiai gyakorlati feladatok és játékok

16:20-17:30

SPORT PROGRAM a résztvevőknek

Tollaslabda, asztalitenisz, röplabda, kosárlabda, labdarúgás

19:00

Vacsora

2018. november 17. (szombat)

8:00-9:00

Reggeli

9:00-10:00

NEGYEDIK TANÁCSKOZÁS

- **Mazzag Kitti** (Gyógytornász, Okleveles fizioterapeuta, PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató)
Sportsérülések felmérése a jégkorongozók körében
- **Solymos Roland** (PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató; testnevelő tanár)
Profi amatőrök, avagy amatőr profik (röplabda diákolimpia amatőr sportolók, tapasztalatok elemzése)
- **Siklér Gábor** (Magyar Diáksport Szövetség szakmai menedzser, testnevelő tanár)
DO60 Diáksportfesztivált: „Tehetség gondozás sport által” című kiemelt projekt bemutatása

10:00-10:15

Kávészünet

10:15- 11:15

ÖTÖDIK TANÁCSKOZÁS

- **Kerner Ágnes** (PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató/ PTE Egészségtudományi Kar, Hagyományos Kínai Orvoslás Konfuciusz Intézete)
„Biztonságos esés”- biztonságos iskolák („Safe Fall- Safe Schools”) oktatási-kutatói prevenció program a Cserepka János Baptista Iskolában
- **Dr. Morvay-Sey Kata** (PTE ETK Egészségtudományi Kar Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet, egyetemi adjunktus; testnevelő tanár, karate szakedző, judo sportedző) és Braun Ákos (PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató; okleveles judo szakedző, ASE edző)
Küzdősportok beépítésének lehetősége az iskola testnevelésbe – egy innovatív gyakorlati példa a Cserepka János Baptista Általános Iskola programja alapján

Kérdések és hozzászólások

Zárógondolatok, áldás: Hajnal Zoltán hitéleti-nevelési igazgatóhelyettes, lelkész

11:30

Ebéd

ELŐADÁSKIVONATOK

ELSŐ TANÁCSKOZÁS

SZITT ZSOLT¹: AZONOSÍTOTT SPORTTEHETSÉGEK TEHETSÉGTÁMOGATÁSA, ÉS KETTŐS KARRIERJÉNEK SEGÍTÉSE A KOVÁCS PÁL BAPTISTA GIMNÁZIUM JÓ GYAKORLATA SZERINT

¹Kovács Pál Baptista Gimnázium, igazgató

Email: szitt.zsolt@baptistaoktatás.hu

Absztrakt

A Kovács Pál Baptista Gimnáziumban a 2015/16-os tanévben kezdtük meg az élsportolókat segítő jógyakorlatunk kidolgozását és alkalmazását. Iskolánkban akkor már 18. tanéve foglalkoztunk élsportolókkal, célunk a tapasztalataink rendszerbe foglalása és a tevékenységek jelentősen megújítása volt. Azóta ezen alapok szerint működik intézményünkben a sporttehetségek támogatása.

Miért?

Mert hittünk és hiszünk abban, hogy tanulóink sikeresek lehetnek a sportban és a tanulásban is, lehetnek egyszerre kiváló sportolók, eredményes tanulók, a tanulás sikere támogathatja a sportkariert és a sportkariert támogathatja a tanulást. Mert hiszünk abban, hogy a személyiség fejlődésének támogatása kihat az életervek megvalósulására, segíti a kognitív képességek fejlődését, a tanulás hatékonyságát és eredményességét.

Mert hiszünk abban, hogy egy jól kialakított támogató rendszer szolgálja a tanulót, a sportolót és a pedagógust is.

Hiszünk tehát abban, hogy mindenkinek joga van ahhoz, hogy biztosítva legyen számára a „jó termőföld a növekedéshez, a levegő az élethez és a tér a kibontakozáshoz”, hiszen minden tanulóknak az egyszeri és visszahozhatatlan diákévet és ifjúságát éli intézményünk falai között, ránk bízott lélekként.

Hogyan?

Tesszük mindezt hittel és szakértelemmel. Fontos számunkra a partneri együttműködés tanulóval, szülővel, egyesülettel és pedagógussal, mert a mi együttműködésünk példamutatása a leginkább hatékony nevelő hatás. Fontos, hogy elkötelezettséggel, hittel, bátorsággal és egymás iránti bizalommal tudjanak együttműködni a közös cél érdekében a résztvevők. Éppen ezért megteremtettünk egy négy lépcsős rendszert, ami áll a mindenkire kiterjedő felmérésből, tehetségműhelyek és tanórák működéséből, mentori tevékenységből és tutorálásból.

Mit?

Minden tanulót felmérünk tehetségterületeket, tehetségalkatot, tehetségfaktort, tanulási stílust, tanulási motivációt vizsgáló kérdőívekkel, segítjük az osztályfőnökök munkáját az osztályprofil (szociometria, státuszok, kortárs tükör) felmérésével, bevonjuk a pedagógust a megfigyeléseinek rögzítési lehetőségével. Az eredményeket felhasználjuk az osztályfőnöki, a szaktanári munkában és a tehetségműhelyek tevékenységében. Ezek alapján az iskola tanulóiból 20-25 főt coaching szemléletű mentorálásban teljeskörű személyiségfejlesztéssel segítünk, egy tanéven keresztül, négy tematikai egységben. Emellett a leginkább elfoglalt és időzavarban élő sportolóink mellé

tutorokat rendelünk, akik támogatják tanulóinkat lehetőségeik kihasználásában, idejük megszerzésében, konzultációkban és beszámolóik megvasításában, a kettős karrier eredményes építésében.

