

- KOKAS KLÁRA (1972): *Képességfejlesztés zenei neveléssel*. Zeneműkiadó, Budapest.
- LACZÓ ZOLTÁN (1998): *Egy zenepedagógiai kísérlet tapasztalatairól – a jövő számára*. Parlando, 1–2. 28–40.
- LOSONCZI ÁGNES (1969): *A zene életének szociológiája: kinek, mikor, milyen zene kell?* Zeneműkiadó Vállalat, Budapest.
- PULAI GERGŐ: *Világzene vagy balkáni populáris kultúra: az elismerés és kirekesztés szimbolikus formái*. <http://zeneihalozatok.blog.hu/> [2009.01.02.]
- VÁLYI GÁBOR: *A rögzített zene kritikai kutatása*. www.replika.c3.hu/49/49-02.pdf [2010.03.20.]

SCHAUB GÁBORNÉ
BÁCSI KITTI
SZTE JGYPK TSTI

Német és magyar tanulók sportolási szokásának felmérése

Jelen tanulmány szerzőinek célja, hogy az ifjúság fizikális állapotát felmérje, majd ennek eredményét felhasználva programot dolgozzon ki. Másodsorban, hogy összehasonlítsa a magyar gyermekek sportolási szokásait hasonló korú német nemzetiségű tanulókéval.

Bevezetés

Számos kutatás és tanulmány kimutatta, hogy a XXI. századra a gyerekek mozgás mennyisége rendkívül megváltozott. Felmérések alapján elmondható, hogy a magyar fiatalok 29%-a napi rendszerességgel, míg 34%-a heti gyakorisággal folytat testedzést, sportolást kedvtelésből. A ritkábban vagy soha nem sportolók aránya 20%-ra tehető. Fizikai aktivitás tekintetében lényeges nemi és életkori különbségek figyelhetők meg: a fiúk és a fiatalabbak aktívabbak, mint a lányok és az idősebb korcsoportok. A fiúk 34%-a, a lányok 27%-a sportol naponta. (Mándoki, 1988). A fiúk motivációja a versenyzés, az erejük fitogtatása és a győzelemre való törekvés. A lányokra jellemző, hogy azért sportolnak elsősorban, mert csinosak, egészségesek szeretnének lenni. (Pikó és Keresztes, 2007) 17%-ra tehető azon magyar fiúk aránya, akik ritkán vagy egyáltalán nem sportolnak, ilyen téren a lányok aránya magasabb (23%). A megkérdezett magyar tanulók 20%-a aktív tagja valamilyen „külső” és 28%-a „iskolai” sportklubnak. Az életkor növekedésével nő azoknak a fiúknak az aránya, akik „külső” klubok tagjai, azonban a lányok esetében a folyamat ellentétes. Nemzetközi viszonylatban aktívan sportoló gyermekek aránya Magyarországon a legalacsonyabb

Mándoki, (1988) vizsgálatának eredményeiből vitathatatlanul megállapítható, hogy a magyar serdülők nagy hányada nem kellően aktív fizikailag. A rendszeres fizikai aktivitás minden életkorban pozitív hatással van az egészségre és a kiegyensúlyozott életre. A sportot és mindenféle mozgásos programokat támogató intézkedések kiemelkedő szerepet játszanak a német egészségügyben.

A KIGGS-kutatás első eredményei azt sugallják, hogy a 3–10 éves gyermekek nagy hányada rendszeresen sportol. A német gyerekek háromnegyede új valamilyen sportot hetente egyszer, és több mint egyharmada sportol hetente 3-szor vagy annál gyakrabban. Kutatásokból megállapítható, hogy a sportolás a fiúknál jóval elterjedtebb, mint a lányoknál. 11–17 éves fiatalok körében csupán minden 4. fiú és minden 6. lány aktív fizikailag. A kapott eredmények felhívták a figyelmet a gyermekek sajátos és célzott sportolási lehetőségeinek bővítésére különböző intézkedésekkel és programokkal Németországban (KIGGS, 2005).

