

Program of the „Physical Activity and Quality of Life”/

Fizikai aktivitás és életminőség

Conference on Sport Sciences /

Sporttudományi Konferencia

9–10 October 2008. (Thursday-Friday)

2008. október 9-10. (csütörtök, péntek)

Szerkesztette: Dr. Wilhelm Márta

Tipográfia: Ollmann Ágnes

Készült a PTE ÁOK nyomdájában

ISBN 978-963-642-316-2

PLENARY SESSION /

PLENÁRIS ÜLÉS

Health status of the Hungarian population

Ádány Róza

Debreceni Egyetem, Orvos- és Egészségtudományi Centrum, Népegészségügyi Kar
adany@dote.hu

Keywords: public health, health status, monitoring, inequalities, health policy development

The health gap between Hungary and the leading countries of the European Union (which manifests in men as a difference of almost seven years in life expectancy at birth) has been recognized as one of the most serious challenges faced by the country. Inequality is a pressing issue in health and conducive to the preservation of the existing serious health gap. The low educational level, the high unemployment rate, and consequently the severely substandard living conditions of marginalized Roma communities of Hungary significantly contribute to their worse health status compared to the majority. A comparative health interview survey on representative samples of the Hungarian population and inhabitants of Roma settlements we carried out recently clearly showed that the prevalence of severe functional limitation was about twofold higher in Roma settlements among women and among men at age 18-44 years, whereas among men at age 45-64 years the prevalence was 1.3 times higher than in the general population. In the general population the proportion of persons who thought that they could do very much or much for their own health were 88%, 80%, and 66% in the age groups of 18-29, 30-44, 45-64 years, whereas the corresponding figures were 68%, 53% and 39% in the Roma settlements. No intervention for the improvement of the situation can be successful unless it is planned, targeted and executed with detailed knowledge of the national distribution and local specifics of public health problems in mind. National and local health policy makers need a comprehensive health inequality overview of the country, based on which they can identify the most pressing challenges and, by translating them into equity focused health targets, can outline potential strategies for health policy development. Still in the advanced planning phase and subject to successful application for EU development project funding, the Health Observatory promises to be the next major milestone in the history of Hungary's public health.

Physical Inactivity: Mass Murderer

Zsolt Radak

Faculty of physical Education and Sport Sciences, Semmelweis University, Budapest

There are a number of lifestyle-related diseases, such as type II of diabetes, cardiovascular diseases, stroke, certain types of cancer, and even the incidence of Alzheimer's and Parkinson's disease depends on lifestyle. It turns out that physical inactivity is a significant risk factor of lifestyle-related diseases, or in other words, physical activity is a preventive tool against a wide range of illnesses. Indeed, the lifestyle of the *homo sapiens* up to the last decades was physically very active, due to hunting and gathering. Then, later on physical work, transportation and fighting was physically demanding. On the other hand, from the middle of the last century, the products of the progressive industry resulted in the disappearance of physical labor and transportation on foot, and a huge increase in physical inactivity. The increase in the incidence of life-style related diseases is parallel with the increase in physical inactivity; hence physical inactivity-dependent diseases cause a huge financial burden for modern societies. These days, physical exercise seems to be a general tool to fight against these diseases, and exercise could help us “normalize” our life. Indeed, the effects of exercise are systemic and appear to be beneficial for a wide range of organs from the skeletal muscles to the brain.

Tömegyilkos fizikai inaktivitás

Radák Zsolt

**Sporttudományi Kutatóintézet, Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Semmelweis Egyetem, Budapest**

A testedzés az életmódunkban kódolódott, a genetikánk pedig a legtakarékosabb üzemmódra van állítva az evolúció egyik legsarkalatosabb tétele szerint. Ez azt jelenti, hogy valamikor, nem is olyan régen, száz évvel ezelőtt a fizikai aktivitás életünk szerves része volt, és az energia bevitel is korlátozott volt az emberek túlnyomó részének. A munkával, „utazással” kapcsolatos fizikai aktivitásra kódolódott genetika, nagy bajba került, amikor az életmód sarkalatos megváltozása a társadalom döntő többségének fizikai inaktivitását eredményezte. A baj folyamánya az életmód- inaktivitás-függő betegségek megjelenése lett, mely napjainkban minden civilizált társadalom egyik legnagyobb problémája, hiszen nemcsak óriási költségeket ró a társadalomra, de jelentősen csökkenti a munkaerő hatékonyságát is. Így a fizikai inaktivitás, mint az életmód-függő betegségek rizikó faktora, jelentősen növeli a mortalitást és csökkenti az átlag élettartamot. Hazánkban sajnos egyértelműen látszik a fizikai inaktivitás mortalitást növelő hatása, hiszen az első számú „gyilkosok” Magyarországon a szív és keringési betegségek, melyek előfordulását rendkívül hatékonyan lehet csökkenteni mozgással. A testedzés így egészségmegőrző és egészségfejlesztő is lett. Az egészségmegőrzést, mint fogalmat nem kell magyarázni, ám mi is az egészségfejlesztés? Az egészségfejlesztés célja, hogy emelje a betegségekkel szembeni ellenálló képességet a szervezet homeosztázis-megtartó képességét mely egy dinamikus jellemző, állandóan változik és változtatható. A rendszeres testedzés erre kiválón alkalmas és talán az egyetlen ismert eszköz az egészségfejlesztésre.

Érdekes módon a testedzés, vagy a fizikai inaktivitás hatásai az egész szervezetre hasonlóan hatnak, javítják, vagy az inaktivitás esetében rontják az élettani funkciókat.

A vázizomban intenzív testedzés alatt az oxigén felvétel a nyugalmi érték százszorosa is lehet, a májban ez az ötödére csökken az agyban pedig nagyjából állandó. Szoros a kapcsolat a sejtek metabolizmusa és a képződő szabadgyökök között, hiszen a sejtekben az egyik legnagyobb gyök termelő a mitokondrium, melyben az aerob energia nyerés során szabadgyökök képződnek. A mitokondriumba belépő molekuláris oxigén elektront vesz fel, hiszen az elektron pályái nem telítettek, és az így képződött gyökök 1-2%-ka kicsúszik a nagyon szorosan kontrolált elektrontranszport láncból. A szabadgyök valójában nem is

“szabad”, hiszen a töltése nagyon reaktívvá teszi, és nagyon sebesen igyekszik megszabadulni az extra elektrontól, reakcióba kerülve a zsírokkal (sejt membránok), fehérjékkel és a DNS-sel. Ezek a szabadgyökös reakciók általában láncreakciót indítanak el, melynek jelentős hatása van a sejtek állapotára. Azok a sejtek melyek olyan szövetekben vannak, melyek metabolizmusa nagyobb, ott több szabadgyök termelődik és ezért ott magasabb az antioxidáns enzimek mennyisége és aktivitása is.

Valamikor úgy gondolták, hogy a szabadgyökös reakciók kifejezetten rosszak, károsak, hiszen a membránok lipidperoxidációja megváltoztatja az áteresztő képességüket és veszélybe sodorja a sejt integritását. Az enzimfehérjék szabadgyökös reakciója pedig jelentős aktivitás-vesztést eredményez és a fehérjék szerkezeti változtatásán keresztül inaktív és lebonthatatlan fehérjék képződhetnek, a sejt funkcióját drasztikusan rontva. A DNS sérülése pedig programozott sejthalált, a sejtciklusok befolyásolását és mutációt eredményezhet. Ezen kétségkívül kedvezőtlen, káros hatások mellett a szabadgyökök a sejt redox (redukált-oxidált) állapotának megváltoztatásával mozgásba hozhatják a nyugalomban lévő sejtet, amely nagyon fontos a sejt alkalmazkodáshoz. A sejtek fehérje szintézisük megváltoztatásával képesek reagálni az őket ért ingerekre, s számos transzkripció faktor (olyan fehérjék melyek aktivizálása után a DNS-bizonyos részéhez csatlakoznak és ott az aktivizációs körükbe tartozó fehérjék gén-expresszióját elindítják) redox érzékeny, szabadgyökök aktivizálják őket. Természetesen bizonyos keretek között a szabadgyökök szabályozzák az antioxidáns enzimek és az oxidatív sérülést javító enzimek munkáját is. Ez eredményezhette azt, hogy a fizikai aktivitás preventív szinte valamennyi olyan betegséggel szemben, mely összefüggésbe hozható a szabadgyökös reakciókkal. Más oldalról megközelítve, a fizikai inaktivitás érzékenyebbé, sérülékenyebbé teszi testünket a szabadgyökökkel kapcsolatos betegségekre, mint pl. szív és keringési betegségek. Ismert, hogy az alacsony sűrűségű lipoprotein (LDL) szabadgyökök általi oxidálása az egyik fő oka az érszűkületnek, hiszen az oxidált LDL habsejté alakul és kitapad az erek falára. Az edzett embereknél azonban nagyobb arányban van a magas sűrűségű lipoprotein (HDL), ami védő hatású, a testedzés jelentősen növeli az enzimikus antioxidánsok aktivitását melyek megvédik az LDL-t az oxidációtól. A testedzés nemcsak az LDL oxidációjától véd hatékonyan, de ellenállóbbá teszi a szívet a szívinfarktussal szemben is, mert hatékonyan javítja a szív védekező rendszerét a szabadgyökökkel szemben! Egyértelművé vált, hogy rendszeres, rövid idejű emelkedett szabadgyök termelés jó hatású, hiszen olyan alkalmazkodást vált ki ami serkenti az antioxidáns enzimek aktivitását, és növeli az oxidatív stresszel szembeni ellenállást. Ez az

egyik rendkívül jó hatása a rendszeres testedzésnek, és ennek a hiánya eredményezi az emelkedett mortalitást a fizikailag inaktívak számára!

Az utóbbi évtizedben világossá vált, hogy a rendszeres testedzés igen jelentősen hat a központi idegrendszer funkciójára és állagára, bár a pontos mechanizmust még nem ismerjük. Igaz, azt is mondhatnánk, hogy kiderült az, hogy a fizikai inaktivitás mellett, hogy nagyon potens rizikó faktora az Alzheimer betegségnek, kedvezőtlenül befolyásolja az agy működését is.

Az idegsejtek nem osztódó sejtek, hasonlóan a vázizmot alkotó sarkomerekhez, de a testedzés hatására neurogenézist mutattak ki, ami azt jelenti, hogy új idegsejtek képződtek. Ezzel régi dogma dőlt meg, ami azt mondta, hogy az idegrendszer nem regenerálható. Az agyban is vannak őssejtek, és ezen őssejtek alakulhatnak át idegsejté a testedzés hatására. Ennek a folyamatnak egyik mediátora a brain derived neurotrophic faktor (BDNF), mely fontos szerepet játszik a neurogenézisben, de emellett szignifikáns szerepet játszik a memóriában, az idegsejtek vitalitásában és a stresszel szembeni ellenállásában is. Testedzés hatására a BDNF mennyisége jelentősen nőhet az agy bizonyos területein. A BDNF szintézisét nagy részben meghatározza a CREB nevű transzkripciós faktor, melynek mennyiséget és foszforilációját, aktivitását a testedzés jelentősen növeli. Ebben a rendszerben is szerepet játszik a sirtuin fehérje család, hiszen a CREB aktivitása függ a SIRT1-től is. Az idegsejtek az egyik legsérülékenyebb sejtek a szervezetünkben a szabadgyökök tekintetében, hiszen magas a vas szintjük, ami komoly rizikót jelent. Kimutatták, hogy az öregedéssel együtt járó hanyatlást az agyi funkcióban sikerült antioxidáns kezeléssel megakadályozni. A vizsgálat az idegsejtekben lévő oxidatív fehérje sérülést a funkcióhanyatlás okaként nevezte meg. A mi munkacsoportunk pedig azt mutatta ki, hogy a testedzésre létrejött memória és tanulási progresszió együtt járt az oxidatív sérülés csökkenésével. Azonban az is világossá vált, hogy az antioxidáns adagolásnak nincs mindig jó hatása az agyi működésre és a gerincvelőre sem. A testedzés stimulálja a sejtek takarító (housekeeping) rendszerét, melyben elsősorban a sérült és használhatatlanná vált fehérjék lebontását értjük. Ezek a sérült, felhalmozódott fehérjék (junk) jelentősen csökkentik a sejt működésének hatékonyságát, de a testedzés hatására lebontó enzimeik aktivitása emelkedik és a felhalmozódott "szemét" mennyisége csökken. A mozgás által hatékonyabban lebontott fehérjék csoportjához tartozik a beta-amyloid, melynek a felszaporodása az Alzheimer betegség oka, és ennek a betegségnek nagyon súlyos funkcionális következményei vannak. Hasonló a helyzet a Parkinson kórral is, a testedzésnek az Alzheimer mellett ebben a betegségben is preventív és kuratív jellege is van. Mindkét betegség jelentős oxidatív stresszt jelent az idegsejtek számára és a testedzés által indukált magasabb aktivitású antioxidáns és proteasoma rendszerek védelmet jelentenek. A

redox rendszer mellett meg kell említeni a hormonális rendszert és ezen belül is az insulin/IGF-1 rendszert. Insulin like growth faktor 1 (IGF-1) anabolikus hormon és számos sejt jelzőrendszer dinamikus szabályozója. Az jól ismert, hogy ha az IGF-1 rendszer alulszabályozott, akkor ez megnöveli a maximális élettartamát számos élőlénynek. Az agyban azonban a magas IGF-1 szint neuroprotektív és védi a sejteket, sőt néhányan funkciójavulást is leírtak IGF-1 kezelés hatására. Ez a paradox felkeltette a mi érdeklődésünket is, és azt tanulmányozzuk, hogy a sejt jelzőrendszer mennyiben válaszol másként az agyban és pl. a vázizomban IGF-1 kezelés hatására. A vizsgálataink egyik fő fókuszja a sirtuin fehérjék, melyeket szinten befolyásolják az IGF-1 jelzőrendszert. Testedzés hatására más növekedési faktorok is aktivizálódnak az agyban, mint pl. a neuro growth faktor, vagy az erek képződéséért felelős VEGF. A VEGF-angiogenezis rendszer aktivizálásához is kellene a szabadgyökök. Érdekes, hogy a testedzés nemcsak a vázizomban, de az agyban is növeli a kapillarizációt, ami jobb vér és oxigén ellátást biztosít. Az ismeret a vizsgálatok alapján, hogy nemcsak biokémia hanem struktúrális változások is történnek az öregedés hatására az agyban. Az ún. “agylágyulás” régóta az öregedéssel összekötött fogalom, és azt jelenti, hogy az agy, de főleg a szürke állomány veszít szilárdságából. Ezt sikerült nem-invazív módszerrel, fMRI-vel is diagnosztizálni. Azt is kimutatták, hogy edzés hatására az agy jobban megőrzi állagát és ezzel párhuzamosan az agyi funkciója is jobb volt a rendszeresen testedzést végzőknek. A testedzés agyra gyakorolt hatása nagyon izgalmas terület, és rengetek ismeretlen pont van még, de nagyon fontos kutatási terület, hiszen nemcsak abban segíthet hogy jobban megértsük testünk működését, de abban is hogy sikerüljön nagyobb presztizst elérnie a testedzésnek. Fontos lenne, hogy egyre többen jöjjenek rá, hogy a rendszeres edzés nemcsak jelentősen javítja a tanulási folyamatot, memóriát, de szükséges és elengedhetetlen része is kell, hogy legyen életünknek.

Az a tény, hogy a testedzés központi idegrendszerre gyakorolt hatásai rendkívül kedvezőek, azt is jelenti, hogy a fizikai inaktivitás nem csupán az izom, szív és keringési rendszereket érinti hátrányosan, hanem azt is, hogy a normális funkcióhoz az agyunk is elengedhetetlenül igényli a rendszeres testedzést.

A lelki harmónia szerepe az „egész-ség” megőrzésében

Dr. Buda László

**Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar,
Egészségpszichológia és Komplementer Medicina Tanszék**

laszlo.buda@bluecompass.hu

Az ember holisztikus megközelítése jól ismert hiánytényezője korunk uralkodó medicinális szemléletének. Bár a lelki, érzelmi természetű jelenségek hatása a testi folyamatokra mindenki számára egyértelmű, úgy tűnik, ezt az információt kevésbé használjuk, amikor saját magunk egészségét igyekszünk megőrizni, fejleszteni. Gyakran kerülnek elő kifogások, hivatkozások genetikára, múltbeli eseményekre, környezetre, időhiányra stb. A felelősség teljes körű felvállalása és az ehhez kötődő proaktivitás viszonylag ritka, ám annál hasznosabb jelenség az egészségmegőrzés és a gyógyulás folyamatában. A stresszhatások átfordítása tanulási tapasztalattá az ún. lelki immunrendszer alapmozzanata. Ez a pszichés konstelláció tartalmazza az önbecsülés, a kontroll-érzés, a bátorság, a kitartás, az empátia és sok más, hétköznapiak tűnő energiaforrás személyre szabott mintázatát. Az előadásban ezeket vizsgáljuk meg közelebbről, a humor eszközét is segítségül hívva, hogy azután néhány, a gyakorlatban is alkalmazható konklúzióhoz érkezzünk el. Végül a szomatoterápiák, és azon belül is a szomatodráma módszerének bemutatásával, a testtel való pszichoterápiás munka műhelyitkaiba nyerhetünk betekintést.

Kulcsszavak: holisztikus megközelítés, lelki immunrendszer, szomatoterápiák, szomatodráma

The role of inner harmony in “whole-istic” health

László Buda MD PhD

**University of Pécs, Faculty of Health Sciences,
Dept. of Health Psychology and Complementary Medicine
laszlo.buda@bluecompass.hu**

The holistic approach to health is an important but often missing factor in contemporary medicine. Although the impact of psychic and emotional incidents on bodily processes seems to be evident, one hardly benefits from this knowledge when seeking improvement of his/her health. Alibis and excuses often come up as well as referring to genetics, past events, present circumstances, lack of time etc. Taking full responsibility and getting proactive in behaviour are rare but especially useful phenomena in the process of maintaining health and recovery. Turning stress situations into learning opportunities is a basic element of the so called psychic immune system. This psychic constellation contains the personal pattern of such simple sources of energies as self-esteem, sense of control, persistency, courage, empathy, etc. The lecture will let us know more about these inner strengths, sometimes in a humorous way, to get closer to some practical conclusions. At the end, some psychotherapeutic methods that focuses mainly on human body (recognized as ‘somatherapies’) will be introduced, and especially a relatively new method called ‘somatodrama’.

Keywords: holistic approach, psychic immune system, somatherapies, somatodrama

Motion is Life and Health. How is Mobility Restored?

Dr György Szabo PhD, Dr Habil, Consultant Orthopedic Surgeon

NHS Barlborough ISTC, Barlborough, UK

Corresponding author's E-mail: szgy@hotmail.com

The results of hip replacement surgeries focusing on the pre- and postoperative sport abilities and activities, the change of lifestyle and quality of life due to improved physical capabilities and sports are presented.

Results of 1171 patients with hip osteoarthritis underwent total hip replacement at the NHS Barlborough ISTC between 2005 and 2007, were analysed retrospectively from the point of view of the change of their quality of life due to improved sport and physical activities due to the operation. All patients were asked about their sport and physical activities just before and one year after surgery. Only those doing regular sport and physical activities before the operation, or had to stop because of their hip arthritis and intended to return to their activities following the treatment were included. Those with no intention to start or resume sports after the management were excluded.

802 patients (68.5%) reported of regular (at least weekly) physical activities pre-operatively. Another 369 patients (31.5%) had stopped their activities because of the arthritis and intended to return to their sports activities once capable. As the result of the operation out of the preoperatively active patients 691 (98.4% of the subgroup) returned to their physical activities and reported of significantly better capabilities. Out of those stopped doing sports due to the arthritis and wanted to resume, 361 (97.8% of the subgroup) did return to their activities.

Hip replacement surgery is highly capable to restore mobility and improve the quality of life of those affected. The results speak for themselves. The most frequent reason for not being able to return to sports and physical activities was other joint diseases, developing simultaneously. In many case (e.g. other hip or knee arthritis), it is manageable and the hope is high that these patients may finally resume their activities.

Keywords: Arthritis, Joint replacement, Sport

Motion is Life and Health: the Impact of Total Hip and Knee Replacement on the Quality of Life

György Szabó*, Ildikó Baán**

***NHS Barlborough ISTC, Barlborough, UK**

**** PTE TTK Testnevelés- és Sporttudományi Intézet, Pécs**

E-mail of corresponding author: szgy@hotmail.com

Summary

Joint replacement is a routine, frequently practiced surgery to eliminate arthritic pain and restore joint mobility. We sought to study the effect of hip and knee replacements on the quality of life. Sport and physical activities are considered as indicators of life quality. We have analyzed the post-operative physical and sport activity of 1171 patients with total hip or knee replacements to find out if these surgeries help patients suffering from arthritic pain return to their pre-operative activities. We found that 86% of those who had pain during their activities before operation, and that 89,5% of those who stopped their activities because of the arthritic pain were able to resume their exercises by the end of the first post-operative year. We hope to add to the understanding of the effect of joint replacement on the quality of life.

Introduction

The incidence of hip and knee arthritis increases by age. Over the age of 50 years the annual increase of incidence is 1% and it reaches 5% at the age of 80. (1) The overall incidence is though to be between 10-60% in the entire adult population over 60 years of age (1,2). The need for hip and knee replacement in the developed countries shows a significant increase by time (2). Joint replacement is a successful way to reduce arthritic pain and restore joint mobility. Not too long ago the general attitude of surgeons was to discourage joint replacement patients from sports. Today, this seems to be changing: quality of life, involving leisure and sport activities is more and more the important for patients suffering from arthritis. There are surgeons encouraging even athletics following joint replacement surgery (3). The not only want to get rid of the pain, but also return to their active lifestyle including physical activities and sport. The goal of this study is to show the effects of total hip and knee replacements on the lifestyle, more specifically on the physical activities following hip and knee replacement.

Materials and methods

1171 total knee and hip replacements operated at the NHS Barlborough ISTC between 2005 and 2007 were included in the study. Admission criteria: only patients who had to stop or had significant difficulties during their physical activities caused by the arthritic pain, expressing definitive intention

to return their activities after surgery were admitted. The mean age was 62 years. Male/female ratio: 58% female, 42% male. The patients were questioned minimum 1 year after the surgical procedure if they could or not return to their preoperative sport or physical activities.

Results

Out of the total of 1171 patients 892 (89.5%) patients reported that the arthritic pain disturbed them seriously during their leisure physical activities and that this was their main motivation to for the operation. Another 369 patients (31.5%) had to stop their activities because of the pain. Out of those who reported of severe disturbance in their activities because of the pain, and wanted to return to their active life 691 patients (86%) reported that they could resume their activities one year after surgery.

Out of the 792 patients who reported of severe pain induced disturbances their physical activities before the surgery, 94% (737 patients) were able to return to their activities. Out of those who stopped their leisure activities because of the pain 368 (98% of the sub-group) reported of a successful return to their leisure sports at the one year review. Joining the results of the two sub-groups reveals, that out of the total of 1171 patients operated, 96% of the patients were able to resume their activities.

From our point of view the most interesting are those who did not, or could not return to their preoperative activities. The missing 4% (47 patients), i.e. those who could not return to their physical activities gave us the following reasons:

Unstable hip (complication of the surgery): 2 patients.

Infection of the wound and consecutive repeated surgery: 4 patients.

Unexplained pain: 3 patients.

Post-operative heart attack: 3 patients.

Other new medical conditions: 11 patients.

Arthritis of another hip or knee: 19

Getting "too old to resume sports": 5 patients

Deceased: 2

This complication rate is highly comparable to that reported by others following joint replacement surgery (3).

Discussion

Not too long ago the general attitude of surgeons was to discourage joint replacement patients from sports. Today, this seems to be changing: quality of life, involving leisure and sport activities is more and more the important for patients suffering from arthritis. There are surgeons encouraging even athletics following joint replacement surgery (3).

The analysis of the above very high number patient material shows the following:

1. It is definitely possible to return to sport and leisure physical activities after hip and knee replacement done for the treatment of osteoarthritis.
2. 96% of our patients have returned to their activities within the 1st year after their joint replacement surgery. This fact is considered as a proof supporting the hypothesis that total joint replacement not only helps eliminate arthritic pain in the elderly, but also has a significant impact on the quality of life.
3. Out of the 47, who were unable to return, 11 had an objective, self explanatory reason (heart attack, dislocating hip, deceased, infection of the surgery). The rest were reasoned by undiagnosed pain, and getting too old.

We must conclude that the changing philosophy of joint replacement, i.e. that this major surgery is not only or not primarily performed for pain relief, but for improving the quality of life, is valid. It is not a dream that patients following joint replacement can perform physical activities at least on the level they were doing before the operation.

It is also believed that the physical activity of these elderly patients help maintain good cardio-pulmonary functions, and via this help live not only a better quality, but a longer life, too. The three post-operative heart attacks are to be considered a warning sign, too. Possibly not every patient “just fit” for a joint replacement would be fit to the level of physical activities provided by their new joints. This will need further investigations.

We believe that our results prove without doubt, that the joint replacement of today is not only a pain relief surgery, but adds significantly to the quality of life.

References

1. Oliveria SA, Felson DT, Reed JI et al: Incidence of symptomatic hand hip and knee osteoarthritis among patients in a health maintenance organization
Arthritis Rheum, 1995, 38, 1134-41
2. Wells VM: Changing incidence of primary total hip arthroplasty and total knee arthroplasty for primary osteoarthritis.
J Arthroplasty, 2002, 17, 267-73
3. Healy WL, Iorio R, Lemos MJ: Athletic activity after Joint replacement.
Am J Sports Med, 2001,29, 377-388
4. Basilico FC, Sweeney G, Losina E, et al: Risk factors for cardiovascular complications following total joint replacement surgery
Arthritis Rheum, 2008, 58, 1915-20

SESSION:

QUALITY OF LIFE AND HEALTH /

ÉLETMINŐSÉG ÉS EGÉSZSÉG

A metabolikus betegség kialakulása és megelőzése fizikai aktivitással

***László Ferenc, Fehér Adrienn, Hocza Ágnes, Dan Dániel,
Molnár Andor, Egresits József****

**Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar,
Szegedi Tudományegyetem, Szeged**

***I. Belgyógyászati Klinika, Általános Orvostudományi Kar,
Semmelweis Egyetem, Budapest**

Az ipari társadalmak legelterjedtebb népbetegsége a metabolikus szindróma (MX), amely a cukorbetegség, magas vérnyomás, kövérség és magas vérzsír szintek együttese. Az MX érrelmeszesedéshez vezet, és megjelenése gyermekekben riasztó méreteket ölt. Tanulmányunkban arra kerestük a választ, hogy az emberben a hipotalamusz károsodása okoz-e MX-et, illetve vannak-e olyan mozgástevékenységgel potenciálisan befolyásolható génmintázatok, amelyek alkalmasak az MX hajlam megállapítására, s a testmozgás hatékonyságának monitorizálására. Kimutattuk, hogy az emberi hipotalamusz károsodása MX-re vezet, amely – a legújabb sport- és idegtudományi állatkísérletes adatokat figyelembe véve – arra utalhat, hogy testmozgással az MX-re vezető szabályozási zavart a hipotalamusz szintjén is befolyásolhatjuk. Több olyan gén lókuszt azonosítottunk, amelyek alkalmasak az MX korai felismerésére, s a testmozgás hatékonyságának nyomon követésére.

Kulcsszavak: népbetegség, prevenció, testmozgás, genomika, analitikai epidemiológia

The development of metabolic disease and its prevention by physical activity

***Ferenc László, Adrienn Fehér, Ágnes Hocza, Dániel Dan,
Andor Molnár, József Egresits****

**Institute of Physical Education and Sport Sciences, Juhász Gyula Faculty of Education,
University of Szeged, Szeged, Hungary**

***First Department of Medicine, Faculty of Medicine,
Semmelweis University, Budapest, Hungary**

In industrialised countries, one of the most widespread diseases is metabolic syndrome (MX). MX constituents are diabetes mellitus, hypertension, obesity and high blood lipids, leading to atherosclerosis. The appearance of MX in the young is alarming. This study investigates whether 1./ the lesion of the brain vegetative centre, hypothalamus leads to MX, and 2./ and whether humans have such genes which predispose to MX, and their expression can be controlled by physical activity. We demonstrated that the injury of specific parts of the human hypothalamus is involved in the development of MX, data correspond to novel experimental observations of sport or/and brain research. Our result may reflect that MX can be controlled by physical activity at the level of the hypothalamus. Furthermore, in our second data mining study, we found a number of gene loci of which's expression can be beneficially modified by physical activity and are involved in the pathology of MX.

Keywords: endemics, prevention, physical activity, genomics, analytical epidemiology

The Impact of Leisure Time Physical Activity on Health: a 20-year follow-up study

Tahin Zsolt¹, Tóth Ákos², Jeges Sára³

Baranya County Hospital, Geriatric Ward¹,

Institute of Physical Education and Sport Science, Faculty of Sciences,

University of Pécs, Hungary²,

Department of Biostatistics and Health Care Informatics, Faculty of Health Sciences,

University of Pécs, Hungary³, E-mail: sara.jeges@aok.pte.hu

The authors analyze the impact of recreative activity on the basis of a 3408 sample of inhabitants aged between 20 and 59, representing Baranya county (in 1988) according to the settlement type of the place of living.

A follow-up sociological health study was started in 1988 under the leadership of Tamás Tahin*, with the primary aim of exploring the causes of a significantly high number of early deaths in Hungary. The nearly 2000 questions of the questionnaire used in the personal interviews included questions of lifestyle and leisure time activity. The sample had been repeatedly asked in every 5 years, and changes were identified. In case of the deceased, time and cause of death was registered. Present lecture shows the impact of physical recreation on 20-year survival. The method of analysis used is the Kaplan Meier survival analysis, and the regression calculation of Cox. In 2008 only 2898 people are alive from the sample. During the 20-year period, 4% of those aged 20-29, 9% of those aged 30-39, 20% of those aged 40-49, and 33% of those aged 50-58 died. The conclusion drawn according to the zero order correlation with survival and on the basis of the analysis of significant factors, derived from association analysis and analyzed in a multiple regression model, has been as follows: Survival is strongly influenced by age, sex and education. However, physical activity and the so-called health consciousness variable remain significant factors. Health consciousness includes caring for health, and preventive behavioral factors, while physical activity primarily refers to leisure time physical activities. Analyzing types of these, we can state that although they differ according to age group and gender, they significantly predict death and survival in all age groups 20 years in advance.

Keywords: physical activity, mortality, survival analysis

*Tahin Tamás dr., professor, director emeritus superior

A fizikai aktivitás hatása az egészségre: 20 éves követéses vizsgálat alapján

Tahin Zsolt¹, Tóth Ákos², Jeges Sára³

**Baranya Megyei Kórház, Geriátriai Osztály¹,
Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet²,
Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Biostatistikai és
Egészségügyi Informatikai Tanszék³, E-mail: sara.jeges@aok.pte.hu**

Szerzők a rekreatív célú fizikai aktivitás hatását elemzik Baranya megyét a lakóhely településtípusa szerint reprezentáló, (1988-ban) 20-59 éves korú, 3408 fős lakossági minta alapján.

Tahin Tamás* témavezetésével 1988-ban indult az a követéses egészségpszociológiai vizsgálat, amelynek elsődleges célja a Magyarországon igen magas idő előtti halálozás okainak feltárása volt. A mintegy 2000 kérdést magába foglaló személyes interjúk során kitértek az életmód és a szabadidő eltöltés kérdéseire is. A lakossági mintát 5 évenként ismételtén felkeresték, és a bekövetkező változásokat nyomon követték. Az időközben elhunytakról feljegyezték a halálozás időpontját, okát. Jelen előadás a fizikai rekreáció hatását a 20 éves túlélésre mutatja be. Az elemzés módszere a Kaplan-Meier féle túlélés-analízis, illetve többszörös Cox-féle regresszió-számítás.

2008-ban a mintában szereplők és – ameddig lehetett – követett lakosok közül már csak 2898 fő él. A 20 éves periódus alatt a 20-29 évesek 4%-a, a 30-39 évesek 9%-a, a 40-49 évesek 20%-a, és az 50-59 évesek 33 %-a halt meg. A halálozással, illetve túléléssel összefüggésbe hozott és a nulladrendű korreláció, illetve asszociáció-elemzésekben szignifikánsnak mutató tényezőket többszörös regressziós modellben elemezve az alábbi következtetés vonható le: A túlélést az életkor, a nem, és az iskolai végzettség igen erősen befolyásolják, de mindezek hatását kiszűrve is szignifikáns tényező marad a fizikai aktivitás és az ún. egészségtudatosság változó is. Az egészségtudatosság magába foglalja az egészséggel való törődést, a preventív magatartási tényezőket, míg a fizikai aktivitás elsősorban a rekreatív célú mozgásos tevékenységeket. Ez utóbbi típusait elemezve megállapítható, hogy bár más és más jelleget öltenek nem és korcsoportok szerint, minden korosztályban 20 évre előre (!) szignifikánsan megjósolják a halálozást, illetve túlélést.

Kulcsszavak: fizikai aktivitás, mortalitás, túlélés analízis

*Tahin Tamás dr., főiskolai tanár, director emeritus superior

Unraveling the Mystery of the Sense of Coherence?

Sára Jeges¹, Ákos Tóth², Károly Varga³

Department of Biostatistics and Health Care Informatics, Faculty of Health Sciences, University of Pécs¹; Institute of Physical Education and Sport Sciences, Faculty of Sciences, University of Pécs²; Faculty of Economic Science Gyula Kautz, University of Széchenyi István, Győr³, E-mail: sara.jeges@aok.pte.hu

Antonovsky found that the key to the mysteries of health is the strong sense of coherence of the individual. The Sense of Coherence (SOC) test is its psychological and sociological construct. Based on several foreign evidence and on the Hungarian reflections on those, the authors empirically validated both the original SOC questionnaire with a 1400-participant Hungarian sample in 2006 and later with its six-item condensed version with the predictive strength of the original test. A highly significant relationship was found between the strength of coherence and the perceived health, even when the other variables influencing the state of health were controlled.

The research results raised the question: if the mystery of health lies in the the strong sense of coherence, than what is the mystery of the strong sense of coherence - how can a youngster become an adult with a strong sense of coherence? The authors' research aiming at answering this question led to a more comprehensive, more complex approach than SOC: to the Perceived Wellness research line and to the adaptation of its test batteries. One of the key variables of the numerous questionnaires worked out to measure the state of "wellness" is the so-called "physical activity" variable measured on a complex scale.

The authors analyse the relationships between the sense of coherence, the factors of the value system and the perceived wellness in their presentation. They rely both on the 1400-participant sample of Baranya county and on the questionnaire filled in by 600 undergraduates in 2007. The authors conclude that the "physical activity" is the most determining variable among the variables strongly influencing the sense of coherence and/or among the variables closely linked to the sense of coherence. Regular physical activity significantly improves the perceived state of health and wellness not only directly but also indirectly through strenghtening the sense of coherence.

Keywords: physical activity, sense of coherence, health

* This research was part of the OTKA (Hungarian Scientific Research Fund) project No. T 046957

Az erős koherencia-érzet „titka”?

Jeges Sára¹, Tóth Ákos², Varga Károly³

Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Biostatistikai és Egészségügyi Informatikai Tanszék¹, Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet², Széchenyi István Egyetem, Kautz Gyula Gazdaságtudományi Kar³, E-mail: sara.jeges@aok.pte.hu

Antonovsky az egészség titkaiba való behatolás kulcsát az egyén erős „koherencia érzet” -ében találta meg. Ennek pszichológiai és egyben szociológiai konstruktuma a: „Sense of Coherence” (SOC) teszt. Számos külföldi bizonyíték és az ezekre való hazai reflektálások nyomán szerzők 1400 fős hazai mintán empirikusan is validálták* (2006-ban) az eredeti SOC kérdőívet, majd ennek 6 itembe tömörített, az eredetivel azonos prediktív erővel rendelkező változatát. A koherenciaérzet és az észlelt egészség között – az egészségi állapotot befolyásoló más változók kontrollja mellett is – erősen szignifikáns kapcsolatot találtak.