Alapelvünk a „Lépj ki a hajóból!” (Mt 14, 28-29) bátorsága, ami a hit, a bátorság és a bizalom légkörének példája előttünk. Hitünk az, hogy „Akinak van, annak adatik...” (Lk. 19,26), és arra neveljük tanítványainkat és egymást, hogy ismerjük fel erőforrásainkat, és a teremtő iránti hálával gyarapítsuk azokat. És tudjuk a magvető példázatából, hogy „Némely pedig a jó földbe esék, és gyümölcsöt terme, némely száz annyit, némely hatvan annyit, némely pedig harminc annyit.” (Mt. 13,8).

Kulcsszavak: sporttehetség, kettős karrier, tutorálás, coaching

PÁLVÖLGYI ÁGNES¹: SPORTOLÓI KETTŐS KARRIER, A SPORT ÉS TANULÁS ÖSSZEEGYEZTETÉSÉNEK NEHÉZSÉGEI PSZICHOLÓGIAI SZEMPONTBÓL.

(DUAL CAREER OF ATHLETES, THE PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE DIFFICULTIES OF BEING AN ELITE ATHLETE AND A STUDENT AT THE SAMETIME)

¹Sport szakpszichológus, Ph.D. hallgató, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Doktori iskola
Email: agnes.palvolgyi@etk.pte.hu

Absztrakt

Bevezetés: Az Európai Bizottság 2011-ben kiadta a Sport Európai Dimenziójának Fejlesztése című közleményét, amellyel ráirányította a figyelmet az élsportolói és civil karrier összeegyeztetésének nehézségeire, továbbá kérte a tagállamokat az edzés és az általános oktatás összehangolását szolgáló iránymutatásokat tartalmazó dokumentum előkészítésére. Számos kutatás született annak megállapítására, hogy miként hat a sportolói kettős karriert támogató intézmények működése az egyének (sportolók) élsportolói, pszichoszociális és szakmai (tanulói/akadémiai) fejlődésére.

Célkitűzés: A prezentáció célkitűzése annak bemutatása, hogy a lineáris pályakép pszichológiai szempontból milyen veszélyeket rejt magában (pl.: egydimenziós sportolói identitás), a konvergens (összetartó), vagy a paralel (párhuzamosan kapcsolt) pályakép pedig miként segíti az egészséges fejlődést és a jobb teljesítményt, ami megfelel továbbá a Wylleman és Lavalee (2004) által megalkotott sportolókat érintő változásokat bemutató fejlődési modellnek (Holistic Athletic Career Modell) is. A karrierút típusa kihathat a karrier során bekövetkező természetes átmenetek, esetleges krízisek megoldási módjára.

Következtetések: A korábbi szakirodalmi adatok és a szakmai gyakorlat is alátámasztja, hogy a sportolói kettős karrier támogatása hozzájárul a lelki egészség megőrzéséhez, az említett krízisek hatékonyabb megoldásához, a tehetséges sportoló élsportolói pályán maradásához, valamint csökkenti a teljesítményszorongást, és elővételezi a majdani egészséges karrierlezárást is.

Kulcsszavak: sportolói kettős karrier, sportolói identitás, sportolói pályakép

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

TRPKOVICI-SZABÓ MELINDA¹: A SPORTOLÓI MOTIVÁCIÓ ELŐSEGÍTÉSÉNEK LEHETŐSÉGEI EDZŐK/PEDAGÓGUSOK ÁLTAL

(OPPORTUNITIES TO PROMOTE ATHLETE'S MOTIVATION BY COACHES / PEDAGOGUES)

¹Pszichológus, Sport-szakpszichológus jelölt, Pécsi Belvárosi Általános Iskola
Email: melinda.trpkovici@gmail.com

Absztrakt

A sportteljesítményt nem csak intraperszonális, hanem interperszonális tényezők is befolyásolják, mint például a sportoló-edző kapcsolatának minősége.

A sportoló és edző közti viszony, valamint a légkör, amelyben az edzőmunka folyik, nagymértékben befolyásolja a sportolói motivációt. A legtöbb sportoló az edzői szerepeknél legfontosabb tényezőként az edző motiváló szerepét emeli ki. A szakirodalom is az edzői feladatok közül a motiváció fenntartását/ kialakítását hangsúlyozza, ami az egyik legfontosabb tényezőnek tekinthető a teljesítmény szempontjából. A belső motiváció fontos meghatározója a kitartásnak. Ebben az esetben a sportolás élvezete az, ami motiválja a sportolót, ami örömet jelent számára minőségileg és mennyiségileg egyaránt. Az autonómiát támogató edzői viselkedés fontos eleme a motivációs légkörnek. Ez a fajta viselkedés a szelf-determinációs elméletéből származik, mely hangsúlyozza a három alapvető pszichológiai szükséglet fontosságát, melyek a belső motiváció szempontjából kulcsfontosságúak. Az autonómia, a kompetencia, valamint a kapcsolati szükséglet velünk születettek és a belsőleg motivált tevékenységekben elégülnek ki. Az autonómiát támogató légkör elősegíti a belső motiváció kialakulását, kreativitást, kognitív flexibilitást, magasabb önértékelést, észlelt kompetenciát. Ebben a légkörben a sportoló úgy érzi, az adott viselkedés, amit folytat, nem egy külső kényszer eredménye, hanem önmagából fakad. Az autonómiát támogató viselkedésforma jótékony hatással van a sportoló autonómia szükségletére, valamint a kompetencia és kapcsolati igényére. Ha a sport kielégíti az alapvető pszichológiai szükségleteket, az nagyobb belső motivációval és bevonódással jár. A támogató légkörben a sportoló úgy érzi, pszichológiai szükségletei kielégítettek, ami nagyobb kitartást, elköteleződést, élvezetet von maga után, ami pozitívan befolyásolja a teljesítményt.