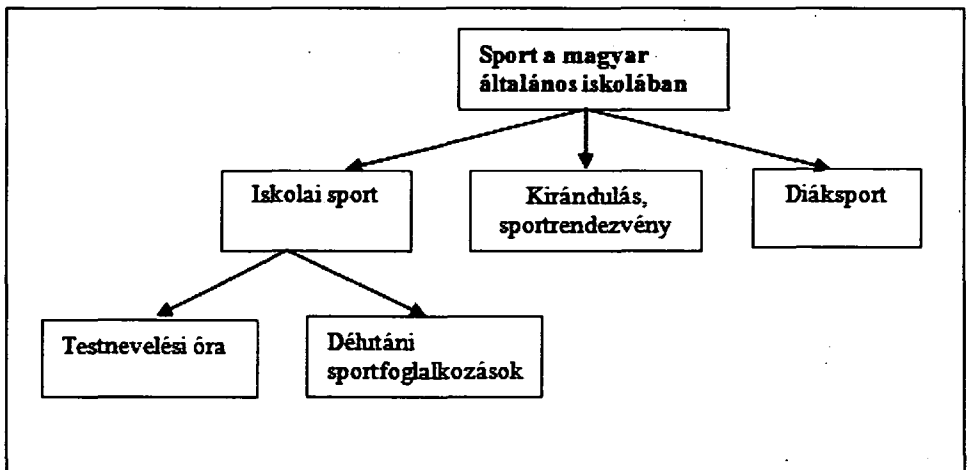
Sportolási lehetőségek magyar és német iskolai kereteken belül

Mozgás nélkül nincs egészséges élet, nincs harmonikus testi fejlődés. Az intézményes keretek között tartott foglalkozások azonban nem elégítik ki teljesen a gyermekek mozgásigényét, és nem tudják megfelelően fejleszteni a különböző tulajdonságaikat (fizikai, akarat, érzelmi). Ezeket a foglalkozásokat ki kell egészíteni egyéb testnevelés órán kívüli és/vagy iskolán kívüli mozgásos programmal, amely megfelel a tanulók nemének, korának és egészségi állapotának. (Mónus, 1985) Elegendő felkészültséggel és szervező készséggel az iskolán belül is van lehetőség kielégítő mozgás biztosítására, például szünetekben megtartott testnevelési percek vagy órák utáni sportköri foglalkozások keretén belül.

A testnevelés az egyedüli tárgy az iskolában, amely a tanulók egészséges testi fejlődését közvetlenül elősegíti. (Nádori, 1985) Az iskolán belül igazán csak a testnevelési óra keretein belül nyílik lehetőség, hogy a tanulók nagy izommozgással járó hely- és helyzetváltoztató mozgásokat elsajátítsák. (Ozsváth 1977: 153-60) szerint jobban oda kellene figyelni az iskolai testnevelés színvonalára, mivel ez az alappillére jövőbeli sikereinknek, hiszen ha az alapok nincsenek kellő időben és módon lefektetve, akkor a későbbiekben pótolhatatlan deficit alakul ki. (Nádori, 1985) Az iskolai testnevelés fontos szerepet kap az élsport, a versenysport utánpótlás nevelésében is, de nem szabad arról megfeledkezni, hogy ez csak másodlagos funkciót tölt be az iskolai sportban. Az általam felmért általános iskolában az 5-6. évfolyamon heti 3 testnevelési óra van. Érezhető, hogy a heti 3×45 perc mozgás rettentően kevés egy fejlődő szervezet számára. Az általános iskolák és a középfokú oktatási-nevelési intézmények tanulóit tömörítő diáksport szervezetek országos szövetsége a Magyar Diáksport Szövetség, ami 1987-ben alakult meg. Célja, hogy a tanulóifjúság sportjáért, testi neveléséért leginkább felelős állami és társadalmi szervekkel, a sportági szakszövetségekkel tartsa a kapcsolatot. Szervezi a magyar diáksport nemzetközi kapcsolatait, képviseli tagjait.

