



KUTATÁSI ZÁRÓJELENTÉS

Készítette:

Tomaso Bt.

Vezető kutatók:

Jósa Bálint

Mayer Katalin

EFOP-5.2.2-17-2017-00051



SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Tartalomjegyzék

1 Bevezető	3
2 Kutatás módszertan	5
3 Demográfiai kérdések és az arra adott válaszok	7
4 Sport az iskolában és a magánéletben	10
5 A sportolást elősegítő tényezők	13
6 Digitális szokások	16
7 Mélyinterjúk	17
A témák összefoglalója:	18
A válaszadók profilja:	18
Válaszok összefoglalója:	19
8 A külföldi partnerek kérdőíveinek elemzése	22
Demográfiai kérdések és az arra adott válaszok	22
Sport az iskolában és a magánéletben	23
A Sportolást elősegítő tényezők	26
Digitális szokások	27
9 Tapasztalatok, javaslatok, ajánlások	28
Információ	29
Testnevelés oktatás	30
Anyagiak, hozzáférés	32
A digitális világ és a sport	34
10 Ismertető a kutatás háttéréről, a sport témakörében megtartott workshopok anyagáról és a projekt partnerek ajánlásairól	35
A sporthoz köthető fogalmak és a sport története	35
Szabadidő és amatőr sport	38
Törvények, rendelkezés és iránymutatások a sporttevékenységek kapcsán	39
A média és a fogyasztói társadalom hatása a sportra	43
Miért hasznos a társadalom szempontjából a szabadidősport?	48
Az oktatás szerepe a sportolási szokások tükrében	50
A sport általi nevelés	54
Zárszó	56
11 Mellékletek	58

1 Bevezető

A sportolás szokása egyidős az emberiség történelmével. Vadászó-gyűjtögető elődeink még nem szorultak külön sportolásra, hiszen testüket folyamatosan igénybe vette az életben maradásért folytatott harc. Azonban, ahogy az emberi civilizáció kialakult és a háborúk szüneteiben is igény volt, akár a katonai képzés az egészség megőrzése, rehabilitációs célú átmozgatás vagy épp maga a szórakoztató látvány és erőfitogtatás volt a cél. Az ókori olimpiákat mindenki ismeri, de más népek és kultúrák is ismertek hasonló természetű, akár tömegeket is vonzó játékokat. A modern olimpiák és a profi sportoknak több mélysége is van, ma már a tömegsport komoly üzlet, és az egyéni ízlésünk és pénztárcánk határozza meg mennyit szeretnénk áldozni rá. Ez a kutatás is erre fókuszál, csak egy bizonyos társadalmi csoportra, a fiatalokra fókuszál, és az ő erőforrásait, szokásaikat kutatja, és alkot egy pillanatfelvételt róluk.

Vannak bizonyos kérdések, amelyek a kutatómódszertanban nem kaptak kiemelt szerepet, ezek alapvetően nem befolyásolták, amire igazán kíváncsiak voltunk ezért a kérdéseket nem fejtettük ki részletező definíciókkal, hiszen a célunk a minél gyorsabb és nagyobb mintavétel volt. Az egyik, mi a fiatal, hiszen erre többféle szakmai, jogi, pszichológiai, szociológiai válasz is adható. A kutatásban megkérdezettek többsége online töltötte ki a kérdőívünket, így persze ellenőrizni sem lehetett, hogy valóban csak fiatalok, vagy magukat annak vallók válaszoltak, de egyetértve a kutatás megrendelőjével a 35 évnél idősebbeket kizártuk a mintából.

A másik alapvető fogalom, a sport sem került pontos meghatározásra. Természetesen itt is önbevallásra hagyatkoztunk, és igyekeztünk kizárni a szellemi és technikai sportokat, de a rendszeres testmozgással járó, aktív tevékenységeknek végtelen formája van, és itt főleg a válaszadókra bíztuk őket sportnak tartják-e amit csinálnak.

A kutatást többek között olyan korábbi a fiatalokkal vagy és a sporttal foglalkozó korábbi kutatásokra tekintettel terveztük meg. A célunk az volt, hogy az eredmények illeszkedjenek a korábbi kérdésekhez, és azokkal részben összehasonlítható adatokkal szolgáljunk, de fontos leszögezni a kutatás célja nem konkrét tudományos kérdésekre, hipotézisek igazolására (vagy cáfolatára) jött létre, hanem konkrét, meghatározott kérdésekre kereste a választ és így nem is tekinthető másnak, mint egy nagymintájú, de nem reprezentatív felmérésnek, amelyek egy részét személyesen és nagyobb részét online végeztük.

Az alapvető kérdés az volt, hogy mennyit sportolnak a “mai fiatalok” és ez miképpen lenne növelhető. Hipotézisünk szerint, a korosztály egyre kevesebbet sportol rendszeresen, a korábbi (2012)es kutatási adatok és az azt megelőző (2008-s) eredmények is és a jelen kutatáshoz hasonló rész kutatások is csökkenő trendekről számolnak be, miközben a sportolás és az egészségmegőrzés összefüggése egyértelmű, de a sport, akár egyéni, akár csapat formában hozzájárul a lélek megerősödéséhez is, amelyet a válaszadók külön részleteznek is.

A Kutatás azt is próbálta segíteni, hogy milyen motivációs eszközök léteznek, amelyek hatására valaki vissza, vagy épp oda talál a sportoláshoz. Erre fókuszáltak a “mélyinterjúk” és a személyes kérdések is, de volt lehetőség ilyen javaslatot tenni minden választ adónak. Ezt tekintjük a legfontosabb “javaslatok”nak, melyek feldolgozása és programszerű átadása a szakmai munka következő állomása lehet.

Több kérdés is foglalkozik egy más témával, ami nem kapcsolódik a sportoláshoz, ez a digitális fogyasztási szokások témaköre. Fontos megismerni, hogy amennyiben valaki fiatalokkal, fiataloknak dolgozik, őket milyen módon lehet bevonni további projektek, kutatások, módszerek kipróbálása, hogyan érhetőek el és milyen eszközöket tartanak ők ehhez szükségesnek. A kutatás ezen része sok meglepetést nem hozott, de itt is fontos kiemelni, hogy nem reprezentatív a minta, hiszen egy online kérdőívet nem olyanok töltöttek ki, akik nem gyakorlott, mindennapi használói az internetnek. Természetesen a következtetések levonásakor ezt figyelembe kell majd venni, de mivel sok olyan fiataalt is elértünk, akik pl. egy fesztiválon, vagy közösségi helyszíneken töltötték ki a kérdőívet, nem mondhatjuk ki egyértelműen, hogy az online közösség volt az egyetlen, vagy felülreprezentált csoport.

Fontos hozzáfűznivaló, hogy érdekes volt a sokszínű, de hasonló korú fiatallal végzett munka, és mind a személyes és az ún. mélyinterjúk során nagyon sok hasznos tipp, javaslat hangzott el, amelyeket a megfelelő helyeken össze is foglaltunk, hogy a kutatás eredményei minél praktikusabb, kézzelfoghatóak legyenek, de terjedelmi és jogi okokból az interjúk nem leiratok, és a személyek adatai nem nyilvánosak, ahogy a válaszok nyers adatai sem. Természetesen a megrendelő ezeket ellenőrizte és jóváhagyta, de abban maradtunk, hogy a tanulságok és az eredmények a fontosak, és nem az, hogyan jutottunk hozzájuk.

Köszönjük megtisztelő figyelmét, és jó szórakozást a következő 21 oldalhoz!

-Szerzők-

2 Kutatás módszertan

A kutatásban meghatározott célok a következők voltak:

- minél több fiatal bevonása
- átfogó kép a fiatalok sportolási szokásairól
- átfogó kép a sportolási hajlandóságot pozitívan és negatívan befolyásoló tényezőkről
- a sportolási szokások és a lakóhely összefüggéseinek vizsgálata
- átfogó kép a fiatalok sporttal összefüggő információinak forrásáról
- átfogó kép a fiatalok sportra fordított anyagi eszközeiről
- betekintés a fiatalok digitális szokásaiba

Az elsődleges kutatási eszköz több kompakt online kérdőív (google form) volt, amelyek kidolgozásában a kutatást megrendelő képviselői is részt vettek. A kérdőív könnyen megosztható, kiértékelhető és összehasonlítható is, amely elkészült több nyelven segítve a kitöltést, amennyiben szükség volt rá.

A Kutatásban szereplő valamennyi partnerország külön-külön felelős volt az adatok begyűjtéséért, és az online kérdőív megfelelő terjesztéséért, majd az adatok közösen kerültek feldolgozásra, különös tekintettel az egyéni, szöveges válaszokra. A résztvevő országok Románia, Ukrajna, Lengyelország és Szlovákia voltak, de ezen belül a helyi magyar közösség fiataljait szólítottuk meg, így a válaszok mind magyar nyelven születtek meg, és ugyan vannak eltérések a helyi viszonyok között, ezek inkább térségiek, hiszen a válaszadók hozzáállását nagyban befolyásolta lakóhelyük (nem feltétlenül a születési, hiszen a tanulmányaikat és munkát sem ott találnak) és annak lehetőségei.

A Kutatás maga három típusú helyszínen zajlott. Az első a partnerszervezetek és "szövetségeik" által használt online felületek, FB csoportok, honlapok, ahol minél nagyobb számban szólítottak meg fiatalokat, és kérték őket, hogy vegyenek részt a kutatásban. A kísérő felhívás szövege megtalálható a mellékletben.

A másik helyszín azon fesztiválok, melyekre a partnerek is kitelepültek, és ott programokat szerveztek, amelyekkel párhuzamosan a kérdőívet is ki lehetett tölteni, és ebben a kutatást végző cég képviselői is segítettek, az esetleg kérdéseket tisztázták, valamint a kérdőív-re érkező visszajelzések alapján egyes kérdéseket finomítottak is, így közvetlenül jutottak adatokhoz, melyek szintén bekerültek a Kutatás eredményei közé. Ezen kérdőívek alatt vagy az online kérdőív okos eszközzel való kitöltését kell értsük, vagy ahol erre nem volt

lehetőség, ott nyomtatott verzióval is készültünk.

Ilyen fesztiválok voltak:

Sziget Fesztivál

Efott Fesztivál

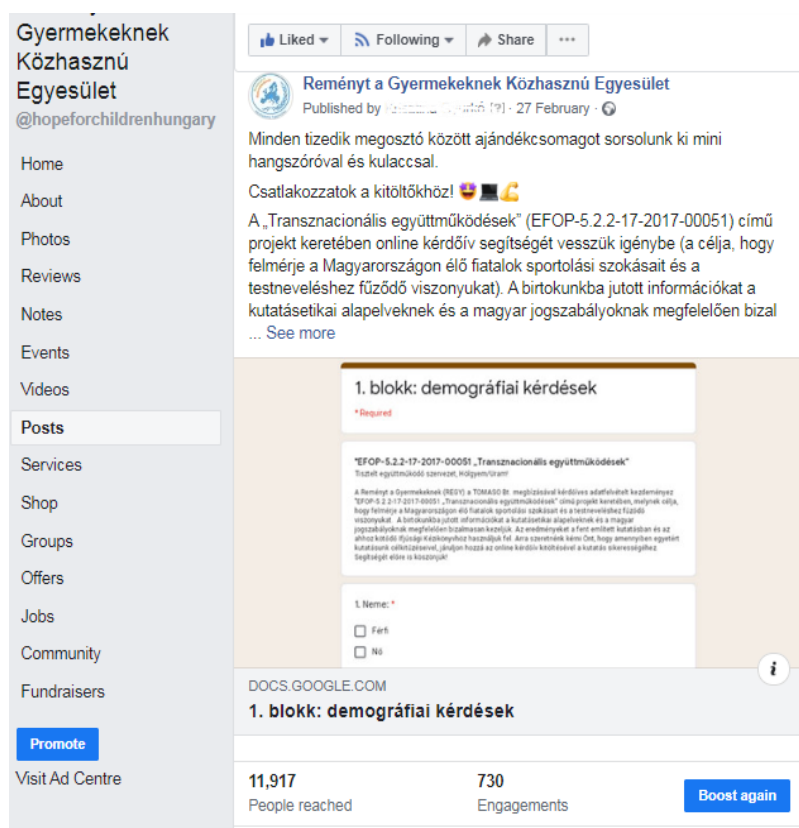
Balaton Sound

NIT Szabadegyetem

Magyar Kultúra Napja

Tavaszi Fesztivál

Ilyen poszt volt az egyik utolsó felhívás, amelyben a megosztókat jutalommal is igyekeztünk motiválni:



Gyermekeknek Közhasznú Egyesület
@hopeforchildrenhungary

Home
About
Photos
Reviews
Notes
Events
Videos
Posts
Services
Shop
Groups
Offers
Jobs
Community
Fundraisers
Promote
Visit Ad Centre

Liked Following Share

Reményt a Gyermekeknek Közhasznú Egyesület
Published by Reményi Zoltán · 19 · 27 February ·

Minden tizedik megosztó között ajándécsomagot sorsolunk ki mini hangszóróval és kulaccsal.
Csatlakozzatok a kitöltőkhöz! 🎧🔑

A „Transznacionális együttműködések” (EFOP-5.2.2-17-2017-00051) című projekt keretében online kérdőív segítségét vesszük igénybe (a célja, hogy felmérje a Magyarországon élő fiatalok sportolási szokásait és a testneveléshez fűződő viszonyukat). A birtokunkba jutott információkat a kutatásaitkai alapelveknek és a magyar jogszabályoknak megfelelően bízal ... See more

1. blokk: demográfiai kérdések
* Required

“EFOP-5.2.2-17-2017-00051 „Transznacionális együttműködések” című projekt keretében, melynek célja, hogy felmérje a Magyarországon élő fiatalok sportolási szokásait és a testneveléshez fűződő viszonyukat. A birtokunkba jutott információkat a kutatásaitkai alapelveknek és a magyar jogszabályoknak megfelelően bízal ... See more

1. Name: *
☐ Férfi
☐ Nő

DOCS.GOOGLE.COM

1. blokk: demográfiai kérdések

11,917 People reached 730 Engagements Boost again

A beérkezett ötszáznyolc válasz feldolgozása komoly munkateljesítmény volt, és a szempontoknak megfelelő finomhangoláshoz összesen 17 úgynevezett mélyinterjú is készült, ahol az online kérdőív kitöltői, ha önként vállalták egy videohíváson keresztül egyéb kérdésekre is válaszoltak és rengeteg javaslatot fogalmaztak meg a Kutatási célokkal összefüggő felvetésekre. A mélyinterjúk már az online kérdőívek értékelése közben, azokat

erősítendő jöttek létre, így már reflektáltak az ott kigyűjtött részeredményekre is. Természetesen mivel a kép és hang interjúkról van szó, azokat nem lehet közzétenni, de a Kutatásban az eredményeiket és pár tipikusabbat ki tudunk emelni úgy, hogy az alanyok jogai ne sérülhessenek. Az interjú alanyai mind fiatalok, és van köztük aktív sportoló és “döntéshozó” is, hogy a mintába mindenképp kerüljön ilyen megszólaló is.

A külföldi kérdőívek fordítása a vártnál sokkal hosszabb ideig tartott, így azok közül csak azokat dolgoztuk fel, amelyeket a magyar nyelvű, a határon túli magyar közösség tagjai töltöttek ki.

3 Demográfiai kérdések és az arra adott válaszok

1. Neme

Az 508 fiatalnak számító kitöltő túlnyomó része hölgy volt, akik közel 75% ot, vagyis 379 főt tettek ki.

Az urak így 25,4%-os arányokkal sem a biológia sem a sportolási arányokat nem képezték le. Ennek okait nem tudjuk teljesen pontosan meghatározni, de ebben szerepet játszhat, hogy az eléréseket egyetemi környezetben és online végeztük, ahol úgy tűnik a hölgyek vették át a többséget. A kutatásnak ebben sok jelentőséget nem tulajdonítunk, mert a válaszok nem voltak jellemzőek vagy nagyon különbözőek, így továbbiakban erre nem fogunk részletesen kitérni.

Az érdekes volt, hogy a “túlkoros” kitöltők mindannyian hölgyek voltak, de ennek is csak annyi jelentősége volt, hogy az ő véleményüket is megnéztük és mintegy leellenőriztük vele a többi választ, de a konkrét statisztikákban nem szerepelnek.

2. Melyik évben született?

Az átlagéletkort huszonegy év és négy hónap, és a legfiatalabb kitöltő 10 éves volt. A kitöltők életkora és azoknak átlaga lefedi az ifjúsági kategóriát, akik a kutatás célközönségét képezik. A kitöltők több, mint 50%-a 1990 és 2000 közt született, ez alapján elmondható, hogy az eredmények a 21-31 éves korosztály szokásait és véleményét tükrözik leginkább.

3. Családi állapot?

Itt a válaszokat nagyon szabadon értelmezett keretek között adták meg, de ha 2 csoportra

lehet osztani, akkor a kapcsolatban vagy egyedül lenne értelmezhető, és a válaszadók közel 30%-a valamilyen jellegű kapcsolatban van, és kevesebb, mint 1 %-uk házas. Természetesen lehet sportpszichológiai érdekesség, hogy vajon a “szinglik” sportolnak-e többet vagy sem, de erre a kutatás nem tud nagyon pontos választ adni. Viszont a bármilyen jellegű párkapcsolatban élők harmincnégy százaléka sportol rendszeresen, és huszonkilenc százaléka nem. A hajadonok és szinglik közül “csak” harmincnégy százalék sportol és huszonhat százalék nem. A köztes értékek a „nem rendszeresen sportol” (ritkábban), ami ebben az esetben az egyik sem.

4. Eltartottak száma a háztartásában

Ez az adat jellemzően azért érdekes, mivel lineáris statisztikai összefüggés van az anyagi helyzet és az eltartottak száma között, vagyis a több eltartott általában alacsonyabb jövedelmi helyzetet jelent. Jellemző a sajnálatos demográfiai helyzetre, hogy a válaszadók enyhe többsége “egyke” és nincs eltartott testvére. Közel tizenöt százalékuk egy testvérrel, kilenc százalékuk kettő, tizenöt százalékuk három és kevesebb mint egy százaléka rendelkezik öt testvérrel. Itt érdemes elmondani, hogy az egyik nagycsaládos kitöltővel készült mélyinterjú, és ő elmondta, hogy a sport fontos kitörési pont volt a testvérei közül és egy fontos motiváció arra, hogy hivatásos kézilabdázó legyen, mert így kevesebbet volt otthon és nem kellett a kisebb testvéreivel foglalkoznia.

5. Tanul vagy bármilyen kereső tevékenységet végez?

A kérdésekre adott válaszokból feltűnik, hogy kevesen (13 %) vannak, akik csak dolgoznak a többség tanul is valamilyen formában, de huszonhárom százalékuk dolgozik és tanul is. A válaszok összehasonlító elemzése azt mutatja, hogy a várakozással ellentétben, a saját keresetűek nem aktívabbak, hanem sokkal rosszabb átlaggal rendelkeznek, mint bármely más csoport. Közel ötvenkét százalékuk nem sportol (vagy csak ritkán) és csak tizenöt százalékuk sportol rendszeresen.

Sajnos a munka és a sportolás nem egymást erősítő tényezők, és az interjúk között is, akinek nem a sport volt a munkája az egyik tipikus mondat volt, hogy “a munka mellett nincs rá időm”.

7. Munkaideje? (kb óra/nap)

A dolgozók jellemzően a negyven órás munkahétről, de néhányan negyvenöt és hatvan órás munkahétről nyilatkoztak, illetve nagyon kevés nem tipikus munkaidőkeretben dolgozik.

A magas munkaidejű válaszadók túlnyomó többsége ritkán vagy semmit nem sportol és időhiányra, vagy anyagiakra hivatkozva nem sportol többet, illetve tizenöt százalékuk szeretne csak többet sportolni, ami jóval alatta van a teljes mintának, mivel a csak tanulók száz százaléka szeretne többet tanulni és a tanuló és dolgozó csoport is csak pár talán és két nemmel nagyon kis arányban nem akar többet sportolni.

8. Amennyiben TANUL: Iskolatípus, ahol jelenleg tanul:

A kitöltők iskolázottsága magas, ez nyilvánvaló a mintavétel helyéhez köthető, az online és a fesztiválok ezt a tanultabb réteget vonzották be. Ezen belül az egyetemisták aránya hetvenhat százalék és a gimnazisták huszonnyolc, valamint egy százalékuk még általános iskolás, illetve szakközépiskolás. Sajnos a magyar fiatalok nem ilyen arányban járnak egyetemre és gimnáziumokba, de a kérdőívek korlátozott elérése mellett a tanulságok leszűrésekor ezt a “felül iskolázottságot” figyelembe kell venni, és olyan eszközökkel mérni a kevésbé iskolázott fiatalokat, amely jobban elérheti őket.