Kulcsszavak: motiváció, edző-sportoló kapcsolat, autonómia támogatás, szelf-determináció

Köszönetnyilvánítás:

A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport-Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

JAKSA TIBOR¹: A BUDAPESTI SZAKGIMNÁZIUM, GIMNÁZIUM ÉS SPORTISKOLA KIEMELKEDŐ MENTORÁLÁSI RENDSZERE

¹A Budapesti Szakgimnázium, Gimnázium és Sportiskola igazgatója, testnevelő tanár

Email: jaksa.tibor@baptistaoktatás.hu

Absztrakt

Bevezetés: Iskolánk köznevelési típusú sportiskola, amelynek működését a 20/2012.(VIII.31.) EMMI rendelet szabályozza. A különböző sportágak utánpótlás neveléssel foglalkozó hazai és nemzetközi szakemberei részére legnagyobb kihívás a sportági eredményesség és a második karrier támogatása és annak összehangolása, oly módon, hogy a sportoló diák a kettős teher alatt ne omoljon össze.

Célok, eredmények: Előadásom célkitűzése annak bemutatása, hogy iskolánk élsportoló diákjainak, (33 fő, összlétszámunk 11%-a) hogyan tud megfelelni a sportági kihívásoknak és az iskolai követelményeknek egyaránt. Intézményünk 2017. szeptemberében elindított mentorálási rendszeren keresztül a sportolói és az iskolai karrier megvalósításán fáradozunk. Továbbá bemutatom, milyen buktatók vannak az edző, egyesület, a szülő és az iskola háromszög aspektusában. A legnagyobb kihívás, hogy ebben a diszharmóniában jelentkező konfliktusok kezelésére milyen módszerek mentén tudunk megoldásokat találni.

Anyag és módszerek: A bemutatott sportolói minta eredményességét a gyakorlati tapasztalatok során jelentkező sikerek és kudarcok mentén értékeljük, majd a szükséges korrekciókat meghehozzuk, amelyek a Pedagógiai Programban és az iskola SZMSZ-ben rögzítünk.

Eredmények: Az edző – szülő – mentor háromszögben elhelyezkedő szereplők együttműködése egyre intenzívebb és eredményesebb, ennek kézzelfogható eredményei a sportolói karrierben és tanulmányi eredményeik javulásában nyomon követhető.

Következtetések: Az elkezdett mentor hálózat kialakítása jónak bizonyult, folyamatos korrekciókkal és hatékonyság növeléssel még eredményesebbé tehető.

Kulcsszavak: Sport karrier, szülő, edző, iskola, jó tanuló, jó sportoló

MÁSODIK TANÁCSKOZÁS

DERDÁK MERCEDES¹: SPORTÁGI KIVÁLASZTÁS A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLA, KÖZÉPISKOLA ÉS SPORTISKOLA ELSŐ ÉVFOLYAMOS KÖZNEVELÉS TÍPUSÚ SPORTOSZTÁLYOSAINÁL

¹A Cserepka János Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola, Pécs, igazgatóhelyettes, testnevelő tanár

Email: derdak.mercedes@cserepkasuli.hu

Absztrakt

Bevezetés: Programunk a sportági kiválasztást segíti elő első évfolyamba lépő sportosztályos diákjainknál. Arra törekszünk, hogy a sportiskolai képzésbe érkező tanulóink több sportággal is megismerkedjenek, mielőtt verseny- vagy szabadidős sportolónak sportágot választanak. Ezzel szeretnénk elérni azt, hogy az iskolánkat választó diákok a számukra legmegfelelőbb sportágot kiválasztva, akár élethosszig tartó, tudatos mozgástevékenységeket folytassanak, valamint a legmegfelelőbb mozgástevékenység kiválasztásával elkerüljék azokat a kudarcélményeket, melyek a sport végleges abbahagyására ösztönöznék őket.

Célkitűzés: A program kiemelt célja a köznevelés típusú sportiskolai képzésbe lépő első évfolyamos tanulóink sikeres sportágválasztásának elősegítése, valamint sok- és mindenoldalú mozgásfejlesztés. A képzés folyamatában alapvető cél a gyermekek komplex fejlesztése, az öröklött tulajdonságok, testi adottságok és a fejlődés-fejlesztés során megszerzett képességek és készségek kialakítása, formálása. Intenzíven segítjük őket, hogy életük korai szakaszában az eredményes sportágválasztásnak köszönhetően lehetőségük legyen az egyéni kibontakozásra.