Kutatásaik eredményeiből egyenesen következett a kérdés: ha „az egészség titka” az erős koherenciáérzet, vajon mi „az erős koherenciaérzet titka”, minek köszönhetően válik egy fiatal erős koherencia-érzettel rendelkező felnőtté? Az ez irányban elindult kutatásaik vezettek el a SOC-nál átfogóbb, komplexebb megközelítésű „Perceived Wellness” kutatási irányzathoz és az ide sorolható teszt battériák adaptálásához. A „wellness” – állapot felmérésére kidolgozott számos kérdőív mindegyikében az egyik kulcsváltozó a komplex skálán mért, ún. „fizikai aktivitás” változó.

Előadásukban a szerzők a koherenciaérzet, az értékrendszeri tényezők és a perceived wellness összetevők közötti kapcsolatokat elemzik. Egyrészt az 1400 fős Baranya megyei mintán, másrészt egyetemi hallgatók körében (2007-ben, 610 fővel) készített kérdőíves interjúk alapján. Megállapítják, hogy a koherenciaérzetet erősen befolyásoló, illetve a koherenciaérzettel szorosan összefüggő változók közül a „fizikai aktivitás” jelentősége a leginkább meghatározó. A rendszeres fizikai aktivitás nemcsak közvetlenül, hanem a koherenciaérzet erősítésén keresztül is, jelentősen javítja az észlelt egészségi és wellness állapotot.

Kulcsszavak: fizikai aktivitás, koherencia érzet, észlelt egészségi állapot

*A kutatás a T 046957 sz. OTKA projekt része volt.

Bevezetés

Az Ottawai Charta (1986) megjelenése fémjelzi az elmúlt évtizedek során az egészség-tudományi kutatások terén is észlelhető paradigmaváltást, amely röviden úgy jellemezhető, hogy: „áttérés a patogenetikus orientációtól az egészség forrásainak a kutatására”. (1)

Miben különbözik e kétféle megközelítési mód? Jól szemlélteti ezt a BAHRS és munkatársaitól kölcsönzött táblázat (2) (1. táblázat)

1. táblázat: A patogenetikus és a szalutogenetikus modell szembeállítása

	Patogenetikus modell	Szalutogenetikus modell
Az egészség és betegség koncepciója	Dichotómia	Kontinuum
A betegség-koncepció alkalmazhatósága	A betegségre koncentráció Redukcionista	A beteg személy története Holisztikus
Az egészség és betegség tényezői	Rizikótényezők Negatív stresszorok	Egészségessé tevő erőforrások Koherenciaérzés
A beavatkozás típusa	A gyógyító eszközök használata	Aktív adaptáció, rizikómérséklés és az erőforrások fejlesztése

„Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung” (2003)” (BAHRS et alii)

Az egészség genezisének, a szalutogenetikus modellnek a megalkotója Aron Antonovsky (3) volt, aki az egészség titkaiba (misztériumába) való behatolás kulcsát az egyén életstratégiájában érvényesülő ún. „koherencia érzet”-ében (Sense of Coherence) találta meg. Ennek mérésére kidolgozta a 29 itemből álló pszichológiai tesztet, az ún. SOC skálát, amelyet több nyelvre lefordítottak és alkalmazták számos kutatásban.

A koherencia-érzet három „hatóanyag” szervesüléséből áll. Ezek a személy korai és későbbi szocializációjában, illetve már ehhez igazodóan feldolgozott élettapasztalataiban kialakított attitűdök (habitusok, életstratégiák), miszerint:

- 1) az emberben és emberrel, illetve a közvetlen belátásával elért életvilágban történetek, illetve történők érthetőek (sense of comprehensibility),
- 2) ezekbe a maga részéről képes beavatkozni, vagyis a „mit húzok: mi mozdul” látása abban folytatódik, hogy *hozzá is férek a mozgató szálakhoz* (sense of manageability), és
- 3) *van is értelme számomra* beszállni ebbe a küzdelembe, mert érzelmileg el vagyok köteleződve a pozitív kimenetel iránt, mivel ez egyfelől valóban fontos, másfelől tényleg remélhető is számomra (meaningfulness).

A SOC skála e három dimenzió elkülönített mérésére is alkalmas (4).

Kutatócsoportunk arra vállalkozott, hogy e tesztet hazai mintára adaptálja¹, majd választ keressen arra, hogy milyen tényezők játszanak szerepet az erős koherenciaérzet kialakulásában; Antonovsky metaforájával élve, mi az erős koherenciérzet „titka”.

Ez utóbbihoz Rétsági Erzsébet és munkatársai által a hazai főiskolás, ill. egyetemi hallgatók körében validált ún. „Optimal Living Profile”, azaz optimális élet profil (a továbbiakban OLP) kérdőívet (5) használtuk fel, amely a modern wellness koncepció értelmében („*Perceived Wellness*”, lásd.: e kötetben Tóth Á. – Rétsági E. cikkét) méri az egyén egészséggel kapcsolatos főbb életmód és életstílus elemeit, jelenlegi „well-being” szintjét és egészsége javítására való szándékát, ill. tetteit a különböző egészségdimenziók, mint a fizikai, a szellemi, az érzelmi, a szociális, a környezeti és a lelki (spirituális) egészség mentén.

Anyag és módszerek

A kutatás célcsoportja Baranya megye különböző településtípusain élő, 20-75 éves korú, különböző iskolázottságú és foglalkozású férfiak és nők voltak (1400 fő). A minta a főbb demográfiai, társadalmi ismérvek tekintetében különböző településtípusokat reprezentált: egy magyarországi viszonylatban nagyvárost, Pécsset (43,3 %), Baranya megyei kisvárosokat (Komló, Mohács, Siklós, 27,8 %) és községeket, ill. falvakat (28,9 %). A férfiak aránya 47,8 %. Életkor szerinti megoszlásuk: 28,1 % 30 év alatti, 54,6 % 30-55 év közötti, 17,3 % 55 év feletti. Az iskolai végzettséget illetően a válaszolók 7,2 % legfeljebb 8 általánost végzett, 27,9 % szakmunkásképzőt vagy szakiskolát (nem érettségizett), 46,3 % érettségizett, míg 18,6 % az érettségit követően valamilyen felsőfokú végzettséget is szerzett.

A kutatás interjúkészítők segítségével, kérdőíves módszerrel történt. A kérdezőbiztosok a PTE Egészségtudományi Karának hallgatói voltak, akiket tanulmányaik során készítettünk fel az interjúkészítés technikájára. A többlépcsős rétegzett véletlen mintavételi technikának megfelelően kiválasztott személyeket az interjúkészítők lakóhelyükön keresték fel, az interjú átlagos időtartama egy óra, a nem válaszolók aránya elhanyagolható mértékű volt.

Ezen a mintán pszichometriai módszerek felhasználásával validáltuk az Antonovsky-féle, 29 ítemes változatot, és állítottuk elő ennek egy 6 ítemes rövidített változatát, amely az egészségi állapotot közel ugyanolyan jól a predikálta, mint az eredeti (6).

Kutatásunk metodikája az Antonovsky által is alkalmazott *concurrent validity design-t* követte. Adatainkhoz különböző többszörös lineáris és nemlineáris (logisztikus regressziós) modelleket illesztettünk. A matematikai statisztika eszközeivel állapítottunk meg összefüggéseket változók, illetve változócsoportok között, amelyek a SOC validálása céljából (*“concurrently”*, vagyis azonos időben voltak felvéve).

¹ A kutatás az OTKA támogatásával készült. (T 046957 sz. pályázat)

Validációs kritériumként négy egészség-mutatót használtunk: az egészség önértékelését, a Hennenhofer-Heil féle vegetatív labilitási indexet (7), az idült betegségek számát (8), illetve az ezek lineáris kombinációjaként előállított EDEC skálát (egészség-betegség kontinuum=*Ease/Dis-Ease Continuum*)

A főiskolások és egyetemisták körében végzett vizsgálat 610 főre terjedt ki, akik a PTE első és másodéves hallgatóinak reprezentatív mintáját képezték. A mintába kerültek 30%-a egészség-tanár, illetve rekreációs-szervezés és egészségfejlesztés szakos, 10 %-a testnevelő tanár és 60 %-a egyéb szakos hallgató volt. Nemek szerint a hallgatói összetételnek megfelelően, 28 %-uk volt férfi; életkoruk: 18 és 49 év közötti, az életkor mediánja 21 év.

Az adatfeldolgozáshoz és a statisztikai számításokhoz az SPSS 15.0 szoftvert használtuk. A SOC teszt és összetevőinek konzisztenciáját a Chronbach Alpha alapján ítéltük meg. A változók közötti összefüggések relevanciáját a többszörös lineáris korreláció- és regressziószámítással teszteltük, ill. hasonlítottuk össze.

Eredmények

A kérdőívvel felvett SOC-29 skála fő pszichometrikus adata, a három kérdéscsoport, illetve az egész teszt konzisztenciáját mutató Chronbach Alpha: 0,774; 0,766; 0,812, illetve 0,902, ami nemzetközi viszonylatban (pl. az izraeli felvételek adataival összehasonlítva) igen jónak mondható.

A konkurrens validáció eredményét a 29 itemes változatra a 2. táblázat tartalmazza.

2. táblázat: A SOC és komponenseinek a négy egészség- mutatóra vonatkozó standardizált regressziós együtthatói (β) és az általuk megmagyarázott variancia %-ok (R^2) a megkérdézett neme, kora és iskolázottsági szintje változókkal kontrollált modellben

FÜGGETLEN VÁLTOZÓK		Egészség önértékelése	Vegetatív labilitás	Idült betegségek száma	EDEC (<i>ease/dis-ease kontinuum</i>)
SOC	β	0,295	0,434	0,199	0,410
	R^2	8,3 %	17,9 %	3,8 %	15,9 %
Comprehensibility	β	0,282	0,431	0,201	0,404
	R^2	7,6 %	17,7 %	3,8 %	15,5 %
Manageability	β	0,262	0,362	0,178	0,352
	R^2	6,6 %	12,7 %	3,1 %	12,0 %
Meaningfulness	β	0,220	0,324	0,132	0,300
	R^2	4,6 %	10,0 %	1,6 %	8,6 %

* A szignifikanciaszint minden esetben $< 0,001$ volt.

Látható, hogy a koherenciaérzet mindhárom komponense és globális mutatója a nemzetközi vizsgálatokhoz hasonlóan, a legfontosabb kontroll-változók hatásának kiszűrése után is, predikálja az egészség-jellemzőket. A SOC alapján véve pszichológiai konstruktum, érthető, hogy az egészségmutatók közül legnagyobb százalékkal a vegetatív labilitás varianciáját magyarázza. A már manifesztálódott idült betegségek számát relatíve kevésbé magyarázza. Ahogy várható volt, a globális SOC-29 teszt-adat fölényben van komponenseivel szemben. A komponensek közül legerősebb az Érthetőségi érzet, mely csaknem egymaga eléri a globális SOC-mutató prediktív erejét. Nála jelentősen gyengébb a Megvalósíthatósági és még gyengébb a Meaningfulness. Úgy tűnik tehát, hogy az Antonovsky féle ease/dis-ease kontinuumon való elhelyezkedés, az általunk vizsgált egészségmutatók metszetében, a Koherenciaérzet habitusán és életstratégiáján belül döntő mértékben a dolgok kognitív érthetőségével áll kapcsolatban. Ennek azért van jelentősége, mert az újabb szalutogenetikus szakirodalomban ettől elütő adatokat is találtunk. Dán kutatók arra a következtetésre jutottak, hogy a SOC hatóerejének korlátozódása a pszichikai egészségre, azaz valószínűsített hatástalansága a fizikai egészségre, azzal függhet össze, hogy az utóbbiban csak az emocionális dinamika releváns, míg a SOC adataiban ez össze van keverve a mentálissal (9).

A hat kérdésre lerövidített SOC skála értéke a PTE mintán is minden egészség, és wellness dimenzióval is, szorosan összefügg. Mint a 3. táblázat mutatja, legerősebben a wellness fizikai és érzelmi összetevője korrelál a koherenciaérzettel.

3. táblázat: A koherencia-érzetet befolyásoló tényezők nemmel kontrollált parciális korrelációs együtthatói és az együtthatók szignifikancia-szintje

Egészség dimenziók	rho	Szign.szint
Wellness-index	0,46	0,000
Környezeti egészség	0,10	0,032
Szellemi egészség	0,05	0,042
Lelki egészség	0,13	0,002
Érzelmi egészség	0,67	0,000
Szociális egészség	0,31	0,000
Fizikai egészség	0,68	0,000
Egészségi áll. önértékelése	0,34	0,000
VELA	0,50	0,000
Szív, ill. keringésrendszeri	0,39	0,000
Gyomor vagy bél	0,26	0,000
Általános ingerlékenység	0,40	0,000
Általános gyengeség	0,47	0,000

Tekintve, hogy a wellness fizikai dimenziója igen erősen összefügg a koherenciaérzettel, külön megvizsgáltuk ezen belül az ún. „fizikai aktivitás” (lásd.: e kötetben Tóth Á.-Rétsági E. cikkét) szerepét is. A koherenciaérzet szempontjából ennek parciális hatása bizonyult a vizsgált szignifikáns tényezők közül a legerősebbnek.

A rendszeres fizikai aktivitás nemcsak közvetlenül, ismert élettani és pszichológiai hatásaival, hanem közvetetten, az Antonovsky-féle koherenciaérzet erősítésén keresztül is jelentősen befolyásolja az észlelt egészségi és természetesen az ezzel szorosan összefüggő wellness állapotot.

Különböző kauzálstruktúrális modellek (út) elemzése alapján megállapíthattuk, hogy a fizikai aktivitás standardizált regressziós együtthatókkal „mért” közvetlen hatása az általános egészségi állapotra, mint függő változóra: 0,194, a koherencián keresztüli közvetett hatása: $0,384 \cdot 0,459 = 0,176$. Ugyanez a wellnessre: 0,149, illetve $0,389 \cdot 0,447 = 0,174$. A fizikai aktivitás közvetlen és közvetett hatásai együtt az egészségre 0,366, a wellnessre: 0,321.

A fenti „útmodell” az észlelt egészségi állapotot 31 %-ban magyarázta meg. (Hasonló jellegű kutatásokban a 20 % feletti megmagyarázott hányadot már jó eredménynek tekintik.)

Megbeszélés és következtetések

Bizonyítást nyert, hogy a SOC skála mind a lakossági, mind az egyetemi hallgatói mintán, tehát magyar populációkon is, az Antonovsky-féle koherenciaérzet valid mérőeszköze. A vizsgálat eredményei alátámasztják a szalutogenetikus modell számos tételét. Igazolást nyert, hogy az Antonovsky-féle erős koherencia-érzet az egyik legfontosabb tényező a jó általános egészségi állapot, a jó közérzet elérésében és a vegetatív labilitás csökkentésében.

Ebből egyenesen következett a kérdés: ha „az egészség titka” az erős koherenciaérzet, vajon mi „az erős koherenciaérzet titka”, minek köszönhetően válik egy fiatal erős koherencia-érzettel rendelkező felnőtté? Az ez irányban elindult kutatások vezettek el a SOC-nál átfogóbb, komplexebb megközelítésű „Perceived Wellness” kutatási irányzathoz és az ide sorolható teszt battériák adaptálásához.

Az észlelt wellness – állapot felmérésére kidolgozott számos kérdőív mindegyikében az egyik kulcsváltozó a komplex skálán mért, ún. „fizikai aktivitás”. A koherenciaérzetet erősen befolyásoló, illetve a koherenciaérzettel szorosan összefüggő változók közül a „fizikai aktivitás” bizonyult a leginkább meghatározónak. A rendszeres fizikai aktivitás tehát nemcsak közvetlenül, hanem a koherenciaérzet erősítésén keresztül is jelentősen javítja az észlelt egészségi és wellness állapotot. Az egyetemisták mintáján az egészséget befolyásoló tényezők rangsorában a fizikai aktivitás messze megelőzött minden más, szintén szignifikáns tényezőt.

Ebből következik, hogy e populációban a koherenciaérzet erősítése és az egészségi állapot javítása érdekében kulcskérdés a fizikai aktivitás fokozása, az életmód ezirányú megváltoztatása.

Felhasznált irodalom

1. Varga K. (2004): Az egészségérték ébresztése. *Egészségfejlesztés*, 16(5-6)
2. Internet: Bahrs O. et alii (2003): Salutogenesis in General Practice. 2th Conference on Making Sense of : Health, Illness and Disease. Jul 14th 17th, Oxford, from <http://www.inter-disciplinary.net/Kalitzkus%20paper.pdf>
3. Antonovsky, A. (1987) *Unrevealing the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco: Jossey-Bass.
4. Antonovsky, A. (1979) *Health, Stress, and Coping: New perspectives on mental and physical well-being*. San Francisco: Jossey-Bass.
5. Ralph F. Renger , Midyett J., Mas S., Erin D., McDermott M., Papenfuss L., Eichling S., Baker H., Johnson A., Hewitt J.(2000): Optimal Living Profile: An Inventory to Assess Health and Wellness, *Am J Health Behav* 24(6): 403-412.
6. Jeges S., K. Varga: Unravelling the Mystery of the Sense of Coherence, *European Journal of Mental Health. Individual, Family, Community and Society*, 2006. Volume 1, page 45-71.
7. Hennenhofer G, Heil K. (1975): *Angst überwinden: Selbstbefreiung durch Verhaltenstraining*. Reinbeck b. Hamburg: Rohwolt.
8. Tahin T., Jeges S., Csanaky A.: Az egészségi állapotot és az orvoshoz fordulást befolyásoló demográfiai és társadalmi tényezők. *Demográfia*, 1993. 4. 427-453.
9. Flensburg G.-Madsen T. et alii, (2005): Global Quality of Life (QOL): Health and Ability Are Primarily Determined by Our Consciousness: Research Findings from Denmark 1991–2004. *Social Indicators Research* 71 (Copenhagen: Quality of Life Research Center) 87-122.

“Salutogenesis” of the physically handicapped

*Gyöngyi Molnár¹ Erzsébet Rétsági² Tóth Ákos²
Vránicsné Horváth Ildikó¹*

**Department of Biostatistics and Health Care Informatics,
Faculty of Health Sciences, University of Pécs, Hungary¹
Institute of Physical Education and Sport Science, Faculty of Sciences,
University of Pécs, Hungary²**

The authors investigate the validity of the salutogenetic model in physically handicapped people. The research is part of the “Value system, quality of life, state of health”* project, in which the research team members demonstrated the close connection between Antonovsky’s salutogenesis test and the perceived state of health and the quality of life. The sample population for the study included Hungarians and university students from Pécs. While searching for the causes of the relationship mentioned above, the motivation for developing a salutogenetic life strategy and the significant role of physical activity in reinforcing the sense of coherence became clear.

The question arises that in what ways do the subjective quality of life and the general health of the handicapped (who differ from the average population in their opportunities of engaging in physical activity) differ from those of the people without disabilities? Is the salutogenetic model and the physical activity – sense of coherence chain of connections valid in their case?

The study was carried out amongst handicapped people living in Baranya County participating in various programs organized by associations and foundations. The conclusions were drawn from this relatively narrow study population, living above the physical activity level of the average handicapped population. Interviewing via questionnaire was carried out with 71 physically handicapped people. The control group was made up of a random sample population from Baranya County, consisting of 202 people. In this sample, sex, age, and place of residence were represented in equal proportion.

According to the findings, the sense of coherence among the examined subjects predicts the quality of life and health more than in the control group. Their average sense of coherence was higher than that of the control group. This verifies the validity of the salutogenetic model, and indirectly hypothesizes the significance of physical activity. Naturally, physical activity of the handicapped is not to be compared to that of the population without disabilities.

Keywords: physically handicapped, salutogenesis, sense of coherence, perceived health

*OTKA (Hungarian Scientific Research Fund) project No. 046957, leadership: Dr. Sára Jeges

Mozgáskorlátozottak „szalutogenezise”

***Molnár Gyöngyi¹, Rétsági Erzsébet², Tóth Ákos²,
Vránicsné Horváth Ildikó¹***

**Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar,
Biostatistikai és Egészségügyi Informatikai Tanszék¹,
Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet², E-mail: gyongyi.molnar@etk.pte.hu**

A szerzők a szalutogenetikus modell érvényességét vizsgálják a mozgáskorlátozottak körében.

A kutatás „Az értékrendszer, életminőség, egészségi állapot”^{*} című projekt része, amelyben a kutató team tagjai hazai lakossági mintán, illetve pécsi egyetemi hallgatók mintáján igazolták az Antonovsky-féle szalutogenezis-teszt és a percipiált egészségi állapot és életminőség közötti szoros kapcsolatot. Az összefüggés hátterét, a szalutogenetikus életstratégia kifejlesztésének mozgó rugóit keresve, egyértelműen bebizonyosodott a fizikai aktivitás alapvető jelentősége, a koherenciaérzet erősítésében játszott döntő szerepe.

Felmerül a kérdés, vajon a mozgásukban korlátozottak – akik éppen a fizikai aktivitás lehetőségeinek tekintetében térnek el az átlag populációtól – szubjektív életminősége és általános egészségi állapota mennyiben tér el a korlátozottsággal nem rendelkezőkétől. Érvényes-e egyáltalán körükben a szalutogenetikus modell, illetve a fizikai aktivitás–koherenciaérzet – életminőség összefüggés láncolat?

A vizsgálatot Baranya megyében élő olyan mozgáskorlátozottak körében végezték, akik megjelentek különböző egyesületi, alapítványi rendezvényeken. A következtetések tehát e szűkebb, viszonylag kedvező, a fizikai aktivitás tekintetében a mozgáskorlátozottak átlagához képest magasabb szinten lévőkre vonatkoznak. 71 mozgáskorlátozottal készült kérdőíves interjú. A kontrollcsoportot a Baranya megyei lakossági mintából a nem, az életkor és a lakóhely típusára nézve azonos megoszlású, 202 fős véletlen minta adatai szolgáltatták.

Az eredmények azt mutatják, hogy a koherenciaérzet a vizsgáltak körében is, sőt még erősebben, mint a kontrollcsoportban, predikálja a percipiált egészségi állapotot és az életminőséget; a szalutogenetikus modell tehát e populációban is érvényes. A fizikai aktivitás hatása szintén kimutatható, amit a szerzők esettanulmány jellegű példákkal illusztrálnak.

Kulcsszavak: mozgáskorlátozottak, szalutogenezis, koherencia érzet, észlelt egészségi állapot

^{*}OTKA T 046957 STD

A legtöbb ember számára Magyarországon csak akkor tűnik fel fogyatékkal élők jelenléte, amikor valamelyik ismerősük, hozzátartozójuk, vagy éppen saját maguk szenvednek el olyan balesetet, vagy esnek át olyan betegségen, amelynek következtében látásuk, hallásuk, értelmi képességük vagy mozgásképességük csökken. Márpedig a technika fejlődésével, a közlekedési eszközök sebességének növekedésével és mindennapi életünk csúfoltabbá válásával egyre több embert ér utol ilyen visszafordíthatatlan változás. Ettől azonban az ő életük nem ér véget. Ugyanúgy vágnak a szeretetre, az odafigyelésre, a szórakozásra, mint bármelyik más „ép” társuk.

Kutatásunk „Az értékrendszer, életminőség, egészségi állapot” című projekthez csatlakozik, amelyben a kutató team tagjai hazai lakossági mintán, illetve pécsi egyetemi hallgatók mintáján igazolták az Antonovsky-féle szalutogenezis-teszt és a percipiált egészségi állapot és életminőség közötti szoros kapcsolatot.

Az összefüggés hátterét, a szalutogenetikus életstratégia kifejlesztésének mozgató rugóit keresve, egyértelműen bebizonyosodott **a fizikai aktivitás** alapvető jelentősége, a koherenciaérzet erősítésében játszott döntő szerepe.

Felmerült a kérdés, vajon a mozgáskorlátozottak -akik éppen a fizikai aktivitás lehetőségeinek tekintetében térnek el az átlag populációtól- szubjektív életminősége és általános egészségi állapota mennyiben tér el a korlátozottsággal nem rendelkezőkétől. Érvényes-e egyáltalán körükben a szalutogenetikus modell, illetve a fizikai aktivitás–koherenciaérzet – életminőség összefüggés láncolat?

Célkitűzésünk

1/ Megismerni, a mozgáskorlátozottak szubjektív életminőségét befolyásoló tényezőket, 2/ A mozgáskorlátozottak és az átlag populáció szubjektív életminőségének, koherencia érzetének összehasonlítása.

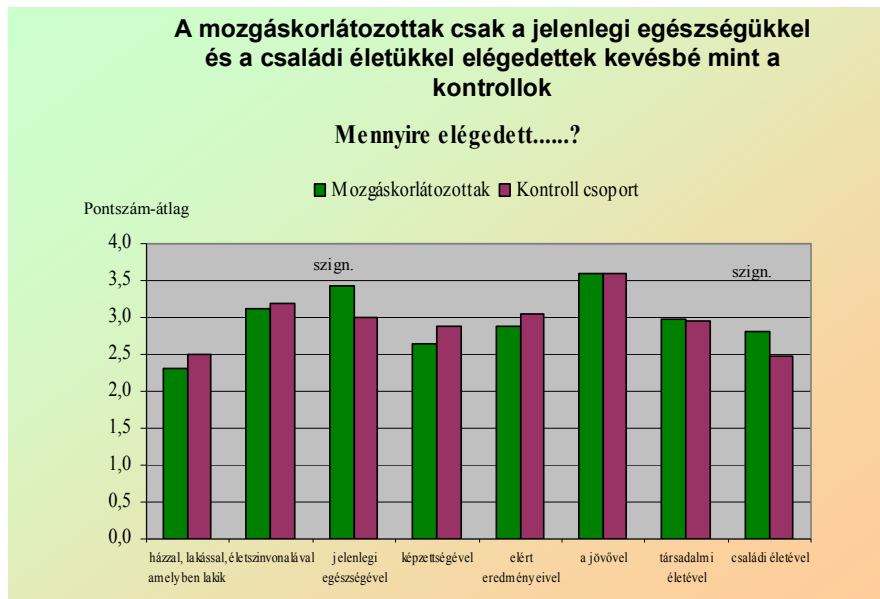
Vizsgált populáció és módszerek

A vizsgálatban 71 fő, Baranya megyében élő mozgássérült és 202 nem sérült (kontroll) vett részt. A kontroll csoportot a baranya megyei lakossági mintából választottuk ki.

A kutatás módszere kérdőíves interjú volt, amelyben rákérdeztünk a mozgássérült és nem mozgássérült emberek egészségi állapotára. (Hennenhofer - Heil féle vegetatív labilitás indexszel és az idült betegségek számával), szubjektív életminőségére (Wall-Cook-Warr skála rövidített változatával), valamint meghatároztuk az Antonovsky féle koherencia érzetet.

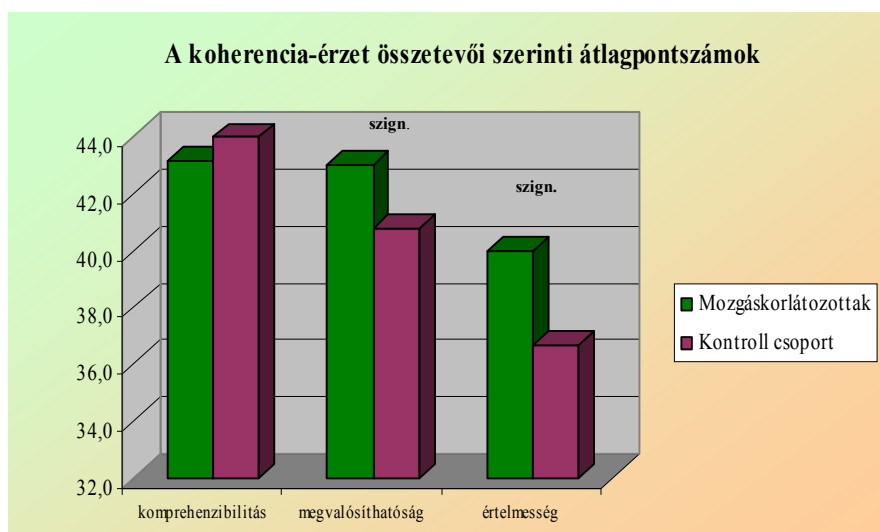
Eredmények

1. ábra Molnár Gyöngyi¹, Rétsági Erzsébet², Tóth Ákos³, Vránicsné Horváth Ildikó⁴ szerk.:
(Mozgáskorlátozottak „szalutogenezise” című előadás diáiból)



Az 1. ábrából kiderül, hogy a mozgáskorlátozottak ugyanannyira elégedettek, és boldogok, mint a hasonló nemű és korú kontroll csoportba tartozó társaik. A 2. ábra azt mutatja, hogy a mozgáskorlátozottak koherencia érzete (126,3) szignifikánsan ($p < 0,05$) magasabb volt, mint a kontroll csoporté (121,4). Az erős koherencia érzet valószínűleg jelentősen befolyásolja a mozgássérültek szubjektív életminőségét. Az általunk vizsgáltak körében tapasztalható relatíve magasabb koherencia szintet azonban nem általánosíthatjuk a mozgáskorlátozottak teljes populációjára, hiszen a minta nem volt reprezentatív (főleg aktív, közösségi programokban részt vevő egyének).

2. ábra Molnár Gyöngyi¹, Rétsági Erzsébet², Tóth Ákos³, Vránicsné Horváth Ildikó⁴ szerk.:
(Mozgáskorlátozottak „szalutogenezise” című előadás diáiból)



Következtetés

Elmondhatjuk, hogy azoknak a mozgássérülteknek a szubjektív életminősége, akik rendszeresen részt vesznek közösségi programokban (relatív magas a szociális támogatottságuk), nem rosszabb, mint a kontrollsorozat tagjaié. További célunk, hogy a vizsgálatot kiterjesszük nehezen elérhető, objektív vagy szubjektív okok miatt bezárkózó fogyatékosokra is. A jövőben meg kívánjuk vizsgálni a fizikai aktivitás, (ezen belül a terápiás lovaglás) sport és rekreáció hatását a szubjektív életminőségre és koherencia érzetre fogyatékosokkal élők körében. Ugyanis felmerült az a kérdés, hogy milyen eszközök állnak rendelkezésre a mozgássérültek esetében a fizikai aktivitás növelésére és ezen keresztül a koherenciaérzetük erősítésére illetve az életminőségük és egészségi állapotuk javítására?

Irodalomjegyzék

1. Anita Bengtsson-Tops RN & Lars Hansson PhD: The validity of Antonovsky's Sense of Coherence measure in a sample of schizophrenic patients living in the community
[HTTP://WWW.INGENTACONNECT.COM/CONTENT/BSC/JAN/2001/00000033/00000004/ART01692;JSESSIONID=18KU26KF25DPK.ALEXANDRA](http://www.ingentaconnect.com/content/bsc/jan/2001/00000033/00000004/art01692;jsessionid=18ku26kf25dpk.alexandra)
2. Bengtsson-Tops A.; Hansson L.: Antonovsky's Sense of Coherence Scale and 16PF Second-Order Factors
http://findarticles.com/p/articles/mi_qa3852/is_199801/ai_n8800634
<http://www.kompania.hu/doks/174.doc>
3. JEGES SÁRA-VARGA KÁROLY: A szalutogenetikus életstratégia értéktényezői
4. Kis-Tamás Loránd: A modern egészségszemlélet alakulása A biomedikális, a salutogenetikus és napjaink egészségfejlesztő szemlélete²
5. Tahin Tamás-Jeges Sára-Lampekinga (2000a): Iskolai végzettség és egészségi állapot. Demográfia 1. 70-93.
6. Varga Károly (2004): Az egészségérték ébresztése. Egészségfejlesztés 5-6. 13-19.
7. Varga Károly (2005a): Szalutogenezis - "a visszacsapás rugóhatása". Egészségfejlesztés 1-2. 38-42.
8. Varga Károly (2005b): A szalutogenezisről - képből és fogalomban. Egészségfejlesztés 3. 15-22.

² Készült a Kompania Alapítvány kortársoktató képzésének keretében. Kézirat leadva: 2005. február 21.

Health-Promoting Programmes in Light of the Research Entitled “Value System, Quality of Life and Health”

Etelka Szovák¹, Ákos Tóth², János Kiss³,

Faculty of Health Sciences, University of Pécs (PhD Student)¹, Institute of Physical Education and Sport Sciences, Faculty of Sciences, University of Pécs², Department of Biostatistics and Health Care Informatics, Faculty of Health Sciences, University of Pécs³
E-mail: szoveti@freemail.hu

The research of the authors, which aims at establishing health promotion both theoretically and methodologically, are closely linked to the research project entitled “Value System, Quality of Life and Health”. The project leader assesses in short and in general the aim of the empirical research, conducted within the frameworks of this project* on the sample of Baranya County inhabitants between 2004 and 2007, as follows: “we are seeking the key to unravel the mystery of health and of a long life in good health. We are looking for the adequate – preferably single, dynamic – theoretical models and for the measuring instruments necessary for the specification of the reliable, exact and easily manageable model parameters. Having validated these on domestic samples, we are aiming at working out the predictions and action hypotheses supporting social action.” The presentation of “medical wellness”, the revolutionary new line of health promotion, is the topic of our presentation, and it belongs to the latter phase.

– What kind of notions are involved and with what kind of intentions?

– Can we speak about “medical wellness” as a practical activity in Hungary?

– It is a crucial question – even from the point of view of the labour market – whether wellness is an appropriate area of activity for physical education instructors, recreational experts or for those with a Faculty of Health Sciences degree. Physical therapists usually carry out their duties on a narrower field of rehabilitation, but they have a proper knowledge of the fields of recreation, prevention and rehabilitation; therefore, during their work, they can effectively support both the recreational experts (MSc) who have received high-quality wellness knowledge as well during their studies, and the physical education instructors who carry out their duties in the fields of active relaxation, movement, and sport, as well as prevention. Qualified/registered nurses and public health inspector specialists can also play an important role in this respect.

– From the perspective of business/tourism, it is also a relevant question whether the Berlin-based “Deutscher Medical Wellness Verband” can play the main role in this field in Hungary. The presentation summarizes the lines of thoughts generated by these questions.

Keywords: medical wellness, perceives health, quality of life

*OTKA (Hungarian Scientific Research Fund) project No. 046957, leadership: Dr. Sára Jeges

Egészségfejlesztési programok az „értékrendszer, életminőség, egészségi állapot” kutatás fényében

Szovák Etelka¹, Tóth Ákos², Kiss János³

Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar (PhD hallgató)¹,
Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar, Testnevelés- és Sporttudományi
Intézet², Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Biostatistikai és
Egészségügyi Informatikai Tanszék³, E-mail: szoveti@freemail.hu

A szerzők kutatásai, amelyek az egészségfejlesztés elméleti és módszertani megalapozására irányulnak, szorosan kapcsolódnak az „Értékrendszer, életminőség, egészségi állapot” című kutatási projekthez. E projekt* keretében, 2004-2007 között, Baranya megyei lakossági mintán végzett empirikus kutatás célját a projektvezető beszámolójában röviden és általánosságban úgy fogalmazza meg, hogy: „az egészség, illetve a jó életminőségben eltöltött hosszú élet „titkának” megfejtéséhez keressük a megfelelő – lehetőleg kauzálstrukturális – elméleti modelleket és a modellparaméterek meghatározásához szükséges, megbízható, egzakt és könnyen kezelhető mérőműszereket. Ezek hazai mintán történő validálását követően a társadalmi cselekvést megalapozó predikciók és akcióhipotézisek kimunkálására törekszünk.” Ez utóbbi fázisba csatlakozik előadásuk témája, az egészségfejlesztés egy forradalmian új irányzatának, a „medical wellness”-nek a bemutatása.

– Milyen fogalmakról is van szó és milyen célokkal?

– Beszélhetünk-e már hazánkban a „medical wellness”-ről mint gyakorlati tevékenységről?