9. Iskola helye (megye):

A kitöltők többsége Pest megye vagy Budapesti iskolába jár, de minden megyéből és a határon túlról is érkeztek válaszok, viszont ezek egyike sem érte el az öt százalékot, így a minta, ahogy az iskolázottsági adatok is, erősen felülméri a fővárosiakat, de a származás szerinti eloszlásban Budapest már alacsonyabb (negyvennyolc százalék) arányú. Ez alapján elmondható, hogy az iskolaszervezetben is van egy erős elmozdulás a fővárosi egyetemek felé, egyfajta elszívó hatás, amely képes bevonzani az ország fiataljait. A fiatalabb és középiskolás kitöltők között alacsonyabb a fővárosi és Pest megyeiek aránya harmincnegy százalék), így ez valamennyire kiegyenlíti a minta vidéki-városi-fővárosi tengelyét.

A 10-11-es kérdés válaszai csak az egyéb válaszok ellenőrzését szolgálták, a kutatás érdemi részéhez nem adtak hozzá, és nagyon kevés eltérést tapasztaltunk más kérdések válaszaihoz képest, így az elemzésüktől eltekintünk

12. Munkavégzés helye (megye, település neve)

Erre a kérdésre adott válaszokban is megfigyelhető a budapesti arányok felülreprezentáltsága, sőt itt még erősebb is (hatvankét százalék) de itt is a származással összevetve más adatokat kapunk (harminckét százalék született “pesti”). A torzító felülreprezentáltságnak oka lehet, hogy többen is rendelkeznek pl. mobilinternettel és más

kapcsolattal is, és jellemző körükben a saját eszköz, miközben a vidéken élők és dolgozók között többen vannak a más, kölcsön eszközök használata.

A kérdőív kitűzött céljának szempontjából a munkavégzés helye amiatt vizsgálendő, mivel az esetek nagy részében azok, akik sportolnak, az edzőtermet, uszodát vagy bármely sportlétesítményt az alapján választják ki, hogy mennyire van közel a lakóhelyükhöz, vagy a munkahelyükhöz. Ezek egyértelműen kényelmi szempontok, viszont befolyásolják a későbbiekben felvázolt javaslatlételt.

4 Sport az iskolában és a magánéletben

Ebben a fejezetben kérdeztünk rá a sportolási szokásokra az anyagi forrásokra és a kihívásokra. Itt azt vizsgáltuk, hogy mennyire aktívak a fiatalok és milyen körülmények között, kivel és hol szoktak sportolni és mennyit képesek áldozni erre.

1. Ön gyakran szokott sportolni?

A válaszadók negyvenhat százaléka adott igen vagy rendszeresen választ erre a kérdésre, ami igen meggyőző adat, és negyvenhárom százalék ritkán, vagy alkalmanként és csak tizenegy százalék mondott nemet. A kutatás sajátosságait is figyelembe véve az biztos, hogy a fiatalok többsége sportol valamilyen formában és csak kis részük egyáltalán nem.

2. Amennyiben igen, kérjük, sorolja fel mit? Ha többet is felsorol, próbálja meg őket a rájuk fordított idő sorrendjében megadni.

A három legnépszerűbb a futás, úszás és a kerékpározás mögé felzárkózott a kondizás és a különböző táncok, de kiemeltünk pár jellemző más sportot: séta, kirándulás tenisz, torna, tollaslabda, jóga, kézilabda, labdarúgás, tesi óra, snowboard, crossfit, lovaglás, harcművészetek, spinning, atlétika, röplabda, néptánc, vívás. A felsorolásból kivehető, hogy népszerűbbek azok a sportok, amelyeket párban vagy csoportosan lehet végezni. A közösség húzóereje jól tesz a sportolási szokásoknak is.

3. Amennyiben igen, kérjük, nevezze meg jellemzően kivel?

A kérdésben arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen tényezők hatnak abból a szempontból, hogy inkább magányosan vagy társsal sportolnak-e a válaszadók. A legkisebb arányban az

egyesületben és hivatásos keretek között sportolók vannak, csak tizenkét százalék válaszolt így. Teljesen egyedül húsz százalék, és egyedül is közel harminc százalék. Partnerével közösen a fiatalok huszonnyolc százaléka, és csapatban kicsit több mint harmincegy százalék, ami jól jelzi a sport közösségformáló erejét, hiszen ez a legnagyobb csoport. A különböző keresztátfedések miatt megállapítható, hogy a túlnyomó többség nem egyedül végez ilyen tevékenységet, és az egyesületben vagy csapatban sportolók végzik a leggyakrabban (naponta vagy heti több alkalommal) és az egyedül sportolók a legritkábban.

4. Milyen gyakran sportolt idén?

Ez a kérdés egyben igyekezett pontosítani az első kérdést is, mert a “ritkán” válaszolók között is van “heti több alkalommal”-t válaszoló is, amiből kiderül, hogy többen sportolnak heti rendszerességgel, mint a válaszadók fele (ötvenhárom százalék), de minden nap csak hat százalék. Természetesen volt, aki semennyit nem sportol, de ők csak három százalékot tesznek ki, összesen tizenöten az ötszáznyolc kitöltőből.

5. Amennyiben sportolt idén, ezt hol tette?

Kutatásunk szempontjából kiemelkedő jelentőségű kérdés az, hogy a fiatalok valójában hol sportoltak. A válaszadók többféle választ is megadhattak. A legnagyobb csoport (kb 20%) a szabadban és az erre kijelölt helyeken (pl. uszoda, konditerem) szokott sportolni. Ehhez hozzájön a csak kijelölt helyeken sportolók tizenhat százaléknyi csoportja és a vegyes válaszok, például iskolában és kijelölt helyen (4%) egyesületben és kijelölt helyen (3%) tehát a válaszadók nagyobb része igénybe vesz erre kijelölt létesítményeket és csak nyolc százalék, akik egyáltalán nem. A csak iskolai, otthoni, és önálló szabadban végzett sport 1-2% volt, miközben egyesületben csak fél százalék. Megállapítható, hogy a többség sokféle helyen igyekszik sportolni, de kiemelt jelentőségű az olyan helyszínek léte, amik erre jöttek létre, a sportpályák és az ingyenes szabadtéri lehetőségek mellett.

6. Elsősorban közvetlen lakóterületén sportol?

Kutatásunk egyik kulcskérdése volt, hogyan hat a távolság és az elérhetőség a sportolási szokásokra. Egyik meglepő adat, hogy tizenhat százaléknyan nem válaszoltak a kérdésre, ami egyfelől jelentheti, hogy nem tudták eldönteni hol sportolnak (tehát a lakóhelyükön is és máshol is sportolnak) és azt is, hogy meghaladta a hatvanhárom százalékot a lakóhelyen sportolók aránya, de húsz százaléka a válaszadóknak más településen sportolnak, mint ahol

élnék. Itt az egyetemistákat arra kértük, hogy az iskola helyszínét fogják fel lakóhelynek, így az adat azt is mutatja, hogy az egyetemista fiatalok a tanulmányaik helyszínén találnak maguknak lehetőségeket. Összevetve a nem egyetemista fiatalokkal, akik viszont nagy számban más településre mennek sportolni. A kisvárosi vagy még kisebb fiataloknak pedig a többsége (67%) keres más helyen lehetőséget, ha nem otthon vagy a szabadban sportol. Volt, aki kifejezetten a sportolási lehetőségek miatt Budapestre utazik, hiszen a saját környezetében egy adott sport nem elérhető.

7. Saját lakóterületén belül kb. mennyit utazik otthona és a sportolási helyszín között? (Percben vagy kilométerben)

Az utazási szokások azért érdekesek, mert nagyban hatással vannak a sportolási szokásokra. Minél többet utazik valaki, annál ritkábban sportol. A válaszadók negyvennyolc százaléka öt és harminc perc között utazik és köztük van a legtöbb gyakran sportoló. A harminc percet utazók fele annyira gyakran sportolnak, mint az öt percet utazók. A ritka kivételek (1%) a negyvenöt percet vagy annál többet is utazók, ahol van aki heti egyszer és aki napi többször is sportol és közülük kerül ki a versenyszerűen sportolók többsége (64%) is. Ők képesek és hajlandóak is több időt az utazásra szánni, de a fiatalok többsége a minél közelebbi helyszíneket választja, és nem tud, vagy nem akar sokat utazni.

8. Más településen sportol?

A túlnyomó többség (hetvenhárom százalék) a saját településén sportol, de a maradék huszonkilenc viszont kénytelen elhagyni azt, így számukra a helyi lehetőségek nem elégségesek. Körükben magas az aránya a nem sportolóknak és a rendszeresen egyesületben sportolóknak és a jelenleg munkát végző fiataloknak.

9. Amennyiben más településen: Mennyit utazik otthona (körülbelüli idő) és a sportolási helyszín között?

Ismét jellemző, hogy a többség nem utazik, de a legtöbbet az a válaszoló utazza (2,5 óra) aki versenyszerűen vív, illetve a többség rendszeres sportoló és gyakran sportol. Az utazók egy része olyan sportot űz (pl. túrázás, biciklizés) amelyre a települése nem alkalmas és ők a ritkán, rendszertelenül sportolók. Elmondható tehát, hogy a fiatalok többsége, ha nem tudja azt a sportot választani, amit szeret a saját környezetében, vagy településén, nehezen mozdul és vállal anyagi és időben áldozatot csak a sport kedvéért. Ez alól csak ritkán tesz kivételt, vagy ha ez hivatásszerű.

10. Ha igen, nagyságrendileg mekkora anyagi ráfordítást költ (ön vagy gondviselője) sportra utazással, szállással, felszereléssel stb. együtt?

Ez a kérdés vizsgálta az anyagi ráfordítások mértékét. Megállapítható, hogy a többség költ a sportolásra és csak huszonnégy százaléknyan nem költenek egyáltalán. Ennek a csoportnak egy része ritkán vagy soha nem sportok (36%) nem tud többet erre fordítani (28%) otthon vagy szabadban sportol (63%) és jellemzően elégedett a sportolási szokásaival. A keveset (5% vagy 10e Ft alatt) vannak a legtöbben összesen negyvennyolc százalékniai, de a húszezer forintot is meghaladó költség is több mint tíz százalék. Ez legtöbbet költő csoport sportol a legtöbbet (gyakran vagy még gyakrabban) és ők is szeretnék még több, még jobb szolgáltatásokat igénybe venni. Az átlag azonban kevesebbet költ és jellemzően az idő és a megfelelő helyszín miatt nem tud, de akar sportolni. A körükben magas a saját magukkal elégedetlenek aránya (akik többet szeretnék sportolni), de különböző akadályokba ütköztek, amelyek ezt megnehezítik, el lehetetlenítik.

11. Szeretne-e többet sportolni? Ha igen, ennek fő akadályai:

A válaszadók többsége az időhiányt jelölte meg fő akadályul, ez volt az abszolút többség is (55%) és közel húsz százalékot kapott a motiváció hiánya és tizenhetet a pénzügyi lehetőségek is. Nyolc százalék vélte úgy, hogy ebben a sportlétesítmények hiánya hátráltatja, és akik úgy vélik, mind szeretnék többet sportolni és jobb minőségű szolgáltatások esetén ezt meg is tennék.

5 A sportolást elősegítő tényezők

Ez a fejezet arra próbál választ találni mi motiválná a fiatalokat arra, hogy többet sportoljanak. A megkérdezett fiatalok szeretnék többet és jobb minőségű szolgáltatásokat igénybe venni, de vajon milyen egyéb tényezők játszhatnak még ezen túl közre?

1. Szeretne-e többet sportolni?

Természetesen túlnyomó többség igen. A kérdésre nyolcvanhárom százalék adott pozitív választ és további tizenkét százalék válaszolt "talán"nal. Ez alapján kijelenthető, hogy van még mozgósítható tartalék a magyar fiatalokban ezen a téren.

2. Szeretne jobb minőségű szolgáltatásokat igénybe venni?

A szolgáltatások színvonala nagyon változó képet mutat, és nem is természetes, hogy mindenki jobbat szeretne, hiszen ennek vannak akadályai és költségei is. A válaszadók huszonkét százaléka elégedett, ők a rendszeresen sportoló és kevesebbet utazó csoport. Negyvenegy százalék jobb szolgáltatást szeretne, ők nagyon sokfélék, de sokan sportolnak máshol, mint a lakóhelyük (58 %) és utaznak többet (55%) mint tizenöt perc. Harmincöt százalék válaszolt talán-nal, itt a jobb elérést igénylők (68%) és az olcsóbb szolgáltatások (24%) volt a két erősen jellemző arra, hogy ők mit javítanának. Valószínűsíthető, hogy ők is szeretnék jobb szolgáltatást, de jelenleg ezt nem tartják elképzelhetőnek.

3. Mit javítana a jelenlegi szolgáltatáson?

Itt sokféle választ kaptunk, huszonkét százalék nevezte meg az árat, tizenkilenc az öltözők színvonalát, nyolc az egy helyen elérhető lehetőségek szűkösségét. A válaszokat beépítettük a javaslatok részbe, de álljon itt egy pár példa: személyi edző/tanácsadó, közösségépítő programok, ingyenes sportversenyek, jobb eszközök, több információ, könnyített megközelítés, nagyobb kínálat helyben.

4. Tájékozódik-e a sportolási lehetőségekről?

A válaszadók többsége (66%) igen és tizenkét százalékuk ezen felül konkrétan ki is emelte, hogy ezt az internet segítségével teszi. Huszonegy százalék azonban nem, ők jellemzően otthon vagy szabadon sportolnak (79%) és inkább ritkán vagy ritkábban, mint azok, akik például az internetről. Ebből az következik, hogy a nem sportolókat el lehetne érni, ha különös tekintettel lennénk az ő célzott megkeresésére, mert ha tájékozottak lesznek, nagyobb eséllyel sportolnak majd.

5. Amennyiben tájékozódik, honnan szerez információkat?

Itt is igazán a kereszt válaszok az érdekesek, hiszen a legtöbben (40 %) természetesen az interneten keres rá, hol érdemes sportolnia, de vannak, akik a nyomtatott sajtóban elhelyezett hirdetésekől (4%) ismerősöktől (5%) a sportrendezvények hirdetéseiből (2%)

6. Amennyiben szeretne többet sportolni: Milyen tényezőkkel lehetne önt több sportolásra motiválni?

Itt igyekeztünk számtalan innovatív ötletet bevetni és összegyűjteni sokféle lehetőséget. A legtöbben az anyagiakat nevezték meg, mint akadály, közel húsz százalékkal. A válaszadók egy része nem szeretne többet sportolni ők (18%) már elégedettek őket követi az időbeosztás rugalmasságát kérők tizenkét százaléka és az olcsóbb hozzáférést, öt pedig a teljesen ingyenes lehetőséget választaná. A válaszadók hét százaléka azt szeretné, hogy közösségi eseményeken, sportrendezvényeken vehessen részt, és tizenegy százalék szeretne jobb hozzáférést, a közelében lehetőséget saját kedvenc sportjához. Ez utóbbi csoport a legaktívabb több mint nyolcvan százalékuk gyakran sportol. Volt olyan válaszadó, aki online edzéstervet vagy motiváló kampányt, ingyenes edzéstervet szeretne, ebből az online edzést hat százalék kérte, és az interjúkban is előkerült, ezt, mint innovatív ötletet ezért is raktuk be az ajánlások közé.

7. Vett-e már igénybe tanácsadást a sport témakörében?

Ez a kérdés azt vizsgálta, hogy a fiatalok honnan szereznek tanácsokat, hogyan tervezik meg a sportolást, mennyire tudatosan edzenek. A többség (61%) nem vesz igénybe semmilyen tanácsadást. Akik igen főleg az internetre és azon belül a közösségi hálókra hagyatkoznak. Kisebb (6%) jelentőségű az iskolák és a megkérdezettek körében ritka a hivatásos edző vagy a tanfolyamok aránya (1 és 3 %). Ebből azt a következtetést vonhatjuk le, nem túl meglepő módon, hogyha a korunk fiataljait valahogyan el akarjuk érni, erre a közösségi média a legalkalmasabb platform.

8. Amennyiben vett már igénybe valamilyen tanácsadást, a tanácsok forrása:

Ebben a kérdésben pontosíthatták a válaszadók, milyen konkrét forrásokra hagyatkoztak a korábbi sporttal kapcsolatos tanácsokkal kapcsolatban. Azok, akik hivatalos edzőkkel sportoltak vannak a legtöbben (33%), de megjelennek a sport témájú könyvek (20%) és természetesen az online blogok, tanfolyamok videók (26%) is. Kevesebben tekintenek az iskolára, mint forrás (11%) és sport tanácsadókra (5%).

9. Amennyiben korábban nem vett igénybe tanácsadást, esetleg tervezi ezt? Ha igen, honnan?

Itt arra szeretnénk volna választ kapni, hogy amennyiben valaha tervezünk egyfajta kampányt, amiben a fiatalokat a sportolásra szeretnénk motiválni, hol lehetne ezt a kampányt lefolytatni, és ennek milyen eszközeit érdemes használni. Természetesen az internet itt is nyert, de sajnálatos, hogy a válaszok fele nemleges, vagyis nem akarnak

többség információk a résztvevők.

A válaszadók huszonnégy százaléka az internethez fog fordulni, tizennégy egy hivatásos edzőt (ők a legaktívabb, jellemzően többet utazó és költő válaszadók), további nyolc százalék valamilyen tanácsadót, öt százalék autodidakta módon sport témájú könyvet vesz majd igénybe és csak egy százalék az iskolát, ahova jár (itt az egyetemek is iskolaként értelmezhetőek). Tekintve, hogy a kitöltők nagy része egyetemista vagy diák, az hogy az iskolaszisztéma ilyen rosszul teljesít szintén komoly érv a rendszer átgondolására, ahogy ezt több interjúalany is kiemelte. Nem biztos, hogy a mennyiség (napi egy teszt óra) vagy a kötelezőség (egyetemi kurzus) segít, ha a minőség elégtelen.

6 Digitális szokások

Ez a fejezet, egy rövid áttekintő bepillantás a fiatalok internetezési szokásaiba. Nem alkalmas nagyon átfogó kép kialakítására, arra szolgál, hogy lássuk, hogy miképp lehetne a válaszadókat elérni, milyen szokásai vannak a sportoló és a kevésbé sportoló fiataloknak. Van-e például hatása annak, ha valaki sokat internetezik arra, hogy mennyit sportol és viszont.

1. Szokott-e rendszeresen internetezni? Ha igen, Hol?

Természetesen a kitöltők 100 százaléka szokott internetezni, hiszen ez is egy online kérdőív, de minket a helyszín érdekelt. Hol használják az internetet a fiatalok?

A fiatalok legnagyobb arányban saját otthonukban (31 %) illetve “bárhol”, de saját eszközeiken (28%) böngésznek. Az iskola húsz százalékkal dobogós és a munkahely hét százaléka sem alacsony. A könyvtárak és az E pontok egy százaléka jól mutatja ezen helyek “fiataltalanságát” ami komolyan megkérdőjelezi jövőjüket. Fontos és érdekes, hogy a közösségi terek ritkasága ellenére öt százalékkal megjelentek, ami azt mutatja, hogy ilyen helyből több kellene. Hasonló értékkel jelent meg a “másnál” ami arra utal, hogy ez ritkaság, ma már inkább mindenki otthon, vagy magányosan netezik, ez inkább a közös játékokra utalhat, amelyeket interneten játszanak.

2. Ha igen, kb. mennyit?

Ez a kérdés is nagyon fontos, és jól mutatja a fiatalok internetezési szokásait. A fiatalok elenyésző része (2 %) netezik csak kevesebbet, mint egy óra, és tizennyolc százalékuk napi hat óránál is többet tölt online. A középmezőny a három és hat óra közötti, ahol az összes válaszadó majdnem fele (46%) található.

Összevetve a válaszokat a sportolási szokásokkal, a keveset internetezők hatvankilenc százalék ritkán vagy soha sem sportol, miközben a sokat (hat óránál többet) internetezők negyvenhat százaléka rendszeresen sportol és csak hét százaléka soha, és további harminc százalék alkalmanként. Szóval ez inkább arra utal, hogy a sokat internetezők inkább aktívabbak a sport terén is.