Következtetések: A modell a sikeres sportágválasztás mellett arra is alkalmas, hogy a tanuló személyiségjegyeinek figyelembe vételével, valamint több szakember véleményével el tudjuk dönteni, hogy a kisgyermek egyéni, vagy inkább csapatsportágak felé orientálódjon. Hiszen ha a sportágválasztás sikeres, és a kisgyermeket örömmel tölti el a sportága, úgy nagyobb lesz az esélye, hogy felnőtt korában is aktív mozgással teli életet fog élni.

Kulcsszavak: sportágválasztás, mérések, sportági beválás, komplex fejlesztés

MELCZER CSABA¹: ANTROPOMETRIAI MÉRÉSEK ÉS EGYÉB TESZTEK LEHETŐSÉGEI AZ UTÁNPÓTLÁSNEVELÉSBEN - EGYÜTTMŰKÖDÉS A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLA TESTNEVELÉS TAGOZATOS OSZTÁLYAINAK SZŰRÉSE ÉRDEKÉBEN

¹Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet, egyetemi oktató, testnevelő tanár

Email: csaba.melczer@etk.pte.hu

Absztrakt

A mai antropometriai mérésekkel előre meghatározható a várható testmagasság, a testalkat, a testtömeg, de ami fontos, teljes képet kaphatunk a sportágválasztásnál, vagy akár egy sportágon belül az adott posztok kiválasztására. Az adatok meghatározóak lehetnek ugyanis az utánpótlás-nevelés szempontjából, csökkenhet a túlterhelés és az ebből adódó sérülésveszély, nő a sikerélmény esélye. Az antropometriai mérések alapján tervezhetőbbé válik a sportolás és a megfelelő életmódvezetés. Az antropometriai vizsgálat fájdalommentes, de csak hétéves kortól ajánlott, hiszen kell hozzá a gyermek részéről egy kis türelem és együttműködés. A mérés során a tanulóknál testmagasságot, testsúlyt, illetve bőrredő mérést végzünk. A kapott adatok segítségével becslést adhatunk a felnőttkori testalkatra, testmagasságra. A Cserepka János Baptista Általános Iskola sportosztályainak szűrése lehetővé teszi, hogy a tanulóknak olyan sportágot javasoljunk az eredmények alapján, amelyben várhatóan sikeresek lehetnek.

Kulcsszavak: antropometria, testösszetétel, utánpótlás

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

MÓRA ÁKOS¹, TÓTH MIKLÓS², OLÁH ANDRÁS³: ANTROPOMETRIAI MÉRÉSEK ELSŐ EREDMÉNYEI A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLA, KÖZÉPISKOLA ÉS SPORTISKOLA TESTNEVELÉS TAGOZATOS OSZTÁLYÁNAK FELMÉRT TANULÓI KÖRÉBEN

¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D hallgató

^{2,3}Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar

Email: akosmora86@gmail.com

Absztrakt

Bevezetés: A gyermekkorban végzett antropometriai vizsgálatok előnye, hogy meghatározhatóvá válik az alkattípus, nyomon követhető a gyermek testösszetételei sajátosságainak alakulása, valamint lehetőség nyílik az aktuális fejlettségi állapot összehasonlítására az életkori normákkal. Az így kapott információk (kiegészítve a becsült, várható felnőttkori testmagassággal) hozzájárulhatnak a megfelelő sportági irányultság megválasztásához.

Anyag és módszer: Vizsgálatunkban a Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középsiskola és Sportiskola 1-5. osztályos tanulói kerültek felmérésre (N=131). A tanulók antropometriai méréseken vettek részt, mely méréseket a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karának harmad évfolyamos, rekreáció szakos hallgatói szakember felügyelete mellett végezték a Nemzetközi Biológiai Program (Weiner és Lourie, 1969) útmutatása alapján. A vizsgált testmérések a következők voltak: testmagasság, testtömeg, csontszélességek (térd, könyök), szélességi méretek (váll-, mellkas- és csípőszélesség; mellkasmélység), kerületi méretek (mellkas-, felkar-, alkar-, csukló-, kéz-, comb-, lábszár- és bokakerület), valamint bőrredő méretek (bicepsz-, tricepsz-, lapocka-, has-, csípő-, comb- és lábszárredő).

Eredmények: A gyermekeknél megvizsgáltuk az egyes testmérések és a testösszetétel arányainak változását 1-5 osztályig. Meghatároztuk a résztvevők alkattípusát, valamint egyes változók esetében nemi összehasonlítást is végeztünk. A kapott értékeket összevetettük a 2014 évben végzett, országos felmérés eredményeivel (N=3402).