– Fontos kérdés – munkaerőpiaci szempontból is –, hogy a wellness megfelelő tevékenységi terület-e a testnevelő tanár, a rekreációs szakember, vagy az egészségügyi főiskolát végzettek számára. A gyógytornász-fizioterapeuták általában a rehabilitáció adott szűkebb területén látják el feladataikat, de a rekreáció, a prevenció és rehabilitáció területén is rendelkeznek megfelelő ismeretekkel, így munkájukkal jól kiegészítik a képzés során magas szintű wellness ismereteket is szerzett rekreációs (MSc) szakemberek, és a testnevelő tanárok tudását, akik az aktív kikapcsolódás, a mozgás, a sport illetve a prevenció területén látják el feladataikat. Ugyancsak szerepük lehet az okleveles ápolóknak és az egészségtan tanároknak.

– Üzleti, turisztikai szempontból pedig szintén nem közömbös kérdés, hogy a berlini székhelyű „Deutscher Medical Wellness Verband” kapja-e majd a főszerepet hazánkban e területen? Az előadás ezekkel a kérdésekkel kapcsolatos gondolatokat foglalja össze.

Kulcsszavak: medical wellness, észlelt egészségi állapot, életminőség

*OTKA T 046957 STD, témavezető: dr. Jeges Sára

Biomechanical aspects of the human swimming

István Karsai*, Lajos Ángyán, Ferdinánd Magyar

University of Pécs, Institute of Physical Education and Sport Science

*Corresponding author, E mail address: karsai@gamma.ttk.pte.hu

During swimming movement the swimmers have an effect on the environment with the exertions of the body parts, the water particles are displaced and energy exchange occurs. The water particles do not provide stable supporting surface for the exertion, so the whole amount of the invested energy cannot move the body in the right swimming direction. Part of the energy is put out to build 3 dimensional whirlpools and another part of it is invested to start different kinds of flows (Arellano, et al. 2006). The human swimming performance is poor when compared to species whose habitat is aquatic. The maximum swimming speed is only about 16% of the maximum unaided speed obtained by humans on land. Although humans are obviously not suited for high-speed swimming, it is interesting, from a biomechanical point of view, to address the question of what factors contribute to peak performance in competitive swimming (Toussaint and Truijens 2005). The accurate definition of the amount of the force produced during swimming is a crucial question of the description of the right swimming technique; with the correct information, overuse injury is avoidable. The purpose of our lecture is to provide an overview on the recent knowledge provided by the biomechanists in this field to have an insight into the mechanisms of the human swimming and give a tool to calculate the force production.

Keywords: swimming, whirlpool, fluid flow, fluid pressure

Az emberi úszás biomechanikai szempontjai

Karsai István*, Ángyán Lajos, Magyar Ferdinánd
Pécsi Tudományegyetem, Testnevelés- és Sporttudományi Intézet
karsai@gamma.ttk.pte.hu

Úszás közben az ember testrészeivel izomműködése következtében hatást gyakorol a közegre, vízmolekulák mozdulnak el, energia kicserélődés jön létre. A támaszfelületként szolgáló vízmolekulák elmozdulása miatt azonban az úszó a befektetett energiának csak egy részét tudja saját testének előremozgatására hasznosítani, az energia egy része a vízmolekulák mozgása közben 3 dimenziós örvények kialakulásával összefüggő részecskemozgások, illetve más áramlási sajátosságokkal kapcsolatos eseménysorozatban emésztődik fel (Arellano és mtsai 2006). Összehasonlítva az ember teljesítményét a vízben honos élőlényekével, lényeges különbség tapasztalható. Az úszók által elérhető maximális sebesség csak mintegy 16%-a az ember által segédeszköz nélkül szárazföldön elérhető teljesítménynek. Kijelenthetjük, hogy az ember biomechanikai szempontból nem rendelkezik azokkal a tulajdonságokkal, amelyek a nagysebességű úszásra alkalmassá tennék, így nem véletlenül merült fel annak a kérdésnek a vizsgálata, hogy vajon mely faktorok befolyásolják az ember úszásteljesítményét (Toussaint és Truijens 2005). Az úszók által kifejtett erő pontos meghatározása fontos tényezője a helyes végrehajtási technika meghatározásának, továbbá amennyiben túl nagy az ízületeket megterhelő erőhatás, akkor sérülések alakulhatnak ki, így a fellépő erőhatások meghatározása szükségszerűvé vált. Előadásunkban be kívánjuk mutatni az elmúlt időszak legfontosabb kutatási eredményeit, mely alapján képet kaphatunk az úszó és környezete közötti kölcsönhatás mechanizmusáról, illetve a kiváltott erőhatások kiszámításának lehetséges módjairól.

Kulcsszavak: úszás, örvény, folyadékáramlás, folyadéknnyomás

Felnőtt magyar hölgyek (45-65) fitnessz szintje

Baán Ildikó, Karsai István, Kellényi Lóránd, Wilhelm Márta

Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,

Testnevelés- és Sporttudományi Intézet

mwillhelm@gamma.ttk.pte.hu

A születéskor várható élettartam az Európai Unión belül Magyarországon az egyik legrövidebb, s különösen magas a hosszantartó betegségek aránya. Ez a probléma minden modern öregedő társadalomban megoldásra vár, különösen ott, ahol a termékek és mezőgazdasági cikkek termelése a közösség kis részének munkájából állítódik elő. Mindezek miatt a kutatók által gyakran vizsgált probléma a különböző korosztályok fitsségi szintje. Saját kutatásaink során a következő paramétereket mértük: antropometriai adatok (magasság, tömeg, bőrredők, nyugalmi vérnyomás és az átlagos spirometriai adatok úgymint, FVC, FEV1, PEF, FET; a 6 perces gyaloglóteszt (6MWT), teljes spiro-ergometriai vizsgálatok, különösen a VO₂max megállapítása, biomechanikai vizsgálatok, különös tekintettel a fizioiógias tremor megállapítására (nyugalomban), valamint a fizikai aktivitás hatására kialakuló tremor. Akcelerométert használtunk ezek megállapítására, miközben pletysmográffal vizsgáltuk a nyugalmi pulzusszámot továbbá R-R analízist is végeztünk, a különböző tremor jeleket, különösen a 8-12 Hz-es tartományban, az irodalmi adatoknak megfelelően. Számtalan egyéb tudományos kérdőívet is kitöltöttünk, de ezek értékelése és értelmezése még hátravan.

A következő eredményeket kaptuk: 38 hölgy adatait értékeltük, de csak 17 elégitette ki valamennyi általunk támasztott kritériumot. Két csoportra osztottuk a hölgyeket egy rendszeresen sportoló (heti kétszer, rekreációs szinten sportoló, G1), valamint a többiek, akik ilyen jellegű tevékenységet nem végeztek (G2). A vizsgált hölgyek önként jelentkezők voltak, csak a korosztály volt számunkra fontos. A két csoport közötti különbség nyilvánvaló és gyakran szignifikáns volt, bár a G2-s csoport fitnessz szintje nagyobb volt, mint amit számos leírásban erre a korosztályra vonatkoztatva találtunk.

A csoport átlag életkora 46,6 év, testtömege 63,03 kg, zsírszázaléka 32,2, BMI értéke 23,86 volt. A BMI erősen összefüggött a bőrredők összegével (Pearson korreláció számítás, $p=0,02$), valamint attól függetlenül a subscapula- ($p=0,01$) és a lábikra-bőrredővel ($p=0,041$). A 6MWD-t 603,8 m-nek találtuk, amely majdnem olyan jó volt, mint egy Ausztrál mintában egy valamivel fiatalabb korcsoportnál (614 m). Az aerob küszöb szignifikánsan függött össze a nyugalmi R-R távolsággal ($p=0,05$). VO₂max-ot magasabbnak találtuk, mint a korosztályra

javasolt átlag (). VO₂max szignifikánsan összefügg a spirometria során mért FET értékkel és a nyugalmi vérnyomás diastolés értékével. A nyugalmi vérnyomás átlaga jobbnak bizonyult a vártnál 122/77 Hgmm, valamint VO₂max és a diastolés vérnyomás esetében találtunk szignifikáns eltérést a csoportok között (független mintás t- teszt; p=0,09.).

Találtunk egy olyan egészséges csoportot, amely alkalmas volt arra, hogy megvizsgáljuk az idősebb magyar hölgyek fittségi szintjét. További vizsgálatok szükségesek, hogy jobban karakterizálhassuk ezt a korosztályt Magyarországon.

Kulcsszavak: felnőtt nők fitnessz, 6MWT, pletysmográfia, VO₂max

The fitness level of mature hungarian ladies (between 45-65 years)

Ildikó Baán, István Karsai, Lóránd Kellényi, Márta Wilhelm

**University of Pécs, Faculty of Sciences,
Institute of Physical Education and Sport Sciences
mwillhelm@gamma.ttk.pte.hu**

Life expectancy in Hungary is one of the lowest among the European countries, especially the ratio of the long-lasting illnesses. This is a problem to be solved for the modern aging societies, since the production of different materials and products depend on a small portion of the society. Because of this, the fitness level of different age groups is a regularly addressed question among scientists, especially in the modern countries. In our research we measured the following parameters: anthropometric data (height, weight, skinfold measurements, sedentary blood pressure and heart rate, spirometric data; FVC, FEV1, PEF, FET; the 6 Minute Walking Test (6MWT), complete spiro-ergometric measurements, especially concerning VO₂max, and biomechanical measurements on the physiological tremor (resting state), and the tremor induced by physical activity. A plethysmograph was used to measure different parameters of the heart rate and to perform R-R analysis, and the different tremor peaks between 8-12 Hz were measured by an accelerometer, according to the literature. Questionnaires were also filled out by the ladies, but those results need further statistical analysis and interpretations.

Our results are the following: 36 ladies were studied, but only 17 fulfilled all the criteria so far. We divided the studied females into two groups, those who exercise on a regular basis (twice a week, G1), and the others (G2) without regular physical activity. The measured females were volunteers, only the age was the same. The differences between the two groups were clear and significant in many cases, although G2 shows a higher fitness level than the different descriptions suggested for this age group.

The mean decimal age of the studies group was 46.6 years, their weight 63.03 kg, the fat percentage 32.2, and BMI 23.86. BMI strongly correlated with the summa of skinfolds ($p=0.002$, Pearson correlation analysis), and separately with the mean of the subscapula ($p=0.01$) and the calf ($p=0.041$) skinfolds. The 6MWD was found to be 608.3m, which is almost the same as a younger group studied in Australia (614m). The aerobic threshold strongly correlates with the R-R distance in the heart rate measurements ($p=0.05$). VO₂max is

higher than the suggested rates for this age group. VO₂max shows significant correlations with FET in the separate spirometry, and with the diastolic parameters of the blood pressure measurements (The mean blood pressure was better than expected, 122//77 Hgmm. VO₂max and diastolic pressure according to independent T-test (p=0.09).)

We were able to find a group of healthy females and to describe parameters for older populations. Further studies are needed to characterize this age group in Hungary.

Keywords: adult females, fitness, 6MWT, plethysmography, VO₂max

Introduction

In Hungary the life expectancy at birth is lower than in Western Europe, or even in the former socialist countries (WHO). The difference in this term cannot be explained only with the poor Hungarian economy. In Hungary the ratio of diseases caused by smoking or alcohol consumption is very high among adults. There are also other health related factors. Most of the deaths are caused by cardio-respiratoric sicknesses (approximately 56%). This percentage is higher than that in the EU (Daróczi and Kovács, 2004). Although there is an improvement in this aspect, but the incidence of deaths caused by different tumors increased proportionately. In about one third of these cases there is a cause related to lifestyle (Józan, 2000). Mostly bad diet habits and inactive lifestyles are the main reasons. BMI and fat percentages are increasing, just like the known cases of type II diabetes mellitus, and high blood pressure (data from 2004). The troubles in the society and in individual lives are reflected not only in terminal illnesses, but in long-lasting sicknesses. In Hungary every fifth adult person has chronic diseases (KSH, 2003), causing big problems for the society and in health care as well. Therefore, it became important to increase prevention and health education in the society. The health status of the population has consequences in the economy, in the society, even in the individuals' mental state (Palócz et al., 2005). In economically less developed parts of Hungary, people care much less for their health status, even if it is free of charge to visit the doctor. Good health is known to increase productivity and elevate mood. In a healthy society where sustainable development is a main driving force early death is rare, rehabilitation is usually a fast process. It is therefore adequate to conclude that the best investment is prevention in each human society.

In Hungary, or in the South-Danubian region, data are lacking in terms of representative analyses of the physical fitness of middle-aged or older females. In our studies the main goal was to test the most susceptible age group, 45-65 years old females' physical fitness.

We measured volunteers' basic physiological parameters, including their fat percentage, skin folds, vital capacity (FVC) and other spirometric data. The basic condition was measured with a 6 minute walking test (6MWT). Finally most of the volunteers agreed to a complete spiro-ergometric measurement.

Materials and methods

We included subjects who are 45-65 years old. Data were analyzed in two groups. Group1 was the whole tested population, group2 included females between 45-55 years. This group was also called the “younger group”.

1, First biodata were registered (date of birth, body weight, resting blood pressure), percentage of body fat (OMRON BF300), skinfold measurement (Lange-caliper, not fully analyzed data), vital capacity (Spirodoc). We measured forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume in the first second (FEV1), FEV1%, peak expiratory flow (PEF), the main air outflow (2575) and forced expiratory time (FET).

2, A six-minute walking test was conducted. A closed, at least 30 m long, flat corridor is used. The studied person walks back and forth for 6 minutes alone with a self created pace (Enright, 2003). At the end of the test the distance covered in meters is registered.

3, A complete spiro-ergometric test was designated. The test was originally created and used for obese children in the USA. With some modifications the following protocol was used:

Table 1: Our spiro-ergometric protocol

Stage	Time (min)	Velocity (km/h)	Angle (%)
1	1	3	0
2	2	3	10
3	3	4	10
4	3	4	10
5	3	4	12
6	3	4	12
7	3	4	15
8	3	4	15
9	3	5.4	15
10	3	5.4	15
11	3	5.4	15
12	3	5.4	15

The aim was to test the studied persons' stamina, ability to walk and their physical performance. The mean time spent on the treadmill by Group 1 was 17.97 ± 7.48 min, while Group 2 (45-55 years) spent 20.75 ± 6.28 min with this test.

4, Studies conducted with plethysmography were also performed with the subjects. First we analyzed the heart rates' rhythmicity (regular, irregular), secondly the equipment was used to register their physiological tremor with a digital plethysmograph (Kellényi, 2005), the frequency of sampling was 1000 Hz in both paradigms. In the tests of tremor the person was in a simple sitting position on a chair, holding her dominant arm out parallel to the floor (a) without weight, and (b) with a 1000g weight. In both cases the time spent in this position was 60s.

5, Diet habits were also studied with a questionnaire, and the subjects were also asked to register their diet for three days (everything from breakfast to dinner). For analyzing the collected data a Nutricomp Sport 3.0 software was used (created by Dr. Lajos Bíró)

Results and discussion

To date, 38 ladies were tested on the treadmill. Of them, 25 were able to do the protocol fully. Their mean age 52.006 ± 5.84 years, the mean age of Group 2 was 46.61 ± 5.95 years. The BMI was 24.22 ± 3.23 this is much lower than the Hungarian mean for this age group.

Their blood pressures were also normal, Group 2 mean was $122.05 \pm 15.14 / 80.41 \pm 11.71$ mmHg, while Group 1 mean was calculated at $120 \pm 11.99 / 77.73 \pm 13.9$ mmHg. Keeping in mind that most of the tested females are doing recreational sport activities during their everyday life, these results were expected. All the other tested parameters in spirometry showed the same good tendency. Mean FVC for Group 1 was 3.19 ± 0.43 l (3.39 ± 0.37 l for Group 2), this is 107.76% of FVC of this age group. Their FEV1, FEV1% (80.36 ± 15.28 , 82.83 ± 5.85) and all the measured parameters very good, with the exception of their PEF. The mean of PEF was low ($71.58 \pm 1.85\%$).

The results of the 6MWT are given in the distance covered (6MWD) and these are much better than it was expected (608.31 ± 37.32 m; 592.75 ± 65.18 m). Interestingly enough Group 2 covered a shorter distance. In the international studies the mean 6MWD for the 55-75 age group is 659 ± 62 m (Camarri et al., 2005), females performance was a bit lower 628 ± 59 m (Camarri et al., 2005). Our female population's 6MWD is somewhat lower than the reported values. This might mean two things. First, the studied population is too small, second even the ladies doing recreational sports are not fit enough, compared to other nations. Further studies are needed to address these hypotheses.

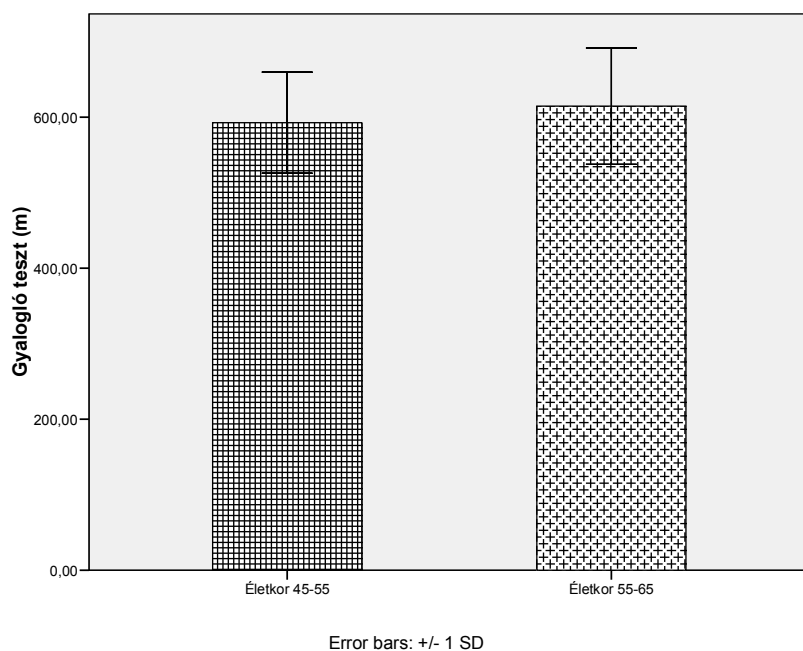


Fig. 1: The results of the 6MWT, given in meters

Australian researchers found strong correlation between the 6MWD and BMI, and also 6MWD and FVC, and FEV1%. They measured heart rate and oxygen saturation during the test. In our case ladies having BMI>30 had a 6MWD performance way under this standard.

During measurements of aerobic capacity (treadmill), relative VO₂max was found to be higher than the Hungarian mean, proving the importance of regular physical activity in physical fitness. The mean of measured VO₂max was 39.72±11.93 ml/kg/min. Characterizing single data we found two persons in the very low VO₂max range, both of them have very high resting blood pressure (164/101; 180/100 mmHg), and their BMIs were also high (36.9; 27.94), just like their fat percentage (52.2%). All the others fell in the excellent or very excellent category checking relVO₂max, especially if we compared it with their age. For Group 2 relVO₂max was found to be 39.12±11.28 ml/kg/min, with METS 8.89±1.45. Above 7.5 METS the exercise is recognized as very hard, exhausting.

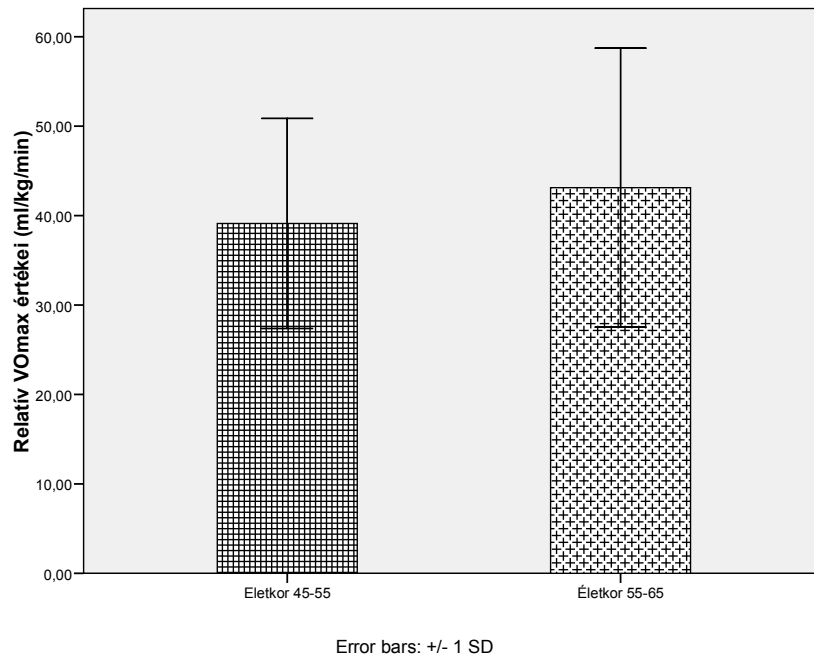


Fig. 2: The relative VO₂max in our groups. According to Quinn, (2008) these are excellent for the 40-49 years old age group

The theoretical maximal heart rate (HR) was estimated with the 220-years equation. Comparing the real measured HR with the estimation, it is very interesting to see that the mean measured maximal HRs showed 105.8% of the estimated rates. This fact suggests good physical states of the tested ladies. During the treadmill tests the mean maximal RQ was 1.17 ± 0.28 ; 1.16 ± 0.24 , although we found few people who were not able to reach $RQ=1$, showing low aerobic/anaerobic capacity, and early fatigue because of low fitness level.

The study of lifestyle included a questionnaire, about diet habits. The experimental subjects were asked to register everything they ate or drank for three days. The questionnaires are not fully evaluated yet. Data are shown from 12 persons' questionnaires. 11 subjects have 3 meals a day, everyone is cooking at home. 3 of them are eating lunch at home, 1 in a restaurant, 8 at the workplace. 6 of them are taking vitamin complexes. Their water consumption is much lower than it is needed (2.5-3 liters, sometimes 4, daily; Szabó and Tolnay, 2001). One of them reported less than 0.5 l/day, 4 drink 1 l/day, 6 of them drink 2l/day, only one of them reported more than 2 liters of water/day.

Estimating their own daily energy consumption, they found the right amount in the list of suggested amounts.

Table 2: Diet habits of 12 experimental subjects

	N	Mean	St. Deviation
Age (years)	12	52.50	7.633
Height (cm)	12	160.041	6.572
Weight (kg)	12	82.40	36.324
BMI	12	31.966	13.624
Energy need (kcal)	12	2133.916	469.831

The weekly vegetable and fruit consumption ranges from 200g to 1000g, which is much lower than the need of the body. The vitamin need of an adult cannot be fulfilled with this amount. Fast food is not popular among these ladies, but their fiber intake is somewhat lower than the needed (30g/day).

Our studies included the measurement of physiological tremor, and heart rates with a plethysmograph. The registered heart rates were found to be identical with the HR measured with the digital blood pressure monitors, but the plethysmograph was able to show possible arrhythmias.

Table 3: The experimental populations' heart rate variables measured with the plethysmograph

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
P-P distance SD (ms)	16	15.86	9220	51.674	17.527
f 8-12 peak (Hz)	16	8.04	10.86	9.126	0.790
FFT power sp. Integral f 8-12 Hz	16	414.48	11859.46	3688.106	3637.964
f 8-12 load 1 kg (Hz)	16	8.46	11.68	10.177	1.187
FFT power sp. Integral f 8-12 Hz, load 1 kg	16	1720.07	49322.55	9986.343	11742.192
HR beat/min	16	55.37	103.71	79.766	10.395

The range of physiological tremor is influenced by many factors. According to the literature, tremor between 8-12 Hz frequencies is caused by central nervous system regulatory function. In the studied population we did not find dominant frequencies showing abnormal tremor functions. Further studies and probably different experimental tasks are needed to achieve reliable results.

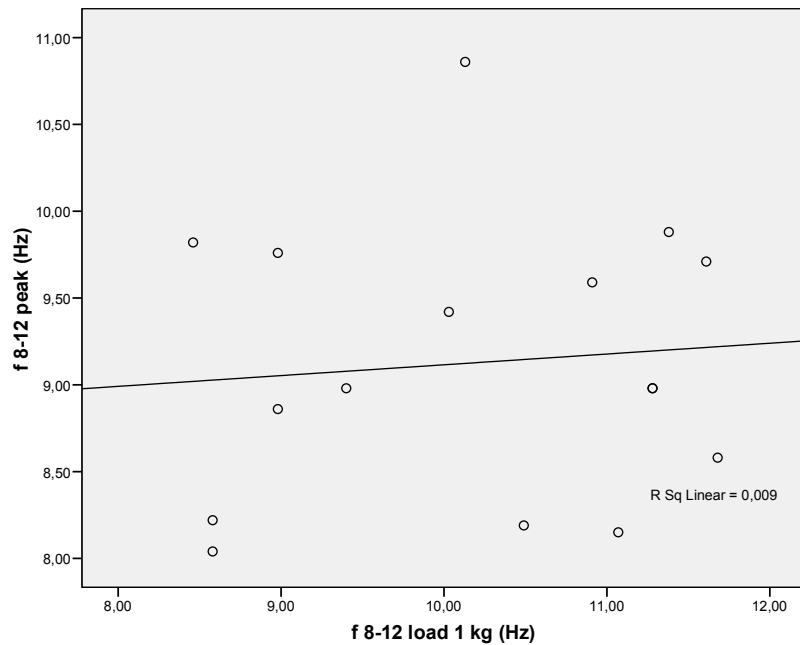


Fig 3: Diagram showing the results of the physiological tremor experiments

Conclusions

Altogether we can conclude that although the studied population is small (n=38), our experiments are appropriate to set up useful standards parameters for this age group. This seems to be very important for two reasons. First, data are lacking or very few in respect of the health and physical fitness of the adult Hungarian population, especially for the age group over 40 years. When in 2002, with the help of SF-36 questionnaire, subjects were asked about their health status and physical abilities, subjects over 40 reported more and more health problems and pain in their everyday life. The regression with age in this respect was found to be deeper than it is physiologically expected (Füzesi et al., 2004).

Second, our results might help experimental subjects to understand their physiological state, and lead a more active lifestyle, although in this respect, half of the tested population showed very high aerobic capacity, and good fitness level.

References

1. Enright, P.L. (2003): The six minute walk test. *Respir Care*, 48:783-785.
2. Camarri, B., Eastwood, P.R., Cecins, N.M., Thompson, P.J. and Jenkins, S. (2005) Six minute walk distance in healthy subjects aged 55-75 years. *Respiratory Medicine*, 100: 658-665.
3. Daróczi, E. (2004) Területi és társadalmi különbségek a középkorú férfiak és nők halandóságában Magyarországon 2001 körül. In: Daróczi, E. and Kovács, K. Halálzási viszonyok az ezredfordulón: társadalmi és földrajzi választóvonalak. *Kutatási jelentések 77*.
4. Füzesi, Zs., Illés, T., Tistyán, L. and Czrják, L. (2004) A felnőtt népesség egészségi állapota a Dél-dunántúli régióban. Pécs
5. KSH Népegyetemen Kutatóintézet Budapest
6. Józán, P. (2000) A századvég halálzási viszonyainak néhány jellegzetessége Magyarországon. *Századvég 1*
7. KSH (2003): *Magyarország 2002*
8. Palócz É., Szörfi, B. and Bachné Halász, M. (2006) Az egészségügy és a versenyképesség kapcsolata. *Menedzsment Egészségstratégia*, 3: 14-17.
9. Szabó, S.A. and Tolnay, P. (2001) bevezetés a korszerű sporttáplálkozásba. Oktatási Minisztérium, Budapest
10. Tolnay, P. and Szabó, S.A. (2001) Az élelmi rostok szerepe a sporttáplálkozásban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 1:7-9.
11. Quinn, E. (2008) Normal values and rankings for VO₂ Max for woman. *Sports Medicine*, february 27.

SESSION:

QUALITY OF LIFE AND SOCIAL SCIENCES /

**ÉLETMINŐSÉG ÉS
TÁRSADALOMTUDOMÁNYOK**

Mapping Effort Levels for Bicycle Routes

Nancy Hamilton

University of Northern Iowa, Cedar Falls, IA, USA
nancy.hamilton@uni.edu

To encourage the general population to become physically active it is necessary to provide an environment that encourages activity. Part of this environmental concern involves providing appropriate information about the natural or man made setting in which the activity will take place. In this project the physical activity studied is bicycling. The project will attempt to produce bicycle route maps that provide the user with as much environmental information as possible while maintaining a format that is easily understood. Of key concern to many is the difficulty of the route. In this project, data from topographical maps was used to provide elevation profiles of bike routes. The routes were then ridden by several riders wearing heart rate monitors. The heart rate monitor data was normalized as a percentage of maximum heart rate. The combined normalized heart rate data was then matched with the elevation profile to provide an effort map of the route. To make the resulting map easier to understand, the route was color coded by effort level. The color coded route was then input into Google Earth and Google Map as an overlay layer. The resulting map provides an easy to read effort map of the bicycle route. The clarity of this mapping system in terms of transmitting information to the user has yet to be tested. It is hypothesized that this mapping technique will allow the user to make a more informed choice of bicycle route based on the desire for a physical challenge and ones' own level of physical fitness. It is also hoped that such mapping techniques can offer a better opportunity for family rides while fitting the fitness needs of each individual.

Keywords: Bicycling, effort, mapping

Athletes' Perceptions of the Role of the Coach in Hazing

Jennifer J. Waldron

**University of Northern Iowa, Cedar Falls, Iowa, USA
jennifer.waldron@uni.edu**

In order to produce a successful team, coaches must work to create cohesion within a group of individuals. One method that has been used to promote team cohesion is hazing. Hazing is defined as “any activity expected of someone joining a group that humiliates, degrades, abuses, or endangers, regardless of a person’s willingness to participate” (Hoover, 1999, p. 8). Hazing often results in dangerous and risky behaviors, such as binge alcohol drinking, kidnapping, and physical harm. Research has shown that hazing is prevalent in athletics, with as many as 80% of surveyed athletes in the United States experiencing hazing behaviors (Allan, 2008; Hoover, 1999). However, little is known about athletes’ perceptions of the role of the coach in hazing. Thus, the present study sought to examine athletes’ interpretations of the involvement of their coaches in hazing experiences and their perceptions of the ideal role coaches should assume during athletic hazing experiences. Twenty-one current or former high school and collegiate athletes participated in interviews regarding their involvement in hazing experiences. After transcribing the interviews, data analysis consisted of familiarization, open coding, and axial coding. Results revealed two higher-order themes – coaches’ actual response and the ideal role of coaches – and seventeen lower-order themes. Actions coaches engaged in when hazing experiences occurred, including allowed but controlled hazing, encouraged hazing, ignored hazing, and punished hazing. Participants also indicated a variety of responses regarding the ideal role of the coach in hazing experiences, including allow, ignore, encourage, stop, punish, and report hazing. Results suggested that athletes’ do perceive that coaches play either a direct or indirect role in encouraging or discouraging hazing. The discussion will focus on the role of coaches in fostering healthy team-building experiences and action coaches can take to prevent hazing on their teams.

Keywords: hazing, coaches, cohesion

Tradition and Modernity in the Physical Recreation Activities of Families in Hungary, Poland, Czech Republic and Slovakia (“Visegrád countries”) – Comparative Transnational Empirical Lifestyle Research (2005-2007)

Zsuzsanna Benkő, Dr. habil.; Klára Tarkó, PhD;

László Lippai and Katalin Erdei, Dr.

University of Szeged, Juhász Gyula Faculty of Education, Institute of Applied Health Sciences and Health Promotion, Szeged, Hungary

benko@jgypk.u-szeged.hu; tarko@jgypk.u-szeged.hu; lippail@jgypk.u-szeged.hu

Introduction

The present research (Benkő, 2007) is a comprehensive scientific work that is based on the cooperation of multidisciplinary research teams of the so-called Visegrad Countries: the University of Szeged, Juhász Gyula Faculty of Education, Institute of Applied Health Sciences and Health Promotion (Professional coordination); Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Slovakia; Univerzita Hradec Králové, Czech Republic; and the Uniwersytet Śląski from Poland.

The location of the research is – to use Hungarian writer, Ferenc Erdei’s terminology – the “city and its surroundings”, which allowed us to include sample respondents living in both “urban” and “rural” types of neighbourhoods. The sample was selected by multi-stage random sampling, with 500-500 families/households in each country. Single-member and childless households were also regarded as families, in accordance with the definition used by the consortium and international practice. As a guiding principle, in each case we sought to interview one adult (possibly “the housewife”) of the family. In selecting the sample, we aimed to achieve representativity on the area/neighbourhood level.

Our research method was comprised of two parts: the first was theoretical and provided a process analysis of the family as a sociological and psychological category. The other measurement method was a structured questionnaire-based interview. Questions centred around 5 key themes: nutrition, free time, family customs, cultural habits, and family values. The present paper explores how our physical recreation is affected by modernism, and how traditionalism affects our present exercising habits. Modernism and traditionalism were understood in our research according to the participants’ subjective self-categorisation (independent variable) on the one hand, and according to researchers’ literature-based objective categorisation (dependent variable) on the other.

Free time habits in Hungary

Free time activities are an important part of life. We examined the use of free time with a focus on physical exercise and doing sports, typical free activities, human relationships in free time along with customary ways of spending one's holidays at home and abroad.

The population of Szeged we selected for our study can be described as having the following habits with regard to physical exercise and doing sports: 53% of the entire sample engaged in some form of physical exercise or sport. Broken down by residential area, lack of physical exercise was prevalent in Central Szeged (no physical exercise=51%), and in the inner residential area (no physical exercise=57.6%), while engagement in physical exercise was the highest in the housing estate (57.4%).

Respondents also had to answer an open-ended question about what form of physical activity they preferred if they were engaged in any. Depending on their frequency, responses were categorised as follows: for the full sample, the most popular forms of exercise were fitness, aerobics, and dance (18.5%), riding a bike (17.2%), and gymnastics (15.0%). Further categories included running or jogging (9.9%), ball games (8.6%), swimming (7.3%), miscellaneous intense forms of exercise (7.3%) (those were grouped here who named several high-intensity types of exercise), walking (5.2%), weight-lifting and going to a gym (3.9%), yoga (2.1%), combat sports and martial arts (2.1%), physiotherapy (1.3%), and other forms of exercise (1.7%).

Nearly half of those doing sports (46.4%) did so once or twice a week, and this level of intensity was primarily typical of Central Szeged (62.5%) and the rural residential area (61.5%). Daily vigorous exercise was the most prevalent in the cottage and garden district, where the percentage of residents engaging in sports (34.5%) was over twice that of the entire sample in Szeged. The results may be biased, due to the fact that the majority of respondents were women.

In exploring free time activities, respondents had to identify their typical engagements using a predefined set of categories. They were allowed to select a maximum of 5 options. For the entire sample, the largest percentage was attached to watching TV (65.1%), followed closely by reading (64.3%). The third place was occupied by conversation, visiting friends, entertaining, dating (42.2%), and then by walking (36.2%), listening to music at home (34.4%), going on outings (31.9%), gardening (30.2%), and going to the cinema (23%). Going/eating out (13.3%), doing needlework and playing chess, cards (bridge) and board games (14.9%), theatre and concert-going (14.2%) and doing sports (17.8%) were also activities in which involvement was above 10%. Activities like going to hobby clubs (3.5%),

fitness programmes (8.5%), playing billiards and bowling (5.7%), playing music (4.4%), playing other games (3.7%), and doing DIY (9.8%) were below 10%. Only 0.4% of the sample reported not having any typical free time activities.

We tried to eliminate the distorting effects of objective obstacles to free choice by offering respondents hypothetical free time activities. What we wanted to find out was the percentage of respondents selecting these offered activities, which were clearly categorisable in terms of tradition and modernity. We allowed 2 choices (Table 1.). (Because of multiple choices, the total percentages cannot be interpreted.)