3. Kérjük, súlyozza, melyik tevékenységgel tölti a legtöbb időt az interneten

Hírek, Csetelés, Ismerősök tartalmának böngészése, Ismeretek bővítése, Filmek és videók nézése, Játék, Vásárlás, Sport és szabadidő programok keresése, más.

A válaszok alapján a legtöbb időt chateléssel töltik a fiatalok, második a filmek nézése, harmadik az ismerősök tartalmainak nézegetése, negyedik az ismeretek bővítése, ötödik a hír fogyasztás, hatodik a sportolással kapcsolatos ismeretek beszerzése, hetedik a játék és utolsó a vásárlás. Ha azt is figyelembe vesszük maguk a tevékenységek milyen időt vesznek igénybe látható, hogy az internet fontos információforrás, de lényegesebb a közösségi-kommunikációs-szórakozási háromszög. Ha el akarjuk érni a fiatalokat, érdemes ezt “influencer”-eken keresztül, velük együttműködve, és őket chatelésre, példamutatásra felkérni, semmint kampányokat szervezni, amelyek passzívan meggyőzni próbálják őket.

4. Szerepe szerint ön inkább?

Ez a kérdés a kitöltők jellegére kérdez rá, arra vonatkozik, hogy a fiatalnak van-e esetleg valamilyen speciális szerepe, különleges rálátása a témára. A többség természetesen átlagos fiatal, de válaszolt tizenhárom százaléknál sportoló, három százaléknál ifjúság segítő és két százaléknál civil szervezet vezető is. Sajnos ilyen kisszámú eredmény nem alkalmas komoly következtetésekre, de elég rossz jel, hogy a “civiliek” és az ifjúság segítőik is csak ritkán sportoltak és nem is tervezik, hogy többet fognak sportolni. Jó lenne, ha

7 Mélyinterjúk

Mivel összesen 17 különböző személlyel készült mélyinterjú, valamint ezek nem voltak

azonos terjedelműek illetve a személyiségi jogok és a terjedelmi korlátok miatt, ezeket nem közöljük részletesen, hanem a válaszadók profilját és az általuk adott válaszokat összefoglalva és a legfontosabb javaslatokat kiemelve közöljük. Az interjúk egy része személyesen, más része online készült el, ezeket a megrendelőnek megtekintésre rendelkezésre bocsájtottuk, de a jogi szabályozásra való tekintettel ezek a kutatás lezárása után törlésre kerülnek.

A témák összefoglalója:

Miért jó sportolni?

Miért jobb vagy rosszabb egy sport?

Miért kezd valaki sportolni?

Miért hagyja abba?

Hivatásos vagy amatőr? Csapat vagy egyéni sport? Mik az előnyök, értékek, kihívások, lehetőségek?

A sport magán vagy közügy? Kinek a dolga “sportoltatni” az országot? Mire érdemes költeni?

Mire tanít a sport?

Mi akadályoz egy mai fiataalt a sportolásban?

Hogyan lehet ezeket legyőzni?

Területi eloszlásról és a hozzáférésről?

Javaslatokról, mit lehetne jobban csinálni, mire lenne szükség?

A válaszadók profilja:

A válaszadók egy része a kérdőív kitöltésekor jelentkezett önkéntes interjúra, és öten vállalták és válaszoltak is. Ők mind egyetemisták és valamilyen rendszerességgel sportolnak, hárman jelenleg Budapesten tanulnak, ketten pedig vidéki nagyvárosokban. A többi interjút olyan személyekkel végeztük, akiknek hivatása a sporthoz vagy valamilyen állami szervhez kapcsolódik, ők nem tipikus fiatalok, néhányan már nem is fiatalok, hanem kívülről látják a sport helyzetét, szakértőként állnak hozzá és ezért javaslataik, véleményük komoly hozzáadott értéket képvisel. Megkeresésükben nagy segítség volt a megrendelő egyesület kapcsolati hálójája, de mi is igyekeztünk megszólítani ebbe a profilba tartozó interjúalanyokat, és így sikerült például egy válogatott labdarúgó hölgyet is meginterjúztatni. Volt köztük: Iskolai testnevelő tanár, diákolimpikon, aktív önkormányzati

politikus, sport és ifjúsági ügygel foglalkozó kormányzati szakember, Aerobik edző, tánc tanár, karate edző, olyan civil, aki egy sporttal foglalkozó szervezetet vezet, és egy sportszervező, aki elsősorban futásokat szervező vállalkozást vezet.

Válaszok összefoglalója:

Miért jó sportolni?

A sport egészségmegőrző szerepén túl, a mentális jóléthez is, a stresszkezeléshez is kiváló. Van egyfajta önkifejező ereje, pl. a nofear sportok, vagy a ritmikus gimnasztika vagy a tánc, egyfajta művészeti önkifejezést is képviselnek. Képes a hagyományok, kulturális ismeretek átadására, pl. íjászat, karate esetén a sport mellé egy komplex világnézet, történelmi, társadalmi ismeretek is járnak. Az egészséges táplálkozás nélkül a profi sport elképzelhetetlen, tehát, aki komolyan akar sportolni, vagy komolyan veszi a sportot, amit végez érdemes odafigyelni a saját táplálkozására is, ami olyan ismereteket feltételez, amelyek az élet más aspektusaiban is fontosak lehetnek. Ez a fajta szemlélet például elvezethet a bio vagy vegán táplálkozáshoz, illetve a környezettudatosabb élethez is. Több válaszadó is említi, hogy az agresszió levezetése, megelőzése, a traumák kezelése is végezhető sporttal és az önfegyelem, a kitartás olyan fejleszthető kompetenciák, amelyek sok fiatal számára a családból vagy a környezetükből nem, de a sportból elérhetőek. A sport olyan érzéseket is ad, mint a sikerre való éhség, és a boldogság is, az úgynevezett jóleső fáradtság érzése, amikor egy edzés vagy verseny után az elme és a test harmóniában van. Ezek mellett egyes sportok hobbiként is értelmezhetőek, miközben lehetnek szinte ingyenesek és még jót is tesznek. Többen említették a párkapcsolati kérdést is, a vonzó külalak mellett a lehetőséget, hogy megismerkedjünk valakivel, illetve a párkapcsolatot erősíti, ha közös sportot űzhetünk társunkkal.

Miért jobb vagy rosszabb egy sport?

A válaszadók többsége több sportot is űz rendszeresen, és komoly dilemma lenne nekik megmondani melyik a kedvenc vagy éppen miért. A csapatsportok előnye a közösség, az új barátok lehetősége, és a csapattal jövő konfliktusok kezelésének elsajátítása. Az egyéni sportok a saját magunkra való koncentrációt, a “befelé figyelést” erősítik, a külvilágból való kiszakadást a negatív élmények traumák a stressz feldolgozásának is eszköze lehet. A profi sportolók is keverik a sportokat (pl. a focista is jár úszni) és aszerint válogatnak közöttük, hogy éppen mire van kedvük, idejük vagy szükségük. A legfontosabb tényezők az

elérhetőség, szezonális, anyagi eszközök, saját minták (pl. a szülők is lovagolnak, akkor én is kipróbálom) a megfelelő közösség és a saját tehetségük. Érdekes volt, hogy többen említették a jó értelemben vett tekintély tiszteletet. Sok fiatal nő fel sérült, vagy csonka családban és az edzők, csapattársak adnak mintát arra milyen is egy jó vezető, miért fontos elfogadni egy nálunk bölcsőbb, tapasztaltabb embert mentorként, és ez milyen előnyökkel jár, képessé tesz elfogadni helyünket a társadalomban, közösségben, családban vagy bárhol, ahol alá-fölérendeltségi viszonyok, hierarchia van. Ez nem jelent alávetettséget, de azt, hogy megértjük miért kell hallgatni másokra. Az értékek között sorolták a fegyelmezettséget is, az önzőség, még ha tehetséggel is párosul, a csapatból való kiszorulással jár, szóval a sport megtanít a kooperációra is, ami sokszor nem egyértelmű és az iskola például erre alig nevel.

Miért kezd valaki sportolni?

Itt is felsorolásszerűen említve volt az önbizalom megszerzése, a külalak, az egészség megőrzése, fogyás, a közösséghez való tartozás igénye, és a kötelező iskolai-szülői nyomás. Említhető még az olyan sportolók hatása, mint például Egerszegi Krisztina vagy Puskás Ferenc, akik inspirálták a válaszadókat, de véletlen is, amikor valaki egy falunapon kipróbál valami és beleszeret. Ami fontos, hogy az ok csak a kezdetre elegendő és a motiváció fenntartása, az idő és más erőforrások beosztása komoly kihívás mindenkinek, akár hivatásos, akár csak hobbi szinten sportol.

Miért hagyja abba?

Az első és legfontosabb a nem kellő mennyiségű idő. Ezt mindenki említette valamilyen formában. Az életben más prioritások, pl. munkahely, vagy tanulmányok sokszor ütköznek a korábbi rendszerességgel. A megváltozott közösség, új edző is vezethet eltávolodáshoz, és a költözéssel megváltoznak a szokások, útvonalak, és a korábban útba eső helyszín már nem elérhető.

A sport magán vagy közügy? Kinek a dolga “sportoltatni” az országot? Mire érdemes költeni?

A sport, ahogy a kultúra is nem tud csak piaci alapon megélni, illetve ami megél nem biztos, hogy mindenkinek elérhető. Az egyértelmű társadalmi érdek, hogy minél többet, minél többet sportoljunk és ez még az államnak is megéri, hiszen amit a sportra költ, azt nem kell az egészségügyre költeni. A válaszadók tehát elkerülhetetlennek vélik az állami szereplők

támogatásait. A konkrét sportokról elmondva mindenki jelezte, hogy ma a vizes (úszó) és a labdarúgás kiemelt helyzetét nem tartják jó iránynak, a támogatások újraelosztására, kiszélesítésére lenne szükség. Kevesen támogatnák a versenysportot, és inkább az amatőr és tömegsportra irányítanának több figyelmet. Fontos, hogy például az ingyenes eszközök (sport parkok) fenntartása, gondozása is állami feladat (önkormányzati) és azok bővítésekor is szükség van állami támogatásra. A kötelező napi testnevelés, illetve az egyetemeken bevezetett sport kreditek megosztották a válaszadókat. Abban konszenzus volt, hogy ez jó irány, a sportnak való kitettség és a választható sportok bemutatása jó ha állandó és minél hamarabb megtörténik, azonban többen is jelezték az iskolák, az edzők, testnevelők teljesítménye, tudása, felszereltsége nagyon változatos és sokszor nélkülöz minden pedagógia szemléletet, szezonalitást, koncepciót. Az, ha a tesi óra azt jelenti, hogy a lányok kosaraznak, a fiúk fociznak, és néha van futás is, nem nevezhető valódi munkának. A javaslatokban számtalan ötlet merült fel, ezekre visszatérünk majd. Jó pontként felmerült az események szervezése, az egész közösségeket megmozgató sportválasztók, közös futások stb. támogatása, szervezése, amit pl. egy önkormányzat is szervezhet, támogathat. Érdemes lenne megvizsgálni azt is, a “tesiórák” milyen hatékonyságúak és hol van szükség új eszközökre, más sportágakkal való bővítésre, hogy nagyjából mindenhol azonos távolságban legyen atlétikai pálya, uszoda, és ennek a feltérképezésre és megosztására. Erős vélelem, hogy a budapesti lefedettség sokszorosa a kistélelülésekének, de a megyeszékhelyek, nagyobb városok is le vannak maradva és ez újabb törésvonalat jelent a vidék-város viszonylatban.

Mi akadályoz egy mai fiatalat a sportolásban?

A legfontosabb akadályok: időhiány, információhiány, eszközhiány, belső késztetés hiánya. Az információk között sokszor említették az oktatási anyagokat, a “hogyan is kell ezt vagy azt csinálni” érzését, pl. a konditeremben, otthoni tornában, speciális eszközökben. A jellemző vélemény, hogy a helyi elérhetőség nagyon fontos, mert a többség nem tud vagy akar egy óránál többet utazni a lakhelye és a sportolási lehetősége között (harminc perc oda, harminc vissza), márpedig ez vidéken nem mindenhol adott. Természetesen az anyagi tényezők is szerepet játszanak, de aki akar képes ingyenesen is sportolni, a felszerelést pedig olcsón vagy ingyen is be lehet szerezni, például akciókkal vagy rendezvényeken való részvétellel. Ha valaki egyesületi tag és az egyesület tudja támogatni az is lehetőség, de sajnos sok tehetség sorsa pont ezen múlik, hogy tud-e eszközöket finanszírozni és tartani a lépést, mivel a versenyeken kis különbségek is múlhatnak azon, hogy milyen anyagból van

egy ütő, vagy milyen egy cipő. Az ismert tömegsportokon túli érdekes vagy különleges sportok (pl. ejtőernyőzés, evezés, tájfutás stb.) leginkább egzotikumként foghatóak fel, de sokakat érdekelné ezek kipróbálása és egy részük a próbát tevőnek elköteleződhetne mellettük. Erre kevés esély van, ha ezeket nem lehet az iskolai rendszerben kipróbálni és csak a véletlennek köszönhető, hogy valaki kipróbálhassa valamelyiket. Fontos, hogy az iskolai-egyetemi kötelező kurzusok is esetlegesen kiválthatóak legyenek ilyen különleges sportok kipróbálásával.

Hogyan lehet ezeket legyőzni?

Erre a kérdésre is az ajánlások részben térünk ki alaposabban.

Területi eloszlásról és a hozzáférésről?

A jobb hozzáférés és a területi arányosságot már említettük, de fontos lenne, hogy erről megfelelő tájékoztatás, információ álljon rendelkezésre. Erre is visszatérünk a javaslatok között.

Javaslatokról, mit lehetne jobban csinálni, mire lenne szükség?

Erre a kérdésre is az ajánlások részben térünk ki alaposabban.

8 A külföldi partnerek kérdőíveinek elemzése

Minden partner 100 anyanyelvi kérdőívet küldött vissza elemzésre. Ez összesen 400 választ jelentett, amelyeket rövidebben a magyar fiatalok adataival összevetve elemeztük ki.

Demográfiai kérdések és az arra adott válaszok

1. Neme

A külföldi kitöltők között a férfiak aránya magasabb, közel negyven százalék. Ez eltér a hazai fiatalokat célzó kutatás eredményéhez képest, hiszen ott csak huszonöt százalékos volt az arányuk. A korábbi eredményekben sem mutatkozott jelentős eltérés a nemi alapon, hasonló volt az aktivitás és a sportolásra fordított energia és itt sem mutatkozott jelentős eltérés.

2. Melyik évben született?

Az átlagéletkort huszonnégy év két hónap, és a legfiatalabb kitöltő 17 éves volt. A külföldi partnerek esetében is elmondható, hogy túlnyomórészt 20-30 év közöttiek a válaszadók.

3 Családi állapot?

Itt is két csoportra osztva értelmezhetőek az adatok, a válaszadók többsége valamilyen kapcsolatban van, és magasabb arányú a házások (11%) aránya. Itt kevesebb egyedülálló volt (22%) és nagyobb arányban voltak köztük hölgyek, mint a hazai mintában.

4. Eltartottak száma a háztartásában

A válaszadók többsége nem él együtt eltartottal, ez azt mutatja, hogy a többségük már kirepült a családi fészekből, és ha van is testvérük nem élnek vele egy háztartásban. A nagyobb családdal rendelkezők (három, négy, öt) aránya alacsony alig nyolc százalék. Az egy eltartottal élők aránya tizenhét és húsz százalék két fővel.

5. Tanul vagy bármilyen kereső tevékenységet végez?

Ahogy a többi válasznál itt is kitűnik a korból fakadó eltérés, mivel a kitöltők ötvenkét százaléka végez kereső tevékenységet, tíz százalékuk a tanulás mellett dolgozik és csak negyven százalékuk folytat kizárólag tanulmányokat. Tíz kitöltő pedig éppen kismamaként van otthon.

Mivel a kutatásunk számára a külföldi demográfiai adatok továbbiakban nem jelentek összehasonlítható alapot és a települési kérdésekre is inkább a régiós válaszok jöttek (Pl. Erdély, vagy Kárpátalja) ezek nem voltak relevánsak a sportolási szokások megítélésében. Ahol ez befolyással lesz, ott ezt külön jelezzük.

Sport az iskolában és a magánéletben

Ebben a fejezetben kérdeztünk rá a sportolási szokásokra az anyagi forrásokra és a kihívásokra. Itt azt vizsgáltuk, hogy mennyire aktívak a fiatalok és milyen körülmények között, kivel és hol szoktak sportolni és mennyit képesek áldozni erre.

1. Ön gyakran szokott sportolni?

A válaszadók hatvanhárom százaléka adott pozitív, igen vagy rendszeresen választ és csak

hét százalék adott teljesen negatív választ. Ez alapján a válaszadók kilencven százaléka sportol rendszeresen vagy legalább alkalmanként. Ugyan ebből harminckét százalék rendszertelenül vagy alkalmanként, de ennek a csoportnak a tagjai is aktívak, több sportágat is megneveznek és a ráfordított összegekkel és az utazással töltött idővel kapcsolatos kérdésekre is adtak válaszokat, így biztosan sportolnak valamilyen gyakorisággal.

2. Amennyiben igen, kérjük, sorolja fel mit? Ha többet is felsorol, próbálja meg őket a rájuk fordított idő sorrendjében megadni.

Itt is nagyon sokféle sportot adtak meg a válaszadók, sokan edzenek vagy olyan sportot adtak meg, amely otthon is végezhető (torna, jóga), de természetesen a futás, úszás és a foci volt a legnépszerűbb. Utána a küzdősportok (karate, box,) és a tánc és a falmászás, túrázás voltak a leggyakoribbak.

3. Amennyiben igen, kérjük, nevezze meg jellemzően kivel?

A csapatban sportolók aránya harminckét százalékkal a legnagyobb volt. Sokan egyedül (29%) és csak tizenegy fő (3%) egyesületben, de hivatásos sportoló nem volt köztük. A partnerével tizennyolc százalékuk sportol közösen.

4. Milyen gyakran sportolt idén?

Itt a válaszok jobban árnyalták az első kérdés eredményeit. A válaszadók tizennégy százaléka ritkán, vagy idén még nem sportoltak. A többség (45%) heti több alkalommal és öt százalékuk minden nap sportolt idén.

5. Amennyiben sportolt idén, ezt hol tette?

A válaszadók legnagyobb csoportja itt az egyesületi vagy erre kijelölt helyeket kombinálva sportolt. Az ő harminckét százalékuktól alig maradt le huszonkilenc százalékos aránnyal a szabadban és otthon sportolók. Nagyon kevesen választottak csak egy jellemző helyet. A csak a saját egyesületben sportolók aránya is kicsi (2%), de ők is több helyet adtak meg, pl. Egyesületben és otthon. Öt százalék volt az iskolában sportolók aránya, a többi válasz nem érte el az egy százalékot sem.

6. Elsősorban közvetlen lakóterületén sportol?

A lakóhelyükön sportolók kicsit nagyobb arányban fordultak elő, mint a hazai kutatásban, hetven százalék sportol saját településén. A “kistelepülési” kérdés itt is kimutatható, hiszen

az összes olyan válasz, amely nem saját települést jelölt meg, és azonosítható helyről jött, nem a saját lakóhelyén sportol, vagy csak otthon sportol. A tanulók mindegyike lakóhelyén sportol, de itt is feltételezhető (különösen néhány magyar egyetemi hallgatónál), hogy a tanulmányuk helyszínét tartják lakóhelyüknek is. A kevés nem egyetemista (de diák) nem a lakóhelyén sportol, kivéve, ha csak otthon sportol.

7. Saját lakóterületén belül kb. mennyit utazik otthona és a sportolási helyszín között? (Percben vagy kilométerben)

A válaszadók hetvenöt százaléka kevesebbet utazik, mint tizenöt perc. Közülük harminc százalék ritkán vagy nem sportol. Az ennél többet utazók húsz százaléka sportol ritkán. A húsz és hatvan perc között utazók viszont fele sportol ritkán. A hatvan percet utazók mindegyike rendszeresen sportol, viszont összességében ők vannak a legkevesebben.

8. Más településen sportol?

Itt a saját településükön sportolók aránya csak ötvenhárom százalék, de a válaszadók tizenhárom százaléka “otthon” és máshol is sportol. Közel negyven százalékuk tehát nem jut a neki megfelelő sporthoz a saját településén, úgy hogy sokan az “otthon” sportolók valóban otthon sportolnak. Ez azt jelzi, ha kivennénk az otthon saját magukban sportolókat a településüket elhagyók többen lennének, mint a megfelelő lehetőséget találók.