Kulcsszavak: antropometria, iskoláskorú gyermekek, testszerkezet

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

HARMADIK TANÁCSKOZÁS

KIRÁLY BENCE¹: VÁLL-VÁLLÖVI KOMPLEXUM KORREKCIÓS GYAKORLATAI ÉS KIVITELEZÉSÜK

(EXECUTION OF CORRECTIVE EXERCISES FOR THE SHOULDER AND SHOULDER GRIDE COMPLEX)

¹Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet
Email: manual.kiraly@gmail.com

Absztrakt

Bevezetés: Mára a civilizációs, „ülő” életmód fiatalkorban is általánossá vált. Az iskolai környezet nem megfelelő odafigyelés mellett jelentősen hozzájárul a tartáshibák lehetséges kialakulásához. A gyermekek orvoshoz fordulásának egyik leggyakoribb oka valamely mozgásszervi rendszert elváltozásból eredő probléma. A fiatalkori tartáshibák száma folyamatosan emelkedő tendencia mellett egyre alacsonyabb életkorban való megjelenést mutat. Kutatások szerint az általános iskolások közel 70%-a rendelkezik valamiféle tartási rendellenességgel. A „rounded shoulders”, azaz az előreeső váll napjainkra jelentős egészségügyi problémává nőtte ki magát. Az előreesett fej és váll szindróma (FHRS) összefüggésben áll a hosszabb ideig tartó számítógép használattal, okostelefon használattal, televízió nézéssel, csak néhány, a napi rutin jelentős hányadát kitevő lehetőséget említve. Ezek mellett az ergonómiailag nem megfelelő iskolatáska és/vagy divattáskák használata szintén negatív hatással bír a fiatalok testtartására. A nem korrigált tartáshibák az idő múlásával egyéb degeneratív betegségek kialakulásához vezethetnek.

Célkitűzés: Az előadás célja felhívni a figyelmet a probléma jelentőségére, emellett beszámolni olyan egyszerű fizikális vizsgálatokról, melyekkel kiszűrhető a fiatalkorúak között egyre gyakrabban megjelenő előreesett váll szindróma. A vizsgálati lehetőségek áttekintését követően a vállízület helyzetét befolyásoló anatómiai képletek bemutatása következik, összefüggések feltárása mellett. Végül olyan, általános iskolákban is egyszerűen alkalmazható, anatómiai magyarázattal ellátott gyakorlatok bemutatása következik, melyekkel hatással tudunk lenni a váll-vállövi komplexum megfelelő helyzetének beállítására.

Kulcsszavak: tartáshiba, tartáskorrekció, előreesett váll szindróma, vállgyakorlatok

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

LUKÁCS ZOLTÁN¹: ÉLMÉNYPEDAGÓGIA ALAPJAI; ÉLMÉNYPEDAGÓGIAI GYAKORLATI FELADATOK, JÁTÉKOK

¹Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középsiskola és Sportiskola Pécs, testnevelő tanár
Email: lukacs.zoltan@cserepkasuli.hu

Absztrakt

Bevezetés: Előadásomban az élménypedagógiát, mint a tapasztalati úton való oktatás módszerét szeretném bemutatni. Hogy miért érdemes az iskolában és a testnevelésórákon e módszert alkalmazni? Mert sikert kínál a különféle tanulási stílussal rendelkező gyerekeknek. Carl Rogers szavaival élve: „az élménypedagógia nem más, mint személyközpontú pedagógia, mely mind az egyén, mind a csoport fejlődésére és sikerességére fókuszál” (Rogers 1984).

Célkitűzés: Az élménypedagógiai tevékenységek során a gyerekek különlegesnek számító helyzetekben, de biztonságos, kontrollált körülmények között tervezik el különböző feladatok megoldását. A végrehajtás után nagy gondot fordítunk az értékelésre, pozitív visszajelzések közvetítésére, a szituációban rejlő tanulságok levonására, és a más területeken is alkalmazható készségek és képességek felismertetésére. A feldolgozás jellemzően csoportmunkában történik, melyben a résztvevők aktív részvétele szükséges. A tevékenységek rendszere egy folyamatot alkot, amely lehetővé teszi, hogy mélyebbre jussunk pedagógiai céljaink elérésében, maximálisan kiaknázva a szituációban rejlő oktatási és fejlesztési lehetőségeket.

Következtetések: A tevékenységek rendszere egy folyamatot alkot, amely lehetővé teszi, hogy mélyebbre jussunk pedagógiai céljaink elérésében, maximálisan kiaknázva a szituációban rejlő oktatási és fejlesztési lehetőségeket. A tapasztalati tanulás célja az akadémikus tudás megszerzése helyett a személyiség és az érettség fejlesztése az aktív tapasztalatszerzés folyamatán keresztül, ezáltal a fiatalok nevelése, formálása.

Kulcsszavak: élménypedagógia, együtt átélt játék, közös élmény, oktatás és a nevelés

NEGYEDIK TANÁCSKOZÁS

MAZZAG KITTI¹, KIRÁLY BENCE², ÁCS PONGRÁC³, MOLICS BÁLINT⁴: SPORT-SÉRÜLÉSEK GYAKORISÁGÁNAK FELMÉRÉSE JÉGKORONGOZÓK KÖRÉBEN (INCIDENCE OF SPORTS INJURIES IN ICE HOCKEY PLAYERS)

¹Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs, Email: kitti.mazzag@etk.pte.hu

^{2,3,4}Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet, Pécs

Bevezetés: Hazánkban egyre népszerűbb sport a jégkorongozás, azonban a sportági sérülések gyakorisága hazai szakirodalomban nem ismertek, így kutatásunk célja volt ezek ismertetése.