Table 1: Which of the following invitations would you accept the most gladly for the weekend? (%)

	Total N=458
pig-killing and dinner on pig-killing day at the relatives	10.4
invitation by good friends to an elegant restaurant, with dinner and music	23.2
invitation by village relatives to the village fair, evening feast with the relatives	11.7
the 50 th marriage anniversary of grandparents, with the extended family, relatives	26.8
garden party of good friends, listening to music, barbecue outside	80.5
invitation by the neighbours for dinner, listening to music and a peaceful chat	25.2
wedding feast under a tent, with Gypsy music and mutton-stew	11.3

The majority of the total sample voted for *friends' garden party* (80.5%). This was followed, far behind, by *grandparents' 50th marriage anniversary* (26.8%), then by *neighbours' invitation to dinner, listening to music and a chat* (25.2%). After all those came the *invitation by good friends to an elegant restaurant* (23.2%), *invitation by village relatives to the village fair* (11.7%), *wedding feast under a tent with Gypsy music and mutton-stew* (11.3%), and *pig-killing and dinner on pig-killing day at the relatives* (10.4%). By residential area, a conspicuous difference showed in the case of *wedding feast under a tent* with Central Szeged (22.4%). *Pig-killing* was also chosen by most residents (14.3%) in Central Szeged of all residential areas. In the cottage and garden district, most of the residents would accept an *invitation by good friends to an elegant restaurant* (32.7%), while in the inner residential area the choice of an *invitation by village relatives to the village fair* was the highest (16.7%). In the rural residential area, in the inner residential area, and again in the rural residential area, it

was the *grandparents' 50th marriage anniversary*, the *garden party of good friends*, and the *neighbours' invitation*, respectively, that was chosen by the highest percentage of people (29.5%, 84.8%, and 32.1%, respectively).

Holidays as a free time activity are also an indicator of modernity. We considered at least 5 successive days spent resting as holidays. We wanted to find out how many times the respondent went on holiday *over the past 3 years*. We did not link inland holidays to travel in order to reduce the effect of financial inequities between families. 35.7% of the total sample did not go on a holiday any time over the past 3 years. 23.6% were on holiday inland 3 or more times, 21.7% once, and 19% twice. By type of residence, the number of respondents who have been on holiday 3 times or more was the highest in Central Szeged (31.4%), which can probably be explained by the high number of retired residents in this area.

However, it was striking that in the rural residential area, the rate of those who had not been on holiday at all was relatively the highest. It does not necessarily have to do with a bad financial situation. One explanation may also be the dominance of a traditional value linked to the way of living (summer agricultural work and looking after animals around the house, etc.), whereby respondents did not seek to have a rest for at least 5 consecutive days.

The values of tradition and modernity were best captured by the question of *with whom* the respondent was on holiday. We considered it traditional if the respondent was on holiday with their family or a partner. Following from this, if they were on holiday alone, or with friends, or with family and friends together, we considered it modern. Apart from the choice of “yes”, “no” was also relevant (since the respondent did not go on holiday), and a “no” answer could also be given. Most respondents went on holidays with members of their family (36.8%), followed by family and friends together (14.5%), friends (13.9%), a partner (9.5%), and finally spending the vacation alone (2.9%). By residential area, the rate of those spending holidays alone was the highest in the housing estate (4.4%). The highest percentage of people going on holidays with family members was in the cottage and garden district (46.6%). Most respondents living in the housing estate went with a partner (12.8%), and also with friends (16.7%), while we found most residents who spent holidays together with their families and friends in the rural residential area.

In the case of holidays abroad, we used the same methods as with inland holidays. First, we wanted to see how many times respondents went on *holiday* abroad *over the past 3 years*. We expected a more marked manifestation of differences in financial position between families in this case. 51.9% of the total sample did not spend holidays abroad over the past 3 years. 19% was on holiday abroad once, 15.1% 3 or more times, and 14% twice. By type of

residence, the percentage of those not going on holiday abroad any time was the highest in the rural residential area (62%). Those on holiday once were the most numerous in the cottage and garden district (31.6%), those who travelled abroad on holiday twice dominated in the inner residential area (18.2%), while respondents who spent their holidays abroad 3 or more times also had the highest share in the cottage and garden district (21.1%). These figures are also suitable to characterise the financial situation of families living in individual residential districts. Probably families with the worst financial status were to be found in the rural residential area, and those in the best position lived in the cottage and garden district.

In the case of holidays abroad, we also asked the question of with whom the respondent spends time abroad when on holiday. Similarly to inland holidays, we considered spending holidays abroad with family members or a partner traditional, and the other options were regarded as modern. Most respondents (26.5%) spent their holidays with family members in this case, too. This was followed by family and friends (10.1%), friends (9.4%), and a partner (5%). Only 1.8% of respondents spent their foreign holidays alone. By residential area, holidays spent alone abroad were most typical of housing estate residents (3.4%). Spending holidays abroad with family members was at the highest rate in the cottage and garden district (40.4%), while holidays with a partner and with friends were again a primary trait of housing estate residents (6.9 and 13.7%, respectively). Going with the family and friends together was most favoured by those living in the cottage and garden district (12.3%).

Of the total Szeged sample, 24.7% had 2 hours of free time a day. 17.3% had 3 hours, while 12% had 4 hours of free time a day. Less than 10% were given to the following options: only during public holidays (4.6%), less than 1 hour a day (4.4%), 5 hours per day (6.1%), 6 or more hours per day (8.5%), and different by seasons (5.5%). 3.3% of respondents reported having no free time at all. By type of residence, most of those living in the housing estate did not have free time (4.4%), while the most free time was reported in Central Szeged (13.7%). On average, in each type of residential area the amount of free time was between 1-3 hours. We also performed an objective analysis of how families spent their free time along the tradition – modernity axis. The background variable of “traditional free time habits” was formed using the following indicator-variables: needlework as a typical free time activity; going to the theatre and concerts as a typical free time activity; pig-killing and dinner on pig-killing day at the relatives as a chosen free time activity; going on inland holiday with family members; and going on holiday abroad with family members.

The background variable of “modern free time habits” was created from the following indicator-variables: fitness programmes as a typical free time activity; watching TV as a typical free time activity; garden party of good friends with barbecue outside as chosen free time activity; going on inland holiday with friends; and going on holiday abroad with friends.

Based on objective indicators, the way families in the sample spend their free time could be described as moderately modern (41.5%).

We also asked respondents to judge whether the way their families spend their free time could be considered traditional or modern. Here, in their own categorisation, traditions tended to dominate (73.4%), which remained the same in a breakdown by residence as well.

Transnational comparison of free time habits

Since the title of our international research is “Tradition and Modernity in the Lifestyle of the Families of the Visegrád Countries”, the comparative analysis of the countries concerned shall be limited to grasping the problem area of tradition and modernity.

In terms of the objective indicators, the free time habits of respondents were considered to be “traditional” if their choices included the following: no physical exercise; typical free-time activity: needlework, conversation, visiting others, entertainment, dating, and reading, and going on holidays (at home or abroad) with family members.

Our objective modernity indicator was based on the following choices: active engagement in physical exercise and typical free time activities: fitness programmes, watching TV, and visiting venues of entertainment (discos, pubs, and restaurant), and holidays (at home or abroad) with friends.

In order to aggregate our data, the response categories were grouped once again. The objective indicator of family free time habits obtained clearly showed the predominance of tradition. The relevant rate was highest for Poland (54.2%), and it was 23.2% points higher than the value referring to the total international sample. The second highest value, well behind Poland’s, was that of the Slovakian sample (26.7%), followed by the Czech (22.9%), and the Hungarian (19.9%) values. The rate of the non-typical category stood out for the Hungarian sample (70.7%).

Table 2. shows the results of the respondents’ self-reporting on their own free time habits.

Table 2: *Family free time habits in terms of subjective indicators*
(as % of the national sample)

Family free time habits – subjective	Hungary n=458	Poland n=497	Czech Republic n=519	Slovakia n=494	Total N=1968
Traditional	73.4	73.0	64.7	76.9	71.9
Modern	26.6	27.0	35.3	23.1	28.1
Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Tradition prevailed according to the subjective indicator, too. Its value was highest for Slovaks (76.9%), followed closely by the Hungarian (73.4%), and the Polish (73.0%) respondents. The data for the Czech sample came last (64.7%). Consequently, the ranking order of the predominance of tradition was altered here, too, as compared to the values obtained for the objective indicator.

As for free time habits, 34.5% of those declaring themselves “traditional” within the entire international sample proved to be “traditional” according to the objective indicator as well, and 9.2% of those declaring themselves “modern” proved to be “modern” objectively. In other words, the self-categorisation of 27.4% of the total international sample (T: 24.8%; M: 2.6%), i.e. somewhat less than one-third of it, proved to be correct. At the level of the respective national samples, our data showed the following picture: from among those who classified their own free time habits as “traditional”, 22.6% in Hungary, 57% in Poland, 28.6% in the Czech Republic, and 28.7% in Slovakia were assigned to the “traditional” category on the basis of the objective indicator as well. The corresponding rates for the subjective modernity indicator were the following: 9.8% in the Hungarian sample, 1.5% in the Polish one, 10.9% in the Czech one, and 14.9% in the Slovakian one turned out to be “modern” in the classification based on the objective indicator as well. This means that 19.2% of the Hungarian sample (T: 16.6%; M: 2.6%), 42.0% of the Polish sample (T: 41.6%; M: 0.4%), 22.4% of the Czech sample (T: 18.5%; M: 3.9%), and 25.5% of the Slovakian sample (T: 22.1%; M: 3.4%) classified the free time habits of their families consistently. The classification was most successful for the Polish sample, and least so for the Hungarian one.

References

Zsuzsanna Benkő (2007, Ed.): *Tradition and Modernity in the life-style of the families of the Visegrád countries*. JGYF Kiadó, Szeged. 429 p.

Konkurrálhat-e a fizikai aktivitás az ülő életmóddal? – Esettanulmány magyar fiatalokról

***Hamar Pál¹, Soós István², Stuart Biddle³,
Takács Bence¹, Karsai István⁴***

¹Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar

²School of Health, Natural and Social Sciences, University of Sunderland, UK

³School of Sport and Exercise Sciences, Loughborough University, UK

⁴Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet

Összefoglaló

Magyarországon az 1990-es rendszerváltozást követő értékpreferencia-váltás negatív tendenciákat is magával hozott a fizikai aktivitás és az emberek életmódja terén. Az inaktivitás modern korunk részévé vált. Elég, ha csak arra gondolunk, hogy az óriási informatikai és számítástechnikai fejlődés milyen kedvező táptalajt nyújt a „homo sedens” embertípus kialakulásához. Tanulmányunkban kiemelten a fizikai aktivitással, mint a legtágabban értelmezett mozgásos cselekvéssel foglalkozunk magyar fiatalok körében. Megvizsgáljuk, hogy ebben a későbbi aktív életvitel szempontjából fontos életkorban, milyen a fiatalok szabadidő eltöltési szerkezete, milyen helyet és szerepet kap a fizikai aktivitás mindennapi életükben. Vajon az iskolán kívül eltöltött szabadidejükből mennyit fordítanak általában testmozgásra és mennyit szervezett sportolásra? Milyen szerepet játszanak életvitelükben az olyan tevékenységek, mint a televíziózás, a videózás, az internetezés, a számítógépes játékok, a zenehallgatás, a telefonálás, az olvasás stb. A vizsgált személyeket (n=301) random módszerrel, 13-18 éves magyar általános és középiskolás fiú-, illetve leánytanulók közül választottuk ki. Az iskolák között egyaránt szerepeltek kelet-magyarországi, nyugat-magyarországi és budapesti települések oktatási intézményei. A rendszeres fizikai aktivitás életvitelben betöltött helyének és szerepének vizsgálatához az önkitöltős kérdőíves módszert alkalmaztuk (EMA; Stone és Shiffman, 2002; Marshall és mtsai, 2003). A kérdőív két részéből az első a vizsgált személyekre, a családi hátterükre és környezetükre kérdezett rá. A napló másik része a tanuló tevékenységét, tartózkodási helyét és társas kapcsolatát foglalta magában. Az adatgyűjtés 15 perces időintervallumokban, tanítás előtt és után, illetve három munka- és egy hétvégi napon zajlott. Eredményeink azt mutatják, hogy a vizsgált személyek körében a domináns tevékenység a TV és videó nézés, valamint a más egyhelyben ülő foglalatosságok olyanok, mint az ülés és beszélgetés, a szellemi

hobbitevékenység, a motorizált utazás, a számítógép használat illetve a telefonálás. Ezek a kulcstevékenységek a szabadidőből a hétköznapokon 219.2, a hétvégi napokon pedig 348.2 percet vesznek el. Ezzel ellentétben a sport, a mozgásos hobbitevékenység, a kötetlen játék és az aktív utazás (gyaloglás, kerékpározás) mindent összevetve a hétköznapokon 51.4, míg a hétvégi napokon 71.7 percet tölt ki.

Kulcsszavak: 13-18 éves tanulók, fizikai aktivitás, ülő életmód

Can physical activity compete with sedentary behaviours? – A case study on the Hungarian youth

***Hamar, Pál¹, Soós, István², Biddle, Stuart³,
Takács, Bence¹, Karsai, István⁴***

**¹ Faculty of Physical Education and Sport Sciences,
Semmelweis University Budapest, Hungary**

² School of Health, Natural and Social Sciences, University of Sunderland, UK

³ School of Sport and Exercise Sciences, Loughborough University, UK

⁴ University of Pecs, Institute for Physical Education and Sport Sciences, Hungary

The political transition in Hungary in 1990 caused value preference change, and had a strong influence in the role of the physical activity in people's lifestyle. Inactivity became part of our modern age with a huge development in informatics and computer technology and that process developed the "homo sedens" human type. In our paper the connection between sedentary behaviours and regular physical activity is analysed in the lifestyle context of young Hungarian people. The structure of youngsters' leisure-time schedule is examined, in order to reveal what is essential for the later active lifestyle. Students' free time physical activity, organized sport activity, and sedentary behaviours, like watching TV and video, using the Internet, playing computer games, listening to music, phoning and reading are investigated.

Participants (n=301) were randomly selected of 13-18 year old Hungarian primary school and secondary school male (n=121, 40.2%) and female (n=180, 59.8%) students. Eastern Hungarian and Western Hungarian settlements' and Budapest's educational institutions were randomly and equally included in the sample. An ecological momentary assessment, a self-report free-time diary was used for data collection (EMA; Stone & Shiffman, 2002; Marshall and et al., 2003). It was comprised of two parts, one with participant-level variables, family-level variables and environmental-level variables. The other part of the diary included questions of the behaviour, the location and the company of students. Data was collected in 15-minute time intervals before and after school on three weekdays and one day of the weekend.

Our results show the dominance of watching TV/video, and other sedentary behaviours, as sitting and talking, cognitive hobbies, motorised transport, as well as computer use and phoning among participants. These key sedentary behaviours occupy weekdays' 219.2 and weekend' 348.2 minutes of free time, in contrast with sports, behavioural hobbies, unstructured play, and active transport (walking, cycling), which take 51.4 minutes on weekdays and 71.7 minutes on weekends, respectively.

Keywords: 13-18 year old students, physical activity, sedentary lifestyle

Introduction

The political transition in Hungary in 1990 caused value preference change, and had a strong influence in the role of the physical activity in people's lifestyle. Inactivity became part of our modern age, with a huge development in informatics and computer technology. This process developed the "homo sedens" human type. A physically passive, inactive and sedentary lifestyle correlates with the increase of weight and the structural change of the body composition. The link between the prevalence of obesity and the change in lifestyle is considered to be evident (Biddle and et al., 2003; Bicsérdy, 2002; Aszmann, 2000). Besides the physiological side of the issue, the mental side is not negligible either: the cumulative aggression, the extreme emotional manifestations, and the weakening concentration of the human beings. If the study results permanently relapse, they already notify a serious problem in young people.

The aim of survey

In our study the connection between sedentary behaviours and regular physical activity is analysed in the context of the life of young Hungarian people, as well as, the problems of the physical activity as the widest interpreted movement exercise. The activities that consume energy and utilize the recourse of the skeletal muscles are considered to be "physical activities" (Soós, 2002). Every activity (like gardening, walking, walking the dog, etc.) belongs under the category of the physical activity that a person does with his striated muscles. In a sense, working out and sports fall under the same category. However, these are the kinds of workouts which are executed in a higher dimension and are more conscious activities, and have different aims (performance increase, efficiency, defeating others, etc.).

In this study, the structure of youngsters' leisure time schedule is examined, in order to reveal what is essential for the later active lifestyle. Students' free time physical activity, organized sports activity, and sedentary behaviours, like watching TV and video, using the Internet, playing computer games, listening to music, phoning and reading are investigated.

Methods

Participants (n=301) were randomly selected from 13-18 year-old Hungarian primary school and secondary school male (n=121, 40.2%) and female (n=180, 59.8%) students. Eastern Hungarian and Western Hungarian settlements' and Budapest's educational institutions were randomly and equally included in the sample.

An ecological momentary assessment, a self-report diary containing details about free-time activities was used for data collection (EMA; Stone & Shiffman, 2002; Marshall et al., 2003). It was comprised of two parts, one with participant-level variables, family-level variables and

environmental-level variables. The other part of the diary included questions of the behaviour, the location and the company of students. Data was collected in 15-minute intervals before and after school on three weekdays and one day of the weekend. Behavioural categories were established for sedentary behaviours and physical activity.

Results

According to the survey of the Hungarian National Statistical Office (2003), the dominant behaviour is the viewing of TV/video. Moreover, both listening to music and reading or socialising behaviours respectively occupy the same amount of the daily schedule as physical activity and sports altogether. In the diagram (see Supplement 1), these ratios demonstrate different pictures in Scandinavian countries, Belgium, the United Kingdom and France.

Our results show similar figures (see Supplement 2) with the dominance of watching TV/video, and other sedentary behaviours, such as sitting and talking, cognitive hobbies, motorised transport, as well as computer use and phoning. These key sedentary behaviours occupy weekdays' 219.2 minutes and weekends' 348.2 minutes of free time, in contrast with sports, behavioural hobbies, unstructured play, and active transport — walking, cycling — which take up 51.4 minutes of weekdays and 71.7 minutes of weekends altogether.

Conclusion

The Hungarian society's contemporary surveys of physical activity show that the inactivity increased significantly among young Hungarians (Aszmann, 2000; Mészáros et al., 2002). Hoffmann Istvánné (2000) confirmed that sport "consumption" is not a natural part of the families' needs, which also explains why physical activity is not a priority these days in the lifestyle of the young generation in Hungary. However, further investigation is suggested by way of analysing the daily time trends.

To the question asked in the title, we can respond that at present, physical activity cannot compete with sedentary behaviours in Hungary. The solution lies in that children should be influenced from a very early age by good experiences in physical activity. Physical education in school and sports can be the scene of education, where the systems of educational effects – parents, teachers, and friends – utilize the interest towards physical activity. In addition, in the spread of sports and exercise the lifestyle patterns are extremely important, namely, what the children can see on TV or in films, and what the adult milieu provides them, especially the sports milieu.

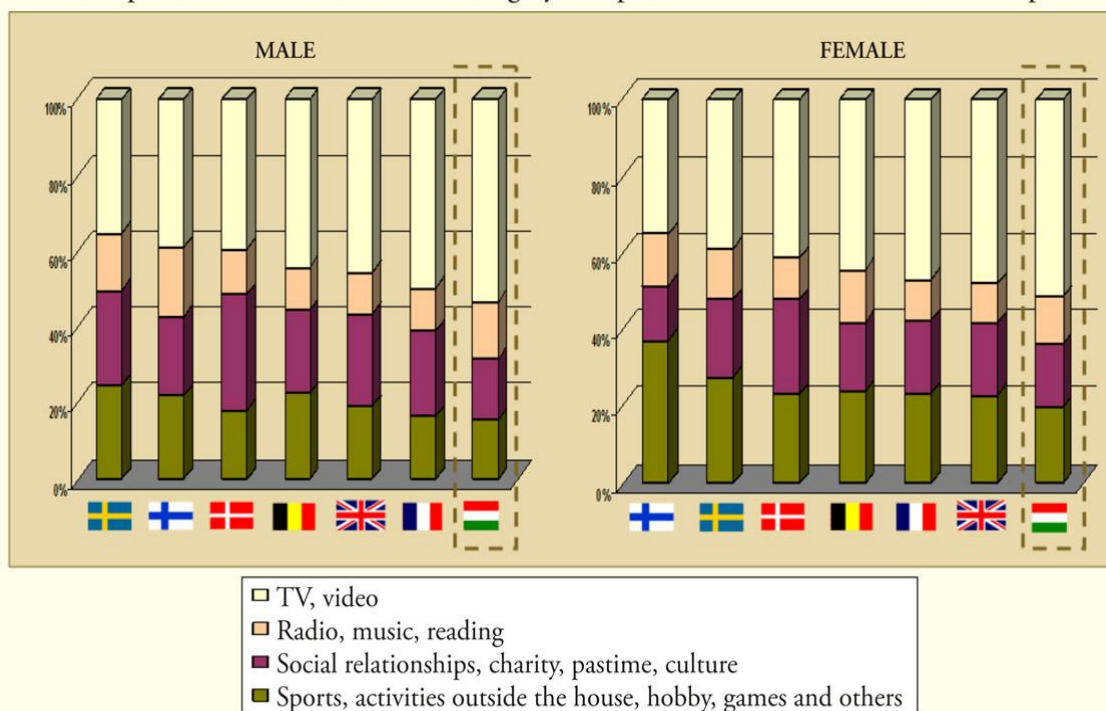
Unfortunately, in Hungary it does not happen this way, thus the sedentary lifestyle, the lack of interest in sports activities become these days' syndrome. Consequently, the negative attitude towards physical activity turns into a contemporary, concomitant phenomenon.

References

1. Aszmann, A. (2000): *Fiatalok egészségi állapota és egészségmagatartása (Health conditions and health behaviour of young people)*. Országos Tisztifőorvosi Hivatal (National physician's office), Budapest.
2. Biddle, S. J. H., Gorely, T., Marshall, S. J., Murdey, I., Cameron, N. (2003): *Physical activity and sedentary behaviours in youth: issues and controversies*. The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health. 124(1). 29-33.
3. Bicsérdy, G. (2002): *Sportágválasztás a különböző életkorokban (Sport choice in the different ages)*. Magyar Sporttudományi Szemle (Hungarian Review of Sport Science). 3-4. 7-10.
4. *EU-Számunió. Művelődés, szórakozás az Európai Unióban és Magyarországon (EU in numbers. Civilization, pastime in the European Union and Hungary)* (2003): Központi Statisztikai Hivatal (Hungarian National Statistical Office), Budapest.
5. Hoffmann I. (2000): *Sportmarketing (Sport Marketing)*. Bagolyvár, Budapest.
6. Marshall, S. J., Biddle, S. J. H., Murdey, I., Gorely, T., & Cameron, N. (2003): *But what are you doing now? Ecological momentary assessment of sedentary behavior among youth [abstract]*. Medicine and Science in Sports and Exercise, 35(5, Suppl.), S180.
7. Mészáros, J., Szabó, T., Mohácsi, J., Lee, Chee P., Tatár, A. (2002): *A motorikus szekuláris trend. Prepubertás- és pubertáskorú fiúk fizikai teljesítménye (Physical performance of pre-puberty and puberty age boys)*. Magyar Sporttudományi Szemle (Hungarian Review of Sport Science). 1. 4-7.
8. Soós, I. (2002): *A sportpedagógia, mint prevenciós eszköz a fiatalok egészségnevelésében. (The sport pedagogy as a preventive implement in the young persons' health education.)* Kalokagathia. 1-2. 130-135.
9. Stone, A. A., & Shiffman, S. (2002): *Capturing momentary self-report data: A proposal for reporting guidelines*. Annals of Behavioral Medicine, 24(3). 236-243.

EXERCISE DOES NOT HAVE PRIORITY IN LEISURE-TIME ACTIVITIES

This position is unfavourable in Hungary compared with other countries in Europe



Source: Hungarian National Statistical Office. *EU in numbers, Civilization, pastime in the European Union and Hungary, 2003.*

Supplement 2

THE BEHAVIOURS OF FREE TIME ON WEEKDAYS AND WEEKEND

13-18 year old Hungarian students

n = 301

	Minutes/weekdays	Minutes/weekends
Sedentary behaviours: TV/video, sitting and talking, cognitive hobbies, motorised transport, computer and telephone use	219.2	348.2
Sports, behavioural hobbies, unstructured play and active transport (walking, cycling)	51.4	71.7

Connections between playful activities and the quality of life

Imre Bús

University of Pécs, Illyés Gyula Faculty of Education

bus.imre@gmail.com

Playful activity appears in many studies or researches about the quality of life as its component or influencing element, although the notional parts and their nexus are not yet cleared. This lecture intends to analyze some important notional components of play games from the aspects of quality of life with special emphasis on school-aged children.

Activity, which is interesting, and the avoidance of boredom are important mental conditions of the quality of life both in work and in leisure time. The professional literature mentions activity as the basic element of the quality of life, as one can play games only actively, in a self-active way. The possibility of free choice belongs to mental health. Playing games can also provide this. In lack of intrinsically motivated activities even primary school children collapse under the weight of constraints.

Children, adolescents and adults when playing games enjoy the opportunities given in a fantasy world, imagine themselves in different roles and situations. Living up the “as if” experience not just by the help of books, movies or theatre plays but by their activities and this helps to overcome the problems of the real life. All of this is done within the frame of rules, thus they obey the necessary rules of the real life easier.

The human characteristics of playing games are revealed by their relating features to creativity.

Smart ideas, flexible thinking and the ability to analyze are musts in nowadays’ world, thus routine-like activities need compensation in all areas of life to involve people in creative activities (at least in their leisure time).

These characteristics of playful activities can already enrich the quality of life in childhood and later in adulthood as well.

Keywords: playing games, quality of life, connection

Játéktevékenység és életminőség néhány összefüggése

Dr. Bús Imre

Pécsi Tudományegyetem Illyés Gyula Főiskolai Kar
bus.imre@gmail.com

Több életminőséggel foglalkozó tanulmányban, kutatásban megjelenik a játéktevékenység, mint az életminőséget befolyásoló tényező, illetve annak összetevője. Azonban nem tisztázták a fogalmi elemek és azok összefüggései. Ez az előadás a játék néhány jelentős fogalmi összetevőjét elemzi az életminőség szempontjából, különös tekintettel az iskolás korosztályra.

Az érdekes tevékenység, az unalom elkerülése nagyon fontos mentális feltétele az élet minőségének a munkában és a szabadidőben is. Az aktivitást a szakirodalom az életminőség alapelemeként említi, játszani ugyanis csak aktívan, sőt öntevékenyen lehet.

A mentális egészséghez hozzátartozik a szabad választás lehetősége, a játék ezt is megadja az embernek. A belső motivációjú tevékenységek hiányában a kényszerek súlya alatt már a kisdíjakok is összeroppanhatnak.

A játékvilágban tevékenykedő gyermekek, ifjak és felnőttek nagyon élvezik a fantáziavilág adta lehetőségeket, beleélik magukat a különböző szerepekbe és szituációkba. A „mintha” élményt nemcsak könyvek, filmek, színdarabok segítségével, hanem saját tevékenységgel is átélik, és ez segíti a valós élet problémáit feldolgozni. Mindezt a szabályok adta kereteken belül teszik, így a valós élet szükségszerű szabályait is könnyebben elfogadják.

A játék emberi jellegét leginkább a kreativitással rokon vonásai mutatják. Az ötletesség, a rugalmas gondolkodás, az elemzőképesség kívánatos a mai világban, így a rutinszerű tevékenységek az élet minden területén kompenzációt igényelnek, hogy izgalmas, alkotó tevékenységben (legalább a szabadidőben) részt vehessenek az emberek.

A játéktevékenység ezen jellemzői már gyermekként és később felnőttként is sokat adhatnak az életminőséghez.

Kulcsszavak: játék, életminőség, összefüggés

Research on the Personality Traits of Team Game Athletes with the Eysenck Personality Questionnaire

Klára Batta, Ferenc Hegedűs

College of Nyíregyháza, Hungary

battak@nyf.hu; hegedus@nyf.hu

The great advantage of various sport activities lies in that it is inspired with the internal motivation of the individual. When choosing a branch of sport or while doing it, the inner drive is a dominant factor. That is why it is important to us how the education of the individual is realized in the case of team game athletes through sport activity, and whether there are some personality traits, which will perhaps show significant differences between female athletes and non-athletes of the same age.

The primary objective of our investigation is to gain empirical data from sportswomen who play ball games such as basketball, handball, volleyball and soccer as professional sports and non-sportswomen, by means of comparing the character features that were classified by Eysenck.

The questionnaire was filled in by adult first class team game athletes. The improvement of physical abilities is significant as an effect of sport activity, although this has a personality aspect, too. This improvement or change can be regarded as an effect of education only if the character of a sportsman is also transformed by the activity and positive habits are formed.

Differences that might be shown by the investigation can be induced by various specific sport activities but it has to be taken into consideration that at the same time presumably those individuals orientate themselves towards the above ball games that show some tendency towards a certain personality trait as early as they choose a certain type of sport activity. The results of the investigation may provide help with the selection of future sportsmen, with planning the training activities of coaches that may affect a more successful coaching activity.

Keywords: personality traits, team games, education

1. Aims, Tasks and Questions of the Research

The great advantage of various sport activities lies in that it is inspired with the internal motivation of the individual and when choosing a branch of sport or while doing it the inner drive is a dominant factor. That is why it is important to me how the education of the individual is realized in the case of team game athletes through sport activity, and whether or not there are some personality traits, which will perhaps show significant difference between female athletes and non-athletes of the same age.

The hypothesis is supposed to verify that the personality traits of professional team game athletes are in some aspects different from the non-athlete population. The following personality traits can be measured with the questionnaire: **Psychoticism/Socialisation (P)**, **Extraversion/Introversion (E)**, **Neuroticism/Stability (N)**, it contains a Lay-scale (L), which is also labelled as the Conformity-scale. The latter serves to measure the liability of the questionnaire as well. Eysenck compiled another questionnaire later, which examines Impulsivity (I), Risk-taking (R), and Empathy (E).

The questionnaire was filled in by adult first class team game athletes.

2. Review of the literature on investigations carried out by means of the Eysenck personality questionnaire among athletes

Kirkcaldy-Bruce (1982) Colley-Ann; Roberts-Nigel; Chipps-Anthony (1985), Daino-Antonio (1985), Davis-Carolin; Mogk-John (1994), Francis-Leslie; Jones-Susan; Kelly-Pam (1998), Gattyán (1999), Veress (1997) carried out a comparative personality inquiry by means of the Eysenck personality questionnaire among groups of professional sportsmen and groups of non-professional sportsmen.

To sum up, it can be stated that extroversion is more characteristic of sportsmen in comparison with non-sportsmen. Sportsmen who compete in higher classes and sportsmen who play attacker in a team sport show a higher value of psychoticism. The results gained from professional sportswomen usually display a lower level of psychoticism, a higher level of emotional stability and empathy.

3. The object and objective of investigation

Our research investigates the effect of ball games such as basketball, handball, volleyball and soccer as professional sports on the personality from the viewpoint of education. The improvement of physical abilities is significant as an effect of sport activity although this has a personality aspect, too. This improvement or change can be regarded as an effect of education only if the character of a sportsman is also transformed by the activity and as a result positive habits are formed.

The primary objective of our investigations is to gain empirical data from sportswomen who play the above mentioned ball games and non-sportswomen by means of comparing the character features that were classified by Eysenck. Differences that might be shown by the investigation can be induced by various specific sport activities. It also has to be taken into consideration that at the same time presumably those individuals orientate themselves towards the above ball games who show some tendency towards a certain personality trait as early as they choose a certain type of sport activity. The results of the investigation may provide help with the selection of future sportsmen, with planning the training activities of coaches that may effect a more successful coaching activity.

4. Hypothesis

It is assumed that

- 1. certain personality traits of sportsmen show differences in comparison with non-sportsmen*
- 2. sportsmen playing ball games are more extroverted, more psychotic and show more empathy than non-sportsmen*
- 3. as an effect of intensive sport activities parallel to improvements some negative tendencies might occur with soccer players and handball players*

5. Description of the investigations

5.1. The investigation of personality traits of gymnasts, basketball players, handball players and soccer players by means of the Eysenck questionnaire measuring impulsivity, risk taking and empathy

The investigation of female players of ball games was carried out in 2006.

5.2. Subjects of the investigations

The questionnaire was filled in by adult basketball players in the class NB/1 b (N=51), handball players in the class NB/1 (N=39), soccer players in the class NB/2 (N=40), by sportswomen and by female college students who do not do any sport actively (N=112, average age= 20.93 yrs). An important factor in the selection of sportsmen was to have spent at least 7 years in a certain field of sport since we hypothesized that such a long period of time spent doing a certain kind of sport will affect tendencies that also expose in certain dimensions of the personality.

5.3. Results

The gained data were processed by means of the SPSS statistical programme, for the comparison of data the two-sample T-test was applied.

The results of female *basketball players* show that compared to members of the control group they are *more extroverted* ($p < 0.001$), *neurotic* ($p < 0.05$), *risk-taking* ($p < 0.01$), and *less empathic* ($p < 0.001$).

In comparison with the results of the control group, the results of the female *handball players* reflect a higher degree of *psychoticism* and a lower degree of *empathy* ($p < 0.001$).

When compared to the control group, results of the female *volleyball players* show that they are more *extroverted* ($p < 0.001$). The values of *neuroticism* are lower ($p < 0.01$), they are more *impulsive* ($p < 0.05$) and less *empathic* ($p < 0.05$). The results of female handball players reflect a high value of *psychoticism* and a lower degree of *empathy* ($p < 0.001$).

Soccer players exhibit a quite significant difference ($p < 0.001$) in terms of *psychoticism* (being more aggressive and egocentric) and *empathy* (being less sympathetic), whereas there is a significant difference ($p < 0.01$) in terms of *impulse* (meaning more impulsive), *extroversion* (meaning more extroverted), and *risk-taking* ($p < 0.05$).

When ball games are compared with each other, the results of handball and basketball players reflect that female basketball players are more extroverted ($p < 0.001$) than female handball players, whose results demonstrate at the same time that they are more aggressive, egocentric than female basketball players ($p < 0.001$). When handball players are compared to soccer players, the results show that soccer players are more extroverted ($p < 0.05$). When female basketball players are measured against female soccer players it turns out that soccer players show a more significant degree of psychoticism (0.001) and that they are more neurotic ($p < 0.01$), but female basketball players are at the same time more extroverted ($p < 0.01$). There is a significant difference between basketball and volleyball players regarding emphasis, the volleyball players are more emphatic ($p < 0.05$). The handball players are more aggressive, egocentric ($p < 0.001$), less extroverted ($p < 0.01$), less empathy ($p < 0.05$) and the soccer players more aggressive, egocentric ($p < 0.001$), less extroverted ($p < 0.01$) than the volleyball players.

6. Summary, perspectives

Our hypothesis that certain personality traits of professional sportsmen show differences in comparison to non-sportsmen have unequivocally proven in the case of ball games. As for female handball and soccer players psychoticism is a more powerful characteristic whereas they are less empathic. Soccer and volleyball players are more impulsive while female

basketball and volleyball players less empathic and neurotic, although they and the soccer players are more extroverted. The basketball players take more risks.

The second hypothesis states that players of ball games are more extroverted, they have a higher value of psychoticism and that they are more empathic than their non-sportsmen counterparts. In the case of psychoticism, people that have scored a higher value on the psychoticism scale are more aggressive, colder, more impulsive and egocentric, which have proven in the case of soccer and handball players. This result may reflect the fierceness that is displayed between the opposing team members of these team games. Extroversion is more of an importance with female basketball, soccer and volleyball players, whereas empathy, i.e. sensitivity to other peoples' problems, has a significantly low value in the case of all four sports. The presupposition that empathy might be dominant in team games, have proven with a negative indication, which can be related to psychoticism that shows a higher value on the scale.

Comparing ball games, the results of soccer and handball players represent a higher value in psychoticism than in the case of basketball and volleyball players. This result confirms that soccer and handball represent a more aggressive game style as opposed to volleyball and basketball. This observation is also supported by the laws of soccer and handball to a greater extent. At the same time, the variety of technical elements in basketball also facilitate the above mentioned fact, which is further sustained by the approach reflected in the course book "Sport games III.", "In spite of the increasingly frequent occurrence of physical contact in modern basketball the following statement is still valid: Play the ball, not your opponent!", that is the ability and skill to treat the ball is – besides protection – of main importance³." In case of volleyball the players do not touch each other.