9. Amennyiben más településen: Kb. mennyit utazik otthona és a sportolási helyszín között?

Természetesen mivel sokan maradnak otthon az átlag nem utazik semennyit. A várost elhagyók közül mindenki minimum harminc percet utazik, van, aki kilencven percet is.

10. Ha igen, nagyságrendileg mekkora anyagi ráfordítást költ (ön vagy gondviselője) sportra utazással, szállással, felszereléssel stb. együtt?

A válaszadók ötvennyolc százaléka nem költ semmit, ami jóval magasabb arány. Köztük nincs jellemzően kevesebb sportoló, itt is jellemző azonban, hogy aki nem sportol nem is költ. A legnagyobb utazók és leggyakrabban sportolók költik a legtöbbet, de ők alig vannak öt százaléknyan. Az adatok alapján megállapítható, hogy a magyar fiatalok többet költenek sportra, mint a határon túli fiatalok, és ez különösen igaz, ha megnézzük a kitöltők átlagéletkorát és a munkaviszonnyal rendelkezők arányát.

11. Szeretne-e többet sportolni? Ha igen, ennek fő akadályai:

Az időhiány hatvanhárom százalékkal a legfontosabb akadály. A motiváció hiánya itt kisebb (8%) és a pénzügyi akadályok huszonkét százalékos arányt értek el. A helyek hiánya vagy elérhetőségük összesen hét százalékos arányt értek el.

A Sportolást elősegítő tényezők

1. Szeretne-e többet sportolni?

Az igenek aránya itt kicsit magasabb (85%) és a nemeké is alacsonyabb (4%). Ez azt jelzi, hogy a tartalékok itt még magasabbak. A Nem sportolók nem akarnak többet sportolni, ők itt is nemet mondtak. Úgy tűnik ők nem motiválhatóak semmilyen módon.

2. Szeretne jobb minőségű szolgáltatásokat igénybe venni?

Itt jól kimutatható, hogy a többség (55%) jobb szolgáltatást szeretne és akik talánnal válaszoltak (15%), is többségükben többet akarnak sportolni. Őket lehetne jobb szolgáltatásokkal bevonni.

3. Mit javítana a jelenlegi szolgáltatáson?

Itt is sokféle válasz volt, a nyelvi kérdéstől a higiénián át, de a leggyakoribb válasz az ár/érték arány (21%) és a jobb nyitvatartási idő (18%) volt. Tíz százalékot enyhén meghaladta a “semmit” válasz is.

4. Tájékozódik-e a sportolási lehetőségekről?

Itt az arányok nagyon hasonlóak, huszonkét százalék nem tájékozódik és hetvennyolc százalékuk igen.

5. Amennyiben tájékozódik, honnan szerez információkat?

Az internetről a válaszadók negyvenöt százaléka tájékozódik és huszonöt a közvetlen ismerőseitől. Ez jóval magasabb érték, mint a hazai. A sportlétesítmények hirdetései még kapott öt százalékot, de a többi kategória semmit, vagy alig pár jelölést. Ebből jól látszik, hogy a külföldi magyar sajtó jelentősége elhanyagolható ebből a szempontból.

6. Amennyiben szeretne többet sportolni: Milyen tényezőkkel lehetne önt több sportolásra motiválni?

Az olcsóbb hozzáférést kevesen választották, (8%) de a válaszok nagyon arányosan oszlottak meg az Oktatás fejlesztése (15%), Rugalmasabb időbeosztással (14%), Személyre szabott edzéstervvel (16%), csak a jobb hozzáférés volt kiemelkedő (26%). Említették még a válaszadók a közösségi eseményeket és a rugalmasabb időbeosztást, valamint néhány erre a kérdésre nem tudtak válaszolni (5%)

7. Vett-e már igénybe tanácsadást a sport témakörében?

A többség itt sem vesz igénybe tanácsadást (84%). A magyar fiataloknál magasabb arányú a nemek száma.

8. Amennyiben vett már igénybe valamilyen tanácsadást, a tanácsok forrása:

Mivel a többség nem vett igénybe és nem is tervez igénybe venni tanácsadást, a válaszok igen félrevezetőek lehetnek, hiszen a minta nagyon kicsi. Az online aránya nagyon alacsony (11%) és a válaszadók többsége edzőkre (41%) és személyes tanácsadókra (29%) hagyatkozik, ha tanácsra van szüksége.

9. Amennyiben korábban nem vett igénybe tanácsadást, esetleg tervezi ezt? Ha igen, honnan?

A válaszadók harminc százaléka továbbra sem tervezi, hogy tanácsot kér. Kevesebben vannak, akik online (28%) és itt is a hivatásos edzők (36%) és személyes tanácsadók (21%) a népszerűek.

Digitális szokások

1. Szokott-e rendszeresen internetezni? Ha igen, Hol?

Itt komoly eltérések mutatkoznak a magyar és külföldi magyar fiatalok szokásai között.

A válaszadók kisebb arányban nevezték meg a saját otthonukat (22%) és saját eszközeiket (8%) viszont az iskolát huszonhat százalékuk, ismerőseik otthonát tizenhat százaléknyian jelölték. A könyvtárak és egyéb ingyenes pontok itt erős tizennégy százalékot szereztek. A munkahelyet pedig csak négy százalék. Itt nincsenek közösségi terek (0%).

2. Ha igen, kb. mennyit?

A fiatalok elenyésző része (3 %) netezik csak kevesebbet, mint egy óra, és harminc százalékuk napi hat óránál is többet tölt online. Hasonló értékben vannak az egy és három óra közöttiek (32%) és a hat óránál kevesebbet is közel harminc (28%) netezik. Az kijelenthető, hogy a legtöbben tehát itt is a középmezőnyben vannak, de az arányok a nagyobb mértékű internethasználat felé tolódnak el.

3. Kérjük, súlyozza melyik tevékenységgel tölti a legtöbb időt az interneten

Hírek, Csetelés, Ismerősök tartalmának böngészése, Ismeretek bővítése, Filmek és videók nézése, Játék, Vásárlás, Sport és szabadidő programok keresése, más.

A válaszok alapján a legtöbb időt hírek olvasásával, vásárlással és ismerőseik tartalmának böngészésével töltik a fiatalok. Itt a vásárlásra fordított arány magasabb jóval, és a chatelés alacsonyabb, ami csak a negyedik helyre fért fel. Itt az utolsó helyen a filmek nézése volt, és a játék.

4. Szerepe szerint ön inkább?

A kitöltők között nagyobb arányban voltak “civilék” és ifjúság segítők, hiszen arányuk elérte a harminc százalékot, és néhány edző, sportoló és tanár is kitöltötte a kérdőívet. Ezt jól mutatta a magasabb arányú foglalkoztatottság és a magasabb átlagéletkor. Elmondható, hogy köreikben magasabb arányú a sportolási szándék és kedv (szeretne többet sportolni 71 % igen), de a fiatalok között magasabb (55 %) a rendszeresen sportolók aránya.

9 Tapasztalatok, javaslatok, ajánlások

Mivel a kutatás célja ezen javaslatok megtalálása volt és az összes kérdést és interjút ezért végeztük, igyekeztük a sokféle javaslatot csoportosítani, rendszerezni és ebben a formában rendelkezésre bocsájtani. A leírtak nem a mi, hanem a kutatásban választ adók véleményét tükrözik, de azokat már szerkesztve és ahol lehet, röviden kifejtve adjuk közre, azért, hogy ezekre építve valódi, fenntartható és minél konkrétabb programokat lehessen építeni, törvényeket, rendeleteket alkotni, vagy inspirációt meríteni és azokat továbbgondolni. A megfogalmazáson túl többen is jelezték, hogy szívesen adnak további tanácsokat, példákat és támogatást, ha szükség van rá, és minél több ötletet veszünk át tőlük annál több újabb

ötlettel állnak elő. A megkérdezett fiatalok is nagyon jól érezték, hogy a lehetőségek korlátozottak, nem lehet mindent megadni, de nem is “szálltak el” hanem könnyen hasznosítható, mindennapi ötleteket fogalmaztak meg, amiket most igyekszünk összefoglalni és csoportosítani.

Információ

Általánosan elmondható, hogy sok javaslat érkezett ebben a témában. A sportszereket és sportokat bemutató “edzés videók”tól a konkrét elérhetőségeket felsoroló térképeken át. Konkrét javaslat volt egy állami Torna-tv adásra, ami családi programként beférne az M5-re vagy valamelyik állami csatorna reggeli és esti időszájába, ahol híres és vagy inspiráló személyek (pl. Dzsudzsák Balázs, olimpiakonok, de akár közéleti személyiségek) végeznének ingyenesen is űzhető sportokat, és arra biztatnának mindenkit. Ennek lehetne egy fiatalabbakra hangolt online verziója (egy youtube csatorna formájában), ahol az ő influencereik kapnának ilyen fellépést és lehetnének az egészséges élet nagykövetei. Fontos, hogy a rendszeres torna mellett, ezen adások célja, hogy olyan sportokat is bemutasson a kipróbálás szintjén, amelyekre nagyon kevés figyelem irányul, (pl. a kalapácsvetés) mégis olimpiai sportok, és nehéz velük megismerkedni. Speciális sporteszközökről (pl. gerely, súlyzók, tör stb.) is lehetnének ilyen adások és lehetne egy olyan rész, ahol tippet kaphatnánk arra, hogyan állítsunk elő, vagy hozzunk rendbe sporteszközöket. Ilyen tipp például, hogy a súlyzókhoz használhatunk vízzel teli PET palackokat is. Mivel az újrahasznosítás és az egészséges életmód kéz a kézben jár, sokan ide javasolják a táplálkozásra, életmódra vonatkozó tájékoztató adásokat is, valamint az ingyenes vagy különleges sportesemények beharangozóját is. Ennek a megteremtése lehetne a videók reklámjaiból, sporteszközök szponzoraitól, nem igényelne komoly forrást, sokan vállalják a reklám érdekében, hogy egyesületüket bemutatva levezessenek egy edzést. Fontos szerepe lehetne egy ilyen adásnak a sportok bemutatásában, helyes használatban, a sportolás szokásnak elterjesztésében. Kombinálható lenne más, az egészségmegőrzéssel kapcsolatos műsorokkal, települések bemutatásával, kultúrával. Különleges ötlet, ennek továbbgondolásaként egy olyan portál szerű központi lap, mint például a szallas.hu, ahol a sportlétesítményeket nemcsak központilag meg lehetne találni, a kedvezményeiket, ajánlataikat összefoglalni, hanem azokat a “vásárlók” minősíthetnék is, ajánlásokat megfogalmazva mások és a hely felé is. Egy szolgáltatás lehetne a sporthoz írt zenék

összegyűjtése, mert sokan komoly erőfeszítéseket tettek a sporthoz illeszkedő (pl a szívritmus hoz írt) zenék megalkotásában, és sokan használnak is ilyen zenei doppingot, de ezek nehezen megtalálhatóak, pedig ingyenesen is hozzáférhetők.

Ide tartozik, hogy az ingyenes vagy minimális díjú események hirdetését a korcsoporthoz kellene igazítani, és őket megcélzó képi, szövegi világot is megteremteni, mert a fiatalokat nem lehet ugyanazokkal az eszközökkel elérni, mint a szüleiket. A hirdetőket össze is lehetne kapcsolni fiatalokkal és a közösségi médiában ők terjeszthetik az eseményt így saját maguknak jövedelmet, a rendezőknek pedig fiatal résztvevőket teremtvé. A sikeres egyesületek, rendezvények gyakran használnak ilyen peer-to-peer megközelítést, és sok zenei fesztivál, klub él ezzel az eszközzel. Ezt a sportra is ki kellene terjeszteni.

Az online reklámok és a városokban látható plakát felületeken is kevés a sportról szóló reklám. A nagy sportszermárkák ruházati és cipő termékeiről számtalan plakát és hirdetés látható, de ezek a hirdetések inkább az életérzéssel és a divattal kötik össze a termékeiket és nem feltétlenül magával a sportolás tevékenységével.

Az amatőr vagy szabadidő sportot űzők számára nem elérhetőek különböző klubok hirdetései és reklámjai. Gyakran a sportegyesületek nem hirdetik magukat, vagy csak a közvetlen környezetükben élők lehetnek figyelmesek kihelyezett plakátokra, vagy célzott kereséssel találhatunk bővebb információt róluk.

A digitális világ hasznos tagjai az applikációk, amelyek megkönnyíthetik a mindennapokat, a rendszerezést és a kommunikációt. Léteznek kifejezetten a sportra fókuszáló applikációk, ahol a megtett kilométereket és az elégetett kalóriákat is nyomon követhetik a felhasználók. Néhány applikáció esetében hang által vezérelt edzést is választhatunk, pihenőkkel és edzési intenzitásokkal. A közösségi média felületeken ezekről kevés reklám van elhelyezve, leginkább a közvetlen társaságból hallani ezekről az alkalmazásokról.

Testnevelés oktatás

Korábban már jeleztük, hogy komoly kritikák is megfogalmazódnak a kötelező iskolai testnevelés gyakorlata ellen, hiszen a hogyanra kevés figyelem terelődik, miközben sok fiatalnak a “tesi óra” traumákat okoz, de legalábbis nem készíteti őket rendszeres testmozgásra. Az edzőképzésbe is érdemes lenne energiát fektetni, új, interaktív módszereket oktatva és a presztízsét is növelve olyan ismeretekkel bővítve, amelyek a táplálkozással és a fogyással kapcsolatosak és érdeklik a fiatalokat. Az iskolai

testnevelésnek nem azonosak a céljai a fiatalok igényeivel. Erre megoldás lehetne, hogy a fiatalokat megkérdezve, valamilyen módon újra gondolni azt, mi is az iskolai testnevelés célja. Fontos lenne az olyan egyesületeket bevonni, amelyek akár tömbösítve, vagy rendszeresen külső helyszínen tarthatnának meg órákat. Ennek az iskola örülhet, mert nem kell a tornatermet használni (már ahol van), a diákokkal meg lehet ismertetni új sportokat (pl. néptánc, fitness, küzdősportok stb.) amire nincs meg a kellő eszköz az iskolában. A külsős sportegyesületek bevonása azonban rengeteg szervezéssel jár, amelyre a testnevelőtanárok egyedül nem képesek. Az oktatási rendszernek újra kellene terveznie az iskolák adminisztratív és háttér munkáját, több alkalmazottat foglalkoztatni, megkönnyítve ezzel a tanárok munkáját. Az iskolák és sportegyesületek együttműködése egyeztetéseket és szerződéskötést igényel, folytonosságot, hogy az adott sportág és a foglalkozás beépíthető legyen az órarendbe. Például, egész évben minden második hétfőn 10 órára floorballozni megy a 10. osztály, és ez egy évig biztosan működőképes a közös megállapodás miatt. Problémát okozhat ebben a modellben a fizetések kérdése. A floorball edzőt az órák tartásáért ki fogja megfizetni; erre megoldás lehet az, ami több kerületben az úszás oktatás kapcsán működik; az önkormányzat vagy az iskola fenntartó finanszírozza ezt a lehetőséget.

Fontos lenne rendezni, mit köteles elismerni az iskola, mint külső helyszínen elvégzett sport, mert van olyan helyzet, hogy valaki egyesületi szinten országos versenyeket nyer, miközben köteles az iskolában is futni, labdázni, és minden bemelegítés nélkül, amatőr körülmények között, veszélyeztetve saját karrierjét, testi épségét “sportolni” mert az iskola nem ismeri el a szakágat, vagy nincs jóban az adott egyesülettel. Sok diák szülei motiváltak, hogy akár a tesi óra helyett pl. úszni járassák a gyermeküket, amit viszont az iskola nem ismer el. Ennek a szakmai kritériumai zűrösek és ad hoc jelleggel működnek, amin nem lenne nehéz változtatni.

Hasonló az egyetemi sport kurzusok helyzete, ott a szűkösség volt a fő kihívás, mert pár népszerű sportra három-ötszörös túljelentkezés van (minden évben) miközben sok sportot senki sem akar kipróbálni. Itt is segíthetne, ha a klubok bemehetnének az egyetemre és megmutathatnák mi is az korfball például. A kínálatot pedig az igényekhez kellene igazítani, mert ha a többség kényszernek és fölösleges adminisztrációs nyűgnek érzi a “tesiórát” akkor nem érzük el sem az egészségmegőrzést, sem a sport megszerettetését, vagyis a rendszernek semmi értelme.

Mindkét esetben fontos lenne, hogy itt főleg a sokszínűség bemutatásán legyen a hangsúly, ne csak a foci és kosárlabda legyenek alternatívák és az ingyenes vagy nagyon

olcsó helyeket vagy épp egyesületi helyszíneket is vonjon be az oktatási rendszer, és erre kötelezze is a pedagógusokat. Egy évben ki lehet próbálni 4-6 sportot, és ha valaki az egyiket megszereti, akár az életre adhatunk neki egy hobbit, vagy éppen karriert. Ha Puskás Ferencnek soha nem kerül labda a lábára, mert csak úszni járhat, vagy Darnyi Tamás csak focizhat, lehet egyikük sem éri el a sikereit, amikre mindenki büszke lehet. A sport erőltetése nem szeretetteti meg a fiatalokkal a sportolást.

Anyagiak, hozzáférés

Természetesen ebben a témában érkezett a legtöbb javaslat. Igyekeztünk azokra koncentrálni, ami nem igényel komoly átcsoportosítást, de inkább kisléptékű, de fontos változtatásokkal járna, a nagyon helyi és egyszerűtől a komolyabb léptékűekig. Abban egyetértés volt (még a sportot űzők számára is), hogy Magyarországon a labdarúgás túlzottan van támogatva, mind az állami, mind a cégek által. Ennek nyilvánvaló gazdasági, kulturális, politikai okairól nem kívánunk értekezni, de fontos megjegyezni, hogy a sportot elsősorban a teljesítmény kényszere hajtja előre. A válaszadók sokat viszonyítottak a focihoz, a létesítmények és a klubokat támogató rendszerekhez, a politikai és gazdasági támogatás és az eredményekhez. Összefoglalva elmondható, hogy sikerek és célok nélkül nem értelmezhető a sport, elvárások nélkül hasztalan bármit is támogatni. Ha sportolót nem hajtja a közönség buzdítása vagy az ellenfelek nyújtotta kihívás, akkor a fizetés nem elég ahhoz, hogy valaki a csúcsra jusson. Így az általános vélekedés az volt, hogy a mai rendszer inkább kontraproduktív és a “focista” mint karrier nem vonzóbb ma, mint mondjuk 10 vagy 20 évvel ezelőtt, mert a lustaság, beképzeltség, eredmények nélküli túlfizettség szinonimája lett. Lehet érvelni a stadionok inspiráló hatásával és a példaképek vonzó erejével, de sokak számára a tömeges és amatőr sport támogatása sokkal fontosabb és kívánatosabb, mint egy sportra elkölteni az állami támogatás nagy részét.

Ezen túl mutatóan javaslatok érkeztek például a rendszer normatív átalakítására, vagyis, hogy a sportágtól függetlenül a klubok, egyesületek a beiratkozott egyesületi tagok után kapjanak állami dotációt, de ne csak bemondásra, hanem például a befizetett tagdíjakat egészítse ki, vagy duplázza meg az állam, így oda csoportosulna a pénz, ahol amúgy is van piaci igény és teljesítmény. Itt érdemes valamilyen ellenőrzési rendszer, bevételi plafon és más garanciák, hogy mire költhető el a pénz, és ezért cserébe elvárható lenne például az iskolák számára nyújtott szolgáltatás is.

További ötlet volt a civil és egyházi egy plusz egy százalék mintájára a

sportegyesületeket is bevonni ugyanebbe a rendszerbe, azonos szabályokkal. Így bárki felajánlhatja a számára kedves sportszövetség, klub számára a támogatást, és a nem felhasznált egy százalékokat arányosan vagy a normatív alapon oszthatja a kormány, vagy az önkormányzati fenntartású helyeket támogathatná, vagy valamely központi intézkedést, tájékoztatást, sporteszköz beszerzését az iskoláknak, stb.

Szintén a költségvetést érintené egy olyan kedvezményes ÁFA kulcs bevezetése, amely a sporttal kapcsolatos eszközökre, szolgáltatásra lenne érvényes. Ennek lenne az egészségügyi mellett gazdaságélénkítő hatása is, mértékét és körét komoly hatástanulmányok kellene megalapoznia, de ha összevetjük a sertéshús vagy a sporteszköz ÁFÁ-ját azt nem nehéz kitalálni mi tesz jót a magyar lakosság várható élettartamának.