Hipotézisek: Feltételeztük, hogy a testtáj szerinti felosztás alapján, a felső végtagon leggyakrabban előforduló sérülések a vállat és felkart érinti, illetve az alsó végtagon legtöbb esetben térd-sérülést szenvednek el a sportolók. Továbbá feltételeztük, hogy a vállsérülések legtöbbször testtel való ütközésekkor keletkeznek. Feltételezéseink közé tartozott az is, hogy a legtöbb sérülést az első sorban játszó sportolók szenvedik el és a sérülések java a csatár poszton játszó jégkorongozókkal történik.

Anyag és módszerek: Kutatásunkban résztvevő 14-25 életév közötti sportolók tagjai az Ifj. Ocskay Gábor Jégkorong Akadémiának. Az esetcsoportnak kiosztott 110 kérdőívből 92 darab volt értékelhető (n=92), melyek adatai elemzésre kerültek. A vizsgálat Székesfehérváron zajlott. Adataink elemzéséhez Microsoft Office programot és SPSS statisztikai programcsomag 20-as verzióját használtuk. Adataink összefüggésének feltárásához Khi-négyzet próbát és aránybecslést alkalmaztunk.

Eredmények: Vizsgálatunkban a váll- és felkarsérülések a felső végtagon szignifikáns (p=0,048) arányban fordultak elő, ezen a testtájon a testtel való ütközések következtében szerzett sérülések a vállsérüléseken belül szintén szignifikáns (p=0,0087) volt. Alsó végtagon a térd- és lábszár-sérülések is szignifikáns (p=0,00004) arányban fordultak elő. A játékosok sorait és a sérülések gyakoriságát tekintve az ismérvek függetlenek (p=0,589), így az első sorban játszó körében sem volt magasabb a sérülések aránya, mint másik játékos sorokban, továbbá a csatárok körében sem volt magasabb a többször sérültek aránya (p=0,921), mint más poszton játszó jégkorongozóké.

Következtetések: A kontakttal járó sportágakban a sérülések szinte elkerülhetetlenek, melyet a nemzetközi kutatások eredményeihez hasonlóan kimutattunk saját vizsgálatunkban is. Ezen eredmények ismerete nélkülözhetetlen és megalapozza a sérülések prevencióját célzó munkát.

Kulcsszavak: Sportsérülés, jégkorong, prevenció

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült

SOLYMOS ROLAND¹: PROFI AMATŐRÖK, VAGY AMATŐR PROFIK? AVAGY A RÖPLABDA AMATŐR DIÁKOLIMPIA NŐI DÖNTŐK 2017-2018-AS ÉVEINEK ELEMZÉSE, ESÉLYEK, RENDEZÉSI KÖRÜLMÉNYEK, ASSZERTIVITÁS.

(PROFESSIONAL AMATEURS OR AMATEUR PROFESSIONALS? ANALYSIS OF HUNGARIAN AMATEUR VOLLEYBALL STUDENT OLYMPICS WOMEN'S FINALS IN THE YEARS OF 2017-2018 FROM THE POINT OF STAGE DIRECTION, CHANCES, ASSERTIVENESS.)

¹PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D. hallgató; testnevelő tanár
Email: rolands71@gmail.com

Absztrakt

Bevezetés: A mai magyar középiskolás testnevelés óra gerince, egyik legnépszerűbb sportága a röplabda. Megfigyelhető a sportág felemelkedési tendenciája, mely évek óta tart, s még mindig felmenő ágban van. Az amatőr eredményekhez is szükséges a rendszeres edzés, tudatos felkészülés, sportpszichológiai felkészítés. Mint minden sportteljesítményben itt is fellelhető a versenyzők részéről az eredményességhez alapvetően szükséges asszertivitás is. Kérdésként merült fel, hogy a sportban alkalmazott asszertivitás vajon a mindennapi életben is megjelenik-e a sporton kívüli tevékenységekben, viselkedésben. Kimutatható-e összefüggés az asszertivitás és az agresszió között, mely fogalmakat sok esetben sajnos a sportban helytelenül alkalmazva összekevernek, szinonimaként használnak.

Célkitűzés: Az előadás célja a 2017-es kecskeméti és a 2018-as debreceni V.–VI. korcsoportos Diákolimpia, B. kategóriás női röplabdadöntők rendezési körülményeinek bemutatása, a döntőbe jutott csapatok elemzése, a felkészülési struktúra, asszertivitási szint vizsgálata. A PTE Babits Mihály Gimnázium csapatának kiemelt elemzésével, két döntő sikerességének okainak vizsgálatára és elemzésére szeretnék koncentrálni.

Hipotézisek: Feltételezzük, hogy a kevesebb szorongással, de nagyobb asszertivitással rendelkező csapatok eredményesebbek, mint az alacsonyabb asszertivitással rendelkező, de magasabb szorongási értékeket mutató csapatok.

Anyag és módszerek: Ankét (kérdőíves) módszerrel kívántam vizsgálni a döntőben résztvevő csapatokat. Egy általános demográfiai és sportolással kapcsolatos kérdéseket tartalmazó kérdéscsoportot követően három validált kérdőívet alkalmaztunk. Ehhez a Nagykaldi által készített 30 kérdéses sportolói asszertivitás (AST) mérő kérdőívet töltötték ki a sportoló leányok. A kérdésekre egy ötfokozatú Likert skála segítségével adható válasz. E mellett a Buss-Perry (BPQA) 29 ítemes szintén Likert skálás validált vonás- agressziót mérő kérdőívben szereplő kérdéseket válaszolták meg a röplabdázók. A kérdőív harmadik eleme a 30 kérdéses RATHUS teszt (RAS) volt, mely a mindennapi életben jellemző asszertivitást méri. 30 kijelentésre. Interjút készítettem az edzőkkel, saját kérdésskörrel, résztvettem ma tornán, fotóztam és érdeklődtem.

