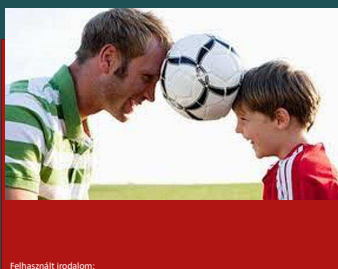


A szülői minta hatása az egészségmagatartás alakulására, és a fizikai aktivitás iránti attitűdre a mindennapos testnevelés kapcsán

Thür Antal¹, Fügedi Balázs²
 EKE NTDI¹, EKE Sporttudományi Intézet²
thurantal@gmail.com, fugedi.balazs@uni-eszterhazy.hu

BEVEZETÉS

AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD KIALAKÍTÁSA, A FELNŐTTKORI ÉLETMINŐSÉG JAVÍTÁSA FOKOZOTT ELVÁRÁST TÁMASZT A MINDENNAPOS TESTNEVELÉS FELÉ (SZAKÁLY ÉS MTSAI, 2018). A TÁRSADALMI, SZEMÉLYI ÉS MŰVELTSÉGTERÜLETI ÉRTÉKRENDSZER A HELYI TANTERV ÉS A PEDAGÓGIAI PROGRAM, A TESTNEVELŐTANÁR NÉZETE, A TESTNEVELÉS TANTÁRGYI CÉL-, ÉS ESZKÖZRENDSZERE, A TERVEZÉssel ÉS GYAKORLATBAN TÖRTÉNŐ MEGVALÓSÍTÁSSAL SZOROS KAPCSOLATBAN VAN (BOGNÁR, 2009, 2019), MELY HATÁSSAL BÍR A FITTSÉGI MUTATOKRA (THÜR, FÜGEDI 2019).



CÉLMEGHATÁROZÁS

CÉLUNK VOLT MEGVIZSGÁLNI A SZÜLŐK ÉS TANULÓK SPORTOLÓI SZOKÁSAIT, A DIÁKOK HOZZAÁLLÁSÁT A FIZIKAI AKTIVITÁS IRÁNT, SZABADIDŐBEN VÉGZETT TEVÉKENYSÉGEIKET RANGSOROLNI ILLETVE ADATAINKAT A FELSŐ TAGOZATOS DIÁKOK ESETÉBEN KÜLÖNBÖZŐ FITTSÉGI TESZTEKEN MÉRTE EREDMÉNYEIVEL IS PÁRHUZAMBÁ ÁLLÍTOTTUK.

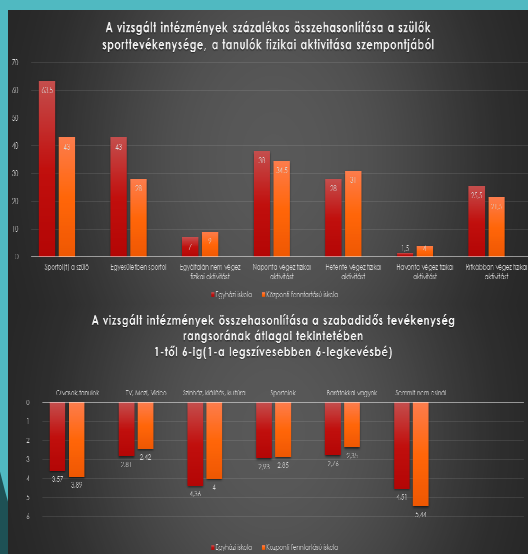
Felhasznált irodalom:
 Bogrnár József (2019): A testnevelés értékkorientációja. Új Pedagógiai Szemle 69., 2019/3-4. szám, 100-109 p.
 Csányi Tamás (2010) A fiatalok* fizikai aktivitásának és inaktív tevékenységének jellemzői. Új Pedagógiai Szemle 2010/3-4. szám, 115-127 p.
 Csányi Tamás, Kaj Mónika, Kálbi Katalin, Herényi Ádám, Király Anita (2018): A magyar 10-18 éves tanulók egészségképzési fizikai fittségi állapota (2018). Kutatási jelentés a Nemzeti Egység Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT) 2017/2018. tanévi országos eredményeiről. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.
 Csányi Tamás, Kaj Mónika, Kálbi Katalin, Herényi Ádám, Király Anita (2020): A magyar 10-18 éves tanulók egészségképzési fizikai fittségi állapota (2019). Kutatási jelentés a Nemzeti Egység Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT) 2018/2019. tanévi országos eredményeiről. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.
 Fehérvári Anikó, Hivess Tamás (2019): A mindennapos testnevelés iskolai feltételei. Új Pedagógiai Szemle 69., 2019/3-4. szám, 118-127 p.
 Fintor Gábor, Juhász Erika (szerk.) (2014): Testnevelés a közösségben, avagy a mindennapos testnevelés jelenléte Szabolcs megyében. Községi művelődés – Községi tanulás Debreceni Egyetem TEK BTK Neveléstudományi Intézete, 67-79 p.
 Fügedi, B. (2009): A sport, mint az egészségfejlesztés, életminőség-javítás eszköze In: Szatmári Zoltán (szerk.): Sport, életmód, egészség. 1305 p. Budapest: Akadémiai Kiadó, pp. 917-924 p.
 Fügedi, B., Capel, S., Dancs, H., Bogrnár, J. (2016) Satisfaction and preferences of pe students and the head of the pe department: meeting the new curricular expectations. Journal of Human Sports and Exercise 3(1B): 1-18 p.
 Fügedi, B., Bogrnár, J., Kovács T. László (2019) A szülői minta szerepe a sportolási szokásokban és a testnevelés megítélésében Acta Universitatis De Carolis Eszterházy Nominatae Sectio Sport 46 pp. 47-55., 9 p.
 Hamár, P., Peters, D. M., Berló, Van K., Hardman, K. (2006) Physical education and sport in hungarian schools after the political transition of the 1990s. Kinesiology, 1: 86-93 p.
 Huszár Jenő és Bogrnár József (2006): Fizikai fitnesz, testkultúra avagy az iskolai testnevelés felnőttkori hatásai Magyarországon és Finnországon példánál. Új Pedagógiai Szemle, 56., 6. szám, 107-114 p.
 Janssen Ian, LeBlanc Allana G (2010): Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 2010 7:40
 Kovács Mária (2014): Bolgató mozgás: a sportolás hatása a partiumi hallgatók szubjektív jóllétére, lelki életédtérre és egészségének önértékelésére. Kapocs 13. 2. sz. 2-13 p.
 Mikulán, R. (2013): Az iskolai testnevelés szerepe és jelentősége az egészségfejlesztésben. Új Pedagógiai Szemle, 7-8: 48-70 p.
 Révész László és Csányi Tamás (szerk.) (2015): Tudományos alapok a testnevelés tanításához. I. kötet: Szemelvények a testnevelés, a testmozgás és az iskolai sport tárgyköréből. Társadalom-, természet- és orvostudományi nézőpontok. Magyar Diáksport Szövetség, Budapest.
 Szakály Zsolt, Bogrnár József, Lengyel Balázs, Koller Almos (2018): Effects of daily physical education participation in the somatic and motoric development of young students. Hungarian Educational Research Journal (HER) 8. 2: 24-38 p.