További kedvezményekről szólnak az alábbi javaslatok is. Legyen kedvezményes vagy épp ingyenes a fiatalok sportrendezvény látogatása, pl. Atlétikai vagy vizes VB. Ugyan a nemzetközi sporteseményekről mindig elmondják, hogy van a sportolást élénkítő hatásuk, a jegyárak nem teszik lehetővé, hogy a fiatalok látogassák ezen rendezvényeket, és persze ez alól vannak kivételek, de ahol van állami támogatás egy rendezvény mögött, ezt akkor lehet jól indokolni, ha azt a fiatalok élvezhetik is, mert így nagyobb eséllyel tetszik meg nekik egy adott sport, ha élőben átélhetik egy verseny atmoszféráját. Hasonló kedvezményekkel lehet támogatni magát a sportolást, és 18 éves korig ingyenessé tenni (és a klubokat, szolgáltatókat kompenzálni) a sportlétesítmények látogatását, illetve bevezetni a szülői jegyet is, mert sok fiatal sportolna a szülőkkel közösen, megosztva például az utazási költséget, de ez sokaknak megfizethetetlen.

Mivel a kutasában sokszor beszéltünk már sok különböző helyen a földrajzi elhelyezkedésről, és a korlátozott hozzáférésről. Erre megoldásként született meg az a javaslat, hogy a jelenlegi utazási kedvezmények mellé, javasoljuk egy sportjegy kategóriát is, hasonlóan a kulturális kedvezményhez, országos ünnepek látogatásához. A jegyet a MÁV és a Volánbusz mellett a helyi közlekedésre is átvihető formában képzeltek el, ahol a klub igazolja a rendszerességet, vagy például egyesületi igazolványra, bérletre járna a kedvezmény, és valamilyen központi regisztrációval köthető össze, hogy csak valódi sporttevékenységre vonatkozzon és így a megbízható információ is könnyen összegyűjthető. Az utazási kedvezmény lehetőséget teremtene a megközelítésben, és olcsóbbá tenné a rendszeres testmozgást, olyan társadalmi rétegeket is be tudna vonzani, akik képesek, de nem tudnak erre nagyobb összegeket áldozni. A kedvezményt pedig ajánlhatnák a sportszervezetek, amivel több tagot gyűjthetnek, hogy ne kallódjon el annyi tehetség a szerényebb anyagiak miatt.

Ahol nincs megfelelő közösségi közlekedés, de a helyi önkormányzatnak van valamilyen szállító eszköze, hasonló jegyet vehetne rá az egyesületi tag, és kérhetné a szállítást, hiszen az önkormányzat feladatai között is szerepel a lakosok egészségének védelme, és a fiatalok sokszor nem jutnak el a kínálókozó lehetőségekhez, mert nincs rá mód. Ez nem kellene akadály legyen, hiszen ezek a közösségi közlekedés teljes költségvetéséhez képest elhanyagolható összegek, és különben sem költenék el őket, ha nincs ilyen kedvezmény.

Nagyon konkrét javaslat érkezett a Magyar Sport napjának (május 6) vagy ehhez hasonló nemzeti sport napnak a bevezetésére, ahol lehetne országos sport kihívásokat települések között szervezni, közös nagy sportágválasztókat, maratonokat szervezni. Ma például a Balaton Átúszás, vagy a körbefutása nagyon népszerű, és sokak kezdenek neki a rendszeres testedzésnek ilyen rendezvények hatására. Mivel a társadalmi összetartozást és közösséget is emelik ezen rendezvények lehetne olyan szándék, hogy a sportolás mellett a magyarságtudatot, vagy a helyi közösséghez tartozást is emelhetik ilyen eszközökkel, nem beszédekkel.

Az utolsó felsorolt javaslat az ingyenes kihelyezett eszközökkel kapcsolatos, ezeket sokan kiemelten említették, mint jó gyakorlat, például a Margitszigeti futókör, vagy a parkok pályái. Ingyenesek, bármikor igénybe vehetőek, nem igényelnek speciális tudást, modern eszközök, jól megközelíthetőek, stb. Fontos lenne ezekből is minden városba kihelyezni, és kiegészíteni őket egy olyan feltörhetetlen csomagmegőrzővel, amiben néhány dolog elhelyezhető, hogy ne kelljen egy csomaggal futni, vagy aggódni, hogy a letett hátizsák meglesz az edzés után is. Sokan ezeket a helyeket is eleve biciklivel közelítik meg, mégis jellemzően nincs mellettük biciklitároló, de legalábbis sok helyen nincs. A vízvételi, átöltözési lehetőség és a közvilágítás is felmerült, mint igény, és erre sok helyen van is példa, jó lenne, ha ez általános lenne és a helyeket bemutató katalógus/honlap készülné, ahová látogatva összehasonlíthatóak a helyek és bár az eszközök egyszerűek, jó lenne mégis ellátni őket javasolt használati útmutatóval, illetve bevonni őket az iskolai testnevelésbe is, ahol edzeni lehetne velük, szakfelügyelettel.

A digitális világ és a sport

A 21. században számos alkalmazás áll a sportolni vágyók rendelkezésére. A többségük angol nyelven érhető el, a komolyabb applikációk saját étrendet és edzéstervet is engednek összeállítani a felhasználóknak. Olyan programot is le lehet tölteni, ahol hanggal és

videókkal vezérelt virtuális edző segíti a hatékony testmozgást. Az említett hasznos tulajdonságok viszont nem tudják pótolni a közösség motiváló erejét. Több sportág csak párban (tenisz, tollaslabda) űzhető, még többet lehet említeni, amelyek csapatban (futball, kosárlabda, floorball, kézilabda, röplabda) és vannak olyanok, amelyeket egyedül is lehet végezni, viszont motiváció szempontjából gyakran érdekesebb társasággal gyakorolni (spinning, aerobics, futás). A projekt programjai során előkerült a téma, hogy hol lehetne társaságot találni a közös sportoláshoz. Mi történik, ha valaki szívesen járna teniszezni, de a baráti társaságából és családi köréből senki nem érdeklődik a közös program iránt?

A társskereső applikációk mintájára lehetne fejleszteni egy alkalmazást, amelyben a felhasználó megadva az ügyességi szintjét és az űzni kívánt sportot találhatna a közelében hasonló embereket, akikkel találkozva, egymást motiválva próbálhatnának ki sportokat. Továbbá, akár csoportot képezhetnének azok, akik a kutyájukkal járnak futni, például, és szívesen futnának más kutyás gazdákkal. Mindezek felül a közösségi élet, a barátságok kialakításában is hasznosnak bizonyulhatna egy ilyen sport alkalmazás.

10 Ismertető a kutatás háttéréről, a sport témakörében megtartott workshopok anyagáról és a projekt partnerek ajánlásairól

A műhelymunkák és tanulmányutak során a két fő téma a sport általi nevelés és készségfejlesztés, valamint a digitális világ voltak. A fent említett kutatás a sportolási szokásokat és az ehhez köthető internethasználati jellemzőket célozta meg. A partnerekkel és a fiatalokkal a projekt programjai során körbejártuk a sport, a szabályozása, a média és a lehetőségek témaköreit, a résztvevők tapasztalatai alapján. Az ismertető tartalmazza röviden a kutatás elméleti háttérét és ihletforrásait, valamint a műhelymunkák során elhangzott tudásanyagot.

A sporthoz köthető fogalmak és a sport története

A javaslatok és a kutatás értelmezéséhez érdemes tisztázni néhány alapfogalmat. Az alábbiakban a szabadidő sport, a sport, a hivatásos sport, amatőr sport és a tömegsport fogalmak mellé kerülnek magyarázatok.

A sport határai elmosódottak, egységesen nem meghatározhatók. Különböző társadalmak, vagy ugyanazon társadalom egyénei más-más tevékenységeket sorolnának a sport kategóriába az

általuk kialakított rendszer és elképzelés szerint. A fogalomnak, a sportnak számító tevékenységek sorában is folyamatosak a változások; például amit az ókori olimpiaiak sportágnak tekintettek ma akár nevetséges is lehet némelyek szemében, viszont ezt fordítva is elmondható; a mai sportágak közül is több nem állná meg a helyét az ókori olimpiai játékokon. Az alábbiakban rövid, lényegre törő történelmi összefoglaló következik, amely kifut napjaink sport felfogására, amelyet nap mint nap tapasztalhat az, aki valamilyen sportot űz.

A testkultúra egyidős az emberiséggel. A halászás, vadászás, gyűjtögető ősember életének is része volt a futás, az ugrás, a dobás, a pontos célzás, a testi erő és ügyesség. Ebben a korban természetesen még nem beszélhetünk sportról vagy a fogalomnak a létezéséről. A felsorolt testmozgások a mindennapok részét képezték vélhetően és a túlélést szolgálták.

Az ókori görög városállamokban fejlett volt a testkultúra, amely évtizedeken keresztül szorosan összefüggött a katonai felkészítéssel. A szépség és a test eszményképe is, a mai szóhasználatnál élve, sportos testalkat volt, amelyet már időszámításunk előtt is összekötöttek az egészség meglétével vagy hiányával. Hivatalos keretben a testmozgás (itt egyenértékű a szó jelentése a sporttal) az első Olimpia megrendezésével kapott. Az ezt megelőző kultúrákban (Egyiptom, Kína, dél-amerikai és közel-keleti kultúrák) esetében is megjelent a testmozgás, de több napos speciális rendezvény, amely a testmozgás és a verseny köré épült az első Olimpia idejére, i.e. 776 tehető. A versenyek alapelveinek a kalakogathiát tartották: ép testben ép lélek. Az első olimpia egy napig tartott, az egyetlen számban, a kb. 200 méteres stadionfutásban csak férfiak vettek részt. Az olimpia abban a történelmi korban mindvégig a férfiak versenye maradt, nők még a nézők között sem lehettek jelen. Később bevezettek más futószámokat is, a diszkosz- és gerelyvetést, a távolugrást, a birkózást, majd az ökölvívást, a kocsiversenyt és a pankrációt, s a program 5-6 napig tartott.

Az ókori Róma esetében a népszerű gladiátor viadalokat lehet említeni, a testmozgás ebben az esetben is összefüggést mutat a katonasággal és a harcászati teljesítménnyel.

A középkor idején a lovagi képzés részét képezte a bajvívás és a test edzése, amely a lovagi erényeket erősítette és hasznosnak bizonyult a csatatéren is. A megrendezett lovagi játékok inkább a virtust és a szórakoztatást szolgálták. A feudális társadalmak esetében, a jobbágyság számára a testmozgás, vagy a szabadidő alig ismert fogalmak voltak, mindennapjaikat a földművelési munkák és mezőgazdasági munkák tették ki, amelyben jelen van a testmozgás, alkalmas az izmok fejlődésére, de nem nevezhető sporttevékenységnek. A hétköznapi élet mellett fontos megemlíteni a keresztény egyház térnyerését, amely az ókori vallásokkal ellentétben a testet a földi léthez kötötte, a test a vágyaknak él, a lélekre kell a több időt fordítani, így a testkép és a testmozgás fontossága háttérbe szorult. Testmozgásként említhető a lovaglás,

de a ló használata inkább kötődött a közlekedéshez, mint a szabadidős tevékenységekhez.

A 15. századtól kezdve, a reneszánszban az emberi test ismét a középpontba került, a túlvilági életről a földi életre terelődött a figyelem. Ember, természet, test és lélek összefonódott a reneszánsz ember gondolatvilágában. Elterjedt a játék, a labdarúgás, a tánc, a turisztika, a céllövés, a lovaglás és a vívás sportszerű üzése. Ezeknek a testmozgásoknak a népszerűsége, valamint a mozgás és az egészség közti összefüggés újbóli felismerése jellemezte a további századokat is. A sport szempontjából fontos következő állomás a 19. századra tehető.

A sportot, mint a szórakozásnak és versengésnek egy sajátos formáját (például lovaglás, tenisz), hosszú ideig a kiváltságos rétegek üzték. A 19. században megjelenő tömegsport már a szélesebb társadalmi rétegek körében is elterjedt. A sportolás a rendelkezésre álló szűkös szabadidő hasznos eltöltésének bizonyult, és egészségmegőrző szerepet is játszott. Az egyéni sportok számos katonai eredetű sportággal bővültek (például vívás, lövészet, evezés), míg a szegényebb néprétegek inkább a csapatokban játszott labdajátékoknak hódoltak. Angliában 1857-ben megalapították az első futballegyesületet, és megalkották a labdarúgás első hivatalos szabálykönyvét 1895-ben. A brit úszószövetség kidolgozta a vízilabda alapszabályait 1885-ben, míg az Egyesült Államokban lejátszották az első kosárlabdameccset 1891-ben. A versenyek és alapszabályok megléte enged arra következtetni, hogy léteztek aktívan sportoló emberek, tömegek és csapatok, akik igényelték a szabályzatot és az egymás közti versengést.

A tömegsportok szervezettséget igényeltek; először klubok, egyesületek, majd nemzeti és nemzetközi sportszövetségek alakultak. Megkezdődött a nemzetek közötti békés sportvetélkedés is (az első nemzetközi futballmeccset az angolok és a skótok játszották 1872-ben). A technikai vívmányoknak köszönhetően elterjedtek a technikai sportok. Megrendezték az első autóversenyt 1894-ben, majd az első kerékpáros körversenyt Franciaországban (Tour de France, 1903). Görögországban, az ókori olimpiák helyszínén ásatások kezdődtek, és a munkálatokat figyelemmel kísérő testület vezetője, Pierre de Coubertin javaslatot tett az újkori olimpia megrendezésére. Coubertin hangsúlyozta a békés keretek között zajló nemzetközi versengés és megmérettetés fontosságát, kiemelve, hogy a fiatalok inkább sportrendezvényeken versenyezzenek, mint hogy háborút vívjanak egymással. Az első újkori olimpiát 1896-ban Athénban rendezték meg, ezen még viszonylag kevés sportoló vett részt, 14 nemzet mintegy 250 sportolója. Ettől kezdve a négyévente megrendezett sporteseménynek mindig más-más város adott helyszínt, amely a mai napig számottevő eseménynek minősül.

A 20. században bekövetkezett a szabadidő- és a hivatásos sport szétválása. Ez több okra vezethető vissza. Egyrészt a társadalom szabadideje jelentősen megnőtt, másrészt az egészséges életforma, az egészségtudatosság mind szélesebb körben való elterjedése következtében kialakult a sportnak egy olyan, a testmozgást, az edzettséget, a fittséget, valamint az egészség megőrzését szolgáló formája, ahol eltűnt a teljesítmény-követelmény, a kemény versengés, és helyette megjelent a rekreációs cél. Egy szűk rétegnél azonban felerősödött a teljesítmény és a kemény verseny kényszere, és a sport elüzletiesedésével (sportfogadás, rádió, tv megjelenésével), a professzionális sport kialakulásával a sporttevékenységek jelentős része elveszítette kizárólagos szabadidős jellegét. A sport szerkezete tehát alapvetően átalakult. Egyrészt a sport a szórakoztató ipar egyik, hatalmas tömegek érdeklődési középpontjában álló ága lett, másrészt a korábban megfogalmazott célját, az egészség megőrzési funkciót új módon, a versenyzéstől eltávolodva, inkább az egészségügyi ellátás felé közelítve vállalja fel.¹

Szabadidő és amatőr sport

A szabadidőnkben kikapcsolódás, felfrissülés, illetve egészségünk óvása, teljesítményünk megőrzése vagy növelése céljából, egyszerűsítve az a sport, amelyet nem jövedelemszerzés céljából űz az egyén. Így határozható meg a szabadidős sport.

Esetenként elválaszthatatlan az amatőr sporttól, amely ha épít is a versengésre, a bevételszerzés nem célja.

A szabadidősport „alterületeként” jelenhet meg a diáksport (vagy iskolai sport), amely esetében szervezett, iskolai keretek között sportolhatnak a diákok, üzleti elemekről szintén nem beszélhetünk, kifejezetten az állami szféra, és nem a magánszféra felügyeli. A szabadidősport előfeltételei lehetnek: megfelelő mennyiségű szabadon felhasználható idő, megfelelő életszínvonal, amely leegyszerűsítve az anyagi lehetőségeket takarja, és a megfelelő szemlélet, vagyis hajlandóság a sporttevékenységekre. A három pillér együttes jelenléte jó alap a sportolási szokások kialakítására, de nem kizáró feltételei egymásnak.

Mit nevezünk tömegsportnak? A fogalom értelmezése igen eltérő, ma is sokan vitatják, de a szakemberek körében azért kialakult egyöntetű értelmezése. A társadalom fejlődésével, a társadalmi, politikai és gazdasági körülmények változásával alakult, fejlődött a tömegsport

¹ Szabó Ágnes: A (szabadidő)sport alapfogalmai és kutatott területei, Budapesti Corvinus Egyetem, 2009.

fogalmának és tartalmának értelmezése. Volt, amikor csak az MHK-t (MHK mozgalom: Munkára Harcra Kész mozgalom. Tömegsport mozgalom, Rákosi Mátyás hirdette meg 1949. áprilisában), majd a Kilián-mozgalmat értették rajta. Voltak, akik- régebben és ma is- egy-egy nagy tömeget felölelő sportágra értették (például a labdarúgás a tömegsport, mert ezt űzik többen). Voltak, akik a tömegsportot és a minőségi sportot teljesen szét akarták választani és voltak, akik a tömegsport egyenes származékának tekintették a minőséget. Mindegyik értelmezés többé-kevésbé sántít egy kicsit. Igaz, nem is olyan egyszerű egy ilyen szerteágazó tevékenység, a tömegsport fogalmának meghatározása,. Ha az lenne, a szakemberek nem vitatnák még ma is. A vita ellenére azonban van egy kialakult közös álláspont: a tevékenység célját és tartalmát kell vizsgálni és annak alapján lehet definiálni, ha nagyon szükséges.

Törvények, rendelkezés és iránymutatások a sporttevékenységek kapcsán

Azon országokban – többek között Magyarországon is – ahol a sportnak külön törvénye van, ott a jogalkotóknak is meg kell küzdenie a sport fogalmának meghatározásával. Magyarországon azok a sportágak, melyeknek van nemzeti szakszövetségük, azok jogi értelemben sportnak minősülnek. E körbe tartoznak az olimpiai sportágak, a sakk, a bridzs, valamint azok a sportágak, melyeknek nemzetközi szövetsége tagja a Nemzetközi Sportszövetségek Szövetségének, az AGFIS-nak. A szociológia tudományterülete hagyományos és modern sportokat különböztet meg, és alapvetően a sport kialakulására, eredetének, fejlődésének kérdéseire összpontosít.²

Mi számít sportnak Magyarországon? Ki számít sportolónak? Van-e törvény a sportról?

A válasz igen, létezik Magyarországon törvény a sportról. A 2004. évi I. törvény szól a sportról, amelyet 2018-ban módosítottak. A törvény kitér a versenysportra, igazolásokra, sportorvosi alkalmassági meglétére, tartalmaz rendelkezéseket a hivatásos sportolókra, sportszakemberekre, sportszervezetekre, kitér a Magyar Olimpiai Bizottságra, a Magyar Paralimpiai Bizottságra, a Nemzeti Versenysport Szövetségre, a Nemzeti Diák, Hallgatói és Szabadidősport Szövetségre, az állam és a helyi önkormányzatok sporttal kapcsolatos feladataira, a sport állami támogatásának rendszerére, sportlétesítményekre, sportrendezvények szervezésére,

² Kovács Klára: Sportszociológia

Magyarország Országgyűlése kinyilvánítja, hogy a nemzet közössége a test művelését, a sportot, a nemzet alapértékének, kívánatos célnak tekinti. A nemzet értékei között tartja számon a sport által elért eredményeket, és elismeri a sport egyént és közösséget erősítő értékeit.

Magyarország sportnemzet, amely e törvénnyel is tiszteleg azon tagjai előtt, akik tevékenységükkel dicsőséget, elismerést és megbecsülést szereztek hazánknak. Az e törvényben meghatározott célok megvalósítása biztosítja továbbá azt, hogy Magyarország sportoló nemzetté is váljék.

A sport legelőbb is a lelki egészség alapja, amely hozzátartozik az egészséges nemzet, az egészségét megőrizni akaró polgár értékrendjéhez.

A sport a közjó része. Erősíti a közösség tagjainak egymáshoz tartozását, miként az egyén testi és lelki egészségét.

A sport magába foglalja a nemzet által vallott értékeket, az összetartozás és a versenyzés szellemét, a részvételt és a győzelmet, a teljesítmény elismerését, vagyis a munka becsületét, az önfegyelmet és az öngondoskodás fontosságát, az egyén közösségért viselt felelősségét.