The last hypothesis assumed certain negative tendencies in the personality of handball and soccer players, namely that characteristics like femininity, tenderness, kindness, sensitivity recede into the background. This assumption seems to justify itself through the higher values of psychoticism and impulsivity, further through the low values of empathy. Based on the above results, the question arises what a coach can undertake to counteract low empathy, high psychoticism and impulsivity.

We think that within the framework of trainings it should be attended to situations in which egoistic, rude and intolerant behaviour patterns come into the foreground. If someone acts empathically whether or not during training, the trainer should emphasize that person's sensitivity towards their team mates and fellow-beings. The other possibility for a trainer is to

³ Kristóf, I. – Magyar, Gy. – Gál, I. (1999): Sportjátékok III. kosárlabdázás, labdarúgás, felkészítés – versenyzés. Nemzeti Tankönyvkiadó. Budapest. 16. p.

include more pair work in the exercise material of the trainings and also to design educational situations that improve empathy.

The consideration of the questionnaire results may be helpful for the allocation of team members for certain positions since different personality traits are indicated by a player depending on whether playing in defence or in attacker position.

Cited literature

1. Allport, G. W. (1997): *A személyiség alakulása*. Kairosz. Szentendre. 599 p.
2. Angelusz E. (1994): Antropológia és nevelés. *Új Pedagógiai Szemle*, 2. 3-15. p.
3. Atkinson, R. L.-Atkinson, R. C.-Smith, E. E.-Bem, D. J. (1995): *Pszichológia*. Osiris-Századvég. Budapest. 617 p.
4. Bábosik I. (1993): *A nevelés folyamata és módszerei*. Leopárd. Budapest. 268 p.
5. Bejek K. (1995): A versenyzés pedagógiai hatásköre. *Kalokagathia*, 2. 31-37. p.
6. Davis, C.-Mogk, J. P. (1994): Some personality correlates of interest and excellence in sport. *International-Journal-of-Sport-Psychology*, 25. 2. 131-143. p.
7. Eysenck, H. J.- Leve, A. (1967): Konditionierung, Introversion-Extroversion in die Starke des Nervensystems. *Zeitschrift für Psychologie*, 174. 96-106. p.
8. Eysenck, S. B. G.-Kozéki B.-Kálmánchey M. (1980): Cross-Cultural Comparison of Personality: Hungarian Children and English Children. *Person and Indiv. Diff.* 1. 347-353. p.
9. Eysenck, S. B. G.-Matolcsi Á. (1984): Az Eysenck-féle személyiség kérdőív (EPQ) magyar változata: A magyar és az angol felnőttek összehasonlító vizsgálata. *Pszichológia*, 4. 2. 231-240. p.
10. Kristóf, I. – Magyar, Gy. – Gál, I. (1999): Sportjátékok III. kosárlabdázás, labdarúgás, felkészítés – versenyzés. Nemzeti Tankönyvkiadó. Budapest.

Labdás sportolók személyiségjegyeinek vizsgálata az Eysenck-féle személyiség kérdőívvel

Batta Klára, Hegedűs Ferenc

Nyíregyházi Főiskola

battak@nyf.hu; hegedus@nyf.hu

A különböző sporttevékenységek óriási előnye abban rejlik, hogy a sportág választáskor, a tevékenység űzése közben a belső „készítés”, a *motiváltság* dominál. Ezért is fontos számunkra, hogy az egyén nevelése hogyan valósul meg a sporttevékenység során, és a labdás sportolók esetében néhány személyiség jegyben kimutatható-e szignifikáns különbség a sportoló és nem sportoló egyének összehasonlítása tükrében.

Vizsgálataink elsődleges célja, hogy empirikus adatokat nyerjünk a labdás sportok közül a kosárlabda, a kézilabda, a röplabda és a labdarúgás sportágakat űző sportoló és nem sportoló nők Eysenck által tipologizált személyiségjegyeinek összehasonlításával.

A kérdőívet első osztályban sportoló felnőtt labdajátékosok töltötték ki.

Jelentős a fizikai képességek, a testi képességek fejlődése a sportági tevékenység hatására, amelynek mindig van személyiségbeli vonzata, de ez csak akkor tekinthető a nevelés hatására bekövetkezett változásnak, ha a jellem is fejlődik általa, és értékes szokások alakulnak ki.

Ezek az eltérések bizonyos sporttevékenységek hatására indikálódhatnak, ugyanakkor már a sportágak kiválasztásánál valószínűleg olyan egyének orientálódnak ezen sportágak felé, akik ilyen irányba mutatnak elmozdulást.

Kulcsszavak: személyiségjegyek, labdás sportágak, nevelés

Knowledge – awareness – health

H. dr. Ekler Judit PhD

University of West-Hungary, Savaria Campus
hekler@mnsk.nyme.hu

Physical education in schools carries a great amount of value, therefore it allows the realization of multi-functional tasks. Its basic duty is to establish a healthy way of life with prevention. On the other hand, the development of personality is another crucial factor of physical education. Establishing social environment and improving individual understanding and psychological skills are the essentials to the growth of one's personality. Last but not least, body culture also has its own values – which are considered as the most evident values of the subject of physical education – such as skill development and various motions in sports.

The knowledge which is used to possess values of physical education can influence the individual's whole life. The knowledge which is possessed by a scholar can influence his/her value judgement about physical education, as well as scholastic activity. The scholastic responsibility of motion improvement is huge, especially in elementary school. In this period, every basic motion form should be acquired and practiced within a varied environment, in order to make them easily activated skills. A scholar is generally a role model with his/her lifestyle and value system. This makes the following question more important: What is the opinion of the scholar about the importance of physical education and sports?

In our follow-up study, students at training-schools, who started their studies in 2005, were involved. They had to fill in a questionnaire by themselves at the beginning of each school term. Their choice of values and knowledge was examined in three areas: health/lifestyle, development of personality and body culture.

The knowledge and judgement of values of students participating in teacher-training concerning sports was under continuous change during the four-year study. The theoretical and practical components were reflected in this change.

The first hypothesis of the study – that the value related knowledge of training-college students in the domain of sports shows a growing tendency – was certified. The written answers did not only note qualitative but quantitative growth as well. The teachers of the future are concerned with the effects and connotations of sports in their own life as well as in their students' life. A massive headway was made in the domain of body culture and health.

On the other hand, the growth of their knowledge does not lead us to the conclusion that they have a healthy and sporty life.

Keywords: values of physical education, the duty of scholars

Ismeret – tudatosság – egészség

H. dr. Ekler Judit PhD

Nyugat-magyarországi Egyetem, Savaria Egyetemi Központ
hekler@mnsk.nyme.hu

Az iskolai testnevelés sok értéket hordoz, amelyek sokoldalú feladatok megoldását teszik lehetővé. Alapvető feladata az egészséges életmód kialakítása és benne a prevenció. Legalább ilyen fontos lehetősége a testnevelésnek a személyiségfejlesztés, melynek része az egyén értelmi és pszichés képességeinek fejlesztése ugyanúgy, mint a közösség alakítása. Utoljára említtem a testkulturális értékeket, mint például a képességfejlesztést és a különböző sportmozgásokat, mint a testnevelés tantárgy legnyilvánvalóbb értékeit.

Azok az ismeretek, amelyekkel az átlagember a testnevelés értékeiről rendelkezik, befolyásolhatják egész életvitelét. Azok az ismeretek, amelyekkel egy tanító rendelkezik, befolyásolhatják értékítéletét a testnevelésről és így tanítói tevékenységét is. Mivel a kisiskolás kor a mozgásfejlesztés legaktívabb ideje, a tanító felelőssége igen nagy. Ebben az életkorban kell minden alapvető mozgásformát megismertetni és változatos körülmények között gyakoroltatni, hogy bármikor aktivizálható mozgáskészségekké alakuljanak. A tanító legtöbbször, életmódjával, értékítéletével követendő példa is tanítványai számára. Ez még fontosabbá teszi azt a kérdést, hogy a tanító hogyan vélekedik a testnevelés és a sport fontosságáról.

Követéses vizsgálatot végeztünk, tanulmányaikat 2005-ben megkezdő, tanító szakos hallgatókkal. Önkitöltős kérdőívvel, minden tanév elején, három kérdéscsoportban vizsgáltuk ismereteiket és értékválasztásaikat: egészség/ életmód, személyiségfejlesztés, testkultúra. Az adatfelvétel kiterjedt a hallgatók sporttevékenységére és életminőségük szubjektív véleményezésére is.

A tanító szakos hallgatók ismeretei és ehhez kapcsolódóan az értékítéletük a sporttal kapcsolatban, a kutatás négy éve alatt folyamatosan változott. Ebben a változásban tükröződtek a képzés aktuális elméleti is gyakorlati anyagai.

A kutatás első hipotézise – hogy a tanító szakos hallgatók ismeretei a sporttal kapcsolatos értékkörökben általában nőnek –, beigazolódott. A szöveges válaszok nemcsak mennyiségi, hanem minőségi gyarapodást rögzítettek. A jövőbeni tanítók látják a sport hatásait, összefüggéseit is, mind saját, mind jövőbeni tanítványaik életében. A legnagyobb előrelépés a testkultúra és az egészség értékkörében mutatkozott.

Ugyanakkor az ismereteik növekedése nem jár párhuzamosan együtt egészséges, sportos életvitellel saját életükben.

Kulcsszavak: a testnevelés értékei, tanítói minta

Recreation activities of pupils as a factor of development of the culture of free time

Dr. Lepes Josip
University of Szabadka

It is known that the recreation activities have a fixed place in the planning/organizational structure of schools since the second half of the twentieth century. Their place has been defined by the normative regulatory school documents within the instruction or extracurricular activities. In that way, the expectations of a society from a school, which is a primary factor in the socialization of the young people, have been identified to influence the development of needs and interests of pupils to go in for sports, preparing them for a high-quality organization of their free time through the implementation of the recreation activities. The paper starts from a research of a) a connection of different socio-demographic characteristics of pupils and recreation activities of various levels of complexity, b) researches of the role of the structurally-dynamic variable of a direct interaction within the sport groups to the determination of the sports behavior. It has been concluded that the experience gained through the recreation activities at school, both positive and negative, have a high transfer value on their behavior and going in for sports activities during and after receiving their education.

Keywords: recreation activities, school, pupils' development, culture of free time

A sport rekreációs tevékenységek szerepe a tanulók szabadidő kultúrájának kialakításában

Dr. Lepas Josip
Újvidéki Egyetem Szabadka
Magyar Tannyelvű Tanító Képző Kar

Közismert tény, hogy a sporttevékenységek a XX. század közepétől állandó helyet foglalnak el az általános iskolák tevékenységi kínálatában. A sporttevékenységek helyét és szerepét az iskolai törvények dokumentumaiban, mint normatív tényezőket találhatjuk meg. Ebből kiindulva jogosak a társadalmi elvárások az iskola irányában, hogy a sport rekreációs feladatokon keresztül pozitívan hasson a tanulókra a későbbi sportági választás és az egészséges életmódszemlélet kialakulásának folyamatában. A kutatásban két fontos tényezőt vettünk figyelembe:

- a) a tanulók szocio-demográfiai és sporttevékenységük mutatóinak összefüggését
- b) a sporttevékenység helyét és szerepét a szabadidő struktúrájában

A kutatás eredményei alapján megállapíthattuk, hogy a sporttevékenység folyamán szerzett tapasztalatok pozitív vagy negatív értelemben jelentősen kihatnak a tanulók viselkedésére, és a sportágak kiválasztására.

Kulcsszavak: sport-rekreációs tevékenységek, iskola, tanulók fejlődése, szabadidő kultúra

Modernizing the training of sports professionals. Introductory information on sport for the disabled in the training of coaches

László Dorogi

Hungarian Sport Federation for People with Special Needs

dorogi@fonesz.hu

The main goal of the modernization of the training of sports professionals is to have the most up-to-date knowledge and certificate for fulfilling sports professionals' tasks that can be acquired on the basis of EU-regulation of the professional system. One of the most important keys for serving the social function of the purpose of Hungarian sport is the modern, well-organized sport professionals' training. The training of sport professionals has a determinant role in the sport of the disabled; likewise in the sport of healthy people. Because of the demand of excellent sport results, health-oriented physical training and leisure sport activities grow stronger, even in this particular field of sport. In the sport professionals' training, we set the aim to reform the contents and methods for particular knowledge of disabled sport. We would like to prove its justification through realisation of present research, for which we received detailed and profound information about the judgment of disabled sport from sport professionals participating in basic and intermediate coach training.

Keywords: sport professionals' training, coach training, questionnaire research, sports of disability, adapted sports

A sportszakember képzés korszerősítése; A fogyatékos emberek sportjának ismereteinek elhelyezése az edzőképzésben

Dorogi László

Fogyatékosok Nemzeti Sportszövetsége
dorogi@fonesz.hu

A sportszakember képzés fejlesztésekor alapcél, hogy a sport területén dolgozó sportszakember a feladatainak ellátásához szükséges legfrissebb tudással és végzettséggel rendelkezzen, amelyet az EU-s előírásoknak megfelelő szakemberképzési rendszerben sajátíthat el. A magyar sport társadalmi funkciója betöltésének egyik legfontosabb záloga a korszerű, jól szervezett sportszakember képzés. A fogyatékos emberek sportjában az épek sportjához hasonlóan a sportszakember képzésnek meghatározó a szerepe, hiszen a sport e sajátos területén is erősödik az igény a kiemelkedő sporteredményekre, az egészség-orientált testedzésre, a szabadidősport tevékenységre. A sportszakember-képzés és -továbbképzés (sportoktató, edző, szakedző, sportmenedzser) a sport e sajátos területének ismereteire irányuló tartalmi-módszertani megújítást tűztük ki célként. Ennek indokoltságát jelen kutatás megvalósításával kívántuk igazolni, amelynek keretében az alap-, és középfokú edzőképzésben résztvevő sportszakemberektől kaptunk részletes és alapos információt a fogyatékosok sportjának megítéléséről.

Kulcsszavak: sportszakember képzés, edzőképzés, kérdőíves vizsgálat, fogyatékos emberek sportja, adaptált sport

Physical education – together or separately Thoughts about ill and healthy children’s P.E.

Ferenc Tóvári, Gyöngyvér dr. Prisztóka, Dezső Klencsár

University of Pécs, Faculty of Sciences,
Institute of Physical Education and Sport Science
toferenc@freemail.hu

It has become a need as of recent to know and understand the world of people with disabilities. The execution calls for comprehensive, careful and competent development.

In Hungary, as a part of the European Union, there is more and more talk about integrated education and receptive schools. Is there any actuality in Hungarian education about education together? Is there any chance that in P.E. lessons the children enjoy the joy of motion together, meaning both children with handicap and normal children? We wish to demonstrate that this is a down-to-earth and achievable aim, and that indeed an opportunity presents itself to realize a “complete” life for those who live with disadvantages, and that the natural acknowledgement of the “others” means real interest for the whole society.

Sports and physical education – including the sport of the people who live with a handicap – give numerous possibilities to do different things in common. The P.E. in schools presents a good chance to integrate children with different abilities, and we can utilize positive effects of sport through the shared experience on the health and mental conditions.

In our research, we examine the relevance of the changing social approach and the knowledge of the participants. We got important information from the answers of parents and students, and this is how we bring their point of view to P.E. teachers’ and future P.E. teachers’ opinions closer together.

We suppose that the participants conceptual knowledge is incomplete. At our university, we have got a special elective course, where our students can learn things about this subject, and their attitude to it is very positive. We suspected that the knowledge of the law regulators are substantially incomplete, and we anticipated the participants’ support regarding integrated P.E. lessons. We had questions where we could almost certainly predict the negative opinion of the P.E. teachers. We reckoned from the part of the participants of education that none of them would be willing to take the blame, and that their relationships and cooperation would be faulty. We hypothesized that the answers of the students will reflect honesty, and the adoption and the positive reception of students with handicap. We expected

that there will be suggestions for solving this problem on state and educational-institutional levels. The importance of the guarantee of ideal conditions was also signified.

We can conclude that after processing more than 3000 questionnaires, the majority of our hypotheses are verified, but there are results which call for further examination.

Keywords: integrated school P.E., receptive school, education together, changing social approach, inclusive pedagogy

Az integrált testnevelés órák megvalósulásának esélyei

Tóvári Ferenc

Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet
toferenc@freemail.hu

A fogyatékkal élő, sérült emberek világának megismerése és megértése az utóbbi évek társadalmi szintű igényévé vált, amelynek megvalósítása széleskörű, körültekintő és hozzáértő előkészítést kíván.

Az Európai Unió tagsággal hazánkban is egyre több szó esik az integrált oktatásról, befogadó iskolákról. Van-e realitása és lehetősége a magyar közoktatásban az együttnevelésnek, van-e esély arra, hogy testnevelés órákon a tanulók együtt élvezhessék a mozgás örömét: sajátos nevelési igényűek és épek közösen. Szeretnénk bizonyítani, hogy reális és megvalósítható cél, hogy valóban lehetőség nyíljon egy „teljesebb” élet megvalósítására a hátrányban lévők számára, illetve a „másság” elfogadásának természetesebbé tétele is valós érdeket jelenthet a társadalom minden polgárának.

A sport, a testi nevelés – beleértve a fogyatékkal élők sportját is – számos lehetőséget ad az együttes tevékenységek különböző formáira. Az iskolai testnevelés olyan terület, amely keretein belül megvalósítható az eltérő képességekkel rendelkezők integrációja, és a közös élmények biztosításán keresztül a sporttevékenység egészségre és mentális állapotra való pozitív hatásainak kihasználása.

Kutatásunkban vizsgáltuk a szemléletváltás reális esélyeit, a résztvevők ismereti szintjét. Fontos információkhoz jutottunk a **szülők** és a **tanulók** válaszaiból, így sikerült közelebb hozni a közoktatás ezen résztvevőinek álláspontját a **leendő és már aktív testnevelést tanító pedagógusainak** véleményével.

Feltételeztük, hogy a megkérdezettek fogalmi – ismereti szintje hiányos. A testnevelő tanárképzésünkbe beillesztett speciális fakultációk során elsajátított ismeretek a hallgatóink témával kapcsolatos pozitívabb hozzáállását mutathatják. Biztosak voltunk a törvényi szabályozók ismereteinek nagymértékű hiányosságaiában, és elképzelhetőnek tartottuk az integrált testnevelés órák tartásával kapcsolatos támogató hozzáállást is a vizsgálatban megkérdezettek részéről. Több kérdésünknel előre jósolható volt a testnevelés tárgyat oktatók negatív véleménye. Számítottunk a közoktatás résztvevőinek „egymásra mutására” illetve kapcsolatuk, kooperációjuk hiányosságaira. Feltételeztük, hogy a tanulók válaszaiban

tükröződik az őszinteség és ezáltal a sérült tanulótársak elfogadása és befogadása. Biztosra vettük, hogy a megoldási javaslatok között kiemelt szerepet kap az állami, illetve az iskolai, intézményesített keretek között történő problémamegoldás, és a teljes körű feltételek biztosításának igénye.

Összegzésként elmondható, hogy a több mint 3000 kérdőív feldolgozása alapján kapott válaszok a hipotéziseket többségében igazolták, de születtek olyan eredmények is, amelyek további vizsgálatokra, további feladatokra adnak lehetőséget.

Kulcsszavak: integrált iskolai testnevelés, befogadó iskola, együttnevelés, társadalmi szemléletváltás, inklúzív pedagógia

Physical education – together or separately thoughts on sick and healthy children's p.e.

Ferenc Tóvári

**University of Pécs, Faculty of Sciences,
Institute of Physical Education and Sport Sciences
E-mail: toferenc@freemail.hu**

Keywords: integrated school P.E. receptive school, education together, change of social approach, inclusive pedagogy

In Hungary, as a member of the European Union, there are more and more words about integrated education, receptive school. Is there any actuality in Hungarian education about education together; is there any chance, that in P.E. lessons handicapped and normal children enjoy the joy of motion together? We want to demonstrate that this is a down to earth and achievable aim, that indeed there's an opportunity that presents itself to realize a "complete" life for those who live with disadvantages, and that the natural acknowledgement of the "others" means real interest for the whole society. P.E. in schools give good chance to integrate children with different abilities and we can utilize the positive effects of health and mental conditions of sport across the common experience. In our research, we examine the actuality of the change of social approach, the knowledge of the participants. We get important information from the answers of parents and students and this is how we bring closer their point of view to P.E. teachers and future P.E. teachers' opinion. We suppose that the participants' conceptual knowledge is incomplete. In our university we've got a special elective course where our students can learn things about this theme and their attitude to this is very positive. We were sure about that the knowledge of the teachers are considerably incomplete and we keep imagine that the participants will support the integrated P.E. lessons. We had more questions where we can predict the negative opinion of the P.E. teachers. We reckoned from the participant of the education that they will "show one another" that their relationships and cooperation are incomplete. We expected that there will be suggestions for solving this problem between state and educational institutes where they will have stressed mission.

The research lasted from January 2004 to May 2008 and it was continuous. The places were deposits around Hungary. The investigational model was schoolchildren (6-12 classes),

P.E. school teachers, P.E. college students and parents. The number of the participants was 3121. The methods what we used were questionnaires with open and close questions and easy mathematic evaluation, interviews and questionings. The aim was to collect data about integration or rather teaching together; to measure the opinions about P.E. lessons together; to process the opinion of the students, parents, college students and P.E. teachers. The performers of the research: P.E. college students from the University of Pécs – Faculty of Natural Sciences (314 persons, time of research: 2004-2006); P.E. teachers (273 persons, time of research: 2005-2006); parents from Hungarian deposits (797 persons, time of research: 2005-2006) and schoolchildren from Hungarian deposits (1737 persons, time of research: 2005-2006). On the whole, it was 3121 persons. The participant deposits were: Albertirsa, Balatonkeresztúr, Balatonlelle, Budapest, Dorog, Egerág, Esztergom, Jászszentlászló, Kiskunhalas, Kecskemét, Madocsa, Marcali, Magyarszékely, Magyarszerdahely, Nagykanizsa, Paks, Perkáta, Pilismarót, Pécs, Sárbogárd, Sárszentmiklós, Szentes, Szekszárd, Székesfehérvár, Tát and Vonyarcvashegy.

1, Question: Do you know and can you define the next expressions?

We have a lot to do with the explanation of the concepts. As shown in the items, few of the concepts are familiar and comment is necessary. It was notable that the segregation and personal dealing concepts are falsely defined but next to this the handicapped integration concept was “full – fledged” in every examined group, from this result we can highlight the P.E. teachers’ knowledge rate.

2, Question: What do you think? Is it conceivable on P.E. lessons that normal students and students with a sort of handicap can work together?

It is interesting in a way because of the further tasks, but the result what we were waiting for had evolved. From the participants end, P.E. teachers are one of the groups whose majority can’t pass the integration precepts. The opinion of the parents about this question is instructive and it can determinate the further tasks. As a matter of fact, of course this result is affected by the practice of the parents, as well as, the P.E. teachers’ more than 10 years of experience, but also by the standing result centric requirement system against the teachers. However we read with pleasure the other participants’ opinion, because greater part of them stores imaginable the integrated P.E. lessons.

3, Question: What do you think? Did the society handle the handicapped troubles and problems accordingly?

We can see a thought-provoking and notable result by the answers. Certainly, the unanimous majority and the equal approach of the answers aren’t accidental. It’s assumable that the

results will be the same in larger limits. The data, what you can, see reflect the facts. It would be proper to ask whether, we can do anything to change that?!

4, Question: Would you undertake to do integrated P.E. lessons?

In this question the P.E. college students testify essentially better attitude. The result what we got can be an explanation that our students already study integration principles and sport of the handicapped in the scope of optional subjects. This is a two-semester long training for our students: Integration and particular method in physical education and Sport of the handicapped which based on the other subject. We completed their knowledge, what they heard on the theoretical lessons with Integrated Sport Days that gives chance for our students to practice the things they had learnt before. The P.E. teachers do their work on the basis of the present program requirement and the performance centric principles, in a lot of cases there is a lack of the new integrated knowledge. So, to do this work it's very hard to fit the differential teaching that is absolutely required for the integration. There's no doubt that a well organized further education training course which connected with integration can improve a lot on this rate.

5, Question: Do you know the disposition of the law which brings under control the handicapped students' integrated possibilities?

There is no wonder about the result. After all, a previous research also documented that participants in general education don't know process regulating laws. /Tóvári Ferenc: Tanulói jogokról – nem csak tanulóknak 2003./ So it couldn't be expected that they would know the specialties within legality and apply them. It could be a big help in the circumstances if that kind of forum be formed where these important regulations would be genuinely recognizable by experts and lawyers. Our confidence that the cognition of the regulating laws can lay down the basics for the realization requires a changing approach.

6, Question: Do you think that handicapped people attend in the sport specialist qualification?

From the point of those who attend in superlative qualification the results give account of positive approach. It's interesting that from the P.E. teachers' viewpoint it's not achievable that handicapped (people with special ability) people can get into the sport specialist qualification. However, it's conceivable that in certain cases (by fault rate) these groups know better the problems, specialties of the special qualification by their experience wherewith their competitors decide.

7, Question: How do P.E. teachers receive the fact that handicapped children get into the education next to the normal students?

The answers by the parents and students we asked about how our P.E. teachers receive the

principle of the integrated P.E. lessons in practice, differ just in a small percent. This admittance confirms the P.E. teachers' opinion what they added for the earlier asked questions which according to that the majority couldn't imagine integrated lessons. Of course it could be great if parent and student opinions could change about the P.E. teachers but thereunto they have to do a lot for it. The opinion of the parents' squarely dismissive, not approving and not assuming furnish answer rate; it is high on the part of the P.E. teachers.

8, Question: How do parents receive the fact that handicapped children get into the education next to their normal child?

P.E. teachers' opinions are not so good about the parents' approach. After all, the answers what they added for the earlier questions documented that the parents' integrated knowledge and the acceptance of principles, from a point of view, is substantially better. It could be interesting for both half that the parent and teacher side also assume considerably dismissive point of view from the other.

9, Question: Parents' opinion about the integrated P.E. lesson!

The earlier false adjudication of unambiguous denial appears in the answers, because the generality of the parents marked answers which unambiguously assist the realization of integrated P.E. lessons. This fact can mean the first step: if the school "opens" towards the parents, the education together, teaching together children who claim special educational will not depend on the parents. As a matter of fact, for this we want a change of approach from the head of the school and the teachers. Organized further education could help a lot. There is nearly a constant number of parents who are disposed with reservation or rather evidence, that we have to solve the problem together with the parents initiation.

10, Question: Student opinions about the integrated P.E. lessons!

In our hypothesis we expected unambiguous acceptance and reception in the case of the students. In this research, it couldn't be unambiguous because the answers marked on the second place already not convince us of this. Of course it's joyful that the students are accepting the principle which is connected with integration but we waited for the same positive attitude what we got from the parents. The authentic and professional information in schools can change a lot on this order.

11, Question: How do you solve the handicapped but educated in community little children education?

Number of the replies: 512 person (just parents).

Most frequently occurred answers (there is no ranking):

- teachers', parents', students' previous preparation
- suitable instruments, circumstances insurance
- the education of the new knowledge in universities and in colleges
- brave, open, indulgent teachers
- suitable specialist application
- stressed assistance for the school where they want to integrate
- next to the teachers', special teachers' application
- stressed payment for the teachers
- the class number pressure between cadre
- differential education accordingly to the capabilities
- anyhow "mixed classes"
- more special or rather alternative school formation
- change of approach in social level

These answers from the parents are like adverts by the teachers, headmasters, higher managers who work in general education, because we can find things which started to be realized, but in majority we can find things which will never happen. We hope that a change of approach in social levels will affect every part of the society, and accordingly year by year the number of these students who attend integrated education can grow.

In the summery we can establish, that authentic and expert information, the international experience and new integrated handing over would be required to begin proper ambition for the change of the approach. The location of this will be in public education including the teacher training institutes. Those P.E. teachers who know and support the integration, guidelines of personal dealing, will use the program and syllabus centric approach instead of children centric thoughts and teaching methods with bigger chance. In order to succeed parents and students can do a lot as well, but their opinions are reflected that for this, first and foremost, a change is required in their relationship with public education institutes. It would be in vein, to receive the approach of parents and children, if the schools do not advocate these principles. We think it's important to reconsider certain pedagogical and professional worth, because we advocate with conviction that P.E. teachers are able to open towards integration. Parents and children perform mediation of new pedagogical worth to do them suitable to live together, cooperate, and to find their place in the social division of labor in their adult life.

1, Question: Do you know and can you define the next expressions?

Expressions	P.E. college students		P.E. teachers		Parents		Students	
	Yes	No	Yes	No	Yes	No	Yes	No
SEGREGATION	21%	79%	44%	56%	37%	63%	13%	87%
HANDICAPPED INTEGRATION	57%	43%	74%	26%	59%	41%	44%	56%
PERSONAL DEALING	5%	95%	31%	69%	17%	83%	17%	83%
RECEPTIVE SCHOOL	63%	37%	74%	26%	84%	16%	80%	20%
HANDICAPPED IN LEARNING	74%	26%	81%	19%	69%	31%	82%	18%

2, Question: What do you think is it conceivable on P.E. lessons that normal students and students with a sort of handicap can work together?

PARTICIPANTS	YES	NO
<i>P.E. COLLEGE STUDENTS</i>	55%	45%
<i>P.E. TEACHERS</i>	44%	56%
<i>PARENTS</i>	41%	59%
<i>STUDENTS</i>	57%	43%

3, Question: What do you think did the society handle the handicapped troubles and problems accordingly?

PARTICIPANTS	YES	NO
<i>P.E. COLLEGE STUDENTS</i>	16%	84%
<i>P.E. TEACHERS</i>	15%	85%
<i>PARENTS</i>	9%	91%
<i>STUDENTS</i>	11%	89%

4, Question: Would you undertake to do integrated P.E. lessons?

PARTICIPANTS	YES	NO	JUST AFTER FURTHER EDUCATION
P.E. COLLEGE STUDENTS	33%	11%	56%
P.E. TEACHERS	26%	60%	14%

5, Question: Do you know the disposition of the law which brings under control the handicapped students' integrated possibilities?

PARTICIPANTS	YES	NO
P.E. COLLEGE STUDENTS	8%	92%
P.E. TEACHERS	34%	66%
PARENTS	14%	86%
STUDENTS	6%	94%

6, Question: Do you think that handicapped people attend in the sport specialist qualification?

PARTICIPANTS	YES	NO
P.E. COLLEGE STUDENTS	76%	24%
P.E. TEACHERS	41%	59%

7, Question: How do P.E. teachers receive the fact that handicapped children get into the education next to the normal students?

HOW THE P.E. TEACHERS RECEIVE:	THE PARENTS OPINION	THE STUDENTS OPINION
APPROVE AND ASSURE THE CHALLENGE	12%	14%
THEY WILL HAVE RESARVATION	61%	58%
DISAPPROVE AND NOT ASSUME THE CHALLENGE	21%	20%
THE ANSWER IS NOT ESTIMATE	6%	8%

8, Question: How do parents receive the fact that handicapped children get into the education next to there normal child?

HOW THE PARENTS RECEIVE:	P.E. TEACHERS OPINION
APPROVE	10%
THEY WILL HAVE CERTAIN RESERVATION	55%
DISAPPROVE	31%
THE ANSWER IS NOT ESTIMATE	4%

9, Question: Parents' opinion about the integrated P.E. lesson!

1.	It could be great because my child will know the handicapped children care, problame.	30 %
2.	I will have reservation because the teacher will direct less time for normal children.	26 %
3.	I will assist and help this idea because we have to start the change of approach in the school and this could be a good chance.	21 %
4.	I will disapprove that they learn together with my child.	12 %
5.	I will counterblast at the headmaster because students living "differently" can't get between normal.	7 %
	The answers are not estimate.	4 %

10, Question: Student opinions about the integrated P.E. lessons!

1.	It could be good because I can get to know their cares and problems.	27 %
2.	I couldn't be happy at all and I won't approve.	24 %
3.	That's a good idea because we have to start the change of approach in the school.	19 %
4.	I will have serious approves because there will be not enough time for normal children.	15 %
5.	I will counterblast at the headmaster because students living "differently" can't get between normal.	7 %
	The answers are not estimate.	8 %

Literature

1. *Csányi Yvonne:* Az iskola mindenkié BGGYTF. Budapest 1993. Ped. képző oktatócsomag
2. *Csányi Yvonne – Zsoldos Márta:* Integrált nevelés – inklúzív iskola Budapest, Osiris 2001. 314-332. oldal
3. *Kereszty Zsuzsa:* Mindenki iskolája. Együttnevelés IFA – BTF –OM. Budapest 1999
4. *Papp Gabriella:* Válogatás az integrált nevelés szakirodalmából Nemzeti Tankönyvkiadó 1994
5. *V. Schüttler:* Az inklúzív oktatás fenntartása: a speciális oktatást igénylő gyermekek bevonása a többségi iskolákba OKI. Budapest 1999

Integration in the field of physical education and martial arts (Judo, Karate)

Specialized methodological recommendations for practical implementation

Klencsár Dezső

(Supervisor Instructor of Student-Teachers, University Lecturer)
Practicing Primary School No. I attached to the Teachers' Training Faculty
e-mail: fujikse@citromail.hu

– **Motto:** “Since we are all diverse, there are innumerable answers. Everyone has the right to decide what to do, but then he has to follow through the solution of his choice with responsibility. Nothing sets limits to imagination and fantasy; you only have to be creative.”

Implementation of integration principles and methods in practice

- I. Knowledge of the exercise material of physical education and the diseases of **the handicapped**, as well as the methods, tasks, and devices of options of development.
- II. Knowledge of the exercise material of physical education of **the healthy**, as well as the methods, tasks, and devices of options of development.
 - Both sides have to be prepared how to approach one another when meeting each another: one has to be made aware of what the handicapped can feel, perceive and experience; the condition of possible diseases - i.e. absence of arm or leg, deficient vision, blindness etc. - should be imitated.
 - The exercise material, the methods, tasks and devices of the handicapped and the healthy have to be combined and fused, respectively; the exercises have to be chosen from both sides!
 - Differentiation
 - Mutual adaptation of PE- and sports games.

Summary: In general, the same contents and competencies can be identified in the field of physical education and martial arts. Besides the fact that the sports activities develop motor abilities and improve physical condition, the benefits of the integrated physical education are the following: it promotes the establishment of a self-consciousness/self-awareness upon real

movements, in case of the handicapped, it helps preventing unfavorable changes of condition and the arising of diverse complications (it sets a positive example; through efforts and struggling a real self-image will be developed).

Intentions, purposes, possibilities

- Maintenance, continued development, improvement of the present level.
- Intensified sense of belonging together and enhancement of socialization.
- Establishment of a close cooperation.
- Forming of values in the pupils belonging to the majority group [the healthy] as acceptance, admission and help.
- Efforts to carry out the tasks precisely, faultlessly (based on good patterns of exercise), and hereby both parties will make progress.

Keywords: integrated physical education at school – common motion – admission – acceptance

Integráció a testi nevelésben, küzdősportokban (Judo, Karate), szakmódszertani ajánlás gyakorlati megvalósításhoz

Klencsár Dezső

(Szakvezető tanár, egyetemi oktató)

I. számú Gyakorló Általános Iskola

e-mail: fujikse@citromail.hu

– **Mottó:** „Mivel sokfélék vagyunk, számtalan megoldás létezik. Ki-ki eldöntheti, hogy melyiket választja, de azt felelősséggel kell végigcsinálnia. A képzeletnek, a fantáziának semmi sem szab határt, kreatívnak kell lenni.”

Az integrációs elvek, módszerek megvalósítása a gyakorlatban

- I. Ismerni kell a **fogyatékkal élők** testnevelésének mozgásanyagát, betegségeiket, fejleszthetőségük módszereit, feladatait, eszközeit.
- II. Ismerni kell az **egészségesek** testnevelésének mozgásanyagát, fejleszthetőségük módszereit, feladatait, eszközeit.
 - Fel kell készíteni mind a két oldalt az egymással való találkozásra, mit érezhetnek, érezhetnek a fogyatékkal élők, imitálni kell a betegséget, pl.: végtaghiányt, gyengén látást és vakságot stb.
 - A fogyatékkal élők és az egészségesek mozgásanyagát, módszereit, feladatait, eszközeit ötvözni kell, mind a két oldalról kell választani feladatot!
 - Differenciálni
 - Adaptálni mindkét oldalról testnevelési, illetve sportjátékokat.