ANYAG ÉS MÓDSZER

KUTATÁSUNKRA ELŐTANULMÁNYKÉNT TEKINTÜNK, VIZSGÁLATUNKBAN KÉT ÁLTALÁNOS ISKOLA FELSŐ TAGOZATOS DIÁKJAI VETTEK RÉSZT. A KÉT ISKOLATÍPUST KORÁBBAN ÖSSZEHASONLÍTOTTUK A PEDAGÓGIAI PROGRAMOK, A TESTNEVELÉS ÓRÁK HELYI SZERVEZÉSE ÉS MOTOROS KÉPESÉGEIK SZEMPONTJÁBÓL IS, MELYNEK KAPCSÁN IGAZOLÁST NYERT, HOGY A MULTILATERÁLIS KÉPZÉSBEN RÉSZTVEVŐK JOBB EREDMÉNYEKET PRODUKÁLTAK. JELEN KUTATÁSBAN A SZÜLŐI PÉLDA BEFOLYÁSOLÓ SZEREPÉNEK ÖSSZEFÜGGÉSEIT VIZSGÁLTUK A TESTNEVELÉS ÉS A MOZGÁS, AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD IGÉNY KIALAKÍTÁSA SZEMPONTJÁBÓL. TANULMÁNYUNKBAN KÉRDŐÍVES MÓDSZERREL VIZSGÁLTUK A SZÜLŐK SPORT IRÁNTI ELKÖZELTEZÉSÉT, SPORT MŰLTJÁT ÉS FELTÉTELEZTÜNK ÖSSZEFÜGGÉST GYERMEKEIK MOZGÁS IRÁNTI HOZZAÁLLÁSÁBAN, MELYEKET AZ SPSS RENDSZERBEN KERESZTTÁBLÁVAL ÉS KHI NÉGYZET PRÓBÁVAL VIZSGÁLTUNK. AZ ÖSSZEFÜGGÉSEKET A NETFIT TESZTRENSZEREN KERESZTÜL A MOTOROS KÉPESÉGEKKEL IS SZEMBE ÁLLÍTOTTUK. A FITTSÉGI TESZTEK EREDMÉNYEIT KÉTMINTÁS T PRÓBÁVAL STASZTIKAILAG IS ÖSSZEHASONLÍTOTTUK (p<0,05).

EREDMÉNYEK

KAPOTT VÁLASZAINK ALAPJÁN, VAN KAPCSOLAT A SZÜLŐK SPORTTEVÉKENYSÉGEINEK ÉS GYERMEKEIK FIZIKAI AKTIVITÁSA KÖZÖTT. A VIZSGÁLT MOTOROS KÉPESÉGEK TEKINTETÉBEN AZ EGYHÁZI ISKOLA TANULÓI SZIGNIFIKÁNSAN JOBBAN TELJESÍTETEK.