Magyarország Országgyűlése kinyilvánítja, hogy minden embernek alapvető joga van a sporthoz, és e jogát az állam biztosítja, függetlenül attól, hogy versenysportról, a szabadidő eltöltéséről, a diák-, egyetemi-főiskolai sportról, a fogyatékkal élők sportjáról vagy az egészség megőrzéséről van szó.

Magyarország Országgyűlése elfogadja az Európai Sport Chartát, és sportról szóló törvényét azzal összhangban az alábbiak szerint alkotja meg.

Az Európai Sport Charta és a Sport etikai kódexe az Európa Tanács Miniszteri Bizottsága által 1992. szeptember 24-én elfogadott és 2001 május 16-án átdolgozott ajánlása. Az amatőr és az ifjúságot érintő sporttevékenységek kapcsán fontos a „sport for all” fogalma több mint négy évtizedes múltra tekint vissza a nyugati államokban, hazánkban az utóbbi években kezdett elterjedni, a szabadidősport szinonimájaként. Nemzetközi szervezetének alapszabálya kimondja, hogy a sporttevékenységhez mindenkinek joga van.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) kulcsfontosságú szereplő az elhízás elleni küzdelmet szolgáló politikák kialakítása terén. E téren folytatott tevékenysége során a WHO több dokumentumot is elfogadott, amelyek a testmozgásra és étrendre vonatkozó egyéni és közös célokat is meghatározzák.⁴ A WHO egyes ajánlásai a lakosság egészére, míg mások bizonyos meghatározott korcsoportokra vonatkoznak. A WHO legfrissebb tudományos

bizonyítékokon alapuló iránymutató dokumentumai a lakosság tekintetében elsődleges prevenciós eszköznek tekintik a testmozgást. 2002-ben a WHO elfogadott egy ajánlást, miszerint minden embernek naponta legalább 30 percig kellene testmozgást végeznie. A sportról szóló Fehér könyvében (a Bizottság szolgálatainak munkadokumentuma), a Bizottság felhívta a figyelmet arra, hogy "egyes tanulmányok szerint ennél még több testmozgás lenne ajánlatos. Ez azt jelzi, hogy hasznos lenne testmozgásra ösztönző iránymutatások elfogadása az EU-ban. Az ilyen iránymutatások különféle ajánlásokat tartalmazhatnának a különböző korcsoportok (például gyermekek, fiatal felnőttek, felnőttek és idősek) tekintetében."

Az Európai Bizottság is megfogalmazta az ajánlásait, iránymutatásait a sport témakörében, az úgynevezett Fehér Könyvben (White Paper) Az Európai Bizottság fehér könyvei olyan dokumentumok, amelyek az Európai Unió (EU) egy meghatározott területére vonatkozó intézkedéseire irányuló javaslatokat tartalmaznak. Bizonyos esetekben az uniós szintű konzultációs folyamat elindítása céljából közzétett zöld könyvön alapulnak.

A fehér könyvek célja, hogy vitát indítsanak a nyilvánosság, az érdekeltek, az Európai Parlament és a Tanács között a politikai konszenzus elérésének elősegítése céljából.

Mi a fehér könyv célja?

- Ez a fehér könyv az Európai Bizottság egyik legnagyobb közreműködése a sport, illetve a sportnak az uniós állampolgárok mindennapi életében betöltött szerepének témakörében.
- Megerősíti, hogy a sport az uniós szakpolitikák összességére hatással lehet.
- Ezenfelül azonosítja kifejezetten a sport világot jellemző szükségleteket és sajátosságokat.
- Jövőbeli távlatokat nyit a sport számára uniós szinten az uniós jognak, a szubszidiaritás elvének és a sportszervezetek függetlenségének tiszteletben tartása mellett.

Főbb pontok

Célkitűzések

- A sportról szóló fehér könyv fő célkitűzései a következők:
 - stratégiai iránymutatásokat ad;
 - ösztönzi a különleges problémákról folytatott vitákat;
 - magasabb profilt biztosít a sportnak az Unió határozathozatali folyamataiban;
 - kiemeli az ágazat szükségleteit és sajátosságait;
 - meghatározza a jövőbeli fellépésekhez szükséges megfelelő kormányzati szinteket.

- Pontosabban a Bizottság e fehér könyvön keresztül az alábbiakat kívánja elérni:
 - biztosítani, hogy a sport dimenzióját valamennyi uniós szakpolitikában vegyék teljes mértékben figyelembe;
 - fokozni a jogi átláthatóságot az uniós vívmányoknak a sport területén való alkalmazása kapcsán az Unióban, valamint hozzájárulni az Unióban a sportirányítás javításához.

Felépítés

A fehér könyv 3 témával foglalkozik:

- „a sport társadalmi szerepe”, azaz mit képvisel a sport mint társadalmi jelenség;
- „a sport gazdasági vetülete”, azaz a sport hozzájárulása a növekedéshez és a munkahelyteremtéshez az Unióban;
- „a sport szervezése”, azaz az állami, magán, gazdasági és sportszervezetek és szervek szerepe a sportirányításban.

Cselekvési terv

- A fehér könyvvel egyidejűleg a Tanács egy munkatervet is elfogadott a 2014–2017-es időszakra. Jelenleg folyamatban van egy új, a sportra vonatkozó uniós munkaterv kidolgozása a 2017 júliusa és 2020 decembere közötti időszakra.
- A 2014–2017-es munkaterv egy sor konkrét intézkedést tartalmaz a sport társadalmi és gazdasági szempontjaival – így az egészséggel, a társadalmi beilleszkedéssel, az önkéntességgel, az oktatással és a külkapcsolatokkal – kapcsolatban. Ezek az alábbiak:
 - irányelveket kidolgozni a fizikai aktivitásra vonatkozóan, és létrehozni egy európai hálózatot a sport mint az egészséget javító tevékenység népszerűsítésére;
 - európai szinten hatékonyabban küzdeni a doppingolás ellen a sportban;
 - európai díjat ítélni oda a fizikai aktivitás végzését előmozdító iskolák számára;
 - tanulmányt készíteni az önkéntes munka szerepéről a sportban;
 - az uniós programok és alapok útján fokozni a sport általi társadalmi befogadást és integrációt;
 - előmozdítani az információ, a tapasztalatok, valamint a bevált gyakorlatok cseréjét a bűnüldöző hatóságok és a sportszervezetek között a rasszizmus és erőszak megelőzése érdekében;
 - statisztikai adatokat gyűjteni, amelyek számszerűsítik a sport gazdasági hatását, és amelyekre alapozni lehet a szakpolitikát;
 - a sport állami és magán finanszírozásának felülvizsgálata;

- további munkát végezni a játékosok menedzsereinek a tevékenységére, valamint az esetleges uniós fellépések által ezen a területen elérhető hozzáadott értékre vonatkozóan (ami a Bizottság egy 2011-es közleményének tárgyát képezi);
- az uniós szinten a sportról folytatott párbeszéd – különösen egy évente szervezendő sportforum útján való – jobb strukturálása;
- létrehozni egy sportkérdésekkel foglalkozó kormányközi együttműködést;
- a sportágazatban tevékenykedő európai szociális párbeszéd bizottságok létrehozatalának előmozdítása és a munkáltatók és munkavállalók támogatása.

Ellenőrzés

A Bizottság a sportban érintett valamennyi szervezet bevonásával történő strukturált párbeszéden keresztül követi nyomon a kezdeményezések terén elért eredményeket:

- európai sportszövetségek;
- európai esernyőszervezetek a sport területén, nevezetesen az európai olimpiai bizottságok (EOC), az európai paralimpiai bizottság (EPC) és az európai nem kormányzati sportszervezetek;
- nemzeti esernyőszervezetek a sport területén és a nemzeti olimpiai és paralimpiai bizottságok;
- európai szinten képviselt, a sportban aktív egyéb szervezetek, ideértve a szakszervezeteket és a munkaadói szervezeteket is;
- egyéb európai és nemzetközi szervezetek (az Európa Tanács szervei, valamint az Egyesült Nemzetek Szervezete, az UNESCO, az Egészségügyi Világszervezet stb.).

A média és a fogyasztói társadalom hatása a sportra

A média a 20. és a 21. század társadalmának életében meghatározó szerepet játszik. Rendkívül dinamikus fejlődésének köszönhetően egyre inkább teret nyert az emberek mindennapjaiban, növekvő méretű médiafogyasztást, média-aktivitást, sőt, média-függőséget generált. Kiemelt jelentőségét elsősorban három fő funkciójának köszönheti: egyrészt információkat szolgáltat, másrészt bemutatja és magyarázza, hogy mi történik a világban, harmadrészt pedig szórakoztat. A különböző médiumokon keresztül szerzett információk bővítik ismereteinket a közvetlen környezetünkön kívüli dolgokról, befolyásolják gondolkodásmódunkat, megerősítik, vagy

átformálják értékrendszerünket. A világról történő tájékozódásunk forrásai is dominánsan a tömegkommunikációs eszközök, végig kísérve életünket a korai évektől egészen halálunkig, a média ma már az egyik legfontosabb szocializációs intézménynek tekinthető. Ugyanakkor fontos hangsúlyozni, hogy ezek az általuk szelektált híreket, információkat az általuk választott formában interpretálják, illetve elsődlegesen azokat az eseményeket, személyeket, és ideológiákat jelenítik meg, amelyeket ők maguk fontosnak tartanak. Míg a médiatartalmak a tulajdonosok, producerek, szponzorok, szerkesztők, rendezők, kommentátorok érdekei és ízlése szerint formálódnak, addig dekódolásuk, vagyis „befogadásuk” egyebek mellett a hallgató, néző, olvasó demográfiai jellemzőitől, iskolázottságától, társadalmi rétegződésbeli elhelyezkedésétől függ. Ennek köszönhetően a médiával kapcsolatos kutatások elsősorban azzal foglalkoznak, hogy a különböző tömegkommunikációs eszközök – elsősorban a televízió – milyen hatást gyakorolnak a kultúrára, a közgondolkodásra és a közmorálra, a médiafogyasztó személyiségére és értékítéletére, és milyen mértékben alkalmasak az emberek manipulálására. E vizsgálatok eredményeitől függetlenül vitathatatlan, hogy a média megváltoztatta a modern társadalmak életét.³

A sport világméretű, globális jelenséggé válásában elengedhetetlen szerepe volt a médiának. Az első médiaszereplés 1733-ban a Boston Gazette-ben megjelent tudósítás volt egy angol bokszeccsről. Ettől kezdve kezdődött meg a sportújságírás. A következő nagy lépést a rádióközvetítések jelentették: az 1920-as évektől kezdve akár tengeren túli sporteseményekről is informálódhattak a sportkedvelők. Az 1936-os olimpia pedig azért tekinthető különlegesnek a média szempontjából is, mert Olimpiai Újság jelent meg. A sport médián keresztül történő robbanásszerű fogyasztása elsősorban a tv-közvetítések elterjedésére tehető (50-es, 60-as évek), melynek következtében a sport szórakoztatóipari jellege kezdett el dominálni: az izgalom, a látvány, a show-elemek megjelenése mind-mind arra szolgált, hogy felkeltse és fenntartsa az izgalmat, s ezáltal a képernyő elé ültesse és tartsa a nézőket. Az első tv-közvetítésre kísérleti jelleggel 1923-ban került sor az USA-ban egy baseball-mérkőzésről.

A média szerepének a társadalmi folyamatokban a sportra vonatkozóan is kettős szerepe van. Egyrészt olyanok is részesei lehetnek sokféle sportág fontos eseményeinek, akiknek egyébként soha nem lehetne részük benne, megismerhetnek különleges sportágakkal és láthatják a legnépszerűbb sportok legfontosabb mérkőzéseit. Általánosságban is fontos

³ Dr. Ábrahám Júlia: Rekreációs kultúra a fogyasztói társadalomban, Budapest, 2019

tudáshoz és információkhoz juttat számos, valamilyen szempontból hátrányos helyzetű csoportot a rendszeres sportolás fizikai, mentális, szociális hatásairól, követendő példaként állnak a fiatalok előtt az eredményes sportolók, erősítve a nemzeti összetartozás érzését egy-egy világ- vagy nemzetközi esemény hazai sportolóinak való szurkolással. Ugyanakkor azt is láthatjuk, hogy azok a sportolók, sportágak, események élveznek előnyt, melyet a média is kellőképpen érdekesnek, népszerűnek és izgalmasnak, látványosnak ítél. Többek között betölt egy szórakoztató funkciót, ahol a látvány, az izgalom, nézők millióit vonzza az arénákba és a tv képernyőire. A rangosabb nemzetközi sportesemények megrendezése nagyon komoly gazdasági haszonnal jár a reklámbevételek, az infrastruktúra, a sportlétesítmények felépítése és felszerelése által. Egyes sportágak népszerűségét a média erősen befolyásolhatja. Fentebb említett módon a szerkesztők és szakértők kiválasztják, mit sugározzanak a csatornák – esetünkben sport csatornák – így azoknak a sportágaknak a nézettsége is magasabb lesz. Ez a hatás visszahatóan is érvényes; a nézők által érdeklődésre számottevő sportok vetítési jogát vásárolják meg a tévé csatornák. A nézettségi adatok országonként változhatnak, így a népszerű sportok köre is. Magyarországon kiemelkedő érdeklődés övezi a futballt, mellette jelennek meg egyéb sportok mint például a kosárlabda, jégkorong, kézilabda, vízilabda. Számos olyan sport említhető, amelyek mérkőzéseiről és versenyeiről nem látni élő közvetítést. Ezáltal kevés fiatal ismeri meg ezeket a sportágakat. Másik aspektusa a kiemelt sportágaknak, hogy a sport iránt érdeklődő fiatalok nehezen találják meg a nekik megfelelő sportágat. A választásnál figyelembe kell venni a gyermek vagy fiatal testi adottságait és személyiségét is.

Hasznos kezdeményezés az évekkel ezelőtt indult Nagy Sportágválasztó. Több mint 100 sportág, közel 20.000 látogató. Ezek a számok már önmagukban jelentősek, főleg, hogy mindez egy helyszínen valósul meg kétszer egy évben. A látogatók szabadidős és versenysportok közül is választhatnak, koruknak és alkaturuknak megfelelően, ebben pedig edzők és sportági szakemberek vannak az érdeklődők segítségére. A Nagy Sportágválasztó összességében egy olyan, hazánkban egyedülálló sportági börze, ahol egy helyen és időben a lehető legtöbb mozgásforma díjmentesen kipróbálható, és emellett egy olyan aktív program, ahol az egész család jól érezheti magát.

A rekordlétszámú sportágat felvonultató rendezvény tavasszal és ősszel, mindig pénteki és szombati napon várja a sportágat választókat. A két nap jelentősen elkülönül egymástól. Míg pénteken nyitáskor már az óvodai és iskolai csoportok népesítik be a rendezvény területét, addig szombaton inkább a családok, egyéni látogatók próbálják ki a számukra legérdekesebb mozgásformákat. Szervezőként mindkét napon a kapunyitás pillanati a

legizgalmasabbak. Ekkorra a terület, mely előtte egy hétig épül, már készen várja a mozogni, sportolni vágyókat. Hosszas felkészülés és szervezői munka előzi meg a rendezvény napjait, de ezzel bővebben talán egy későbbi írásban részletesen foglalkozunk.

Elsőre azt gondolhatnánk, hogy nem lehet könnyű eligazodni ennyi sportág között, de belépéskor mindenki kap egy térképet, mellyel könnyen megtalálhatja az őt érdeklő mozgásformákat. A terület kialakítása is segít ebben. A sportágak egy nyomvonal mentén helyezkednek el, így lehet, hogy olyanon is megakad a tekintet, melyek név alapján nem keltették fel annyira az érdeklődést. Ebben akár a rendezvény központi részén felállított színpad is segítségre lehet, ahol a nap folyamán folyamatos bemutatókkal lépnek fel a sportágak. Híres sportolókkal készült beszélgetések is hallhatóak és láthatóak, akik további kedvet adhatnak az adott mozgásforma kipróbálásához.

A rendezvény sajátossága, hogy a kitelepült sportágak a nyitvatartási időben folyamatosan a látogatók rendelkezésére állnak, bármikor is érkeznek meg az eseményre. A sportági képviselők folyamatosan váltják egymást, amikor csak szükséges, az edzők, szakemberek pedig mindig az érdeklődők rendelkezésére állnak. Segítenek eldönteni, hogy az adott sportág megfelel-e a gyermek vagy a felnőtt adottságainak, és ha kell, másik sportágat ajánlanak. Így akár már aznap kiderülhet, melyiket érdemes választani. Amennyiben a válogatás előtt egy komplex képet szeretnénk kapni arról, melyik sportágra tettünk leginkább, a rendezvény szombati napján sportantropometriai mérésen lehet részt venni előre egyeztetett időpont alapján, ahol különböző mérésekből kiderül, mekkora és milyen testalkatú lesz a gyermek a későbbiekben, és ez alapján is ajánlanak neki sportágat.

A sportági kavalkád mellett a központi részen kitelepült, különböző aktivitást kínáló kiállítók standjainál is sportos, játékos programokon lehet részt venni, de akár egy kis pihenőt is be lehet iktatni azoknak, akik elfáradtak a sok mozgásban.

A média és a fogyasztói társadalom témájához köthető a testkép kialakítása és a példaképek jelenléte. Sok gyermek és fiatal választja a sportolókat példaképeinek, amely pozitívan befolyásolja őket a sportolási szokásaik kialakulásában, mivel a példaképhez való hasonlósági vágy sarkallhatja őket az aktív sportéletre. Ebből a nézőpontból a média pozitív hatásáról beszélhetünk.

A testkép kialakítása és tudatosítása sok fiatalnak okoz problémát. Ahogy a lakosság egyre aktívabbá válik, a testkép és a testkép és a fizikai aktivitás összefüggéseinek tanulmányozása is egyre inkább előtérbe kerül. A testkép tanulmányozása hagyományosan a következőkre helyezi a hangsúlyt; a nők, nem pedig a férfiak önértékelését vizsgálja a legtöbb tanulmány és kutatás. A nőkre való általános összpontosítás azért alakult ki, mert a kutatások többsége azt mutatja,

hogy a nők a fizikai aktivitásuk ellenére elégedetlenebbek a testükkel, mint a férfiak. Számos kutató arra a következtetésre jutott, hogy a külső megjelenés javítása és a testtömeg fogyás a nők elsődleges motivációja a testmozgásra.

A testsúly és a külső megjelenés kezelése (testmozgás révén) erősebb viselkedési motivációt jelent, mint az egészség, stressz vagy hangulat kezelésével kapcsolatos okok, emellett a külső megjelenés összeköthető a társas interakciókkal is. A férfiak esetében az állóképesség és az erő növelése áll a sportolási vágy háttérében.

Egyes tanulmányok azt mutatják, hogy a testmozgás a nőknél nagyobb testkép-elégedettséghez vezet. Más kutatók azt feltételezik, hogy a társadalom a fittségre, mint az egészség fontos jellemzőjére helyezi a hangsúlyt. "a testbe való túlzott és nárcisztikus befektetésre" ösztönözhet, és ezáltal súlyosbíthatja a nők nehezen megfogható "ideális" fizikai formára való törekvését. A média által sugallt ideális testalkat jó motiváció lehet az aktív mozgásra, viszont túlzott elvárásokat is támaszt a fiatalokkal vagy felnőttekkel szemben, amelyek negatív hatást gyakorolnak az egyénre.

A rendszeres sportolás kiválthatja az egyénekben a testükkel való elégedettséget, és vonzóbbnak látják magukat, amely további mozgásra ösztönzi őket, és ez a magába forduló kör javítja az önértékelést.

Ennek ellenére az ideális normának való megfelelés kulturális nyomása az aktív testmozgásban részt vevő nőket is eléri. Ha a médiának ekkora a szerepe és hatása felnőttekre, a fiatal, serdülő korúakra még inkább hatással lehet. A partnerszervezetekkel tartott workshopok és viták során többször számoltak be arról, hogy miképpen találkoztak ezzel a jelenséggel fiatalokkal való munkájuk során.

A testalkat miatti aggodalom pozitívan is hat a sportolási szokások kialakulására, viszont fenntarthat egy félelmet az egyénben, ami miatt nem mer sportolni vagy bizonyos sportágakat kipróbálni, mivel tart attól, hogy nem fog menni neki az a sportág vagy a sportruházatban nem megfelelő a kinézete, kortársai kinézik az edzésről vagy az edzőteremből. Ezzel a szemponttal az ifjúsággal foglalkozó szakembereink több alkalommal találkoztak. A társadalmi szorongás miatt az otthon, kislétszámú csoportokban való sportolási lehetőséget helyezi előtérbe, a csoportos, nagylétszámú sportágakkal szemben.

