

MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI Hungarian Review of Sport Science

SZEMLE

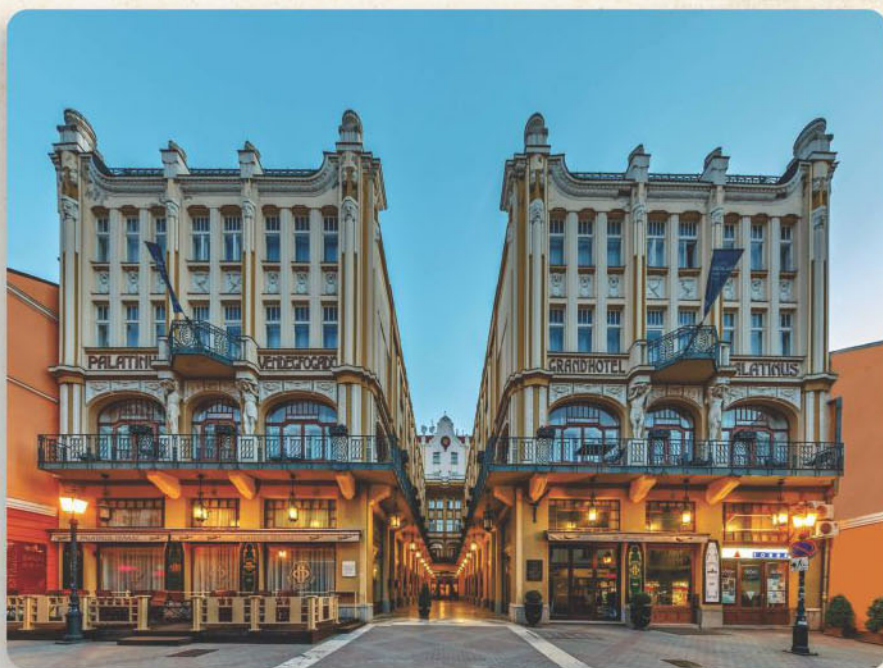


XVIII. ORSZÁGOS SPORTTUDOMÁNYI KONGRESSZUS

Sporttudomány
az egészség
és a teljesítmény
szolgálatában

A sporttudomány
2021-ben
hazánkban

Palatinus Grand Hotel
Pécs
2021. június 2-4.



Program és előadás-kivonatok

Támogatók:

Magyar Sporttudományi Társaság
Hungarian Society of Sport Science

www.sporttudomany.hu



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

latok szükségesek ahhoz, hogy pontosabb képet kaphassunk a hazai kosárlabda nemzetközi helyzetéről és a korlátozások okozta „kárak” mértékéről.

Kulcsszavak: COVID-19, kosárlabda, statisztika, eredményesség, sportanalitika

Para boccia fizikai és mentális edzésprogram „home office” üzemmódban

Szabó Alexandra, Szappanos Zoltán

Magyar Para Boccia Szövetség, Budapest

E-mail: hparaboccia@gmail.com

Bevezetés

A 2020 tavasza óta tartó COVID-19 világjárvány igen gyorsan terjedt, és éreztette hatását a versenysport területén is. A para boccia egyike a paralimpiai sportágaknak, így sportolói fokozottan kitettek a fertőzésveszélynek a sportolók egészségi állapota (általában cerebrális parézis a legtöbb sportoló veleszületett anamnézise) és az állapotukból adódóan szükséges nagy számú segítő miatt is.

A 2024-es párizsi paralimpiai kvalifikációs ciklusra a felkészülés elkezdése ugyanakkor nem halasztható, így a megváltozott helyzethez olyan speciális edzésprogramot kellett kialakítani, mely az otthoni, biztonságos körülmények között is biztosítja az eredményes felkészülés lehetőségét.

Anyag és módszerek

A BC2 és BC4 kategóriájú válogatott tagjainak korábbi felkészüléséhez képest számos kihívással kellett szembe nézniük:

- az otthonok technikailag mennyiben tehető alkalmassá a gyakorlásra?
- a fizikai erőnlét megtartása mellett miként ellensúlyozhatóak a mentális problémák?
- miként lehet a leghatékonyabban megoldani a kapcsolattartást, az edzésprogram nyomonkövetését?

A fokozatosság elvét alkalmaztuk a sérülések elkerülése érdekében, az egyszerű feladatoktól haladtunk az összetettek felé, így technikailag és mentálisan is a nagyobb elvárások irányába.

A bezártság okozta hátránykompenzációt mentálhigiénés szakember bevonásával oldottuk meg. Tréningprogramjának speciális eleme volt az az önreflexió, amit edzésnaplójukban vezettek a válogatott tagjai.