Eredmények: A pécsi csapat 2017-ben negyedik helyen végzett, 2018-ban harmadik helyen zártak, a rendszeres tudatos felkészülés a végeredményben meghozta a várt eredményt.

Az általános végeredmény tükrözte a kérdőíves vizsgálat eredményeit.

Következtetések: Fontos az amatőr sportban is a sportpszichológiai felkészülés és a rendszeres munka, a heti edzések, a csapatépítés, a módszeres építkezés és utánpótlásnevelés.

Kulcsszavak: amatőr diáksport, asszertivitás, szorongás, csapatépítés.

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

SIKLÉR GÁBOR¹: DO60 DIÁKSPORTFESZTIVÁL: „TEHETSÉGGONDOZÁS SPORT ÁLTAL” CÍMŰ KIEMELT PROJEKT BEMUTATÁSA

¹Magyar Diáksport Szövetség, szakmai menedzser, testnevelő tanár
Email: sikler.gabor@mdsz.hu

Absztrakt

Bevezetés: A Magyar Diáksport Szövetség sportszakmai fejlesztése, diáksportot átölelő tevékenységrendszere az ún. „grassroots” (alulról szerveződő, amatőr) sport területéhez tartozik. A grassroots sport szóösszetétel egyrésztől a sport egy speciális szegmensét összefoglaló fogalom, másrésztől pedig egy sportszakmai szemlélet, filozófia, amelynek konkrét, a sportpedagógiai gyakorlatban is kézzelfogható jellemzői vannak. Ilyen jellemző a gyermek- és élményközpontúsága, amely segítségével igyekszik a gyermeksport árnyoldalait (a korai lemorzsolódás, a korai specializáció és korai versenyeztetés problémaköre, amely hatására bizonyítottan gyermekek tömegei maradnak távol a sporttól, illetve hagyják el a sportot) a háttérbe szorítani és ezzel párhuzamosan minden fiatal számára pozitív sporttapasztalatokat kínálni.

Célkitűzés: Prezentációkkal szeretnénk bemutatni a DO60 Diáksportfesztivál

- mint pilot program hátterét,
- sportszakmai (pedagógiai és pszichológiai) elméletét,
- tervezési elveit,
- általános lebonyolítási szabályait,
- a fesztiválok szervezésének lépéseit,
- valamint a grassroots fogalmát és értelmezési kereteit.

Kulcsszavak: grassroots szemlélet, élményközpontúság,

ÖTÖDIK TANÁCSKOZÁS

KERNER ÁGNES¹, MORVAY-SEY KATA², BONCZ IMRE³, ÁCS PONGRÁC², OSCAR DEL CASTILLO ANDRÉS⁴, LUIS TORONJO HORNILLO⁵ MARIA TERESA TORONJO-URQUIZA⁶, MARÍA DEL CARMEN CAMPOS MESA⁷: “BIZTONSÁGOS ESÉS – BIZTONSÁGOS ISKOLÁK” OKTATÁSI-KUTATÁSI PREVENCIÓS PROGRAM A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN
(“SAFE FALL- SAFE SCHOOLS” EDUCATIONAL RESEARCH AND PREVENTION PROGRAM IN THE CSEREPKA JÁNOS BAPTIST ELEMENTARY SCHOOL)

¹ Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskola

Email: agnes.kerner@etk.pte.hu

² Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

³ Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Egészségbiztosítási Intézet

⁴ University of Seville, Department of Physical Education and Sports,

Email: oscarcastilloa@gmail.com

⁵ University of Seville, Department of Physical Education and Sports, Email: ltoronjo@gmail.com

⁶ Education Scientific Commissioner, European Judo Union, teresa.toronjo@eju.net

⁷ University of Seville, Department of Physical education and sports, Faculty of Educational Science, Email: mccampos@us.es

Absztrakt

Bevezetés: Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) rámutatott arra, hogy világszerte az esésekből/ elesésekből származó sérülések a második vezető halálokot jelentik a véletlen, nem szándékos baleseteket figyelembe véve.

Célkitűzés: A vizsgálat célja annak bizonyítása, hogy a már külföldön (Spanyolországban) eredményesen működő 6 hetes egészségprogram (Safe Fall-safe Schools), mely a biztonságos talajra-érkezést hivatott a gyerekek körében elsajátíttatni, hazánkra adaptálható (Magyarországon) és eredményesen működik. Távlati cél a preventív program segítségével az esésekből származó sérülések csökkentése, ezáltal az orvosi beavatkozások és egészségügyi kiadások csökkentése.

Hipotézisek: Feltételezzük, hogy a biztonságos eséstechnikák elsajátítását követően csökkenni fog az esésekből származó sérülések és/vagy halálesetek száma. Továbbá feltételezzük, hogy a preventív program az egészségügyi kassza kiadásait is enyhíteni fogja.