Kijelenthető, hogy kapcsolat van a fizikai aktivitás, a testről alkotott képzetek és az önbecsülés között.⁴

⁴ Szűcs Róbert Sándor –Pólya Éva –Szakály Zoltán: A testkép megítélése a rendszeres sporttevékenységet végzők körében. Acta Carolus Robertus, 2020. 10. évf. 2. sz.189–207

A média gyűjtőfogalom alá sorolható a közösségi média is. A videómegosztó portálokra bárki számára ingyenesen elérhetők gyakorlatok és edzői tanácsok a világ bármely részéről. A média tudatosság erre a témakörre is kiterjed; a fellelhető videók közül ki kell szűrni mely szakértők relevánsak egy-egy témában, például a megfelelő táplálkozás és a célnak leginkább megfelelő edzésforma tekintetében.

Miért hasznos a társadalom szempontjából a szabadidősport?

Az utóbbi évtizedekben bekövetkezett életmódban tapasztalható változásokat jól mutatja a szabadidő szerkezetében és felhasználásában végbement módosulások, s ezen belül is a sport mint szabadidős tevékenység háttérbe szorulása. Miközben az iparosodás, a technikai fejlődés, a gépesítettség stb. következtében az emberek szabad ideje nőtt, ennek felhasználása sok esetben egysíkúvá vált: megnőtt előbb a tv-nézésre, napjainkban pedig az internethasználatra fordított idő mennyisége.

Ha sportolnak az emberek, egészségesebbek lesznek, így kisebb teher hárul az egészségügyre, a társadalombiztosításra. A sportolás értelmes szabadidőeltöltés, ahol le lehet vezetni a fölös energiákat. A szabadidősportban való részvétel növekedésével csökkenhet a bűnözés, a huliganizmus, így a rendfenntartás költségei is és ezzel együtt javulhat a társadalom többi tagjának közérzete is. A sport előmozdítja a különböző kultúrák közötti párbeszédet is és segít küzdeni a diszkrimináció különböző formái ellen (Eurobarometer, 2003). Felfogható közösségformáló erőként, a szociális kohézió, a közösségi szellem erősítőjeként is. Lehet nemzeti és kulturális identitásformáló erő, hozzájárulhat egy helység társadalmi-szociális fejlődéséhez.

Gondoljuk át, hogy hogyan hat a sport az egészségre? A megfelelő mennyiségű és intenzitású sporttevékenység hozzájárul az egészséges testi fejlődéshez. Hiányában sem a csontrendszer, sem az izomzat, de a belső szervek, sőt az agy és az idegrendszer sem fejlődnek a kívánatos mértékben. Természetesen egy testi vagy szellemi értelemben fejletlen ember hátrányba kerül az „alkalmazkodási versenyben”, ami az egészség fenntartását jellemzi. A sportos (mozgásgazdag) életmód a testi egészség fenntartásához minden életkorban elengedhetetlen. Gondoljunk csak a mozgásszegény életmódból fakadó „népbetegségekre”, mint a kóros elhízás, a magas vérnyomás, vagy a csontritkulás.

De legalább ilyen mértékű a sport hatása a lelki és szociális egészségre, hiszen a sportolás jelentős mértékben hozzájárul önmagunk megismeréséhez, és hiteles önismeret birtokában önértékelésünk is valós helyére kerül. A sport számtalan lehetőséget nyújt a tevékeny életre,

kezdeményezésre, aktivitásra és fontos szerepet tölt be az emberek közötti kapcsolatok kialakításában, ápolásában is. Egy sportoló csoportban, vagy csapatban mindenki megtalálhatja a leginkább személyiségére és képességeihez szabott pozíciót. Az egyén fejlődésének megfelelően ezek a pozíciók változtathatók, ami pozitív hatással van a lelki egészségünkre. A fizikailag is aktív közös tevékenység kialakítja a közösség tagjaiban az elfogadottság, a baráti közösségbe tartozás érzését, fejleszti a kapcsolatteremtő és konfliktusmegoldó képességet, a szolidaritást, a toleranciát.

A sport tehát egyaránt pozitív hatással van az egészség testi, mentális és szociális összetevőire. Egy csapathoz való tartozás, a tisztességes verseny, szabályok betartása, mások tisztelete, a szolidaritás és fegyelem elvei, valamint a nonprofit klubokban szerveződő amatőr sport és az önkéntesség megerősítik az aktív polgárságot. Az önkéntesség a sportszervezetekben számos alkalmat teremt a nem formális oktatásra, amelyet szükséges elismerni és erősíteni. A sport szintén vonzó lehetőségeket kínál a fiatalok számára a társadalmi integrációra, és előnyös hatása lehet, hogy segít a bűnözéstől eltéríteni az embereket. Azonban új trendek jelennek meg a sport gyakorlásában, különösen a fiatalok körében. Egyre többen gyakorolnak sportokat önállóan, nem pedig csoportosan, szervezett keretek között, és ennek eredményeképpen csökken az amatőr sportklubok önkénteseinek száma. A sport nemcsak az egészséges testi, hanem a szellemi és pszichoszociális fejlődés, azaz a teljes személyiség fejlődése szempontjából is meghatározó.

A szabadidős sport esetén fontos kiemelni, hogy olyan sport, amely önkéntesen választott, a szabad időben végzett, nem befolyásolva edzők által. Az erre való hajlandóság és a rendszeres testmozgás szokássá válása hosszú folyamat, amely már gyermekkorban elkezdődik. A szülői támogatás következetesen és pozitívan kapcsolódik a gyermekek fizikai aktivitásának növekedéséhez, a fizikai aktivitási szokásait szüleik alakítják. Ez különösen igaz a fiatalabb gyermekekre, akik a serdülőkhöz képest több törődést igényelnek és több időt töltenek szüleikkel. A szülők általában a kisgyermekek életében az elsődleges szocializációs tényezők.

A pozitív fizikai aktivitási szokások kialakítása olyan, mint bármely más viselkedés - megfigyeléssel tanulunk. Már említésre került, hogy a szülők a gyermekek első számú példaképei, és képesek alakítani a fizikai aktivitással kapcsolatos attitűdöket. Ha a gyermekek egészséges testmozgási szokásokat sajátítanak el, abból nemcsak fiatalkorukban, hanem tinédzserként és felnőttként is profitálnak. Ez a nevelés apró lépésekkel kezdődik; A szülők például az ajtók és a játszóterek közelében olyan eszközöket helyezhetnek el, mint a labdák és az ugrókötelek. Ezen túlmenően a szülők segíthetnek a gyerekeknek az egészséges szokások kialakításában azzal, hogy korlátozzák a képernyő előtt töltött időt, és a testmozgás és játék

élvezetére (és nem a versengésre) összpontosítanak, valamint együttműködnek az iskolai nevelőkkel és más gondviselőkkel annak érdekében, hogy az aktív játékidő akkor is ösztönözve legyen, amikor a gyerekek nincsenek otthon.

A szülői befolyás mellett a kortársak, barátok hatása jelentős; a barátok szerepének a megnövekedését az általános iskolai évek időszakára tehető. Ugyanakkor árnyalja az ismereteket azzal az eredménnyel, amely szerint az életkor növekedésével a barátok befolyása csak bizonyos termékkategóriák esetében erősödik. Ezek a termékek pedig elsősorban a látható javak. A fentebb említettek alapján a sportolás is ebbe a kategóriába tartozik, hiszen a sportrésztvétel pozitív, kedvező benyomást kelt a közösségben, sikerességet sugall – akárcsak a prémium márkák választása. Bognár és tsai (2005) tanulmánya szerint az iskolai környezetnek, a testnevelésóráknak döntő hatása van a későbbi felnőttkori fizikai aktivitás minőségére. Aki gyerekkorában megfelelő élményeket és tapasztalatokat szerez a sport terén, legtöbbször felnőttkorában is aktívan, egészségesebben él. Úgy látják, hogy legkésőbb tizenéves korban kell (és lehet) kialakítani a mozgás iránti vágyat és szeretetet, mert akkor az egyén felnőttkorában is könnyebben szán rá energiát, időt és pénzt. Minél több hatás éri a személyiséget, annál jobban kibontakozik.⁵ A sport területére vetítve ezt: minél több mozgásfajtaival, sportággal, testnevelési játékkal ismerkedik meg a gyermek, annál inkább fejlődik a motoros, a kognitív és az affektív tanulási képessége. A sportban való részvétel időt, pénzt és személyes energiát követel az egyéntől. Ugyanakkor a fizikai aktivitás társas kapcsolatokra is lehetőséget ad, „megteremti az esélyét annak, hogy új barátokat szerezzünk, hogy fenntartsuk a kapcsolatot a hozzánk közel állókkal és helyet adjunk általános társadalmi interakcióknak. Számos ember azért sportol, hogy a társaság iránti igényét kielégítse. Emellett az is elmondható, hogy a fizikailag aktív emberek jobban néznek ki, egészségesebbnek tűnnek, energikusak, könnyebben tartják fenn az egészséges testsúlyukat, könnyebben kezelik a stresszt, erősebbek az izmaik és a csontjaik, valamint kiegyensúlyozottabbak. De a legfőbb motiváció a társasági szórakozás, amely nem meglepően az egyik legfontosabb ösztönzője a fiatalok sportolásának.

Az oktatás szerepe a sportolási szokások tükrében

⁵ Neulinger Ágnes: Társas kapcsolatok és interakció a szabadidősportban

Az iskolai oktatás-nevelés célja, hogy hozzájáruljon a teljes emberi élet kialakításához. Ebben a különböző műveltségterületek, tantárgyak sajátos eszközeikkel (a területre, tantárgyra jellemző sajátos és céltudatosan kiválasztott ismeretanyaggal) vesznek részt. Ilyen szempontból a testnevelés egy a tantárgyak közül.

Ugyanakkor mégis több/más mint a közismereti tárgyak általában! Alapvetően abban különbözik a többi tantárgytól, hogy a testnevelés ismeretanyagának döntő része motoros tevékenység (testgyakorlatok, játékok, sportmozgások). A testnevelés tantárgy egyik oktatási-nevelési célja a speciális tananyagtartalom (a mozgásműveltség körébe tartozó ismeretek) elsajátítása. De ez csak az egyik célja. Legalább olyan fontos másik célja az élethosszig tartó sportos/egészséges életmód megalapozása, amely a következő elemekből áll: 1. képességek és 2. készségek (motoros alkalmasság motoros képesség és mozgásbeli tudás az egyéni hajlamokhoz igazított sportoláshoz minden életkorban és alkalmasság újabb sportágak megtanulására), 3. pozitív attitűd (tartósan meglévő akarat mozgásos életvezetésre, alapulhat pozitív élményeken és a megszerzett ismereteken nyugvó tudatos döntésen is). De ez csak az egyik – úgy is fogalmazhatnánk, hogy rövid távú – célja. Egész életünket meghatározó másik, – hosszú távú – célja, az élethosszig tartó sportos/egészséges életvitel megalapozása. Ennek legfontosabb eleme a pozitív attitűd. Az eredményes és örömet adó sportolás másik elemét a megfelelő kognitív ismeretekkel átszőtt mozgáskompetenciák (vagyis tudatosan alkalmazott mozgáskészségek) adják, melyek nemcsak az egyéni hajlamokhoz igazított sportolás, de újabb sportágak megtanulásának is alapjai, minden életkorban. És, ha már megvan a szándék és a kompetencia, már csak a mozgásos/sportos életvitel harmadik elemét a fittséget, a motoros képességeket kell megemlítenünk, melyek behatárolhatják a sporttevékenység szintjét és megalapozásuk szintén az iskolás évekre esik.

A műveltségterületi tevékenység nem korlátozható pusztán tanórai keretek közé, ezért beszélünk iskolai sportról. A testnevelés tantárgy a testnevelésóra és a tanórán kívüli szervezett, valamint spontán sporttevékenységek egységében fejti ki értékes hatásait. Ezek a tevékenységi területek együttesen adnak lehetőséget, az egyéni érdeklődést és képességeket is maximálisan figyelembevevő sportbeli tudás megszerzésére, különböző sporttevékenységek végzésére. Kiemelkedően fontos az egyéni különbségek és igények figyelembe vétele, hiszen csak így érhető el, hogy minden tanuló ne csak megértse a rendszeres mozgás szükségességét, hanem élményei hatására napi igényévé is váljon

A testnevelés szónak két értelmezése elfogadott. Jelöli egyrészt az intézményesített keretek között zajló, tervszerű és céltudatos *nevelői tevékenységet*. Ehhez a testgyakorlatok, sportágak, mozgásos játékok mozgásanyagát és a hozzájuk kapcsolódó sokféle ismeretet használjuk fel.

A testnevelés szűkebb értelmezésében egy *tantárgy*, sajátos nevelési-oktatási célokkal, műveltség tartalommal (gyakorlati és elméleti!), módszerekkel és eszközökkel. Speciális tartalma önálló kulturális érték, melynek elsajátítása, sőt az elsajátítás színvonala életünk végéig befolyásolja az életminőségünket. Sajátos értékei és a személyiségre gyakorolt kiemelkedő hatásai révén hangsúlyos szerepet tölt be a testi nevelés feladatainak megoldásában.

A szocializáció alatt olyan élethosszig tartó tanulási folyamatot értünk, amely során az egyén megtanulja az adott társadalom, környezet értékeit, normáit, magatartás-mintázatait, képességeket és készségeket szerez ahhoz, hogy be tudjon illeszkedni a kisebb-nagyobb közösségekbe (legyen az a család, az iskola, egy munkahely, vagy maga a társadalom). A sportolás során is olyan készségeket, képességeket, értékeket, szabályokat tanulhatunk, amelyeket az élet más területein (például a tanulásban, munkában, családdal történő együttlétkor) hasznosítani tudunk. A sportszocializáció nem más, mint a rendszeres sportolásra történő nevelés, amelyben elsődlegesen a családtagok vesznek részt, majd pedig az iskola, a kortársak, továbbá az egyén számára meghatározó személyek, illetve a média.⁶ Ennek folyamán az egyén megtanulja a sportolás jelentőségét, a lehetőségeket, a mozgásokat, a viselkedési és magatartási mintákat. Ha a sportolás élete fontos részét képezi, akkor ezt gyermekei és családtagjai felé is közvetíteni tudja majd.

Mint ismeretes, az elsődleges szocializációs közeg a család: a gyerek a szülőktől vagy egyéb rokonoktól látott viselkedésformákat, magatartásmintákat utánzással sajátítja el. Azokban a családokban, ahol a szülők, a tágabb rokonság körében kedvelt tevékenység a sportolás, gyakori beszédtema, s a sportot különböző formákban „fogyasztják” (sportesemények látogatása, közvetítések nézése), ez egyértelműen előnyös közeg a gyermek testmozgás iránti pozitív attitűdjének kialakításához. Tény, hogy a család társadalmi-gazdasági helyzete meghatározza, hogy a sport iránti érdeklődés végül milyen sportág választásához vezet, de ettől függetlenül az érdeklődés kialakulásában és fenntartásában a családnak, később pedig az oktatási intézményeknek, kortárs csoportoknak és a médiának is jelentős szerep jut.

Ahogy az eddigiekből is kiderült, számos kutatási eredmény bizonyítja a környezet, elsősorban a család, barátok, iskolai szocializációs környezet hatását az egyén életmódjára, szabadidő-eltöltésére, s így sportolási szokásaira. A szülők sportolási szokása mint minta, s támogatásuk gyerekük sportpályafutásában kiemelkedően fontos. Hasonlóképpen nagy szerep jut a kortársaknak is e tekintetben.

⁶ Neulinger Ágnes: Társas környezet és sportfogyasztás A folyamatos megerősítést igénylő tanult fogyasztás, Budapest, 2007

A mozgásszegény környezet egészségkárosító hatásának felismerésére született meg társadalmi válaszként a mindennapos testnevelés bevezetése, mely nagyban elősegíti a 7-18 éves tanulók egészségtudatos magatartásának kialakítását. Fontos megjegyezni, hogy ezen intézkedés megszünteti az eddigi gyakorlatban meglévő testnevelési óraszámok közötti különbséget a különböző iskolai évfolyamokon.

Az iskolai testnevelés azonban önmagában nem tudja megváltoztatni a mozgásszegény életmód következményeként jelentkező negatív hatásokat (pl. elhízás, érrendszeri betegségek kialakulása).

Az iskola és a család közvetlen társadalmi környezetének már említett hatása továbbra is a rendkívül jelentős: a rendszeres mozgás lehetőségét biztosító sportegyesületek, sportvállalkozások, fitnesztermek, szabadidős és tömegsport rendezvények, a szülők részvételével rendezett spotnapok adta lehetőségek meghatározó szerepet kapnak. A családból, iskolából és a környezetből szerzett ismeretek, a rendszeres testmozgás gyakorisága nagymértékben befolyásolja a felnőtt lakosság munkaképességét, egészségi állapotát és a várható élettartalmát.

A testnevelés és a sport az egyetemes kultúra része, melynek sokoldalúsága, gazdag ismeretanyaga, eredményei, sikeressége sokunk számára természetes és ismert tény. Nincs olyan ember a társadalmunkban, aki ne került volna kapcsolatba a testmozgással, aki ne emlékezne egy-egy felejthetetlen testnevelésórára, vagy testnevelő tanárra.

Első élményeinket is a mozgáson keresztül szerezzük, hiszen a négykézlábon mászással, majd a járással elindulunk azon az úton, melyet nagybetűs Életnek nevezünk. Sok-sok élménnyel, ismerettel, tudással gazdagodunk életünk során, de tudnunk kell, hogy ehhez az első lépést mozgásos fejlődésünk tette lehetővé.

A testmozgásnak az egészségmegőrző és -fejlesztő funkción túl számos fontos hatása létezik, melyekkel elsősorban a szervezett oktatás keretei között ismerkedünk meg, először az óvodai, később az iskolai, sportegyesületi foglalkozások során. Minél több hatás éri a személyiséget, annál inkább kibontakozhatnak képességei, szunnyadó adottságai. Ezt a tényt a testnevelésre, a sportra úgy fordíthatjuk le, hogy minél több mozgásfajtaival, sportággal, testnevelési játékkal ismertetjük meg a gyermekeket, annál inkább fejlesztjük a motoros, a kognitív és az affektív tanulási képességüket. Annál a gyermeknél, akit túlságosan egyirányú ingerek érnek, fejlődési zavarok, visszamaradások léphetnek fel.⁷

A sporttal számos személyiségvonás fejleszthető, de csak akkor, ha a gyermekeket érő hatás

⁷ Értéktanteremtő testnevelés. Tanulmányok a testnevelés és a sportolás szerepéről a Kárpát-medencei fiatalok életében. Szerk.: Kovács Klára

rendszeres és pedagógiaileg megfelelően tervezett. A sporttevékenység során eredményesen fejleszthetjük a motivációt, az aktivitást, az önfegyelmet, a kitartást, a bátorságot, az akaraterőt, a küzdeni tudást, az önbizalmat, a fájdalomtűrést, továbbá reális önértékelést alakíthatunk ki. A személyiségvonások mindegyike feltétlenül szükséges a jelenkori társadalomba való beilleszkedéshez és egyéni életünk, boldogulásunk optimális feltételeinek megteremtéséhez.

Amennyiben mindezen tulajdonságok a testnevelésórákon, illetve a sportfoglalkozásokon rögzült magatartásjegyekké válnak, áttevődhetnek az élet más területére is.

Az iskolák a testnevelőkkel együttműködve gyakrabban tarthatnának olyan sporttal és mozgással egybekötött napokat, amelyeken gyermekek és szülők együtt vehetnek részt, inspirálva egymást az aktív sportéletre. A tanárok leterheltsége természetesen erre is rányomja a bélyegét. A projekt során felmerült a partnerekben és a koordináló szervezet munkatársainál, hogy a jövőben családok számára szervezzenek sport napokat, amelyre várják a tanárokat is, közreműködve így a szokás kialakításában.