- iskolai sport: testnevelési órák és iskolán belüli sportfoglalkozások tartoznak ebbe a csoportba. Szervezete: Iskolai Sportkör (ISK), aminek az iskola minden hallgatója tagja. Az iskolai sport keretén belül lehetősége van minden gyermeknek heti 2×2 órán részt venni.

- diáksport (DSE): sportoló diákok csoportja, akik iskolájuk képviselőjében megmérik más iskolák tanulóival. Szervezete: Diáksport Egyesület (DSE).



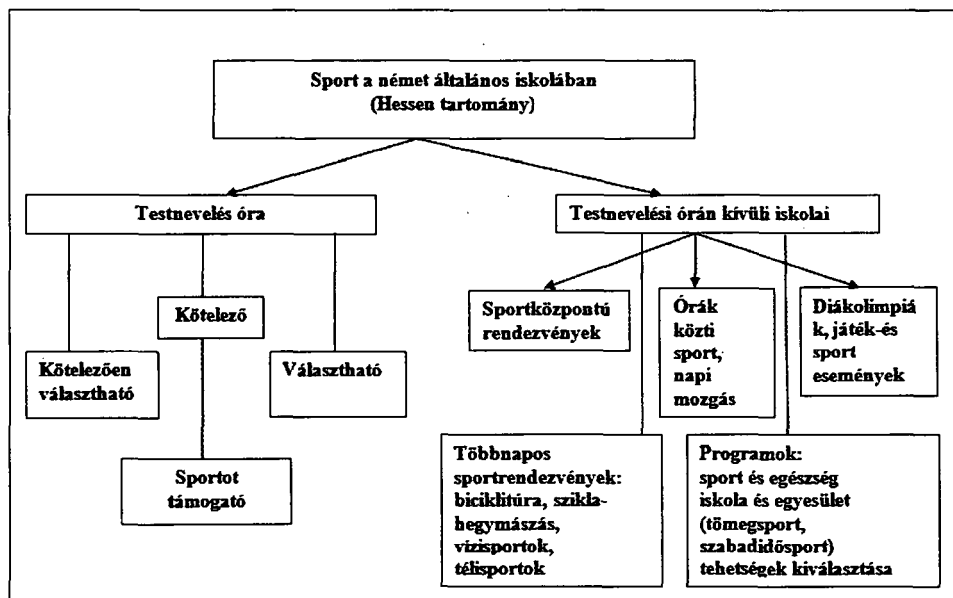
1. táblázat: Iskolai sportolási lehetőségek a szegedi általános iskolában

A testnevelésnek és a sportnak 2 alapvető rendeltetése van: a gyermekeket és a fiatalokat a sportra és a sport által az egészséges életre nevelni.

Németországi tantervtípusok a testnevelés tantárgyon belül:

- sportágspecifikus (Sp): a sportágak központi szerepet töltenek be a tanórán (könnyű atlétika...) ► Sportra nevelés

- általánosan művelő (Bf): a középpontban a mozgás számos „területeinek” megismerése áll (futás, ugrás, dobás...) ► Sport általi nevelés (egyre jobban elterjed az oktatásban). Hessen tartományban élő német felső tagozatos tanulók számára az iskola heti 3 testnevelési órát, egy 30 perces „játékszünetet”, ezen kívül pedig minden diák számára testnevelés órán kívül foglalkozást biztosít. Nehezítő körülményekkel – a csoport létszáma nem megfelelő a terem méretéhez, képesség- és érdeklődés terén heterogén osztályok – kell számolniuk a tanároknak. Az iskolavezetők közel 80%-a fontosnak tartja a játékos- és sportesemények rendezését délutánonként, délutáni szabad sportfoglalkozások szervezését, és a „külső” egyesületekkel való együttműködést.