A két intézmény összehasonlítása a NETFIT teszrendszer alapján nemek szerinti bontásban								
Központi általános iskola és AMI (n=144)					Egyházi fenntartású általános iskola (n=147)			
Állóképesség Ingafutás VO ₂ MAX (ml/kg/min)								
Kor (év)	Fiúk (n=71)		Lányok (n=73)		Fiúk (n=64)		Lányok (n=83)	
	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
10					46,74	0	40,76	0
11	40,29	3,97	39,55	3,16	43,03	3,76	41,69	2,33
12	38,19	2,19	36,3	1,16	41,55	4,75	40,95	3,18
13	38,49	2,92	36,87	1,97	46,38	7,16	44,53	4,11
14	36,55	4,09	38,01	3,87	43,25	5,9	41,55	4,16
15	32,99	0,95	40,82	4,81	51,16	5,69	39,4	3,78
16	40,14	7,01	34,23	0			38,63	0
Ütemezett hasizom teszt (db)								
Kor (év)	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
10					72	0	80	0
11	22,83	6,87	18,6	5,95	52,55	20,74	44,32	28,74
12	20,83	9,75	19,43	8,17	68,71	20,4	60,36	25,47
13	26,8	11,3	26	6,95	62,94	24,01	69,61	20,37
14	29,88	6,7	29,29	4,53	67,25	16,76	65,47	20,05
15	21,5	0,5	26,5	8,05	78	2,83	61,33	22,95
16	27	6	20	0			38	0
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)								
Kor (év)	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
10					14	0	12	0
11	8,67	4,75	9,1	3,94	13,3	4,89	9,82	5,51
12	9	3,7	5,14	4,16	19,86	10,75	15,95	10,62
13	14,3	11,17	12,67	9,81	18,63	8,76	19,94	15,63
14	9,5	9,51	12	6,28	17,69	7,3	15,47	6,41
15	3	2	23,5	14,65	27,67	5,56	18	2,83
16	13,5	11,5	1	0			10	0
Helyből távolugrás (cm)								
Kor (év)	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
10					170	0	100	0
11	122,5	12,16	123,5	24,19	150,4	15,36	138,41	15,75
12	129,17	17,66	117,14	16,87	156,43	24,31	141,14	20,31
13	157,3	28,84	141,67	12,13	175,63	26,57	159	20,18
14	152,5	21,79	143,57	19,95	173,13	26,45	158,67	12,97
15	117,5	12,5	187,5	29,69	213,33	10,27	159	20,54
16	142,5	7,5	135	0			150	0

Páros t-próba: p<0,05

	t	df	Sig.
ingafutás VO ₂ max iskola 1 – ingafutás VO ₂ max iskola 2	-5,360	9	,000
Ütemezett hasizom teszt isk1 - Ütemezett hasizom teszt isk2	-13,859	9	,000
Ütemezett fekvőtámasz teszt isk1 - Ütemezett fekvőtámasz teszt isk2	-2,774	9	,022
helyből távolugrás isk1 - helyből távolugrás isk2	-2,441	9	,037

ÖSSZEFASSZÁS, KÖVETKEZTETÉS

EREDMÉNYEINK ALAPJÁN ELMONDHATJUK, HOGY A SZÜLŐI PÉLDAMUTATÁS FONTOS KONCOMPONENSE AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD IGÉNY KIALAKÍTÁSÁNAK, UGYANAKKOR A MAI FIATALOK IGÉNYE, VÉLEMÉNYE NEMCSAK MARKÁNSAN ELKÜLÖNÜL A SZÜLŐKÉTŐL, DE ÖNÁLLO ÉS HATÁROZOTT KIFEJEZŐDÉST TAKAR. EREDMÉNYEINK EGYBEESNEK FÜGEDI ÉS MTSAI (2019) KORABBI KUTATÁSAIVAL MELYBEN A TANULÓK ÖNÁLLÓSÁGÁRA, SAJÁT MOTIVÁCIÓJUKRA HÍVJÁK FEL A FIGYELMET.

AZ EGYHÁZI FENNTARTÁSÚ ISKOLÁBAN ÖSSZEFÜGGÉST TALÁLTUNK AZ APA SPORTOLÓI TEVÉKENYSÉGEVEL ÉS GYERMEKEIK EGYESÜLETI SPORTOLÁSÁT, ILLETVE A NAPI FIZIKAI AKTIVITÁST VIZSGÁLÓ KÉRDÉSEINK KÖZÖTT.(P<0,05) A KÖZPONTI FENNTARTÁSÚ ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN EZEKBEN A KÉRDÉSEKBE NEM TALÁLTUNK ÖSSZEFÜGGÉST, UGYANAKKOR AZ EGYESÜLETBEN SPORTOLÓ DIÁKOK SZÁMA ÉS A NAPONTA FIZIKAI AKTIVITÁST VÉGZŐK SZÁMA IS HASONLÓ, DE A SZÜLŐI MINTA AZT KISEBB MÉRTÉKBEN BEFOLYÁSOLTA.