A sport általi nevelés

A nem-formális tanulás egyre nagyobb teret nyer és egyre több lehetőséget hordoz a fiatalok számára napjaink Európájában. Bebizonyosodott, hogy különösen hatékony a különböző közösségi kompetenciák elsajátításában a gyerekek és a fiatal felnőttek számára, sőt azon túl is. Jól kiegészíti a formális oktatást, illetve pótolja azok jelenlegi hiányosságait, bizonyos tekintetben pedig egyedülálló, de könnyen alkalmazható iskolai keretek között is. Bizonyítottnak hozzájárul az egyének foglalkoztathatóságához, példaértékű munkatapasztalatokat jelent, fejleszti a közösségi készségeket és a demokratikus állampolgári attitűdöket. A leghatékonyabb eszköz a demokrácia hétköznapi, gyakorlati megértéséhez és a demokratikus közösségi kultúra kialakításához. Európában helyi, regionális és országos civil szervezetek, közintézmények, önkormányzatok szervezik a nemformális tanulási lehetőségeket fiataloknak és a velük foglalkozó sokféle szakembernek. Európai intézmények, kormányok és önkormányzatok finanszírozzák az egyre nagyobb számú és egyre jobb minőségű nem-formális tanulási projekteket. Ezek a sokféle tevékenységek az élet számos területén szükséges és hasznos gyakorlati készségek és közösségi kompetenciák fejlesztését célozzák, mint például az egészséges élet, környezettudatosság, fenntarthatóság, demokratikus közéletben való részvétel, kezdeményezőkézség és vállalkozás, társadalmi befogadás, kulturális identitás és sokszínűség, emberi méltóság tisztelete, családalapítás, konfliktusok megoldása és sorolhatnánk. A nemformális tanulási tevékenységek formája is sokféle, lehetnek interkulturális

csereprogramok, képzések, ifjúsági kezdeményezések, hosszú távú együttműködések és közösségfejlesztő programok, komplex sport programok, kultúrateremtő projektek, döntéshozatalba való bevonás és sok más egyéb kreatív forma. Egy közös van bennük, hogy mind a tapasztalati és közösségi tanulás alapjaira és aktív részvételre épülnek. Európai fiatalok millióinak tanulási lehetőséget biztosítanak, amelyek fejlesztik a szociokulturális képességeiket és így közösségeiket is. A helyi tömegsport szervezetek (sportklubok, sportegyesületek) sok fiatalnak nyújtanak sportolási lehetőséget Európa szerte. Ezeknek a fiataloknak a nagy része soha nem lesz élsportoló, azonban számos hasznuk származik a sportolásból. A sportoló közösségek a szórakozáson és a sportban rejlő implicit értékek elsajátításán túl számos további potenciális tanulási lehetőséget hordoznak magukban. A sportoló csoportok könnyen alakíthatók tanuló közösségekké, ahol számos készséget fejleszthetnek, új perspektívákat nyitva a fiatalok előtt. A különböző sportok edzői és a testnevelők odafigyeléssel és módszertani segítséggel könnyen alakíthatják úgy az edzéseket és a testnevelési órákat úgy, hogy azok több mint testedzések legyenek és célzott tapasztalati tanulást biztosítsanak a fiataloknak. Az utóbbi felmérések azt mutatják (Globális Egészségi Kockázatok, Genf, Világ Egészségügyi Szervezet WHO, 2009), hogy a fizikai inaktivitás a hatodik legnagyobb egészségügyi kockázat a világon. A rendszeres testmozgás jelentősen csökkenti a cukorbetegség kockázatát, 25-30%-kal csökkenti a szívbetegségek és a rák kialakulásának kockázatát. Az Európai statisztikák szerint az Európai polgárok 63%-a nem éri el a minimum javasolt testmozgást. Csupán 40%-uk nyilatkozik úgy, hogy heti legalább egyszer sportol. Az is tény, hogy az alacsonyabb jövedelműek és a kirekesztettek esetében ez az arány sokkal rosszabb. Ezek alapján jól látható, hogy milyen nagy lehetőségeket rejt a sport az egészség, a jólét és a társadalmi kohézió tekintetében egyaránt. A projekt során összeállított módszertani kézikönyv egy olyan módszertani megközelítést szolgáltat, amely testmozgással és sporttal egészíti ki a nem-formális ifjúsági tevékenységeket, illetve céltudatos közösségi készségfejlesztéssel egészíti ki a tevékenységeket. A módszertani kézikönyvet ajánljuk továbbá tömegsportban fiatalokkal foglalkozó edzőknek, akik szívesen integrálják a nem-formális tanulási megközelítést a sporttevékenységek közé, illetve azoknak az ifjúságsegítő szakembereknek, akik szívesen színesítik közösségfejlesztő munkájukat sporttal és testmozgással. Amikor kombináljuk a közösségi készségek fejlesztését a testmozgással létrejön egy élvezhető, könnyed, érzelmekben gazdag, aktív részvételt eredményező tanulási légkör, amely közel hozza a fiatalokat egymáshoz. Tele van élményekkel, szenvedéllyel és egy kicsivel több tervezéssel a fiatalok olyan tapasztalatokat és készségeket szereznek, amelyeket egész életükön át használhatnak majd.

Zárszó

A kézikönyvben számos gyakorlat található, amelyek jól alkalmazhatóak sportban és ifjúságsegítő munkában is. A módszertani kézikönyv, a műhelymunkák és a tanulmányutak megalapozója volt a fent összefoglalt kutatás, amellyel a partnerek információt nyertek a körülöttük élő fiatalok sporttal kapcsolatos szokásairól és internethasználati stratégiájukról, elültetve ezzel számos gondolat magvát. A kutatási zárójelentést kiegészítve az Ifjúsági módszertani kézikönyvvel az elméleti háttérrel is megismerkedhet az olvasó. A gyakorlatokat lépésről lépésre bemutatjuk, így bárki, akinek van nevelési és tanítási tapasztalata meg tudja valósítani fiatalok csoportjával. A gyakorlatok elsősorban 12-30 éves fiatalok számára készültek, de alkalmazhatjuk felnőttekkel vagy némi adaptációval gyerekekkel is. Alkalmazhatják edzők, testnevelőtanárok vagy ifjúságsegítők. Az Ifjúsági Módszertani Kézikönyv kiadvánnyal szeretnénk hozzájárulni a fiatalok sokszínű nem-formális képzéséhez Magyarországon és Európában.

Felhasznált irodalom

KELLER Veronika, DERNÓCZKY-POLYÁK Adrienn: Fiatalok sportolási szokásai generációs megközelítésben

https://kgk.sze.hu/images/dokumentumok/kautzkiadvany2017/Keller_Dernoczy_Kautz_2017.pdf

SZABÓ Ágnes: A (szabadidő)sport alapfogalmai és kutatott területei, Budapesti Corvinus Egyetem, 2009.

<http://unipub.lib.uni-corvinus.hu/201/2/Szabo115.pdf>

CSÁNYI TAMÁS: A fiatalok fizikai aktivitásának és inaktív tevékenységeinek jellemzői

http://epa.oszk.hu/00000/00035/00140/pdf/EPA00035_upsz_2010_3-4_115-128.pdf

Értékteremtő testnevelés. Tanulmányok a testnevelés és a sportolás szerepéről a Kárpát-medencei fiatalok életében. Szerk.: KOVÁCS Klára

<https://core.ac.uk/download/pdf/161063401.pdf>

DR. NÁDORI László, DR. GÁSPÁR Mihály, DR. RÉTSÁGI Erzsébet, H. dr. EKLER Judit, SZEGNERNÉ DR. DANCs Henriette, DR. WOTH Péter, DR. GÁLDI Gábor: Sportelméleti alapismeretek. 2011

https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/0025_Nadori-Dancs-Retsagi-Ekler-Gaspar-

[Sportelmeleti ismeretek/ch01s02.html](http://Sportelmeleti_ismeretek/ch01s02.html)

KOVÁCS Klára: Sportszociológia

https://psycho.unideb.hu/sport/fejezetek/kk_sportszociologia/_book/index.html

DR. ÁBRAHÁM Júlia: Rekreációs kultúra a fogyasztói társadalomban, Budapest, 2019

<http://real-phd.mtak.hu/465/19/%C3%A1brah%C3%A1mj%C3%BAlia.d.pdf>

NEULINGER Ágnes: Társas környezet és sportfogyasztás A folyamatos megerősítést igénylő tanult fogyasztás, Budapest, 2007

http://phd.lib.uni-corvinus.hu/264/1/neulinger_agnes.pdf

SZŰCS Róbert Sándor –PÓLYA Éva –SZAKÁLY Zoltán: A testkép megítélése a rendszeres sporttevékenységet végzők körében. Acta Carolus Robertus, 2020. 10. évf. 2. sz. 189–207

<https://journal.uni-mate.hu/index.php/acr/article/view/2485/3045>

NEULINGER Ágnes: Társas kapcsolatok és interakció a szabadidősportban

http://unipub.lib.uni-corvinus.hu/920/1/vt_2008n10p23.pdf

TARI-KERESZTES Noémi : Fiatalok szabadidős fizikai aktivitásának magatartástudományi vizsgálata Doktori értekezés, Szeged, 2009

http://old.semmelweis.hu/wp-content/phd/phd_live/vedes/export/keresztesnoemi.m.pdf

CSEPELA Yvette: „Örömtestnevelés? – Gondolatok a testnevelésről, a sportról a 21. század küszöbén. Újpedagógiai Szemle, 2000. október

<https://www.epa.hu/00000/00035/00042/2000-10-mu-Csepela-Oromtestneveles.html>

FINTOR Gábor János, SZABÓ József: A sportolást befolyásoló tényezők az általános iskolásoknál.- 23 : 2, 2014. Forrás: Educatio.

SZABÓ Ágnes: Napirend néhány jellemzője: testmozgás, képernyőhasználat, tanulásra fordított idő. In: Aszmann Anna (szerk.): HBSC-Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása. Országos Gyermkegészségügyi Intézet, Budapest, 2003.

Linkek

Az EU testmozgásra vonatkozó iránymutatásai Ajánlások az egészségjavító testmozgás támogatására irányuló politikai intézkedésekre

https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_hu.pdf

Magyarország – 2004 évi I. törvény

<https://www.parlament.hu/irom41/03371/03371-0013.pdf>

<https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0400001.tv>

Fehér Könyv a sportról

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/PDF/?uri=CELEX:52007DC0391&from=HU>

http://psycho.unideb.hu/sport/fejezetek/kk_sportszociologia/_book/a-sportszociologia-helye-es-szerepe-a-tudomanyok-rendszereben.html

http://acta.bibl.u-szeged.hu/29100/1/modszertani_052_001_013-021.pdf

<https://sportagvalaszto.hu/>

11 Mellékletek

Az Online kérdőív felhívás szövege:

Tisztelt együttműködő szervezet, Hölgem/Uram!

A Reményt a Gyermekeknek (REGY) a TOMASO Bt. megbízásával kérdőíves adatfelvételt kezdeményez "EFOP-5.2.2-17-2017-00051 „Transznacionális együttműködések” című projekt keretében, melynek célja, hogy felmérje a Magyarországon élő fiatalok sportolási szokásait és a testneveléshez fűződő viszonyukat. A birtokunkba jutott információkat a kutatásetikai alapelveknek és a magyar jogszabályoknak megfelelően bizalmasan kezeljük. Az eredményeket a fent említett kutatásban és az ahhoz kötődő Ifjúsági Kézikönyvhöz használjuk fel. Arra szeretnénk kérni Önt, hogy amennyiben egyetért kutatásunk célkitűzéseivel, járuljon hozzá az online kérdőív kitöltésével a kutatás sikerességéhez. Segítségét előre is köszönjük!

1. blokk: demográfiai kérdések

***Kötelező**

"EFOP-5.2.2-17-2017-00051 „Transznacionális együttműködések”

Tisztelt együttműködő szervezet, Hölgym/Uram!

A Reményt a Gyermekeknek (REGY) a TOMASO Bt. megbízásával kérdőíves adatfelvételt kezdeményez "EFOP-5.2.2-17-2017-00051 „Transznacionális együttműködések” című projekt keretében, melynek célja, hogy felmérje a Magyarországon élő fiatalok sportolási szokásait és a testneveléshez fűződő viszonyukat. A birtokunkba jutott információkat a kutatásaitikai alapelveknek és a magyar jogszabályoknak megfelelően bizalmasan kezeljük. Az eredményeket a fent említett kutatásban és az ahhoz kötődő Ifjúsági Kézikönyvhöz használjuk fel. Arra szeretnénk kérni Önt, hogy amennyiben egyetért kutatásunk célkitűzéseivel, járuljon hozzá az online kérdőív kitöltésével a kutatás sikerességéhez. Segítségét előre is köszönjük!

1. 1. Neme: *

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

☐ Férfi

☐ Nő

2. 2. Melyik évben született? *

3. 3. Családi állapot?

4. 4. Lakóhely: *

5. 5. Tanul vagy bármilyen kereső tevékenységet végez?

6. 6. Amennyiben kereső tevékenységet végez, beosztása:

7. 7. Munkaideje? (kb óra/nap)

8. 8. Amennyiben TANUL: Iskolatípus, ahol jelenleg tanul:

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ általános iskola
- ☐ szakközépiskola
- ☐ szakgimnázium
- ☐ gimnázium
- ☐ egyetem
- ☐ egyéb felnőttképzés
- ☐ párhuzamosan több képzést végez
- ☐ jelenleg nem tanul

9. 9. Iskola helye (megye):

10. 10. Iskola helye (településtípus) pl: tanya / falu / község / város / megyei jogú város / főváros

11. 11. Amennyiben iskola mellett kereső tevékenységet végez, beosztása:

12. 12. Munkavégzés helye (megye, település neve)

13. 13. Munkaideje? (kb óra/nap)

14. 14. Eltartottak száma a háztartásában? Minden olyan személy, akivel együtt él, és megélhetését más biztosítja (pl. saját gyermek, testvér)

15. 15. Szerepe szerint ön inkább *

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Sportoló
- ☐ Ifjúság segítő
- ☐ Edző
- ☐ Civil szervezet képviselője
- ☐ Fiatal
- ☐ Sporttudomány képviselője
- ☐ Közösség szervező
- ☐ Egyéb

2. blokk: Sport az iskolában és a magánéletben



16. 1. Ön gyakran szokott sportolni? *

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Igen
- ☐ Rendszeresen
- ☐ Ritkán
- ☐ Rendszeretnül vagy alkalmanként
- ☐ Nem

17. 2. Amennyiben igen, kérjük sorolja fel mit? Ha többet is felsorol, próbálja meg őket a rájuk fordított idő sorrendjében megadni

18. 3. Amennyiben igen kérjük nevezze meg jellemzően kivel?

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

- ☐ Egyedül
- ☐ Partner (barát/nő, férj/feleség)
- ☐ Csapatban
- ☐ Egyesületben
- ☐ Versenyszerűen
- ☐ Hivatásos sportolóként

19. 4. Milyen gyakran sportolt idén? *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Napi több alkalommal
- ☐ Naponta
- ☐ Heti több alkalommal
- ☐ Havonta több alkalommal
- ☐ Ennél ritkábban
- ☐ Semennyit

20. 5. Amennyiben sportolt idén, ezt hol tette?

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

- ☐ Otthon
- ☐ Szabadban
- ☐ Erre kijelölt helyen(pl. konditerem, klub)
- ☐ Iskolai keretek között
- ☐ Egyesületi létesítményben
- ☐ Hivatásos sportolóként

21. 6. Elsősorban közvetlen lakóterületén sportol?

22. 7. Saját lakóterületén belül kb. mennyit utazik otthona és a sportolási helyszín között? (Percben vagy kilométerben)

23. 8. Más településen sportol?

24. 9. Amennyiben más településen: Kb mennyit utazik otthona és a sportolási helyszín között?

25. 10. Ha igen, nagyságrendileg mekkora anyagi ráfordítást költ (ön vagy gondviselője) sportra utazással, szállással, felszereléssel stb. együtt?

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Ingyenesen vesz igénybe minden szolgáltatást
- ☐ 10.000 Ft alatt
- ☐ 20.000 Ft alatt
- ☐ 30.000 Ft alatt
- ☐ 40 ezer fölött
- ☐ Ennél nagyságrendekkel többet

26. 11. Szeretne-e többet sportolni? Ha igen, ennek fő akadályai: *

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Idő hiány
- ☐ Pénzügyi korlátok
- ☐ Sport létesítmények hiánya
- ☐ Sport létesítmények minősége
- ☐ Sport létesítmények elérhetősége (távolság)
- ☐ Saját motiváció hiánya
- ☐ Nem szeretnék a jelenleginél többet sportolni

3. blokk A sportolást elősegítő tényezők

27. 1. Szeretne-e többet sportolni? *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Igen
- ☐ Nem
- ☐ Talán

28. 2. Szeretne jobb minőségű szolgáltatásokat igénybe venni? *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Igen
- ☐ Nem
- ☐ Talán
- ☐ Egyéb: _____

29. Mit javítana a jelenlegi szolgáltatáson?

30. 3. Tájékozódik-e a sportolási lehetőségekről? *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Igen
- ☐ Nem

31. 4. Amennyiben tájékozódik, honnan szerez információkat?

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ A sportlétesítmények hirdetéseiből
- ☐ Közvetlen ismerősöktől
- ☐ Nyomtatott sajtóból,
- ☐ Helyi hirdetőfelületekről
- ☐ Internetről
- ☐ Egyéb:

32. 5. Amennyiben szeretne többet sportolni: Milyen tényezőkkel lehetne önt több sportolásra motiválni?

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ Anyagi (olcsóbb hozzáférés)
- ☐ Jobb elérés (több, közelebb, sokszínűbb kínálat)
- ☐ Közösségi eszközökkel (pl sport társaságok szervezése, sport randi, közösségi sportnapokkal)
- ☐ Oktatás fejlesztése (ingyenes vagy könnyen hozzáférhető bevezető tanfolyamok szervezése)
- ☐ Olcsó vagy ingyenes sporteszközökkel
- ☐ Személyre szabott (akár online) edzési tervvel
- ☐ Motivációs videókkal, kampánnyal
- ☐ Elérhető online információval a lehetőségekről
- ☐ Rugalmasabb időbeosztással (pl éjjeli fitness terem, korán nyitó úszóterem, stb)
- ☐ Option 10
- ☐ Option 11
- ☐ Option 12
- ☐ Option 13
- ☐ Option 14
- ☐ Option 15
- ☐ Option 16

33. 6. Vett-e már igénybe tanácsadást a sport témakörében? *

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

☐ Igen

☐ Nem

34. 7. Amennyiben vett már igénybe valamilyen tanácsadást, a tanácsok forrása:

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

☐ Online

☐ Útmutató, sport témájú kiadvány, szórólap

☐ Sport témájú könyv

☐ Iskolai oktatás

☐ Személyes tanácsadó

☐ Hivatásos edző

☐ Tanfolyam

35. 8. Amennyiben korábban nem vett igénybe tanácsadást, esetleg tervezi ezt? Ha igen, honnan? *

Soranként csak egy oválist jelöljön be.

☐ Online

☐ Útmutató, sport témájú kiadvány, szórólap

☐ Sport témájú könyv

☐ Iskolai oktatás

☐ Személyes tanácsadó

☐ Hivatásos edző

☐ Tanfolyam

☐ Nem tervezem

4. blokk A digitális szokások

36. Szokott-e rendszeresen internetezni? Ha igen, Hol? *

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

- ☐ Saját otthona
- ☐ Munkahely
- ☐ Iskola
- ☐ Ismerőse/rokona/barátja otthona/eszköze
- ☐ Saját eszköz (pl. telefon, tablet, laptop)
- ☐ Könyvtár vagy más E-pont
- ☐ Közösségi tér

Egyéb: ☐ _____

37. Ha igen, kb mennyit? *

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

- ☐ Kevesebb mint 1 óra / nap
- ☐ Kevesebb mint 3 óra / nap
- ☐ Kevesebb mint 6 óra/ nap
- ☐ Több mint 6 óra/ nap

Egyéb: ☐ _____

38. Kérjük súlyozza melyik tevékenységgel tölti a legtöbb időt az interneten 1: legtöbb időt ezzel töltöm 9 legkevesebb időt ezzel töltöm *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

	1	2	3	4	5	6	7	8
Hírek (nemcsak politikai, de divat, celebek, természeti jelenségekről, stb)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Csetelés (mindeféle msg, whatsapp, Viber, Snapchat stb.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ismerősök tartalmának böngészése (pl. Instagram)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ismeretek bővítése	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Filmek és videók nézése	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Játék	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vásárlás	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sport és szabadidő programok keresése	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Other	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

39. Szeretnék önkéntes interjút adni *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

☐ Igen

☐ Nem

40. Amennyiben vállalom az interjút az email cím, ahol kereshetnek:

Ezt a tartalmat nem a Google hozta létre, és nem is hagyta azt jóvá.

Google Űrlapok