Összegzés: Általános szinten ugyanazok a tartalmak, kompetenciák jelölhetők ki a testnevelés, és a küzdősport területén. Az integrációs testi nevelésnek előnyei azon túl, hogy a sporttevékenység fejleszti a motoros képességeket, növeli a fizikai kondíciót, segíti a reális mozgásos én-tudat kialakítását, segít megelőzni az állapotromlást, a különböző szövődményeket a fogyatékkal élők esetében (egy pozitív példát lát, küzd, kialakul reális én-képe).

Célok, szándékok, lehetőségek

- Az eddigi szint megőrzése, továbbfejlesztése.
- Erősíti az együvé tartozást és szocializálódást.
- Szoros együttműködést alakít ki.
- Kialakít olyan értékeket a többségi tanulóknál, mint elfogadás, befogadás, segítség.
- Igyekszik pontosan, tökéletesen végrehajtani a feladatokat (egy jó mozgásminta), ezáltal mind a két fél fejlődik.

Kulcsszavak: integrált iskolai testnevelés – együtt mozgás – befogadás – elfogadás

SESSION:

QUALITY OF LIFE AND ECONOMY /

ÉLETMINŐSÉG ÉS GAZDASÁG

Sportgazdasági elmélet – adaptációs problémák – komplex tervezés

Györfi János

stratégiai tanácsadó

gyorfijanos@freemail.hu; gyorfijanos@sportolunk.hu; amargi333@t-onlinne.hu

A gazdasági elméletek alkalmazása, a gazdasági szakemberek ajánlásai, azok gyakorlati alkalmazása, az elméleti alapok adaptációja a magyar sportéletben komoly nehézségekbe ütközik. A forráshiányos helyzetben az egyesületek, de sokszor a sportágak sem tudnak gazdasági és marketing szakembereket foglalkoztatni, nincsenek felkészülve saját tényleges és potenciális értékeik megmutatására. A minőségi sport szűk vezető elitjét támogató, és a helyi szinteken megjelenő lokálpatrióta szponzorációs gyakorlat között óriási szakadék tátong. A közép – kelet európai viszonyokra alkalmas finanszírozási modell és gyakorlat a rendszerváltás óta nem alakult ki, nem került kidolgozásra.

Az állam és a sporttudomány szerepe átgondolandó, a sport és gazdaság találkozásának támogatásával kapcsolatban. A ténylegesen üzleti befektetésként működő szponzorációs folyamat megerősödéséhez többek között hiányzik egy komplex sportindikátor rendszer, kialakítása létfontosságú. A forráshiányos helyzetben kiutat mutathat egy komplex sport (gazdasági) tervezési metódus kialakítása, amelynek centrumában a minőség javítása és a kooperációk fejlesztése áll. Metodikai támogatás, adaptálható legjobb gyakorlatok, segítséget jelenthetnek sportágaknak, szakosztályoknak, egyesületeknek számára. A sportgazdaság szakemberei előtt jelentős feladatok állnak.

Kulcsszavak: sportgazdasági metodika, adaptáció, stratégiai tervezés

Sport economic theory – adaptation problems – complex planning

János Györfi

gyorfijanos@freemail.hu; gyorfijanos@sportolunk.hu; amargi333@t-online.hu

It raises serious difficulties in Hungarian sport life to apply economic theories, and recommendation of economic specialists, and to adapt them in practice. No economic and marketing specialists can be employed by sport clubs or in most cases by sport sectors as well, because of the resource gaps. They don't get ready for demonstrating their real and potential values. There is a huge gap between supporting of the very narrow upper-class quality sport and the sponsorship of local sport activities by the local entrepreneurs. No financial solution was established nor worked out in the last 20 years, which is appropriate for the specific Central – Eastern European circumstances.

It is worth to consider the role of state and sport sciences in supporting the relationship of sport and economy. Sponsorship should be at work effectively as a business investment. A complex sport indicator system is missing to confirm this process, among other things. In case of resource gaps, a complex sport – economic planning method can be an expedient, with focusing on quality improvement and co-operation expansion. Methodological support, adaptable best-practices can give help for sport sectors, and clubs. There is a lot to do for sport economic specialists.

Alternative sport activity method in higher education – the case of Pécs Gringos American Football Sport Club

Ákos Jarjabka dr., Zoltán Szabó

University of Pécs, Faculty of Business and Economics

akos@ktk.pte.hu, szzo035@ktk.pte.hu

The author duo examines the links between a healthy lifestyle and American football, and then introduces the international and the Hungarian status of the sport, especially the status of the Pécs Gringos American Football Sport Club. The next chapter contains the connection between the University of Pécs and the Sport Club. The authors analyze the Pécs Gringos financial situation, the operational problems, and the marketing of the team. The next step is the authors' speculation of the possibilities of reaching the team of potential amateur sportsmen, the target spectators and the sponsors. Finally, the last part of the study contains feedback for the present and the future. These are the base of the final conclusions.

Keywords: healthy lifestyle, University of Pécs, Pécs Gringos

Alternatív sportaktivitási forma megjelenése a felsőoktatásban – a Pécs Gringos Amerikai Football Sportegyesület példája

Dr. Jarjabka Ákos, Szabó Zoltán
Pécsi Tudományegyetem, Közgazdaságtudományi Kar
akos@ktk.pte.hu, szzo035@ktk.pte.hu

A Szerzőpáros a tanulmányuk első részében vizsgálja az egészséges életmód és az amerikai futball közötti kapcsolatot, majd bemutatásra kerül a sportág nemzetközi és magyar helyzete, kiemelt példaként kezelve a Pécs Gringos Amerikai Football Sportegyesület megalakulásának körülményeit, sportszervező tevékenységét. A következő fejezetben kifejtésre kerül a PTE és a Sportegyesület viszonya szervezeti és egyéni (hallgatói) szinten, ezután a Szerzők részletesen tárgyalják a Pécs Gringos pénzügyi helyzetét, működési nehézségeit, illetve a csapat marketing szponzorációs törekvéseit. Ekkor mérik fel a Szerzők annak a lehetőségét is, hogy a Pécs Gringos hogyan érheti el potenciális amatőr státuszú sportolóit, célközönségét, illetve majdani támogatóit. Végül, a tanulmány utolsó része egy hatásvizsgálatot tartalmaz, mind a jelenre, mind a jövőre tekintettel, melyből konklúziót vonnak a Szerzők.

Kulcsszavak: egészséges életmód, PTE, Pécs Gringos

The economic effects of recreational sport consumption

Dávid Paár

University of West Hungary, Faculty of Economics
paardavid@ktk.nyme.hu

Recreational sports have a considerable history in the western societies. This sphere of sport does not have a notable past in Hungary, but its social and economic importance is recognized by more and more people.

The aim of the study is to present how sport can affect the health conditions through the lifestyle of the individual, which factors determine the sport consumption of the individual, and which groups do such sports activities that have a positive effect on the production.

The study presents the positive effects of the sports activities on the state sphere and on the private sphere of the economy:

- What advantages does the health and social insurance acquire from the physical activities?
- Which costs can be saved in the production of the companies because of the falling out from the production caused by inactivity? How can sports contribute to the realization of the companies' objects in case of the companies' managements recognize how important the sport is in the recreation of the employee's ability to work?

Keywords: health, life style, costs of inactivity, recreational sport consumption

A rekreációs sportfogyasztás gazdasági hatásai

Paár Dávid

Nyugat-magyarországi Egyetem, Közgazdaságtudományi Kar
paardavid@ktk.nyme.hu

A nyugati társadalmakban jelentős múltra tekint vissza a rekreációs célú sportolás a lakosság körében. Magyarországon azonban a sport ezen szférája nem rendelkezik igazán nagy múlttal, ám mindinkább kezdik felismerni társadalmi és gazdasági jelentőségét.

A tanulmány célja bemutatni, hogy a sport az egyén életmódján keresztül hogyan fejti ki hatását az egészségi állapotra, mely tényezők azok, amelyek az egyén sportfogyasztásában meghatározó szerepet játszanak, valamint melyek azok a szabadidő-fogyasztási csoportok, amelyek olyan rekreációs sporttevékenységet végeznek, amelynek pozitív hatása van a termelésre nézve.

A tanulmányban bemutatásra kerül, hogy az aktív sporttevékenység milyen pozitív hatással bír gazdaságban az állami- és a magánszférára:

- Milyen előnyei származnak az egészség- és a társadalombiztosításnak a fizikai aktivitásból?
- A vállalati termelésében mely költségek azok, amelyek megspórolhatók az inaktivitásból adódó termelési kiesés következtében és a sport milyen módon járulhat hozzá a vállalati célok megvalósulásához abban az esetben, ha a vállalat felismeri a munkavállalók munkaképességének helyreállításában a sport szerepének fontosságát?

Kulcsszavak: egészség, életmód, inaktivitás költségei, rekreációs sportfogyasztás

Bevezetés

Napjainkban egyre több szó esik Magyarországon is a lakosság sportjáról, sportolási szokásairól, annak fontosságáról. Tudvalevő, hogy hazánkban a „sports for all” mozgalom – amely lefedi a tömeg-, szabadidő- és rekreációs sportot egyaránt – közel sem rendelkezik olyan hagyományokkal, mint a nyugat-európai országokban. Ennek okai sokrétűek, többek között a szocializmus egyoldalú sportpolitikájában, a rendszerváltást követő kormányok élsportközpontúságában, a piacgazdasági áttéréstől származó esély- és jövedelemegyenlőtlenség fokozódásában egyaránt keresendők.¹

Azokban az angolszász országokban, melyekben a magyarnál lényegesen hosszabb múltra tekint vissza a lakossági sport, rendszeresen készülnek felmérések, számítások az inaktivitásból származó társadalmi terhek becslésére, ezek az ún. cost-of-illnes (COI) tanulmányok.

Jelen tanulmány célja megvizsgálni, hogy a sport hogyan fejti ki hatását az egyén életmódján keresztül annak egészségi állapotra, melyek azok a tényezők, amelyek szerepet játszanak a rekreációs célú sportfogyasztásban és milyen pozitív gazdasági hozadékaik, externáliái vannak a rekreatív sporttevékenységnek az egészség- és társadalombiztosításra nézve, valamint milyen költségeket spórolhatnak meg a vállalkozások az egészségesebb, nagyobb munkabírási munkaerő alkalmazásán keresztül.

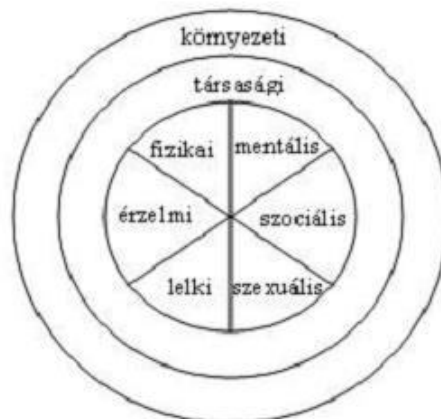
Anyag és módszer

A tanulmány készítése során az alábbi témakörök hazai és külföldi szakirodalmi áttekintésére és összefoglalására került sor:

- egészségfogalmak;
- a sport, mint az életmód eleme és egészséget meghatározó tényező;
- a rekreációs sportfogyasztást befolyásoló elemek;
- a sporttevékenységek pozitív gazdasági externáliái;
- a mozgásszegény életmód társadalmi terhei.

Eredmények és megbeszélés

Az egészségnek számtalan definíciója létezik, attól függően, hogy milyen szemszögből történik annak megfogalmazása – biomedicinális, pszichoszociális, ökonómiai. A legátfogóbbnak azt a bio-pszicho-szociális nézőpontot tekinthetjük, amely a fizikai, lelki és környezeti dimenziók mellett a társadalmi szerepvállalás dimenziójának fontosságát is hangsúlyozza.² (1. ábra)



1. ábra: Naidoo és Wills egészségdimenziói (Aggleton és Hormans ill. Ewles és Simnett alapján)

Az előzőekhez képest egészen más megközelítési mód az a közgazdasági megközelítés, amikor az egészségre, mint árura tekintenek, amelyet eladni és megvenni lehet. Ez a megközelítés túlzottan leegyszerűsítő, így sokkal jobban alkalmazható Dézsy definíciója, aki az egészséget közgazdasági szempontból az életszakaszokon keresztül ragadta meg. Három életszakaszt különböztet meg, melyekben az egészség eltérő funkciót tölt az egyén életében:

- az első életszakaszban - fiatal korban – olyan képességek és készségek megszerzésére teszi alkalmassá az embert, amelyek segítségével a következő életszakaszban versenyképes lesz a társadalom többi tagjával szemben a munkaerőpiacon;
- a második életszakaszban – a leghosszabb életszakasz – az tekinthető egészségesnek, aki képes versenyképességét megtartani vagy helyreállítani;
- a harmadik életszakaszban már nem a versenyképesség áll a középpontban az egészség definiálásakor, hanem az, hogy az életkornak megfelelő-e az egyén életminősége és a korábbi életszakaszok által lehetővé tett legmagasabb szinten tudja-e élvezni az életet.³

Mivel az egyének eltérő életpályát futnak be, a munkaerőpiacon eltérő képességek számukra a relevánsak és az irrelevánsak, ezért olyankor is egészségesnek nevezhetünk valakit, ha az ugyan valamilyen fogyatékossgal rendelkezik, azonban ez nem hátráltatja gazdasági aktivitásában. Épp ezért egészségesnek akkor tekinthető az ember, ha azokkal a képességekkel rendelkezik, amik lehetővé teszik számára, hogy munkája révén megvalósíthassa lehetőségeit és kiteljesíthesse személyiségét.⁴

Az egészséget befolyásoló tényezők közül az életmód az, amelyen keresztül az egyén akaratú úton leginkább befolyásolhatja saját egészségét. (Befolyásolók még az öröklött tényezők, a fiziológiai tényezők, a biológiai faktorok, a környezeti tényezők és a szociális tényezők. Utóbbi kettőnek a hatását szintén tudja változtatni az egyén, azáltal például, hogy elköltözik lakóhelyéről, de ennek sokkal korlátozottabb a lehetősége annál, hogy saját életvitelét változtassa meg.) Az életmódon keresztül tudja a sport is kifejtetni prevenció, rekreáció szerepét.

Mivel jelen esetben a munkaképességet helyreállító és megőrző sporttevékenységről van szó, ezért az életmód egy olyan eleméről beszélhetünk, amely az egyén szabadidős tevékenységeihez tartozik – kivéve a munkahelyi sportot, amelynek azonban alacsony az elterjedtségi foka. Szabadidőnek az egyén napjának azon ideje nevezhető, amelyben a társadalmi, családi, munkabeli kötöttségektől mentesen szabad akaratából végezhet az egyén olyan tevékenységeket, amelyekkel saját magát fejleszti és kikapcsolódik.⁵

Ezzel máris meghatározásra került az egyik olyan kulcstényező, amely alapvetően befolyásolja az egyén rekreációs sportfogyasztását, ez pedig a szabadidő mértéke. A legkevesebb szabadidővel azonban pont az a korosztály rendelkezik, amely a Dézsy-féle felfogás szerint a második életszakaszában van, azaz amelynek legnagyobb szüksége volna arra, hogy a munkavégzés során „elhasználódott” munkaerejét újra felépítse. Az életkor mellett a szabadidő mennyiségét befolyásoló tényezők még a nem, a családi állapot, a gyermekszám, az iskolai végzettség és a lakóhely típusa.⁶

A szabadidős sportolást befolyásolja még a rendelkezésre álló szabadidőn kívül az egyén életszínvonala, amelynek értékelése objektív mutatók – jövedelmi helyzet, munkaerő-piaci pozíció, fogyasztási javakkal való ellátottság, szociális biztonság, család – és szubjektív felmérések alapján egyaránt elvégezhető. Míg Magyarországon az objektív mutatók az életszínvonalat tekintve folyamatosan emelkedő tendenciát mutatnak, addig ezt az egészségi állapot mutatói nem követték. Ezt az anomáliát tetézi, hogy a szubjektív felmérések szerint a magyar lakosság mindössze 31,3%-a elégedett életminőségével, de 61,2%-a elégedett az egészségével. Az objektív és szubjektív értékelések ilyen ellentéte arra vezethető vissza, hogy a szubjektív értékítéleteket alapvetően a jövedelmi helyzet határozza meg, míg statisztikailag kimutatott tény, hogy az érzékelt életszínvonal és az érzékelt egészségi állapot között nincsen korreláció.⁷ Mindebből arra következtethetünk, hogy az emberek nem törődnek eleget az egészségükkel, valamint a szabadidősport-fogyasztás azért marad el a kívánatos mértéktől, mert a magyar népesség nem ismerte még fel, hogy szükséges a saját egészségi állapotának javítása, amelynek alapvető eszköze pedig a rekreációs sport lenne.

A további szabadidős sportfogyasztást meghatározó tényezők közt megemlítendő a társadalmi státusz – a különböző társadalmi rétegek eltérő sportágakat preferálnak –, az egyéni motiváció, a tevékenység célja és az általa elérhető eredmény, illetve az adott társadalom testkultúrája.

A rekreációs sport egészségen keresztül ható pozitív gazdasági externális hatásait több szempontból vizsgálhatjuk. A lakosság jobb egészségi színvonala négy csatornán keresztül hat a gazdaságra és növeli a társadalmi hasznosságot: jobb termelékenység, jobb munkaerő-ellátás, képzéssel kialakított jobb készségek és a fizikai és szellemi tőkébe való beruházás következtében megnőtt tartalékok.⁸

Jelen esetben a társadalmi újraelosztó rendszerekre és az egyéneket foglalkoztató vállalatokra fókuszálunk, egészen pontosan azokra a költségekre, amelyek megtakaríthatók az aktív életmód által, ezáltal pedig növelhető a termelékenység.

A fizikai inaktivitás, mint rizikófaktor kimutatottan nagyban hozzájárul több betegség és egészségügyi probléma kialakulásához is. Tipikusan ilyenek a keringési megbetegedések, a rák több formája, a depresszió, a hátfájási panaszok, a cukorbetegség, a mozgásszervi megbetegedések, a vérnyomásproblémák, részben az elhízás, a kövérség valamint a mentális betegségek (utóbbi hármat rendszerint az inaktivitásból származó betegségterhek számításánál nem szokták figyelembe venni). Az említett panaszok és megbetegedések jelentős gazdasági terheket jelentenek a társadalom számára.

A különböző betegségek terheit számba vevő tanulmányok az ún. „cost-of-illness” (COI) tanulmányok. Ezek célja megállapítani, hogy „mennyibe kerül” egy betegség és mekkora veszteséget okoz, ha a nyugdíjkorhatár előtt valaki meghal.⁹ A COI tanulmányok több perspektívából alkalmazhatók, így az egészségügyi ellátó rendszerek és a társadalombiztosítás illetve a vállalati szektor szemszögéből is.¹⁰ Az eltérő perspektívák eltérő költség számítási módokat feltételeznek. (1. táblázat)

1. táblázat: Az inaktivitásból származó betegségterhek Segel (2006) alapján

Nézőpont	Egészségügyi költségek	Morbidity költségek	Mortality költségek	Transzfer kifizetések
Egészség- és társadalombiztosítás	minden költség	–	–	táppénz
Vállalatok	–	termelés kiesés (preentism / absenteeism)	termelés kiesés	–

A költségek számbavételekor három csoport különíthető el:²

- Közvetlen költségek: a betegséggel kapcsolatban felmerülő összes költség (pl. gyógyítás, vizitdíj, gyógyszerek ára, egyéb gyógyeszközök, táppénz, kifizetendő biztosítás vagy rokkantnyugdíj);
- Közvetett költségek: a kiesett termelés értékének becslése;
- Puha vagy eszmei költségek: azok a pszichés terhek, amelyeket a betegnek és családjának (pl. fájdalom, kiszorulás a munkaerőpiacról), a társadalmi kohéziót romboló hatások.

Az egészség- és társadalombiztosítási rendszerek perspektívájából vizsgálva költségként merülnek fel azok az orvosi ellátáshoz kapcsolódó költségek, amelyeket az egészségbiztosítás finanszíroz. Ezek közvetlen költségnek minősülnek: fekvőbeteg- és járóbeteg-ellátás, gyógyszerek, és gyógyászati segédeszközök, gyógyszerár-támogatás, utókezelés és rehabilitáció, diagnosztika, valamint további költséget jelentenek a transzfernek minősülő táppénzkifizetések.

Ha a munkáltató vállalkozások szempontjából vizsgáljuk az inaktivitásból származó költségeket, akkor a közvetett költségek azok, amelyek jelentős terhet rónak a gazdaságra:

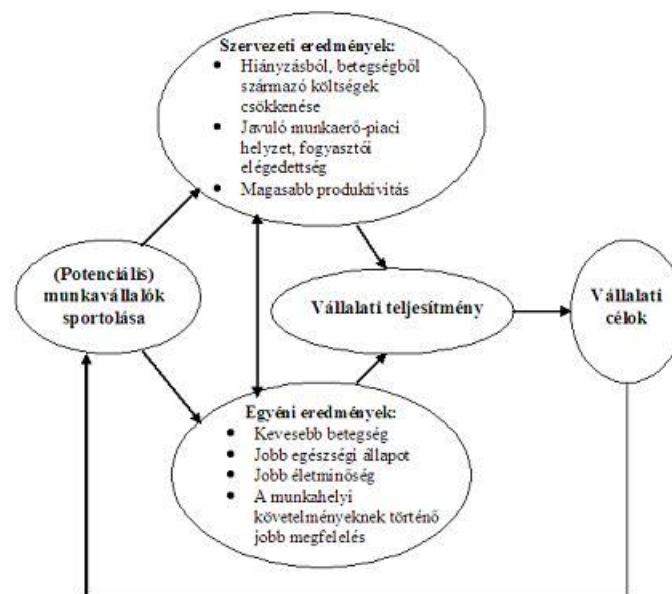
- a munkavállaló nyugdíjkorhatár előtti elhalálozásból adódó termelésbeli kiesés (ami az elmaradt jövedelmek alapján számítható, de ekkor felmerül a kérdéses, hogy milyen életkorig tekinthető valaki aktív keresőnek);
- a munkavállaló betegsége miatt mulasztott munkanapokon kieső termelés (absenteeism);
- a munkavállaló csökkentett kapacitású munkavégzésből eredő veszteségek, mikor a munkavállaló munkahelyén van, de nem képes maximális teljesítőképességgel a munkáját elvégezni, betegségét lábon hordja ki (presenteeism) – mert ha kiesne a munkából, akkor ő maga is jelentős bértől esne el – de ezzel a munkavégzés hatékonysága is csökken;
- a munkavállaló termelőképességének rövidebb vagy hosszabb távú részleges vagy teljes elvesztése;
- az egészséges munkavállaló beteg családtagjának gondozása miatt a munkától távol töltött idő.

A vállalat vesztesége – mint a munkás által egy időszak alatt meg nem termelt érték – többféle módon is mérhető: például a munkabér nagyságával – neoklasszikus modell – az adott időszakra eső GDP vagy GNP egy főre jutó részével vagy a vállalat éves árbevételének az egy foglalkoztatottra jutó részével.

A munkaerő-túlkínálatos országokban jobb módszer az ún. súrlódási költség alapú költségszámítás:¹¹ a kieső munkavállaló helyettesíthetőségét feltételezi – egy ideig kollégái vehetik át feladatát, majd felvehetnek új embert a helyére azonos szakértelemmel – így annak az átmeneti időszaknak a költségeit kell csak figyelembe venni, amíg a helyettesítés nem történik meg. A módszer hátránya, hogy csak a termelési kiesést veszi figyelembe a munkavállaló helyettesítéséig eltelő kieső időszakban, de emellett a kiesés csökkenti annak a teamnek a munkahatékonyságát is, amelyben a megbetegedett ember dolgozott, sőt költségként jelentkezik az új munkaerő megtalálásának folyamata és felvétele is.

A közvetlen és közvetett költségeken túlmutató, azok következményeiként jelentkező, de igen nehezen számba vehető további gazdasági hatások is jelentkeznek, például módosul a háztartások fogyasztása és megtakarítása; a vállalatok termelékenységére, ezen keresztül a piaci hozamok szintjére; az ország tőkevonzó képessége stb.

A most tárgyalt költség szempontú hatásokon kívül természetesen a jobb egészségi állapotú lakosság – eltekintve a munkából hiányzásoktól – jobb termelőerőnek minősül, ami már önmagában is termelékenységet növelő, és így hozzájárul az egyes vállalatok stratégiai céljainak megvalósulásához.¹³ (2. ábra)



2. ábra: Sport a vállalati célok megvalósításának szolgálatában
DeGreef és Van den Broek (2004) alapján módosítva

Irodalomjegyzék

1. Földesiné Szabó Gyöngyi (1996): A magyar sport átalakulása az 1989-1990-es rendszerváltás után. In: Földesiné Szabó Gyöngyi (szerk.): *A magyar sport szellemi körképe*. OTSH-MOB, Budapest.13-52.
2. Kovács Tamás Attila (2007): A rekreáció kultúrája – A rekreáció főbb kulturális alrendszerei. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 30. 13-24.
3. Dézsy József (2006): *Egészséggazdaságtan egy kissé másképpen*. Springmed Kiadó, Budapest
4. Naidoo Jennie – Wills, Jane (1999): *Egészségmegőrzés – Gyakorlati alapok*. Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest
5. Szántó Miklós (1967): *Életmód, művelődés, szabadidő*. Akadémia Kiadó, Budapest

6. Sik Endre (2001): *Néhány adalék az időfelhasználás társadalmi meghatározottságának vizsgálatához*. KSH, Budapest
7. Márfi András (2007): A szubjektív életkörülmények társadalmi-gazdasági összefüggései, In: Utasi Ágnes (szerk.): *Az életminőség feltételei*. MTA Politikai Tudományok Intézete, Budapest
8. Harmath György – Czárán Erzsébet (2006): Az egészség szerepe az Európai Unió országainak gazdaságában. *Egészségügyi Gazdasági Szemle*, 44. 14-17.
9. Kollányi Zsófia – Imecs Orsolya (2007): *Az egészség-befektetés – Az egészségi állapot hatása a gazdasági teljesítőképességre és az életminőségre*. DEMOS Magyarország Alapítvány, Budapest
10. Segel, Joel E. (2006): *Cost-of-Illness Studies – A Primer*. RTI International, RTI-UNC Center of Excellence in Health Promotion Economics, visszakereshető 2008. október 1-én: http://www.rti.org/pubs/coi_primer.pdf
11. Boncz Imre (2005): A termelékenységi költségek mérésének összehasonlítása Magyarországon: emberi tőke és súrlódási költség. *Egészségügyi Gazdasági Szemle*, 43. 29-31.
12. Országos Egészségfejlesztési Intézet: *Move Europe Egészséges munkavállaló az egészséges munkahelyeken*. Visszakereshető 2008. október 1-én: <http://www.oefi.hu/move-europe/MoveEuro.pdf>

Important dimensions of service quality in the case of leisure sport services

Ágnes Szabó

Corvinus University Budapest

agnes.szabo2@uni-corvinus.hu

There were several important changes in the developed market economies from the mid-80s, and also here in Hungary after the change of the political system from the mid-90s regarding the effective demand for leisure sport services. There was a growth in salaries, leisure time, and “civilization problems” (such as stress, malnutrition, obesity, not enough physical activity, etc.), and a change of the approach and mobility of many people, who wanted a better quality of life and were more health-conscious, created an extended demand for the leisure sport services. In my opinion, examining the factors, which determine the demand for service providers, service quality has a remarkable importance. In the today’s world fierce competition service quality, satisfaction and loyalty has become an absolutely crucial issue. A customer's assessment of service value depends on sacrifice (the monetary and non-monetary costs associated with utilizing the service) and the customer's frame of reference. Thus, there should be differences in customers' assessments of service value due to differences in monetary costs, non-monetary costs, customer tastes, and customer characteristics. Through service value, quality influences the customer’s further intentions, whether they return, or not. Quality is one of the main sources of competitive advantage, a chance for creating value. From a customer’s point of view, quality is a key factor in the selection from different products or services (this could be called “value selection”, which is a subjective process, and in it experience and trust also play an important role).

What about a leisure sports service provider? What are the differences between a leisure sport service provider and any other? Which are the important factors of service quality in their case? I present a literature research (9 researchers’ work, their results, and models about sport service quality), specifically: which factors are the important value drivers and which quality dimensions are extremely important for a sports service provider. Furthermore, I present the related results of my empirical research on service quality.

Keywords: leisure sport service providers, service quality, value creation

A szolgáltatásminőség meghatározó tényezői a szabadidősport-szolgáltatók esetén

Szabó Ágnes

Budapesti Corvinus Egyetem

agnes.szabo2@uni-corvinus.hu

Az 1980-as évek közepétől látványos változások zajlottak le a fejlett piacgazdaságokban – nálunk a rendszerváltozás után, az 1990-es évek közepétől – amelyek fizetőképes keresletet eredményeztek a szabadidősport iránt. A megnövekedett szabadidő és bevétel, a civilizációs problémák (mozgásszegény életmód, stressz, helytelen táplálkozás, túlfogyasztás, elhízás stb.) leküzdése, az életminőség javításának célja, szemléletváltozás, egészségtudatosabbá válás és a nagyobb mobilitás a szabadidősport-szolgáltatók iránti keresletet növelték. A szabadidősport-szolgáltatók keresletét meghatározó számtalan tényező közül véleményem szerint kiemelt fontosságú a szolgáltatás minősége. A fogyasztókért folyó egyre növekvő versenyben megkerülhetetlen tényező, sőt már szinte alapkövetelmény a minőségi szolgáltatás, valamint az elégedettség és a lojalitás elérése. A minőség a szolgáltatás nyújtott értékét határozza meg, a fogyasztók áldozatai (hozzáférés költségei) és a fogyasztók jellemzői (személyes, kulturális, pszichológiai, stb.) figyelembevételével. A minőség a nyújtott értéken keresztül meghatározza a fogyasztó további szándékait, hogy visszajön-e vagy sem. A szolgáltatókat tekintve a minőség a versenyelőny egyik lehetséges eszköze, értékteremtési-lehetőség. Vevőszempontból a minőség tulajdonképpen a vásárlási döntés befolyásoló tényezője, (tulajdonképpen „értékválasztás”, tapasztalati és bizalmi elemekkel és szubjektivitással).

Mi a helyzet a szabadidősport-szolgáltatók esetében? Mennyiben más, miben különbözik egy sportszolgáltató egy bármilyen más szolgáltatótól? Milyen minőség-tényezők fontosak itt? Bemutatok egy szabadidősport-szolgáltatókról végzett irodalomkutatást, (9 kutató eredményeit, modelljeit a sportszolgáltatások minőségéről), konkrétan, hogy mely tényezők a vizsgált, fontos value driverek, mely minőség-tényezők is kiemelkedően fontosak egy üzleti alapon működő sportszolgáltató esetében. Valamint saját empirikus kutatásom ide kapcsolódó, szolgáltatásminőségre vonatkozó eredményeit is ismertetem.

Kulcsszavak: szabadidősport-szolgáltatók, szolgáltatásminőség, értékteremtés

The benefit of leisure sport and the demand for it amongst Budapest university students

Ágnes Szabó

Corvinus University of Budapest

agnes.szabo2@uni-corvinus.hu

The sport-administration, the sport-policy and several writings, papers about sport use amateur sport, mass sport, leisure sport and recreation as synonyms, and there are two more new concepts such as fitness and wellness to make the situation even worse so I feel there is chaos in connection with concepts. For that very reason, first of all, I try to systematise the concepts, make the differences clear and show the continuous “development in the process”. (I know that because this is my first attempt, this could open the door for further attempts or corrections.)

Table 1: concepts

CHANGES	CHARACTERISTICS	CONCEPT
there is competition done only in leisure time	no revenue from spectators	amateur sport
no more competition political background before the change of the political system („sport is not a privilege of the rich”)	the goal is to make the citizens, the masses move	mass sport
the political background disappeared, more leisure time and income, changes of attitude: more health awareness	increased leisure time should be spent usefully, the goals are leisure, active rest, recreation	leisure sport
more and more health awareness	the goals are to stay healthy physically and mentally, to recover, to enhance life quality, good overall condition (among others) through sport, sport is a component of recreation	(active) recreation
appearance of leisure sport service suppliers and the increasing demand towards them	healthy lifestyle through sport and nutrition, the goals are better health condition and higher performance	fitness
service packages, programs, complexity, becoming life-style	beauty culture, massage, natural therapy, gastronomy, tourism all serve physical and mental wellness	wellness

In this study I use the concept of leisure sport and I discuss why is it beneficial for the individual, for the society, for the economy and for companies.

Why is leisure sport is beneficial for the individual?

As economists we can see the leisure sport as consumer durable, consumer non-durable and “capital gain”. (Nagy, 1996).

First, if the aim of the sport is to stay physically and mentally healthy we can regard the sport as consumer durable. Due to the regular sport we could be healthy in the present and also in the future, we could develop and preserve a pleasurable way we feel and this could lead to a long, healthy life. The positive effects of leisure sport are in this way of thinking: the preservation of our health (physically and mentally), the increase of our ability to do mental and physical work, positive self-concept, development of weight-control, character and willpower, elimination of stress and tension and well-being. Sport participation develops a wide range of skills and attitudes that could be transferred to other parts of life (work for example), including teamwork, cooperation, leadership, problem solving, decision-making, communications, personal management skills. Sport can also build character and personal qualities such as courage, endurance, flexibility, integrity and the capacity to commit to a goal or purpose, as well as values such as a sense of responsibility to others, respect for others, self-discipline, a sense of fair play, fair dealing and honesty. Sport tests participants’ willingness to try, to fail and to try again, helps people how to deal with success and failure.

Second, there are enjoyment, pleasure, and excitement but only during the activity; we can feel utility, benefit only during doing sports. We can feel the pleasure of the play, competition, and win, the pleasure of being together with our loved ones, these cause enjoyment, excitement.

Third, a person in a better physical condition can provide better and more reliable performance and so get higher income. The lower healthcare costs are the other forms of capital gains.

Why is leisure sport beneficial for the society?

Due to the leisure sport (and healthy people through leisure sport) there are reduced national healthcare-costs, reduced losses, income lost due to illnesses. If youngsters channel stress, tension and superfluous energy in sport there will be less vandalism, hooliganism, lower costs of fighting against them. Sport helps fight against discrimination, provides a “common language” between nations or cultures, constitute social networks, improve social cohesion (Eurobarometer, 2003). Due to sports there are lower mortality and disability rates (Staines – Prince – Oliver, 2003).

Why is leisure sport beneficial for the economy?

Thank to leisure sports there are increased performance of the economy, increased productivity and GDP (Staines – Prince – Oliver, 2003), higher competitiveness of the country (obvious relationship between human capital and competitiveness Palócz, 2006). Leisure sport creates workplaces, generates household spending and tax increases, income from tourism (health tourism, event tourism).

Why is leisure sport beneficial for companies?

Beneficial effects of leisure sport for companies: there are less sick-pay, less labour slack, illness, but higher performance of workers, who are more satisfied. Not to speak about the flourishing related industries (sportswear, sport equipment, building and running sport facilities, tourism, service suppliers).

Canadian researchers (Staines – Prince – Oliver, 2003) have come out with the conclusion that spending 1\$ on an individual to do sport generate 2-5\$ in 10 years time. According to the American CDC, every dollar spend on promoting leisure sport generate 3 other dollars.

In spite of all these facts, 16% of the Hungarian population does sports on a regular basis and if we consider only those who do it minimum twice a week for minimum half an hour, the percentage is only 9. (There are two research-institutes – Median and Szonda Ipsos – which have estimated the rate of the sporting population about 22%, but it is also insufficient.) The demand for service suppliers is also insufficient, there are only 15% of the people regularly doing sport go to leisure sport service providers. There is high market potential in this field (Background for the 21st national sport strategy).