A kapcsolattartásra a bevált videokonferencia-platformokat használtuk. A taktikai feladatokhoz segédanyagként páros és csapatmérkőzések videóit osztottuk meg.

Eredmények

A járványhullámok közötti időszakban ún. összetartásokat tudtunk szervezni Pécsen, melyen lemérhettük az otthoni munka eredményességét.

Az összetartáson előkerült hiányosságok (technikai, taktikai) alapján készítettük el a következő összetartásig tartó időszakra (4 hét) az edzéseken elvégzendő feladatokat.

Az összetartások alkalmával körmérkőzéses minibajnokságot is lebonyolítottunk, mivel a BISFED minden nemzetközi versenyt törölt és OB sem került megrendezésre.

Következtetések

A boccia nemzeti válogatott értékes munkát végzett ebben a nehéz és teljesen ismeretlen helyzetben, amiben azonban a legnagyobb hátrányt jelenleg az okozza, hogy a nemzetközi összehasonlítás versenyek hiányában teljesen elmarad, versenyszituációk gyakorlásával nem pótolható.

Kulcsszavak: para boccia felkészülés, COVID-19, home office edzésprogram, fizikai és mentális erőnlét

A középiskolás fiatalok szociokulturális hátterének vizsgálata

Szabó Dániel, Kovács-Nagy Klára

Debreceni Egyetem Neveléstudományi Doktori Iskola, Debrecen

E-mail: sz.danii90@gmail.com

Bevezetés

A mai oktatási rendszer egyik legjelentősebb kérdése a testnevelés oktatásának problémája. Rendkívül sok vita zajlik arról jelenleg is, hogy mennyi mozgás szükséges a diákoknak az iskolai falain belül és kívül egyaránt. A mindennapos testnevelés bevezetése ezeknek a vitáknak az eldöntését volt hivatott szolgálni. A mindennapos iskolai testnevelés bevezetésének az ifjúság fizikai állapotának javítása mellett fontos szempontja volt az, hogy a sport szociális és morális érték képviselője hozzájáruljon az ifjúság fejlesztéséhez (Bodnár és Perényi, 2016).

Anyag és módszerek

A kutatás kvantitatív módszerrel készült. A saját készítésű kérdőívünk eredményeit használtuk fel, ahol nyíregyházi és debreceni középiskolás tanulók eredményeit és válaszait elemeztük. Az adatbázis elemszáma 450 fő. A kutatás célja ebben az esetben a szociokulturális háttér vizsgálatával kíván foglalkozni, amit a sportolási szokásokra vonatkozó kérdés vonatkozásában hasonlítottunk össze. A kérdőívet az SPSS 21.0 program segítségével dolgoztuk fel. Ezen kérdések összefüggéseit vizsgáltuk az SPSS program segítségével az alábbi változók vonatkozásában: társadalmi tényezők (nem, iskolatípus, településtípus, szülők objektív és szubjektív-anyagi helyzete, sportolási szokásai és iskolázottsága), keresztábra elemzés és Khi-négyzet próbák segítségével.

Eredmények

Elemzéseink után megállapíthatjuk, hogy a társadalmi háttérváltozók (szülők végzettsége, szülők sportolási szokásai, szubjektív anyagi helyzete) és a tanulók neme, település típusa és az iskoláik típusa is mind befolyásolják a tanulók sportolási szokásait. Az eredmények elemzése után mindenképpen pozitív tényező, hogy a vizsgált diákok több, mint 50%-a sportol rendszeresen, ami magasan a szakirodalmi áttekintésben bemutatott (Perényi, 2013) értékek felett van. Erős összefüggéseket állapíthatunk meg a szülők társadalmi tényezői és a diákok sportolási tényezői között. Megállapítható, hogy mind a szülők végzettsége, mind a sportolási szokásaik gyakorisága nagy-mértékben befolyásolják a diákok sportolási habitusát.

Következtetések

Kutatásunkban a nyíregyházi és debreceni középiskolás tanulók sportolási szokásait vizsgáltuk a saját készítésű kérdőívünk segítségével. A szakirodalmat elemezve megállapíthatjuk, hogy a sportnak, illetve a szociokulturális háttérnek igen fontos szerepe van a középiskolás korú fiatalok személyiség- és egészségfejlődésében és ezeknek a gyermekeknek szükségük is van a sportra, a testmozgásra, ugyanez igaz fordított megfogalmazásban is, a sportnak is szüksége van rájuk. **Kulcsszavak:** sportolási szokások, szociokulturális háttér, középiskolás diákok