2. táblázat: Iskolai sportolási lehetőségek Hessen tartományban (Németország) (Neuer Entwurf – Organisationen des Schulsports in Hessen, 2005.)

Kérdésseltevés

- Kimutatható-e szignifikáns eltérés a német tanulók javára a sport iránti érdeklődés terén?
- Az általunk vizsgált német minta egészségesebb életmódot folytat-e, mint magyar társaik?

Vizsgálati személyek

A vizsgálatban, magyar és német gyermekek vettek részt önkéntesen: E. Lichtigfeld-Schule, 60318 Frankfurt, Hebel str. 15-19. és a Juhász Gyula Gyakorló Iskola Szeged.

A kérdőívek kitöltésére 2010 februárjában egy tanítási napon került sor. Anonim módon, felügyelet mellett töltötték ki a gyerekek a kérdőíveket. A kérdőívet teszt a tesztre módszerrel validáltuk.

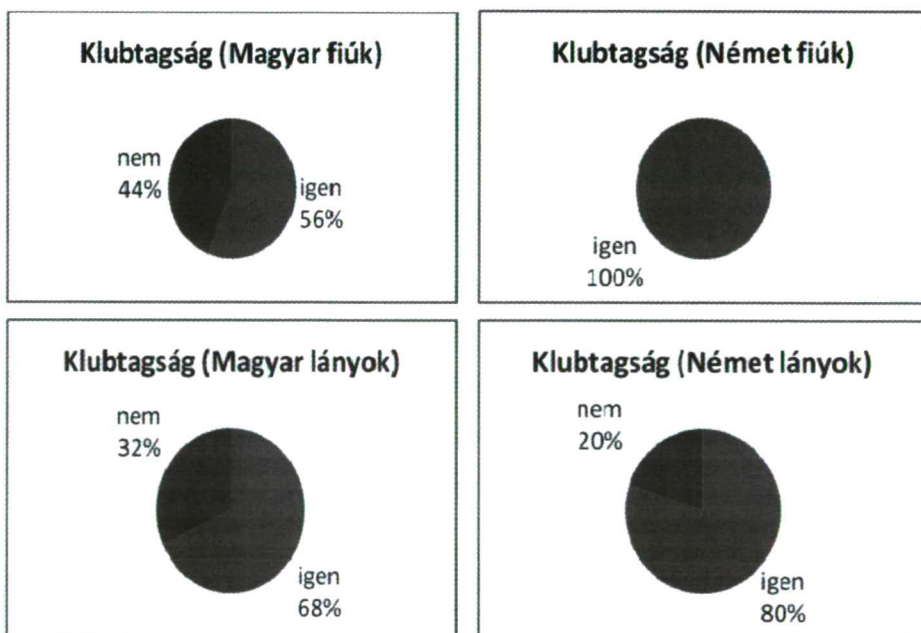
A felmérésben összesen 232 tanuló vett részt, (127 (44,5%) magyar és 102 (55,5%) német). Ebből magyar ffi. 77fő, német ffi. 65fő.

Módszer

A kutatás az iskolára alapozott. A kérdőívek kitöltése az osztályteremben történt, önkéntes kérdőívek segítségével, anonim módon. A kitöltés előtt ismertetem a vizsgálat célját és ismertetem a kitöltés módját. A menet közben adódó kérdésekre válaszoltam, és segédkeztem a kitöltésnél. Az adatfelvételbe bevont célcsoportok felső tagozatos tanulók. Az adatfelvétel 2005-ben történt. A mintaválasztás egységei a kijelölt iskolákon belül random kiválasztott osztályok voltak. A kérdéseink megválaszolásához khi-négyzet tesztet, Fisher-féle egzakt tesztet, t-tesztet, Pearson-féle korrelációt, valamint általános lineáris modellt, a többszörös összehasonlításokhoz Tukey-féle post-hoc tesztet használtunk. Az elemzéshez az SPSS statisztikai programot, szignifikancia szintnek a $p=0,05$ értéket használtuk.