Anyag és módszerek: Kutatásunkat elsősorban alapfokú oktatási intézmények (általános iskolák) 1-8. évfolyamának tanulói körében tervezzük elvégezni. A vizsgálatban a gyermekek önkéntesen, anonym módon vesznek részt. A Cserepka Baptista Általános Iskola tanulói vesznek részt elsőként a vizsgálatban, így Magyarországon a program első minta iskolájaként említjük majd a kutatási összefoglalókban.

Eredmények: Saját kutatási eredményekkel egyelőre még nem rendelkezünk (kutatás-

tikai engedélykérelem folyamatban), viszont a nemzetközi eredmények közül néhány megemlíthető: spanyol mintán 120 fővel ($M = 15.1$ years, $SD = 2.45$) végzett vizsgálat során bizonyították, hogy a program alkalmazása előtt a résztvevők kevesebb, mint egyharmada (10,8%) végzett biztonságos talajra érkezést, az oktatást követően azonban ez az arány 89,2%-ra növekedett. Továbbá a gyermekek 0,8%-a tompított karjaival az esés közben a mozgásprogram elsajátítása előtt, utána azonban 99,2 %-uk. (Toronjo-Hornillo, et al. (2018).

Következtetések: A számok egyértelműen mutatják a program hatásosságát, mely szerint készségi szinten elsajátítható az alapvető eséstechnika, annak érdekében, hogy a sérülések csökkenjenek.

Kulcsszavak: Biztonságos esés / talajra érkezés, prevenció, biztonságos iskola.

Köszönetnyilvánítás: A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

MORVAY-SEY KATA¹, BRAUN ÁKOS²: "KÜZDŐSPORTOK (JUDO) BEÉPÍTÉSÉNEK LEHETŐSÉGE AZ ISKOLAI TESTNEVELÉSBE - EGY INNOVATÍV GYAKORLATI PÉLDA A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLA PROGRAMJA ALAPJÁN"

("THE OPPORTUNITY TO INCORPORATE COMBAT SPORTS INTO PHYSICAL EDUCATION IN SCHOOLS - AN INNOVATIVE PRACTICAL EXAMPLE BASED ON THE PROGRAM OF CSEREPKA JÁNOS BAPTIST PRIMARY SCHOOL")

¹Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet, egyetemi adjunktus; testnevelő tanár, karate szakedző, judo sportedző

Email: kata.sey@etk.pte.hu

²PTE ETK Egészségtudományi Doktori Iskola Ph.D. hallgató; Okleveles szakedző judo; ASE edző

Email: braun.akos@ase.hu

Absztrakt

Bevezetés: Az 1998-as Nemzeti Alaptanterv (Nat) megjelenése óta a Testnevelés és Sport műveltségterületen belül a "Küzdősportok, önvédelem" témakör az iskolai testnevelés részét képezi. A küzdősportok tantervi előírásokban történő megjelenéséig az első paksi judo kísérleti programot (1985) követően hosszú időnek kellett eltelnie. Az előírások megjelenését követően számos tárgyi (pl. tatami megléte) és személyi (testnevelő tanárképzés) feltétel nehezítette a témakör nagyobb arányú megjelenését a testnevelés órákon. A küzdősportok gyakorlása egyre nagyobb népszerűségnek örvend, azonban az iskolai testnevelés órákon sokszor e témakör még mindig háttérbe szorul.

Célkitűzés: Az előadás célja annak rövid bemutatása, hogy a jelenleg érvényben lévő hazai tantervek (Kerettantervek és Nat) milyen előírásokat tartalmaznak az említett témakörre vonatkozóan, s azok hogyan valósíthatók meg a mindennapos testnevelés oktatás keretein belül a gyakorlatban. Bemutatásra kerül az elfogadott 7.35. - Judo kerettanterv a köznevelés 1-4. évfolyama számára, valamint a Cserepka János Baptista iskola testnevelés mintaprogramjának küzdősportra vonatkozó tartalma. E mellett ismertetni szeretnék a Magyar Judo Szövetség azon törekvéseit is, melyekkel a judo iskolai testnevelésben való népszerűsítését igyekeznek megvalósítani (Akkreditált Pedagógus Továbbképzések; Safe Fall –Safe Schools EJU program stb.).

Kulcsszavak: Küzdősportok, judo, tantervi előírások, gyakorlati megvalósítás nehézségei

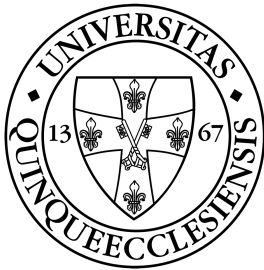
Köszönetnyilvánítás

A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport-Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása” című projektjének támogatásával készült.

TÁMOGATÓINK



Baptista Szeretetszolgálat



Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar (ETK)

**Köszönet a szakmai konferencia szervezésében, megvalósításában
nyújtott segítségért, támogatásáért:**

Dr. Szabó Attila
Derdák Mercedes
Oros Róza
Ladosné Dobai Johanna
Hajnal Zoltán
Bóhm Dániel
Dr. habil. Oláh András
Dr. Ács Pongrác
Dr. Morvay-Sey Kata
Varga Gábor
Goldbach Julianna
Farkas Csilla Gyöngyvér