My research – The demand for leisure sport among university students studying in Budapest

In 2004 I did a research on the leisure sport consumption of Budapest university students. (I used partly “face-to-face” self filled questionnaires and partly online questionnaires.) In May 2006, 539 university students (students of economics, law, engineering and arts) were questioned via Internet (like in the case of a similar study in 2004, with 641 participants) about their spare-time activities, about their value judgments and of course about their leisure sport consumption: how often, why, which sport they do, why they chose that particular sport, where they do it, how much time each occasion takes, how much they spend on it and which factors are important for them when they choose a leisure sports supplier.

Leisure time activities

The most popular leisure time activities are the following: listening to music, reading newspapers, and watching television. (The results were the same in 2004). The arts students read more as the average respondents and play computer games more rarely as others. Engineering students like being with friends and doing sports, they do these activities 2nd most frequent and 3rd most frequent. Except the art students everybody hates classical music and opera. A lot of respondents have never been there. Such as in the case of pop music concerts and sport events; they rarely go to these events. Comparing the sexes: men play more often computer games and do more often sports and go more often to sport events as women. Women enjoy much more going to the cinema, theatre, concerts, museums, reading books, watching TV, listening to radio and shopping. In 2004 there was no difference between men and women considering the frequency of doing sport and going to sport events.

Value judgments

Students of different areas prefer different values from the 14 mentioned. The most important value for law students (as well as for the respondents altogether) is friendship, for engineering and economics student health, for arts students’ spiritual peace. All groups have friendship in the 3 most important values and the same applies to health with the exception of arts students. All groups have the least 3 important values in common: career, social recognition and money, although even these values get a rank of 5 in the 7 grade scale.

I created 4 factors with the help of factor analysis: 1. „Success, money, splendour” factor (money, career, success, social recognition, ambition), 2 “Postmaterial inner values”

factor (spiritual peace, honesty, family, friendship), 3. “Carpe diem” factor (exciting life, joyful life, freedom), 4. „Health” factor (health, fitness). The student groups differ only in the case of 1st and 4th factor: „Success, money, splendour” and „Health” are both the most important for economics students, the least important for arts students. A research among Szeged university students by Pluhár, Keresztes and Pikó confirmed that there is a significant relation between physical activity and postmaterial inner values like health, honesty, spiritual peace and family. My research shows that the following five values are significantly more important among people doing regularly sport: be fit, friendship, honesty, career and ambition. After performing the independent samples T-test I can state that there is a connection between the quantity of leisure sport consumption and value judgement (this was evidenced only for being fit in 2004). Health, friendship, honesty, family, spiritual peace are more important for women, whereas money and material goods are more important for men (this was not found in 2004).

Sporting habits

Frequency of doing sports

University students are ”homo gimnici”, since 70,9% of the respondents (only 61,9% in 2004) do sports at least once or twice a week. Like in 2004 it was evidenced that the quantity of doing sports differs in case of students of different areas. Economics students are the most active and arts students are the least active. The cross table analysis and the one-way ANOVA test showed no connection between financial state and the quantity of doing sports. But I found connection between gender and sports: men do sports more often.

The rest of the analysis was done on the 81,3% of the respondents that is on 440 persons who do sports at least 2-3 times a month.

Motivation of doing sport

The main reason for doing sport is (same as in 2004) entertainment (76,6%). Health (75%) and to be fit (71,8%) follow in the row of important motivating factors. More than 50% of the respondents marked enjoyment (70,9%) and having a neat body (57,5%) as motivation. According to secondary sources women do sports for company, to be fit, health and because of weight-control, whereas men for win, competition and success. My results match this in the case of women (to be fit, health, entertainment and having a neat body) but they don't in the case of men (entertainment, health and enjoyment). However, the independent samples T-test shows that competition, friends' company and enjoyment as motivating factors are significantly more characteristic for men.

Demand for particular sports

Table 2: Important dimensions of service quality in the case of leisure sport services

Crompton & Mackay (1989)	Kim & Kim (1995)	Howat at al. (1996)	Eva Cáslová & Marek Vraný (1998)	Han (1999)	Ko (2000)	Chang & Chelladurai (2003)	Papadimitriou & Karteliotis (2000)	Afthinos (2001)
tangibles	ambience	general facility	facility	facility	ambient condition, design and equipment	physical environmet	facility	cleanliness
responsiveness	employee attitude	staff quality	behaviour of the staff	employee performance	interaction quality	interpersonal interactions	staff	employees responsiveness
empathy	personal consideration,		knowledge of the staff					employees courtesy
assurance								employees adequate knowledge and skills
	programming	core service	programmes	programmes	programme quality	core service	programmes	
	privileges	secondary services	secondary services				secondary services	
reliability	reliability		opening hours		operating time			
	information			PR	information			
	price	value for money	price	cost				
	stimulation				inter-client interaction	contact with other customers		
					valence and sociability	perceived service quality		
	ease of mind				outcome quality			
						service failure and recovery		emergency procedures
			proximity					
						management commitment to service quality		

Aerobic is popular as ever, soccer declined compared to 2004, jogging become more popular. Gymnastics is off the list of popular sports in 2006 but a new sport came onto it: basketball.

All student groups mark these sports, with small differences in the order. Aerobic is not popular among engineering students, martial arts among economics and arts students, cycling is missing among the former as well as basketball among the latter. 6,5% (4,6% in 2004) of the respondents play squash, 6,5% (4,1% in 2004) play tennis, 3,2% (6% in 2004) skies (note that this is a seasonal sport), 2% (1,5% in 2004) do yoga, 1,7% (2,5% in 2004) do

wall climbing, 1,7% (2,1% in 2004) ride horse and 1,5% (1,9% in 2004) do roll skating. Modern and trendy sports (except horse riding and wall climbing) are most popular among economics students (the highest increase since 2004 was in this group). Economics students are the most accepting towards new sports (engineering students were in 2004), followed by law, then engineering and finally arts students. My hypothesis of financial state having an impact on choosing sports was backed by the fact that students in better financial state choose elite sports more often.

Reasons for choosing a particular sport

The main reasons for choosing a particular sport, similarly to the 2004 results: 1st: proximity, easy approach (56,6%), 2nd: no company needed, possible to do it alone (47,7%), 3rd: having the skills or talent (39,5%), 4th: company of friends (36,4%), 5th: no extra equipment needed (28%). There is no difference between the student groups. The company of friends and having the skills or talent are more important for men than for women. Extra equipment and company being not necessary are more important for women than for men.

Spending on leisure sports

28,6% (30% was in 2004) of students doing sports on a regular basis spend nothing on leisure sports so they do sports in their homes or in public places. 22,3% (18,8% in 2004) of respondents spend 3000 to 5000 HUF monthly, 13% (18,8% in 2004) spend less than 1000 HUF. The average monthly amount spent on leisure sports have increased since 2004. The one-way ANOVA test shows no difference between the student groups.

About leisure sport service providers

57,7% of those respondents who do sports regularly resort to leisure sport providers. 47% percent do sports in public places, 40% in their homes, 24,3% on school sports-grounds, 18,9% on sports-grounds of clubs (multiple choices). Economics students resort to providers most frequently and engineering students do least frequently and women do more frequently than men. The most important factors when rating providers are price (for 83,6% of the respondents), proximity, easy approach (68,9%) and opening hours (68%). 61,8% of the respondents marked that the atmosphere of the place is important, 60,5% that the high standards of opportunities of doing sport, 41,6% do so for appropriate personnel and 36,6% for the composition of other customers. Least important are the possibility of doing more than one sport at the same location (26,4%), auxiliary services (23,6%) and the surroundings of the

place (20,5%). Comparing the four student groups, engineering students consider the high standards of opportunities of doing sport more important than does the average student and they consider auxiliary services and proximity as less important. The two latter factors are more important for law students than for the average.

As closure I would like to add an interesting idea of Nefiodow: in the 6th Kondratiev cycle the bottleneck of development is going to be the physically-mentally healthy human being, so it would be useful to do sports. Previous Kondratiev cycles were all about technology and technical solutions (1st: steam engine, 2nd: railroad and steel, 3rd: electricity, 4th: petroleum and automobile, 5th: information technology), which caused damage of our health and enormous pollution. In contrast to it the main driving force of the 6th period is going to be health and the healthy human. The important aspects of the period are: leisure sports, tourism, health tourism, and biotechnology and pharmaceutical industry. Naturally, lots of experts doubt the existence of Kondratiev cycles, but there is no doubt that the sport, the leisure sport is getting more and more important in the society and in the economy and it's impact on the economy is getting more and more significant.

Table 3: Most popular sports

	2004		2006
1.	aerobic 13,5 %		aerobic 13,4 %
	football 13,5 %		running 13,4 %
2.	bodybuilding 11 %		football 9,8 %
3.	swimming 10,1 %		bodybuilding 9,3 %
4.	running 8,5 %		swimming 7,3 %
5.	cycling 7,2 %		cycling 6,6 %
6.	gymnastics 5,8 %		martial arts 5,5 %
7.	martial arts 5,6 %		basketball 5,2 %

Sources

1. Ágnes Szabó (2004): Leisure sport consumption among university students. Thesis, BCE, Budapest
2. Background for the 21st national sport strategy. Manuscript, Budapest
3. Eurobarometer survey shows that Europeans want sport, which is cleaner and more citizen-focused. Brussels, 2003: <http://europa.eu.int/rapid/start/cgi>, April 2004.
4. Éva Palócz (ed., 2006): Health and competitiveness study, Kopint-Datorg, Budapest, February 2006.
5. Health care market – The growth-locomotive in the 21-century: <http://www.kondratieffzyklen.de/6.Kondratieffl.htm>, April 2006.
6. Median Research Institute: Leisure time. HVG Appendix December 2000.
7. Péter Nagy (1996): The economics of sport and recreation. Course material, BCE, Budapest
8. Szonda Research Institute: Sporting habits in Hungary. Budapest June 2003.
9. The Economic Impact of Physical Activity in Ontario. Dr. Nicholas Staines, Isolde Prince and David Oliver: www.line.ca/lin/recource/html/econom.htm, December 2003.
10. The day of old people. The secret of long life: <http://hvg.hu/archivum>, December 2003.
11. Zsuzsanna Pluhár –Noémi Keresztes –Bettina Pikó (2003): "A sound mind in a sound body". Relationship between values and physical activity of secondary school students. Hungarian Sport Science, 2003/2. p. 29-33.

The needs of residents and the role that the Local Government of Kaposvár takes in financing sports

Szerb György Phd candidate

Mayor's Office of Kaposvár

sport@kaposvar.hu

Since the '90s, the system of financing Hungarian sport has considerably changed. These days, the local governments take the most part in financing after the residents (chart). The financial support that goes into sport in Hungary is lower than the European average (table). There are considerable differences in the sports financing of the local governments (table). The question arises whether the sports consumption of the local residents is in harmony with the system of the sports financing of the local government.

In order to reveal this, we carried out a survey in Kaposvár in 2002, asking 400 people with a questionnaire. We examined how they spend their leisure time, with particular regard to their sports consumption.

We compared the habits of sports consumption with their level of education, salaries, ages and sexes. Based on this, we revealed the needs of sports consumption of each social layer. Having taken into consideration the results of the survey, we modified the mid- and long-term conception of the sports development of Kaposvár. In line with this, in the field of development of sports facilities, new projects (covered ice-skating rink, skate park, bicycle road) have appeared, as have new priorities in the field of financing.

Keywords: financing, habits of sports consumption, sports development

Lakossági igények és a Kaposvári Önkormányzat szerepvállalása a sport finanszírozásában

Szerb György phd. Doktorandus

Polgármesteri Hivatal Kaposvár

sport@kaposvar.hu

A 90-es évektől jelentősen átalakult a magyar sport finanszírozási rendszere. Napjainkban a lakosság után a települési önkormányzatok az ágazat legjelentősebb pénzügyi szerepvállalói (diagram). A magyarországi sportcélú ráfordítások aránya a GDP-hez képest alacsonyabb az európai átlagnál (táblázat). A települési önkormányzatok sportfinanszírozásába rendkívül nagyok a különbségek (táblázat). Vajon a helyi lakosság sportfogyasztási szokásai összhangban vannak-e az önkormányzat sportfinanszírozási rendszerével?

Ennek felderítése céljából Kaposvárott 2002-ben egy vizsgálatot végeztünk, 400 személy kérdőíves kikérdezésével. Vizsgáltuk a szabadidő eltöltési szokásaikat, azon belül különös tekintettel a sportfogyasztási szokásokra.

A „fogyasztási” szokásokat összevetettük az iskolai végzettséggel, a jövedelmi viszonyokkal, az életkorral, a nemmel. Ez alapján föltártuk az egyes társadalmi rétegek sportfogyasztási igényeit. A vizsgálat eredményeit figyelembe véve, módosítottuk Kaposvár város közép- és hosszú távú sportfejlesztési koncepcióját. Ezzel összefüggésben a sportlétesítmények fejlesztése területén új beruházások (fedett jégcsarnok, görpark, kerékpárút), a finanszírozás területén új prioritások jelentek meg.

Kulcsszavak: sportfinanszírozás, sportfogyasztási szokások, sportfejlesztés

Spatial Characteristics of the Hungarian Wellness Demand and Supply

Laczkó Tamás

Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar

tamas.laczko@etk.pte.hu

The last decade can be characterised as a successful era for the Hungarian wellness market with a significant broadening of supply and demand. A more and more complex wellness supply was established and promoted by numerous international and domestic, economic-, social and demographic factors, along which this economic segment was characterised by continuous state performance with altering order of magnitude. Although, the building of wellness hotels and spas and daily wellness service providers (Day Spa, Club Spa, fitness centres) was characteristic of all the Hungarian regions, we can observe considerable spatial concentration in the present Hungarian wellness supply. The different patterned spatial disparities of the different service provider types are influenced by unique factors, due to which such kind of spatial structures were formed which were not following the general economic development level in every case.

In the first part of the paper, I present the situation of the Hungarian wellness market, the dynamics of its broadening and those unique social, economic and tourism factors influencing this system. In the additional chapters, I touch upon the spatial characteristics of supply elements, the justification of the presence and volume of concentration and the survey of spatial hubs which are demonstrated by the help of the statistical methods used in analysing the spatial inequalities. In the closing part of the study I surveyed the generating factors of concentration where I valued the effects of 40 natural, social and economic factors in their shaping of the spatial structure of wellness supply.

Keywords: spatial inequality, wellness supply, wellness hotels, wellness service providers

Területi egyenlőtlenségek a hazai wellness-turisztikai piac keresleti és kínálati viszonyaiban

Laczkó Tamás

Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar

tamas.laczk@etk.pte.hu

Az elmúlt évtized a magyar wellness piac számára jelentős kínálati és keresleti bővüléssel jellemezhető sikeres időszaknak számít. A wellness kínálat összetettebbé válását és növekedését számos nemzetközi és hazai, gazdasági-, társadalmi- illetve demográfiai tényező alapozta meg és támogatta, amelyek mellett változó nagyságrendű, de folyamatos állami szerepvállalás is jellemző volt ebben a gazdasági szegmensben. Bár a wellness szállodák és fürdők, illetve napi wellness szolgáltatók (Day Spa, Club Spa, fitness centrumok) építése az ország minden régiójában jellemző volt, mégis számottevő területi koncentráció figyelhető meg napjaink magyar wellness kínálatban. A különböző szolgáltató típusoknál tapasztalható eltérő mintázatú területi egyenlőtlenséget sajátos tényezők befolyásolják, amelyek eredményeként az általános gazdasági fejlettséget nem minden esetben követő területi struktúrák alakultak ki.

Az előadás első részében bemutatom a magyar wellness piac helyzetét, bővülésének dinamikáját, illetve az ezt befolyásoló sajátos társadalmi, gazdasági és turisztikai tényezőket. Az eredmények értékelésénél kitérek a kereslet és a kínálat elemeinek térbeli jellemzőire, a koncentráció létének és mértékének igazolására, a területi súlypontok értékelésére, amelyeket a területi egyenlőtlenségek elemzésénél használt statisztikai módszerek segítségével vizsgállok. Az előadás záró részében a koncentráció kiváltó okainak vizsgálatát mutatom be, ahol több mint 40 természeti, társadalmi és gazdasági tényező hatását értékeltem a wellness-turisztikai kereslet és kínálat területi struktúrájának alakításában.

Kulcsszavak: területi egyenlőtlenség, wellness-turisztikai kínálat, wellness-turisztikai kereslet, wellness szállodák, napi wellness szolgáltatók

Bevezetés

A turizmus és egyben az egész magyar gazdaság egyik fejlődést és pozitív eredményt felmutató sikerágazata az egészségturizmus, amely a turisztikai és gazdasági szakértők véleménye szerint további tartalékokkal és fejlődési potenciállal rendelkezik (Gellai 2004, Ruzinkó 2007). Az egészségturizmus hazai turizmusban betöltött szerepét mutatja, hogy a KSH adatai szerint 2007-ben a hazai kereskedelmi szálláshelyeken regisztrált minden ötödik (20,77%), a szállodákban minden negyedik vendégéjszakát (29, 52%) gyógy- és wellness szállodákban töltötték a vendégek. A nemzetközi egészségturisztikai piacokon tapasztalható változások, az utóbbi évtizedben markánsan megjelentek Magyarországon is. A tradicionálisnak tekinthető és nemzetközi hírű gyógyturisztikai profil mellett, hazánk a wellness-kínálatával is fontos szereplője kíván lenni a nemzetközi egészségturisztikai piacnak (OES 2007). Ehhez rendelkezik egyedi arculatot és piaci előnyt biztosító erőforrásokkal, amelyek szélesebb körű és hatékonyabb kihasználására kényszerítő erővel hat a turisztikai termék iránt megnyilvánuló belföldi kereslet növekedése és a versenytársnak tekinthető európai országok wellness-piacának dinamikus bővülése (Laczkó - Rébék 2008).

Hazánkban egyre nagyobb számú, és egyre összetettebb a wellness szolgáltatásokat nyújtó vállalkozások köre. Napjainkban Magyarországon wellness szolgáltatások igénybevételére leggyakrabban az alábbi típusú helyszíneken van lehetőség:

- a wellness szállodákban, vagy wellness szolgáltatások széles körét nyújtó szállodákban (150 szálloda tartozott ide 2008 januárjában)
- a gyógy-, termál- és élményfürdők erre kialakított egységeiben (77 fürdő),
- és napi wellness szolgáltatóknál (152 szolgáltató)

A kínálati oldal bővülésének dinamikáját jelzi, hogy az átlagos szállodai kínálat 2004-2007 időszakban bekövetkezett néhány százalékos növekedésével szemben a wellness szállodák száma 410%-kal, kapacitása (ágyszám) 309%-kal bővült. A kínálat bővülése a turisztikai termék keresletében is jelentős növekedést eredményezett, amelyet jól mutatnak a hazai wellness szállodák forgalmi adatai. A szállodatípus KSH általi regisztrálásának kezdete (2004) óta, a 2007-ig eltelt négy évben megnégyszereződött, mind a vendégek, mind az általuk eltöltött éjszakák száma, amely így az összes hazai szállodatípus között a leggyorsabb növekedést mutatta. A wellness szállodák vendégei döntő többségben belföldi turisták, akik mellett a külföldiek 2007-ben kevesebb mint 23%-t adták a szállodák vendégkörének.

Bár a wellness szolgáltatásokat nyújtó szállodák, fürdők és napi szolgáltatók építése az egész ország területére jellemző, mégis markáns területi különbségek figyelhetők meg, amelyek térbeli eloszlása szorosan követ bizonyos természeti társadalmi és gazdasági

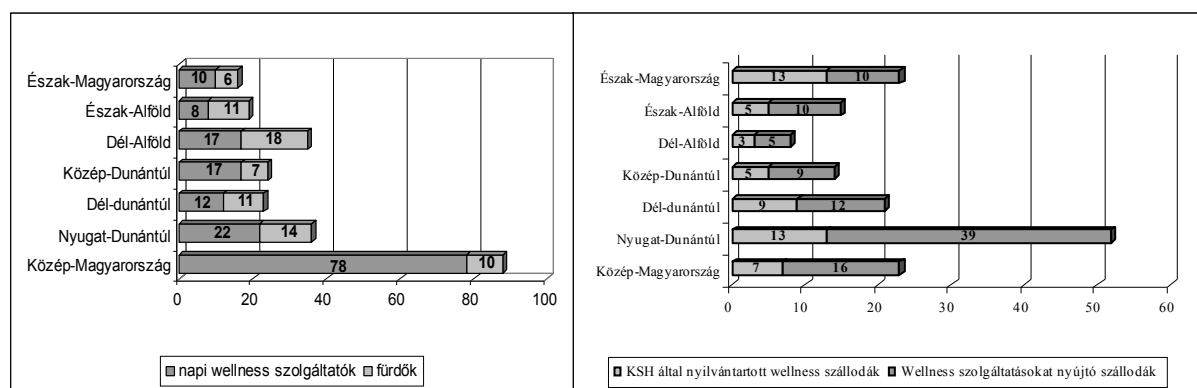
struktúrákat. Az előadásban a területi egyenlőtlenség mértékét annak alakulását és az azt, befolyásoló tényezőket mutattam be röviden.

Vizsgálati módszerek

A bemutatott vizsgálat, a PTE Egészségtudományi Karán folyó „A wellness régióspecifikus jellemzői” című társadalomtudományi kutatás részeként valósult meg. A wellness turizmus kínálatában, illetve keresleti viszonyaiban tapasztalható területi egyenlőtlenség mértékét két koncentrációs mutató (Hirschmann- Herfindahl, Hoover indexek) segítségével, területi dinamikáját a súlypontoszámítás, a wellness térbeli struktúráit befolyásoló tényezők összefüggéseit pedig korrelációs mátrix módszerével vizsgáltam. A vizsgálat megvalósításánál komoly módszertani problémát jelentettek a területre jellemző terminológiai és osztályozási hiányosságok, amelyek miatt a kínálati elemek konceptualizációjára és operacionalizációjára volt szükség⁴.

Eredmények

A wellness szállodák területi eloszlása esetében látható a Nyugat-Dunántúli Régió kiemelkedő kínálata, amely mellett jelentős számú szálloda található még az Észak- és Közép-Magyarországi, illetve a Dél-Dunántúli Régiókban. A napi wellness szolgáltatók nagy számban a fővároshoz és környékéhez kötődnek, amelyek mellett a többi régió kínálata volumenében lényegesen szűkebb. A wellness szolgáltatásokat nyújtó fürdők regionális megoszlásában lényegesen kisebb különbségek láthatók, mint a többi szolgáltató esetében. Legjelentősebb fürdőkhöz kötődő kínálattal az Alföldi régiók, illetve a Nyugat- és Dél-Dunántúli régiók rendelkeznek (1. ábra).



1. ábra: A wellness szolgáltatók regionális megoszlása 2007-ben (a szolgáltatók száma).

⁴ A kínálati viszonyok elemzését, a szolgáltatók minősítését az 54 / 2003 (VIII. 29.) GKM rendeletben meghatározott minimum kritériumrendszerben megfogalmazott elvárások alapján összeállított szolgáltatási kör alapján végeztem.

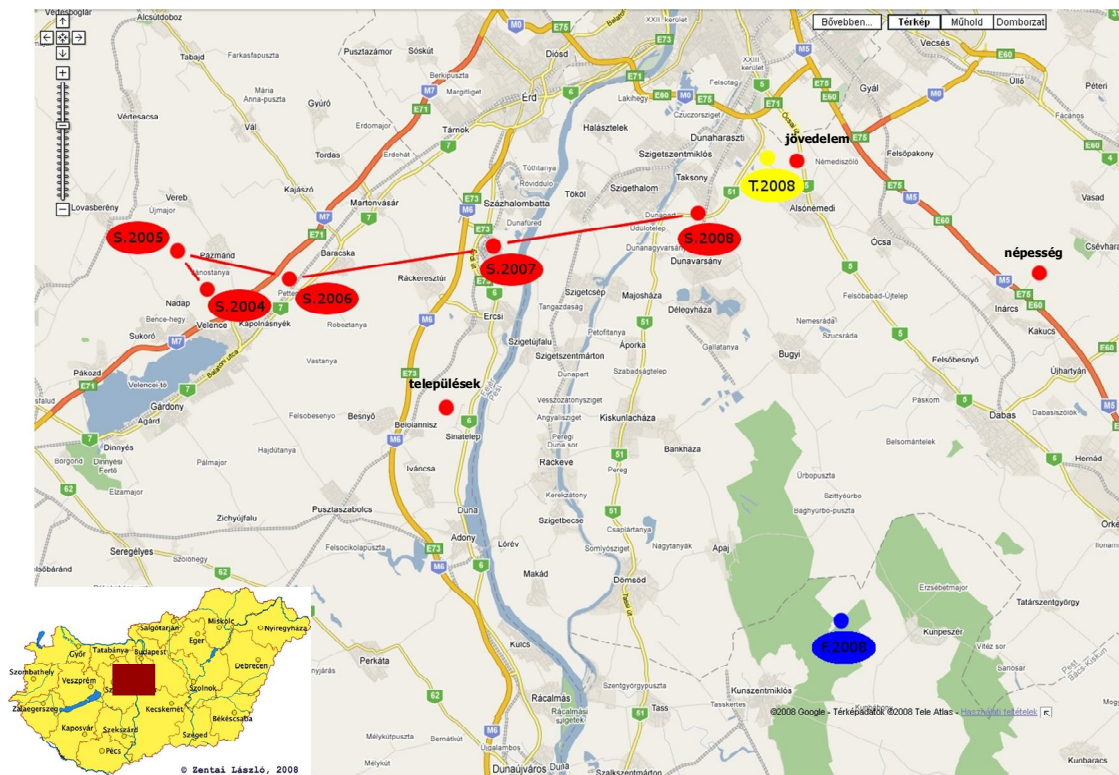
A regionális megoszlásban is látható területi különbségek mértékét a Hoover és a Hirschmann-Herfindahl indexekkel vizsgálva elmondható, hogy a wellness szállodák esetében a legnagyobb, míg a napi wellness szolgáltatók és a fürdők esetében gyakorlatilag hasonlóan gyenge koncentrációt jellemző 2007-ben. A wellness szállodák területi elhelyezkedésében, a koncentráció nagyságrendjének 2004-től tartó alakulását vizsgálva egyértelműen látszik a területi különbségek folyamatos csökkenése, a térbeli kiegyenlítődés (1. táblázat).

1. táblázat: A wellness kínálat területi koncentrációjának alakulása

	Wellness szállodák					Napi wellness szolgáltatók	fürdők
	2004	2005	2006	2007	2008	2007	2007
Hoover index	0,485	0,391	0,369	0,366	0,274	0,257	0,260
Hirschmann- Herfindahl index	0,120	0,086	0,086	0,079	0,074	0,141	0,062

A koncentráció térbeli eltolódásának irányait és azok mértékét, illetve viszonyítási pontokhoz mért területi súlypontokat mutatja a 2. ábra. A 3. ábra alapján világosan látszik, hogy 2007-ben nyugati orientáció volt jellemző a wellness szállodák területi elhelyezkedésében. Ez a tendencia 2005-től a területi kiegyenlítődés irányába hat, mivel a területi súlypontok évről-évre kelet felé tolódnak, ami jelzi a wellness szállodák országos átlagot meghaladó ütemű megjelenését hazánk keleti országrészeiben is. Ennek köszönhetően 2008-ban a wellness szállodák súlypontja már keletebbre helyezkedik el, mint a települési, de még mindig nyugatabbra, mint a jövedelmi és népességi súlypont. A napi wellness szolgáltatók súlypontja gyakorlatilag megegyezik a jövedelmi súlyponttal, míg a fürdők súlypontja ezektől délre elhelyezkedve sokkal egyenletesebb területi elhelyezkedést mutat.

A wellness szolgáltatók területi súlypontjainak elhelyezkedése



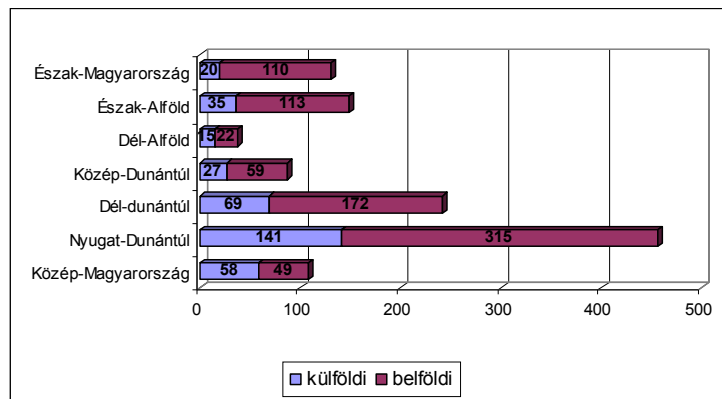
2. ábra: A wellness szolgáltatók területi súlypontjainak elhelyezkedése

Megjegyzés: az „S” jelzés a wellness szállodák, a „T” a napi wellness szolgáltatók, az „F” pedig a fürdők területi súlypontjait mutatja

A következőkben azt mutattam be, hogy a wellness-szolgáltatók területi elhelyezkedést, illetve az abban látható koncentrációt hogyan befolyásolják a vizsgálatba bevont (45 darab) természeti, gazdasági, társadalmi és idegenforgalmi tényezők. A wellness szállodák területi elhelyezkedésével szignifikáns kapcsolatban vannak a különböző természetes gyógytényezők és természeti, illetve idegenforgalmi viszonyok, míg a területi fejlettségi mutatók térbeli elrendeződésével nem mutatnak összefüggést. A napi wellness szolgáltatók esetében tapasztalható térbeli mintázat nagyon szorosan követi a népesség, a területi fejlettség és jövedelem területi megoszlását. A fürdők területi elhelyezkedése az összes vizsgált tényező közül csak a gyógyvíz források térbeli mintázatával mutat szignifikáns kapcsolatot.

A wellness szállodákban töltött vendégéjszakák számával mért wellness iránti kereslet térbeli struktúrái egyes elemeiben hasonlóan, egyes elemeiben eltérően alakultak 2007-ben, mint a szállodák esetében látható kínálat. A Nyugat-Dunántúli Régió a kereslet esetében is a legkedvezőbb helyzetben van, míg a Dél-Dunántúli és az Észak Alföldi régiók a kínálatuk alapján várhatóan jelentősebb forgalommal rendelkeznek. A térbeli viszonyok mellett

jelentős különbség van a területi koncentráció mértékében (a külföldiek által eltöltött vendégéjszakák esetében 0,559, a hazaiak esetében 0,480 a Hoover index értéke), ami felhívja a figyelmet arra, hogy a kereslet sokkal inkább koncentrálódik néhány területre, mint az a kínálatnál látható.



3. ábra: A külföldi és a hazai vendégek által eltöltött vendégéjszakák megoszlása régióként a hazai wellness szállodákban 2007-ben (ezer vendégéjszaka)

A külföldiek által eltöltött vendégéjszakák területi megoszlása szignifikánsan követi az ágazatnak nyújtott állami támogatások és az idegenforgalmi viszonyokban látható térbeli mintázatot illetve függ a nyugattól való távolságtól. A hazai vendégek wellness szállodai forgalmának területi elhelyezkedése elsősorban az idegenforgalmi viszonyokban és a természetes gyógytényezők esetében látható struktúrákat követi.

Összefoglalás

A wellness szállodák területi elhelyezkedése nem követi a területi fejlettség mutatóit, ennek következtében nagy számban jelennek meg szállodák a gazdaságilag és társadalmilag kedvezőtlenebb helyzetben lévő országrészekben is. A nyugati példák jól ismerhetők, hogy a kevésbé fejlett régiók területfejlesztési tevékenységének fontos és sikeres területe lehet a wellness-turizmus fejlesztése. Ahhoz, hogy a külföldi példákhoz hasonlóan a wellness szállodák építése hazánkban is számottevően hozzájáruljon az adott terület, vagy település gazdasági és társadalmi viszonyainak javításához, szükség van a szolgáltatások átgondolt pozicionálásra, az egyedi vonzerő kialakítására és az ágazati, illetve területi alapú összefogások erősítésére. Ez utóbbi szempontok fontosságára mutat rá a kutatás azon eredménye is, mely szerint a kereslet és a kínálat térbeli struktúrája között eltérések láthatók, mivel a kereslet területileg koncentráltabb, inkább néhány (Nyugat- és Dél-Dunántúl, Észak

Alföld) országrészre jellemző, így nem követi az egyre egyenletesebb kínálati struktúrát. A kereslet koncentráltabb elhelyezkedése mellett, a turisztikai termék helyzetében látható néhány kedvezőtlen tendencia (mint a bővülés ütemének lassulása, vagy a kapacitás kihasználtság csökkenése) is felhívja a figyelmet arra, hogy csak az idegenforgalmi és területfejlesztési kihívásokra válaszolni tudó, átgondolt kínálatbővítés lehet sikeres a jövőben.

Irodalom és forrás

1. *Gella I.* 2004: Az egészségturizmus szerepe – nagyságrendje Magyarország turizmusában. Budapest, kézirat
2. *KSH* 2007: Turisztikai statisztikai adatbázis
3. *Laczkó T. – Rébék N. Á.* 2008: A wellness régióspecifikus jellemzői. Pécs PTE ETK, pp. 1-164.
4. *Ruszinkó Á.* 2007: Termál- egészségipar, az NFT-2. Zászlóshajó Programja I. Országos Wellness Konferencia előadás, Pécs, 2007. április 14.

The Chance of the Hungarian Sportclusters

Pongrác Ács PhD

**University of Pécs, Faculty of Sciences,
Institute of Physical Education and Sport Sciences**

acsp@ktk.pte.hu

Nowadays, sport definitely belongs to the category of the entertainment industry. Moreover, it is one of the most rapidly developing segments within the industry. Many researchers dealt with regional competitiveness, but this is one of the first papers about this subject made in the field of sports. In this field, competitiveness means that the region has to have a well-functioning strategy that fits into the economic trend. It also has to use its resources in an optimal way so that they can meet the ever-growing world market demand for sports events of high standard. We consider this approach and outcome a possible way the local sport politics could follow.

Keywords: sport economy, territorial differences, sportclusters

A hazai sportklaszterek helyzete és lehetőségei

Dr. Ács Pongrác

Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet

acsp@ktk.pte.hu

Napjainkban a közgazdaságtudományon belül a gazdaság (sportgazdaság) térbeli működése iránt egyre nagyobb érdeklődés figyelhető meg, mivel egyre többen elfogadják, hogy a gazdasági elemzés tényleges egységei már nem a nemzetgazdaságok, hanem a régiók és megyék, hiszen az országhatárokhoz már kevésbé igazodnak az egyes iparági tranzakciók. El kell fogadnunk az a tényt, hogy a sportgazdaságban is léteznek minden területi szinten egyenlőtlenségek, hiszen léteznek országon belüli regionális különbségek, illetve nemzetek közötti és szupranacionális differenciáltságok is. Az adott területen minél kisebb egységenként vizsgálódunk, annál változatosabb képet kapunk, vagyis annál nagyobb egyenlőtlenséggel találkozunk. A magyar sport területi versenyképességének alapmodelljének felhasználásával, illetve a három alappillér páronkénti elemzésével egy helyzeti képet kapunk a hazai sportklaszterekről és lehetséges fejlesztési irányokról.

Véleményem szerint, a jelen helyzetelemzés eredményei stabil alapokat biztosíthat esetlegesen gyakorlati beavatkozások számára is, hiszen egyértelmű, hogy különböző adottságú térségek nem fejleszthetők azonos gazdaságfejlesztési cselekvéstervekkel.

Kijelenthető, hogy a jövőben össze kell kapcsolni a sportágakat és a hazai területeket, melyeket kiemelten kell és érdemes támogatni.

Kulcsszavak: sportgazdaság, területi különbségek, sportklaszterek

Bevezetés

Az elmúlt olimpiai végkimenetelének köszönhetően minden szinten, egyre többet foglalkoznak a nemzeti élsport eredményességével, illetve eredménytelenségével. Jelen tanulmánnyal a döntéshozók figyelmét kívánjuk felhívni arra, hogy a sport eredményesség, versenyképesség tekintetében hazánk területileg is heterogén képet mutat. Ez azt jelenti, hogy nemcsak kiemelt sportágak, sportolók léteznek, hanem a sport eredmények elérésére alkalmasabb területek is.