Sportolási szokások értékelése

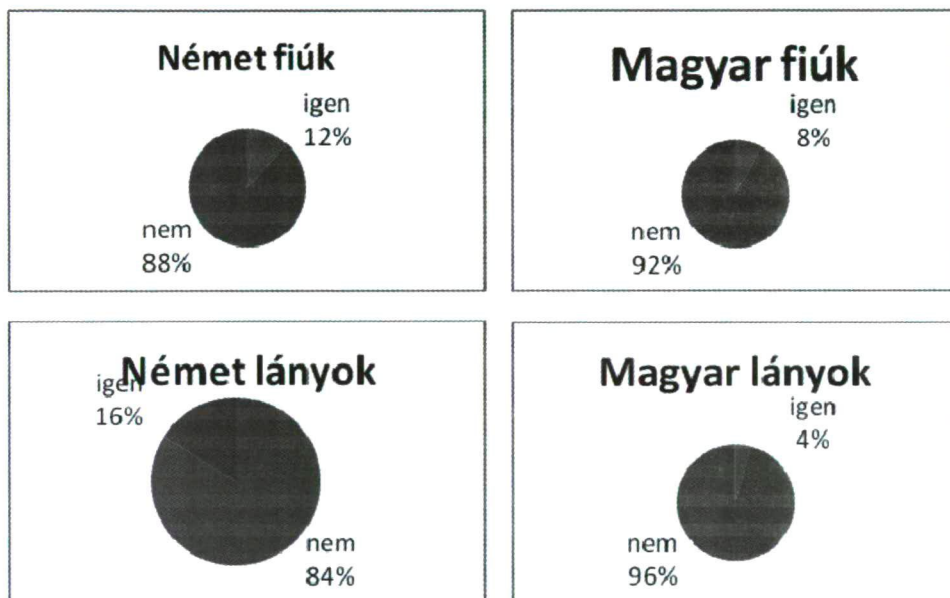
10–12 éves korban a sport már fontos szerepet tölthet és tölt be a gyermekek mindennapjaiban. Vannak akik már versenyszerűen, komoly felkészítéssel sportolnak, és vannak akik kedvtelésből mozognak. Megállapítható, hogy itthon a gyerekek 62%-a tagja valamilyen sportklubnak. 38% viszont nem tag egyetlen sportegyesületben sem. Nemekre bontva a sportklubtagság aránya Magyarországon a lányoknál számottevőbb (fiúk 56%, lányok 68%). Meglehetősen nagy eltérés figyelhető meg a két nemzet sportklubtagságának arányát tekintve, hiszen a német fiúk 100%-a és a lányok 80%-a sportol valamilyen sportegyesületben. Összesítve tehát a megkérdezett általános iskolás tanulókból 18%-kal több német diák sportklubtag. (Fisher-teszt, $p<0,001$).



1–4. ábra: Sport klub tagság

A kutatásban részt vett magyar tanulók 56%-a rendszeresen, 14%-a inkább csak néha és 16%-a pedig versenyszerűen végez mozgást. A megkérdezettek 8%-a válaszolta, hogy nem érdekli a sport, melyből arra következtettek, hogy a kötelező testnevelési órán kívül nem sportol. A rendszeres sportolás nemenkénti bontásában 8%-kal több a lány (fiúk: 52%, lányok 60%), és ezen felül a versenyszerű sportolás is jóval gyakoribb a lányoknál (fiúk: 8%, lányok: 24%). Németországban felmért tanulók közül mindegyik gyermek sportol, 44%-uk rendszeresen, 44%-uk versenyszerűen és 12%-uk pedig alkalmanként. Nemekre bontva nagy eltérés nem észlelhető. Összesítve elmondható, hogy a német gyerekek sokkal gyakrabban végeznek irányított testmozgást, mint azonos korú magyar társaik. (Fisher-teszt, $p=0,002$)

Iskolai kereteken belül a gyermekeknek lehetőségük nyílik délutáni sportfoglalkozásokon részt venni, mely során kielégíthetik a mozgásigényüket. A magyar gyerekek 12%-a jár ilyen sportdélutánokra. Németországban ez az arány jobb, $p>0,01$.

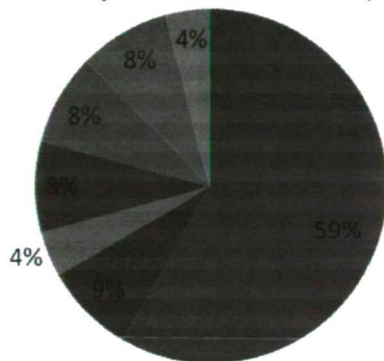


5–8. ábra: Délutáni sportfoglalkozás látogatása

Felmértük a gyermekek igényeit, hogy milyen délutáni foglalkozásokra járnának szívesen. A labdajátékok állnak az első helyen (kosárlabda, labdarúgás, röplabda, kézilabda). Érdekes, hogy a német tanulók válaszaiban a labdajátékok közül a röplabda nem szerepelt. Útőssportok közül mindkét nemzetnél a tenisz és az asztalitenisz jellemző, további válaszaikban megjelent a tánc, a fitness, a jóga, a torna és a vívás is. Az sem meglepő eredmény, hogy a magyar tanulók szívesen kipróbálnák a lovaglást, ez irányú érdeklődés fakadhat abból is, hogy lovas nemzet leszármazottai vagyunk. $p>0,01$

Magyar fiúk

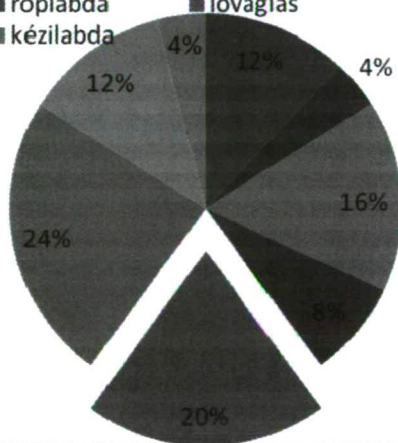
■ labdarúgás ■ vívás ■ tenisz ■ íjászat ■ kosárlabda ■ röplabda ■ asztalitenisz



9. ábra

Magyar lányok

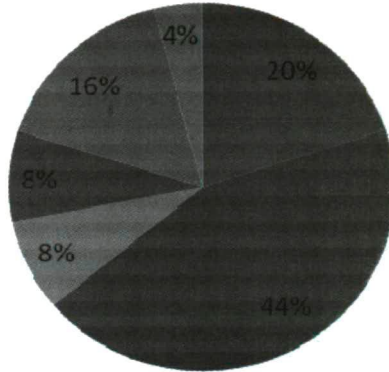
■ kosárlabda ■ tenisz ■ fitness
 ■ tánc ■ röplabda ■ lovaglás
 ■ torna ■ kézilabda



10. ábra

Német fiúk

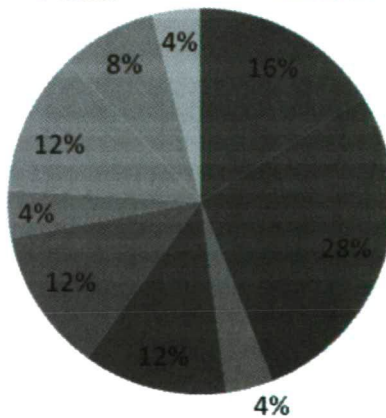
■ kosárlabda ■ labdarúgás ■ ijátság ■ vívás ■ tenisz ■ tánc



11. ábra

Német lányok

■ tánc ■ tenisz ■ asztalitenisz
■ kézilabda ■ torna ■ joga
■ atlétika ■ úszás ■ karate

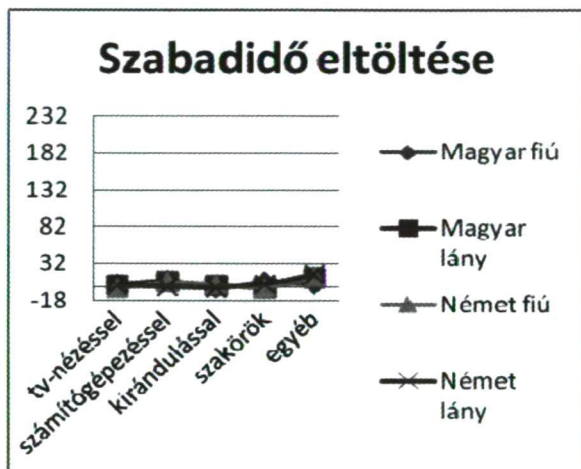


12. ábra

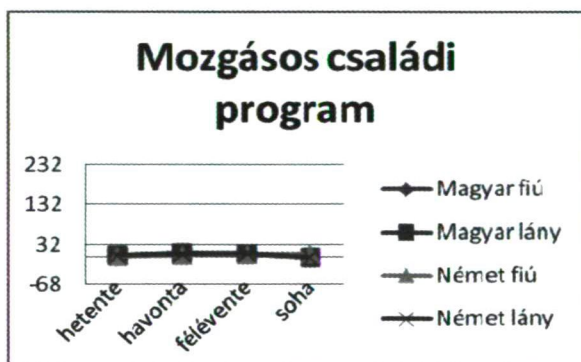
Az életmód értékelése

A magyar gyerekek rosszabb értéket mutatnak, ugyanis 12%-uk tévé nézéssel, 34%-uk számítógépezéssel tölti szabadidejének legnagyobb részét. A megkérdezettek 34%-a válaszolta, hogy iskola után egyéb elfoglaltságokkal telik a szabadideje. A magyar lányok 8%-a szívesen kirándul, és a magyar fiúk 32%-a tölti délutánjait szakkörökön. A német kérdőívkitöltők 16%-a játszik szabadidejében számítógépen, és 64% egyéb időtöltést folytat. Érdekes eredmény, hogy amíg magyar lányokra és a német fiúkra jellemző a kirándulással eltöltött idő, addig a magyar fiúk és német lányok szakkörökön vesznek részt. A tévé nézés a német válaszadó lányok 8%-át érinti.

Az egészséges életmódra nevelés mekkora szerepet tölt be az egyes családokban Magyarországon és Németországban? A következő diagram bemutatja, hogy a gyermekek családjukkal milyen gyakran vesznek részt mozgásos tevékenységekben. A magyar válaszadók 16%-a hetente, 48%-a havonta, 34%-a félévente és 2%-a soha nem végzi családjával ezt a tevékenységet. Németországban a megkérdezettek 13%-a hetente, 26%-a havonta, 76%-a félévente és 18%-a soha nem tölti idejét mozgásos családi programmal ($p > 0,01$).



13. ábra



14. ábra

Összegzés

Magyar és német 10–12 éves diákok egészségmagatartásának kérdőíves vizsgálatát elemeztük. A vizsgált két nemzet esetében igazolt a feltevés, miszerint a német gyerekek nagyobb érdeklődéssel vannak a sport iránt, és aktívabb életet élnek. Ezt klubtagságuk arányával, sportolásuk gyakoriságával és a sportra fordított idővel támasztható alá. Az eredmények alapján elmondható, hogy a német minta 90%-a tagja valamilyen sportegyesületnek, még ez az érték a magyar mintában csak 62%. A megkérdezett német gyerekek közül mindenki sportol, még a magyar diákok 8%-át egyáltalán nem érdekli a sport. Ebből az eredményből is érezhető, hogy a német gyerekek motiváltabbak a sportolás, a mozgás iránt. A sportolásra fordított idő arányából is érezhető, hogy a német tanulók sokkal aktívabb életet élnek, hisz többségük versenyszerűen sportol, és a foglalkozások alkalmával több, mint 2 órát edz. A magyar mintára inkább a rendszeres, de nem versenyszerű sportolás jellemző, és többségük alkalmanként 1 órát tölt aktív mozgással.

Mindkét nemzet diákjai főként számítógépezéssel töltik szabadidejüket, és ritkább esetben kirándulással, szakkörökkel. Arra a kérdésre, hogy melyik nemzet aktívabb az Eredmény az, hogy a magyar családok sűrűbben szerveznek mozgásos programokat gyermekeikkel, mint a németek. A magyar válaszadók közel 50%-a válaszolta, hogy havonta vesz részt családjával kiránduláson. A német minta többségére igaz, hogy csak félévente túrázik, kirándul együtt a család. A vizsgált két minta eredményei között nagy eltérések nem mutathatók ki, de új és jó szokások elfogadásával és a diákok szemléletének megváltoztatásával, ezek a különbségek a későbbi életszakaszokban nem nőnének tovább.

IRODALOM

- DR. MÁNDOKI RÓZSA: *Serdülőkorú tanulók testedzése, sportolása*. Országos Egészségnevelési Intézet, Budapest, 1988., 11-49.o.
- D. MÓNUS ERZSÉBET: *Az iskoláskorúak testi-lelki egészsége*. Medicina Könyvkiadó, Budapest, 1985., 7-155.o.
- NÁDORI LÁSZLÓ: A tehetségek keresésének lehetőségei a testnevelésben. *Pedagógiai szemle*, 4, 1985.
- DR. NAGY TAMÁS: *A sport és testnevelés időszzerű kérdései (I.rész)*. In: Dr. Nádori László (szerk.): *Az elméletől a gyakorlatig*. Sport, Budapest, 1978.,5-28.o.
- NEUER ENTWURF: *Organisationen des Schulsports in Hessen, 2006*.
http://www.rms-fulda.de/rmsnew/sszentrum/downloads/Sporterlasse/Entwurf_Koordinatorenerlass.pdf
- OZSVÁTH FERENC: *Az iskolai testnevelés néhány időszzerű kérdése*. In:Dr. Nádori László (szerk.): *A sportetikától az iskolai testnevelésig*. Sport, Budapest, 1977.,153-160.o.
- PIKÓ BETTINA, KERESZTES NOÉMI: *Sport, lélek, egészség*. Akadémia Kiadó, Budapest, 2007.,60-119.o.
- ROBERT KOCH INSTITUTE: *Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland*
http://www.rki.de/cln_160/nn_197444/DE/Content/Service/Presse/Pressetermin/KIGGS-Symposium_250906__Abstracts.html?__nnn=true
- SCHULSPORTSTUDIE: *Eine Untersuchung zur aktuellen Situation des Schulsports in Deutschland, 2005*.
<http://www.sportunterricht.de/news/sprintkommentare3.html>
- KIGGS-STUDIE ZUR GESUNDHEIT VON KINDERN UND JUGENDLICHEN IN DEUTSCHLAND
http://www.kiggs.de/experten/downloads/dokumente/BG_45_852_858.pdf
http://www.kiggs.de/experten/downloads/dokumente/BGB_was_isst_du.pdf
- SZABÓ ÁGNES: *Napirend néhány jellemzője: testmozgás, képernyőhasználat, tanulásra fordított idő*. In: Aszmann Anna (szerk.): *HBSC-Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása*. Országos Gyermek-egészségügyi Intézet, Budapest, 2003., 35-48.o.