Napjainkban a közgazdaság- tudományon belül a gazdaság (sportgazdaság) térbeli működése iránt egyre nagyobb érdeklődés figyelhető meg, mivel egyre többen elfogadják, hogy a gazdasági elemzés tényleges egységei már nem a nemzetgazdaságok, hanem a régiók és megyék, hiszen az országhatárokhoz már kevésbé igazodnak az egyes iparági tranzakciók. Az elmúlt évek tapasztalatai alapján kirajzolódni látszik az a tendencia, mely szerint a sportágazat nettó költségvetési befizető, a nemzetgazdaság bevételeinek 0, 9%-át e szektor termeli⁵. Bátran kijelenthető, hogy az elkövetkező évek során a sportra fordított állami támogatás szignifikánsan nőni nem fog, tehát az eredményesség érdekében a rendelkezésre álló forrásokat kell racionálisabban elosztani és felhasználni, valamint az új forrásokat megkeresni.

Jelen tanulmányban is arra kívánjuk felhívni a figyelmet, hogy az eredményesség, és a sport versenyképessége szempontjából a közigazgatási területeket (régiók, megyék, kistérségek) meg kellene vizsgálni olyan szempontból, hogy melyek azok, amelyek alkalmasabbak a sportolás, illetve a sportgazdaság szempontjából, hiszen ez a kettő szoros korrelációs kapcsolatban van egymással.⁶

Anyag és módszer

Annak megítélése, hogy mely területek lehetnek alkalmasabbak az eredményesség szempontjából nem könnyű feladat, de egészen biztosan nem is szubjektív. Ennek eldöntését segíti a sport területi versenyképességének piramis modellje (1. ábra), mely alapján mérhető, számszerűsíthető változókhoz juthatunk. Ennek célja, hogy a hazai területek (megyékről) ilyen szempont szerinti helyzetéről pontosabb képet kapjunk, mely segítheti a források célirányosabb elosztását.

Egy terület sport- versenyképességét befolyásoló tényezők közül létfontosságúak azok az alaptényezők, melyek a sport- versenyképességre közvetlenül fejtik ki hatásukat pl. természeti adottságok, infrastruktúra. Nem szabad azokról a szintén lényeges tényezőkről sem megfeledkeznünk, amelyek nem közvetlenül, hanem áttételeken keresztül befolyásolják a sport területi versenyképességét. Ezek azok a kulturális, társadalmi, gazdasági paraméterek, melyek közvetve, gyakran időben is később jelentkezve befolyásolják a terület sport-

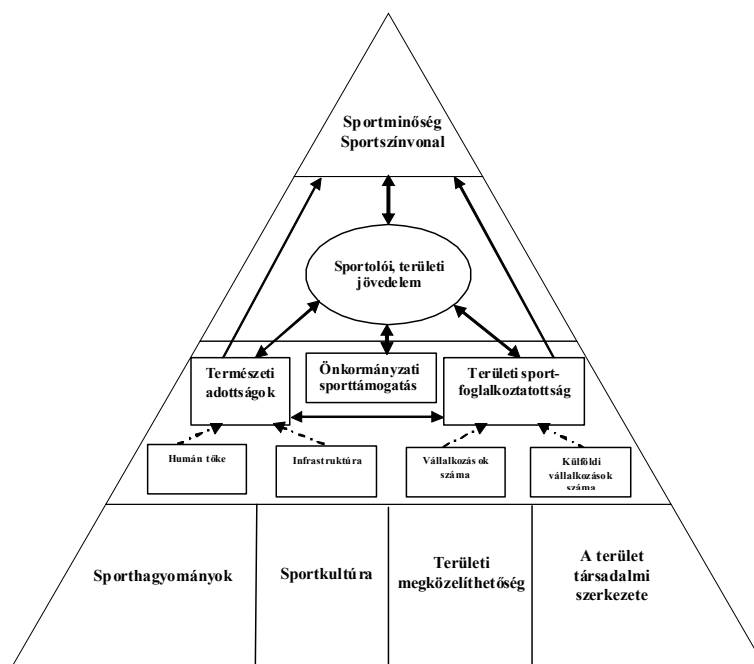
⁵ Sport XXI Nemzeti Sportstratégia

⁶ Ács P. (2007)

eredményességét, versenyképességét. A modell talpazatát azok a tényezők alkotják, amelyek a hosszú távú sikerek elengedhetetlen- gyakran nehezen számszerűsíthető, de bizonyítható-feltételei, ismérvváltozói (sporthagyományok, sportkultúra, területi megközelíthetőség, a terület társadalmi szerkezete), melyeket Lengyel nyomán nevezünk a **sport területi sikerességi faktorainak**.

A **modell alaptényezőit** láthatjuk egy szinttel feljebb (humán tőke, infrastruktúra, vállalkozások száma, külföldi érdekltségi cégek területi előfordulásainak gyakorisága) amely közvetve ugyan, de rövidtávon képes a terület sport- versenyképességét javítani.

A piramis középső részén, az alapkategóriákban, egy **speciális tényezőt** (állami, önkormányzati támogatás) is találunk. Ezek természetesen közvetlenül hatnak a sportolói- és területi jövedelmekre. A többi tényező csak közvetve fejt ki hatását, melyek közti kapcsolatokat a nyilakkal szemlélteték. A modell csúcspontjában a terület sportminősége áll, melyet közvetve szemléltethet a sportolók jövedelme. A terület sportminősége, eredményessége és a területen található „profí” sportolók keresete között igen erős kapcsolatot számszerűsíthetünk.



1. ábra: A sport területi eredményességére ható piramis-modell
 Forrás: saját szerkesztés, Lengyel Imre nyomán

A piramis modell segítségével mérhető 22 változóhoz jutottunk, melyeket négy fő mutató mentén csoportosítottunk, melyet a következő (1. táblázat) táblázatban láthatunk. Véleményem szerint a társadalmi mutatóban fontos lenne, ha a területeken található igazolt sportolók száma is megjelenne, de hazánkban ilyen jellegű alapstatisztika nem áll rendelkezésre. A számítások hitelességéhez azokat a változókat, amelyeknél szükséges volt,

100 000 lakosra vetítve használtuk. A közölt adatokat a Központi Statisztikai Hivatal aktuális kiadványaiból és az egyes sportági szövetségektől gyűjtöttük. A változók feltételezésünk szerint kapcsolatban állnak a sporttal, melyet előzőleg kapcsolatvizsgálatokkal teszteltünk.

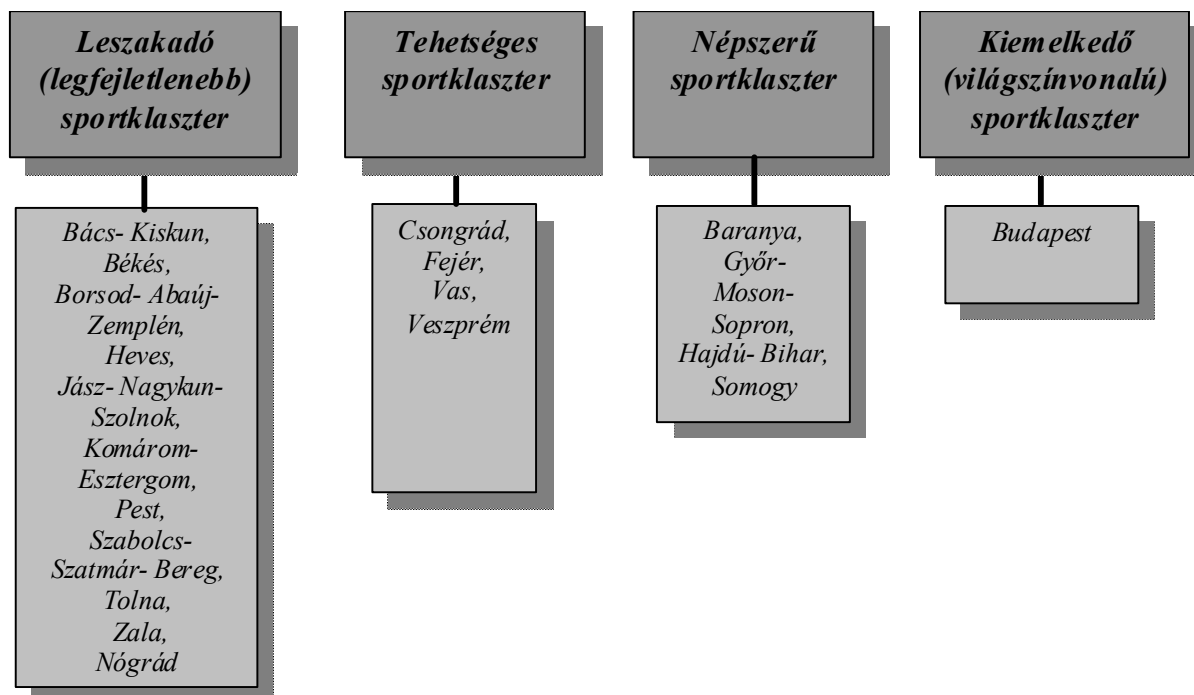
1. táblázat: A vizsgált mutatók táblázata

A mutató neve	Bennük található változók
Sporteredményességi mutató	Olimpiai keret sportolók száma, Olimpiai keret sportolókat adó sportegyesületek száma, Első osztályú labdarúgó, kézilabda, kosárlabda, röplabda, asztalitenisz csapatok száma
Gazdasági mutató	Külföldi érdekeltségű vállalkozások év végi száma, Regisztrált vállalkozások száma, Egy főre jutó GDP száma, Az ipar termelése területi egységek szerint (Millió Ft), Non profit vállalkozások száma
Infrastrukturális mutató	Sportegészségügyi rendelők száma, Főfoglalkozású sportorvosok száma, Felsőoktatási intézmények száma, Szállodák (Hotelek) száma, Az összes kereskedelmi szálláshely férőhelyeinek a száma, Sportlétesítmények száma, Strandok, uszodák száma
Társadalmi mutató	Népesség száma, Alkalmazásban állók száma, Felsőoktatásban tanulók száma

Forrás: Központi Statisztikai Hivatal évkönyvei alapján saját összeállítás

Eredmények

Ezek alapján mind a négy mutatóra a bennük található változók segítségével elkészítettük területi (megyei) sorrendeket, melynek végeredményeként, klaszter- analízis segítségével a hazai sportklaszterek létrejöttek, elkülönültek.



2. ábra: A hazai sportklaszterek
 Forrás: saját szerkesztés

Az eredmények alapján láthatóvá vált, hogy a területek közül a főváros kiemelkedő területnek bizonyult, de az infrastrukturális tényezőkben még tovább fejlesztendő. A népszerű sportklaszterek (a sportolók szívesen választják) közül Baranya a gazdasági mutató tekintetében nem áll elég jól, ami azt jelenti, hogy a pozíciója javulhat, ha a területen több olyan vállalat, vállalkozás jelenik meg, amelyik a sportra is költ. Ennek hiányában is növelhető a pozíció, ha a meglévő sportra fordítható forrásokat koncentrálna, bizonyos sportágakat (csapatokat, egyéni sportolókat) támogatva, és nem szétaprózva költik el. Győr-Moson- Sopron megye kedvező helyzete köszönhető a sporteredményességi, gazdasági, társadalmi mutatók tekintetében jó pozíciójának, azonban létesítmények terén javulnia kell. Hajdú- Bihar megye a népszerű klaszterben elfoglalt helyzete a kimagasló társadalmi mutatók adta pozíció mellett a területen némely sportágban megfelelően jól működő utánpótlás-nevelésnek, míg Somogy megye népszerűsége kimagasló infrastrukturális adottságainak köszönhető.

A tehetséges sportklaszterben található Csongrád, Fejér, Vas és Veszprém megyék legfőképpen a társadalmi mutatók tekintetében átlagon felüliek, de a területeken található sportolók nem maradnak itt, mivel a többi mutató tekintetében e területek gyengén szerepelnek.

A legkilátástalanabb helyzetben a leszakadó sportklaszterben szereplő megyék vannak. Az okok vizsgálatakor gyakran szembesültünk azzal a ténnyel, hogy az önkormányzati támogatások szétosztásakor nincsen következetesen jól konstruált sportkoncepció.

Összegzés

A piramis modell segítségével összegyűjtött mutatók alkalmasnak bizonyultak arra, hogy egy helyzetképet kapjunk a hazai területi sport eredményesség, illetve versenyképességről. Láthatóvá vált, hogy a sport eredményessége, versenyképessége szempontjából a hazai területek igen változatos, heterogén képet mutatnak.

Megállapíthatjuk, hogy a hazai sport a mai napig az államtól várja a legnagyobb segítséget. Sajnos azt tapasztaljuk, hogy a legtöbb területen nincsen megfelelő sportkoncepció, vagy ha van is nem veszik figyelembe a források elosztásakor. Gyakran az önkormányzatok nem merik felvállalni, hogy bizonyos sportágakat, illetve sportolókat még kiemeltebben támogassanak. A végeredmény egyfajta „tűzoltási” stratégia lesz, melynek során mindenkit próbálnak segíteni, aminek végeredményeként senki nem kap elegendő finanszírozást. A jövőben el kell jutni addig, hogy az államnak, önkormányzatoknak fel kell vállalni sportágakat, sportolókat, amelyeket a helyén kezelve valóban kiemelve támogat.

A helyi döntéshozókon kívül országos összefogásra és stratégiára van szükség ahhoz, hogy a megfelelő területekhez sportágakat rendelve, határozzák meg a jövő feladatait. El kell jutni addig, hogy a mérhető eredményeknek megfelelő súlyozású finanszírozás valósuljon meg és ne egy ismeretségen alapuló elosztás. Ameddig ez változni nem fog, addig az eredményesen „sportoló nemzet” csak egy idillikus eszme marad.

Irodalomjegyzék

1. Ács P. (2007): A magyar sport területi versenyképességének vizsgálata többváltozós statisztikai módszerekkel (ISSN: 0237- 7638), Tér és Társadalom XIX. évf. 2. sz., Budapest, 117.- 126.o.
2. Lengyel I. – Rechnitzer J. (2000): A városok versenyképességéről. In Horváth Gy.- Rechnitzer J. (2000): Magyarország területi szerkezete és folyamatai az ezredfordulón. MTA RKK. 130.- 152. o.
3. Lengyel I. (2000): A regionális versenyképességről. Közgazdasági Szemle 12. 962.-987. o.
4. Sport XXI Nemzeti Sportstratégia

Analyzing sport organizations on the grounds of knowledge organizations characteristics

Miklós Stocker, PhD Student

Corvinus University of Budapest

miklos.stocker@uni-corvinus.hu

Knowledge management, as a management discipline began to scrutinize the embedded tacit knowledge in organizations from the mid-nineties. The main focuses of these observations were business firms, but we should also extend it to other organizations, which work with a high degree of tacit knowledge, although not definitely in a business environment. In the center of the value creation of sport organizations are sportsmen with a high fraction of tacit knowledge, so these organizations would suit us well in the extension of the above mentioned research. In this paper I will analyze sport organizations with methods and concepts of knowledge management.

Keywords: tacit knowledge, sport organization, knowledge management

Sportszervezetek vizsgálata a tudásszervezetek jellemzői alapján

Stocker Miklós, Ph.d. hallgató

Budapesti Corvinus Egyetem
miklos.stocker@uni-corvinus.hu

A tudásmenedzsment, mint menedzsment diszciplína már a kilencvenes évek második felétől komoly vizsgálatok tárgyává tette a szervezetekben az emberek által hordozott tacit tudás jelentőségét és hatását. E vizsgálatok elsősorban az üzleti szféra vállalataira koncentráltak, azonban kézenfekvőnek tűnik kiterjeszteniünk olyan szervezetre is, amelyek ugyan nem feltétlenül üzleti környezetben működnek, de magas tacit tudáshányaddal rendelkeznek. A professzionális sportot kezelő szervezetek értékteremtésének középpontjában jelentős tacit tudással rendelkező sportolók állnak, így a sportszervezetek hálás táptalajként működhetnek az említett kutatások kiterjesztésében. Jelen tanulmányban ez alapján sportszervezeteket vizsgálok a tudásmenedzsment által kifejlesztett technikák és koncepciók segítségével.

Keywords: tacit tudás, sport szervezetek, tudásmenedzsment

Sport economy and society

László Pacskó

University of Pécs, Faculty of Sciences

pacsko@gamma.ttk.pte.hu

The connection of Hungarian society with sport is changing constantly. This will take effect to the present and a future as well. An economic approach and a consumer-oriented attitude have altered the role of sports over decades. The movements have a dynamic and useful manifestation in leisure, pleasure, health – prevention, competitive sport, rehabilitation and physical education. This issue shows the links between the effects of sport and the individual, society, and the business-actors. I aim to present the relations and motivations that characterize the earlier actors. The links reveal deficiencies, the alteration of which is in the best interest of the community. Diminishing the disadvantage is a big problem of Hungarian society, because there is a decadent tendency in the efficiency of the Hungarian competitors. When and how we are able to stop this process is questionable, but we have achieved a level where the enormous success of the past cannot be calculated with. We have to take action, and support the intention of each person of the community to do sports.

It is necessary to invest more energy and money to actuate the motivated and younger generation, because this is the basic of a future healthier, sport-loving community.

Keywords: sporteconomy, consumer attitude, sportmarketing

The sport is one of the most suitable treatment which contributes in the physical developing of the members in the society and correcting condition of the health. Over its physical affects it helps for the persons in their physic and mentality advances. In an economic sense the healthy person (employee) is the most important factor in competitive power who has affects to financial results.

According to the study if we grow the rate of regularly going in for sports with 50% (from 16%-to 24%) in the Hungarian adult population in the cost of health and the care benefit our social insurance would spare 6 billion forints⁷. It means there is plus saved money in the cost of medical attendance and subsidization of medicine price.

⁷ Hong Kong Sport Development Board; OEP, ESZCSM, analyse of GYISM (Ministry of Child, Youth and Sport), 2004.

The sport is sum social interest, it is important that the physical activity could be the substantial part of the life in young age. The sport-costumer does not appear simply, but becomes by the education, thus in the school and physical education has huge responsibility in the “consumer-creating” process. It is necessary some such professionals (P.E. teachers, trainers) who have adequate professionals, pedagogic, methodic knowledge and exemplary lifestyle. They have liability to influence to the sport-consumers.

Who did not go sport in their young age is the 74% of the adult population who at the present neither practise. But those who plan sport activity inside half year in 65% did sport in their childhood⁸. Of course the best professionals can not reach result whitout source of finance. Nowadays there is a change of paradigm of the sport finance in Hungarian which has negative consequence: resource gap. From the 50’s financial routine (the monopol of the government domination) changes in the 90’s. The government wanted go back from this position of sportfinance and gave this role to the business sector. But the Hungarian sport generally have less marketing or promotion power than other EU countries, accordingly there is a financial space which makes heavy problems in the sport sector. Some segments of the Hungarian sport are not yet enough spectacular. There are not famous stars and individualities who would be adequate goal of the marketing strategy.

If we analyse the EU countries of Western Europe we will discover that the EU does not sponsore the competitive and high-level sport from the central financial source. This is home affair of each country⁹. It does not mean that the sport does not get from the central budget. The sport is not directly sponsored in the EU countries, but the indirect way is possible. Sport is the best method of increasing the healthy lifestyle, society cohesion, creating society connections, producing equal opportunity.

The sport sector have indirectly effects not only to the economic development by producing healthy persons, but it is an important past of the national economy. In 2006 EU directly contributed with 3,7% of the total GDP (407 billions euro) to sponsore the sportsector, but with the indirect aftermaths the results are multiplied¹⁰.

In my opinion these indirect factors appear in the employee’s competitive power. The payrollers who regularly do sport activity less being taken ill, the level of their motivation and their cognition will be higher, develop their problem solve capability and efficiency manage workplace stress.

⁸ Background survey to Sport XXI National Sportstrategy 2007-2020, page 78.

⁹ J. Csorba: Local sport and leisure time strategy, ÖTM (Ministry of Region Development and Local Government) charge of under-secretary, Budapest, 2008.

¹⁰ D. Dimitrov – C. Helmenstein: Macroeconomic’s affect to Sport in Europe 2006.

Their positive attitude affect to producing value process sport direct consumers:

- P.E. and student sport
- Mass sport (recreation)
- Competitive sport

	School and studentsport	Leisure time sport Mass sport	Competitive sport
Sportconsumer, active participant	Strong	Weak	Weak
Business sector	Weak	Moderality	Strong
Government	Strong	Moderality	Strong

Sportconsumers and relations

The strongest relations

- Sportconsumers and school sport: the latter sport consumer meets at first sport activity in organised frame here. The connections strong because everybody is related who attends the school. Accordingly a survey, for the 75 percentage of the regular students (5-18 years old; 1,5 millions students) the P.E. is just only the sport activity in Hungary¹¹.
- Government and schoolsport: the main task of the education policy is that guarantee the organizational frames for the healthy somatic and psychic development of students. The educational establishments are in the government's property. The government and the local government have strong influence in the finance of the P.E. and the schoolsport. There are two and half P.E. lessons per week in the Hungarian schools. These are not enough to reach better sanitary conditions for the sportnation status. The government spent 30 billion forints from the budget to the school sport and P.E. in 2003¹².
- Business sector and competitive sport: the strong connections becomes just some sport, it is not particularly the competitive sport in general. Most of the enterprises is less motivated and interested in the sport-sponsoring and use other way the achive their

¹¹ On road toward the Sport Nation, ÖTM (Ministry of Region Development Local Government) Charge of Sport Under-secretary, page 11. Budapest, 2008.

¹² Background survey to Sport XXI National Sportstrategy 2007-2020 page 88.

marketing-strategy. Characteristically some firms advocate sports. The amount of sponsoring is difficult to be defined by the special business way. Enterprises spent 7,5 billions euro from their marketing budget for sponsorship in the EU, 80% of that sum (6 billions euro) have been sportsponsoration¹³.

- Government (state) and the competitive sport: where there are not business enterprises the government keeps alive the sport from the central source. The state afforded advocacy to 73 sport federations 4 billion forints in 2003. Per capita aid in the different branches of sport is big variation (from 3.000 to 300.000 forints)¹⁴.

The moderality connections

- Mass sport and business enterprises: the sport activity is the way of the useful spending of the freetime, which helps the regeneration of the body and the soul. In the last decades (from 50's to 80's) the mass sport (freetime sport) was such an activity which developed the corporal cohesion at the state-owned enterprises. These companies afforded lot of subsidy for the freetime activity of the workers. Plus they provided the infrastructure (courts and buildings). After the change of the ownership structure the workers's sportactivity abolished totally, it is nowadays regenerating. The companies give benefits to their employees above the salary for example the cafeteria. Workers could choose the sport service inside of the cafeteria. This trend does not spread generally it has just born. It needs to change the firm's habits and the worker's attitudes.
- Freetime sport and government: the central administration's role significantly developed in the financing after the 90's, because government contributed bigger sponorational money to the leisure time sport. The companies (mainly privately owned after the 90's) decreased their advocacies differential, thus the mass sport made deficit. The consequences were unhappy: the 7-9% of the adult people do sport regularly in Hungary¹⁵. The advocacy of the state and the local governments rised in 2005 (813 million forints) but decreased again in 2006¹⁶.

¹³ Világgazdaság, Sport Business, Change Sportfinancing, 12. octber 2006.

¹⁴ On road toward the Sport Nation, ÖTM (Ministry of Region Development Local Government) Charge of Sport Under-secretary, page 12. Budapest, 2008.

¹⁵ F. Dénes: Position of Hungarian Sport, Presentation of Hungarian Sport result in compare with Europe, page 17. Budapest, 2007.

¹⁶ Világgazdaság, Sport Business, Change Sportfinancing, 12. octber 2006.

The weak connections

- Business sector and the school sport: the primary cause of the weak connection is that the most of business companies is not interested in this part of sport sector. But there are some positive example where the consumption and the sport sector are connected to each other (MCDONALD S in the football, Coca-Cola in beach volleyball and Pepsi in other sport events).
- Sportconsumer and the mass sport: the financial difficulties, the changed value (the sport as amusement beside appearing competitors), the decreasing of the importance in P.E. and schoolsport result that Hungary is the second place in “no sport” category in Europe (in Hungary this result is 60%, in Finland 4%)¹⁷.
- Sportconsumer and competitive sport: if we compare some statistic data with other european contries the result is depressive. In Hungary 2% of the adult population do sport in a sportclub. In other western european countries this rate is between 13-30%¹⁸.

Summary

The Hungarian sport's distressing place needs quick and strategically planned intervention. The process is multiple complex, because it should be changing the sportattitude of the Hungarian adult people. The schoolsport and the student sport could have role and efficiency to create the base of the competitive and mass sport and has an importance for development of the sportconsumers in the future. The integration of the business sector is difficult and not effective yet in some relations. Hungarian competitive sport has not such a marketing value (some expect) that the business companies would exploit totally –as opposite to Western Europe.

The rate of the return of the sport business sector is less than in average of the national economy. State is trying to give positions for the business sector in sponsoring. The pocess result: less donation from central budget, hugarian sport is not attractive for the companies and therefore the sport has a resource deficit.

The aim of the Sport XXI National Sportstrategy Hungary the sportnation state is preserved, integration of more social class- become part of the sportnation.

¹⁷ Eurobarometer, 2004

¹⁸ F. Dénes: Position of Hungarian Sport, Presentation of Hungarian Sport result in compare with Europe, page 17. Budapest, 2007.

Bibliography

1. Background survey to Sport XXI National Sportstrategy 2007-2020 Budapest, 2007.
2. D. Dimitrov – C. Helmenstein: Macroeconomic's affect to Sport in Europe 2006.
3. Eurobarometer, 2004
4. F. Dénes: Position of Hungarian Sport, Presentation of Hungarian Sport result in compare with Europe, Budapest, 2007.
5. Hong Kong Sport Development Board; OEP, ESZCSM, analyse of GYISM (Ministry of Child, Youth and Sport), 2004.
6. J. Csorba: Local sport and leisure time strategy, ÖTM (Ministry of Region Development and Local Government) charge of under-secretary, Budapest, 2008.
7. On road toward the Sport Nation, ÖTM (Ministry of Region Development Local Government) Charge of Sport Under-secretary, Budapest, 2008.
8. Világgazdaság, Sport Business, Change Sportfinancing, 12. octber 2006.

Sportgazdaság és társadalom

Pacskó László

Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar

pacsko@gamma.ttk.pte.hu

A magyar társadalom sporthoz és testmozgáshoz való viszonya folyamatosan változik, s ez nemcsak a jelenben, de a jövőben is éreztetni fogja hatását. A gazdaság szemléletű fogyasztó-centrikus attitűd megváltoztatta a sport évtizedeken át kialakult szerepvállalását. A mozgásos cselekvések megnyilvánulási formái a szabadidő hasznos eltöltésében, egészség megőrzésben, versenysportban, élsportban, rehabilitációban, iskolai sportban vannak legerőteljesebben. A téma kifejtése során bemutatásra kerülnek azok a kapcsolódási pontok, ahol az előbb felsorolt cselekvési formák valamilyen módon hatnak az egyénre, a társadalomra és az üzleti világ szereplőire. Az elemzés célja feltárni azokat az összefüggéseket és motivációkat, melyek az adott szereplőket jellemzik. A kapcsolódási pontokon keresztül láthatóvá válnak a hiányosságok, melyeknek változtatása a magyar társadalom elsődleges érdeke. A hátrányok leküzdése nagy feladat a magyar társadalom számára, mivel egy hanyatló tendencia figyelhető meg a magyar sportolók eredményessége szempontjából. Hogy mikor és hol állítható meg ez a folyamat, nyilván kétséges, de eljutottunk arra a szintre, amikor már nem hagyatkozhatunk csak a múlt nagy sikereire, tevőlegesen hozzá kell járulni és segíteni kell minden egyes ember sportolási szándékát.

Nagyobb energiák és költségek befektetése viszont a jobban motiválható, fiatalabb generáció neveléséhez szükséges, mivel ez a kulcsa egy egészségesebb, sportszerető, jövő nemzedék kivirágzásának.

Kulcsszavak: sportgazdaság, fogyasztói attitűd, sportmarketing

Cafeteria and recreation

Zsuzsanna Gosi
Semmelweis University
gzsuzsa@net-tv.hu

Human resources or determination of human values has been a problem for economists. There is an increasing demand on the side of the enterprises and firms to be able to determine the economic value of their employees, the covering of the expenses spent on their trainings. The question is also risen whether the performance of employees are increased by the recreational programmes sponsored by the firms or not. Part of cafeteria system are social fringe benefits and recreational fringe benefits. Part of cafeteria system are not sport programs and healthy program.

Keywords: human capital, human resources, cafeteria system, recreation

Cafetéria és rekreáció

Gősi Zsuzsanna

**Semmelweis Egyetem, Testnevelés és Sporttudományi Kar,
Sportmenedzsment tanszék
gzsuzsa@net-tv.hu**

Az emberi erőforrás, az emberi tőke értékének meghatározása régóta foglalkoztatja a közgazdászokat. A vállalkozások, vállalatok részéről egyre nagyobb az igény, hogy képesek legyenek meghatározni a munkavállalók értékét, a munkavállalók képzésére fordított összegek megtérülését illetve az életminőséget javító tényezők gazdaságossági hasznosságát. Az életminőség támogatja a vállalat a rekreációs lehetőségek megteremtésével. A gyakorlatot nézve az lenne jó, ha ezen elemek szerepnének a vállalat juttatási rendszerben, azaz a cafeteria rendszerben. A cafeteria rendszer lényege, hogy a dolgozók bizonyos időközönként a munkáltató által felkínált szolgáltatási listából, adott költségkereten belül az egyéni szükségleteknek megfelelően kiválasztják az általuk igényelt juttatásokat. Az ajánlati listában főként szociális-jólétijuttatások szerepelnek. Sajnos ezeken belül kevés a sporttal és egészségmegőrzés kapcsolatos juttatás, bár tény van köztük. A cél az lenne, hogy ezek köre bővíthető legyen, és adómentes juttatásként lehetne őket adni.

Kulcsszavak: emberi tőke, emberi erőforrás, cafeteria rendszer, rekreáció

Bevezetés

A munkatársakat nem elég megszerezni, hanem megtartani is tudni kell őket. A megtartás hazai és nemzetközi gyakorlatának vizsgálatakor két fő irányvonal különíthető el, melyek mentén rendszerint koncentrálódnak a vállalati erőfeszítések. Ez a két fő vonal a munkakör egyre szabadabbá igazítása a munkatárs igényeinek, sőt személyiségének megfelelően, illetve az egyre intenzívebb törekvés a munka és a magánélet közti egyensúly megteremtésére. A munka és munkán kívüli élet egyensúlya (Work-life balance) azt jelenti a gyakorlatban, hogy a munkaadók és a munkavállalók közös megegyezésekképpen formálódik a munkavégzés rendszere, módozata (pl rugalmas munkaidő-mintázatok, munka szüneteltetése). Abban az esetben, ha az egyén magánélete összhangban van a munkahelyi elvárásokkal, akkor képes napról napra újraépíteni munkaképességét. Ennek egyik lehetséges formája, ha vállalat támogatja a munkavállalók rekreációs lehetőségeit. Különösen fontos ez azért is, mert a munka világa nagyon felpörgetetté vált, s gyakran tűnik különféle mentális és fizikai

tünetekben leképződő egészségügyi problémák okának. A ma emberének rengeteg un. „civilizációs ártalommal kell szembenéznie. Nézzünk ezek közül néhányat:

- A gépesítés, automatizálás eredményeképp a fizikai aktivitásunk csökken, a terhelésünk statikus, egyoldalú és monoton, életmódunk egyre mozgásszegényebb.
- Az egyre nagyobb arányú szellemi igénybevétel rombolja az idegrendszert, a mindennapi hajsza, az egyre jobbat és egyre többet teljesítés kényszere rengeteg stresszhelyzetet teremt.
- Rengeteg a környezeti ártalom, szennyezett a környezet, sok a zaj.
- Helytelenül táplálkozunk, a jóléti társadalmakban jellemző a túlfogyasztás, valamint jellemző az alkoholhoz, dohányzáshoz, droghoz menekülés.

Mit jelent a rekreáció?

Ahhoz, hogy értelmezni tudjuk a rekreációt, vizsgáljuk meg először a szabadidő fogalmát. A szabadidő megléte illetve a szabadidő növelése az életminőség javításának egyik fontos eleme. Fogalma a következőképpen határozható meg: társadalmilag kötött (munka, tanulás, közlekedés, állampolgári és családi kötelezettségek stb.) és a fiziológiai szükségletek kielégítésén túl fennmaradó szabad felhasználású idő. A rekreáció nemzetközi értelmezésben a szabadidő eltöltésének kultúrája. Azon belül is a jó közérzet, a minőségi élet megteremtése. Az ember aktív kikapcsolódását, pihenését, felfrissülését, munkaerejének, munkavégző képességének újratermelését és a többé válását is jelenti. A rekreáció szó latin eredetű – jelentése: újraalkotás, újratemtés. A rekreáció egyik célja az ember egészségének megszilárdítása, illetve szükség szerinti megújítása; harmonikus életvitele kialakítása, ezáltal jól megélt, hosszú élet. Eszköztára a szórakozás legkülönbözőbb válfajain, a táncon, a játékon és a hobbitevékenységeken át a sport legkülönbözőbb változatait használja. Ennek értelmében azokat az egyéni és társadalmi szükségleteket kielégítő magatartásformákat nevezzük kreatívnak, amelyek az ember jó szomatikus, pszichés és szociális közérzetének megteremtésére, a kreatív cselekvő-, és az optimális teljesítőképeség megújításra irányulnak. A rekreáció a totális értelmezésben a civilizációs fejlődés kihívásaira adott választevékenység, amit elsősorban szabadidőnkben végzünk, végezhetünk. Ennek:

- ⇒ Társadalmi funkciója a munkavégző képesség megteremtése, helyreállítása és növelése.
- ⇒ Egyéni motivációja a felüdülés, felfrissülés és szórakozás.
- ⇒ Feladata, a szabadidő társadalmi méretővé válásával a kulturált szabadidő eltöltés lett.
- ⇒ Célja és eredménye pedig társadalmi méretekben és az egyén szintjén is a jól-megélt minőségi élet.

A rekreáció szerepe munkáltatók életében

A munkáltatóknak fontos, hogy alkalmazottaik egészségesek legyenek, képesessé váljanak nagyobb teljesítményekre. Ez akkor érhető el, ha az alkalmazottak mentálisan és fizikálisan is rendben vannak. Egészséges alkalmazottak esetében a táppénzre, társadalombiztosításra fordított kiadások jelentősen csökkennek, illetve nincs teljesítményvesztés az állandósult hiányzások miatt. Összességében az egészséges alkalmazott nemhogy nem növeli a költségeket, de jó teljesítőképességével eredményesebbé teszi a vállalatot. „Az egészségi állapot és gazdasági növekedés kutatói Bloom-Canning páros állapította meg sok, különböző fejlettségű ország adatait elemezve, hogy a felnőttkori túlélési ráta egy százalékpontos emelkedése, a munkaerő termelékenységének 2,8 százalékos növekedést eredményezi. „¹⁹

Napjainkban a munkahelyeken a következő ilyen elemeket találhatjuk meg: Csapatépítő tréningek, melyeket a munkáltatók tartanak/tartatnak az alkalmazottaiknak. Ezeken a hétvégi összejöveteleken, a szakmai továbbképzéseken túlmenően hangsúlyos szerepe van a rekreációs sporttevékenységeknek, csapatépítő foglalkozásoknak. A közös sportolás segíti a munkatársak megismerését, az együtt töltött idő alkalmas jó kapcsolatok kialakítására, nézetek, vélemények megismerésére, egyeztetésére. Egyes munkáltatók ezen felül is felismerték már az aktív pihenés áldásos hatását, és gondot fordítanak arra, hogy dolgozóikat ebben segítsék (pl.: uszodabérletek, kulturális utalványok). Magyarország tagja a Munkahelyi Egészségfejlesztés Európai Hálózatának, amely 1996-ban jött létre, amelynek a deklarációjában a következő olvasható: „A munkahelyi egészségfejlesztés a munkaadók, munkavállalók, és a társadalom valamennyi olyan közös tevékenységét jelenti, amely a munkahelyi egészség és jólét javítására irányul. A cél eléréséhez három eszközrendszer együttes alkalmazása szükséges: a munkaszervezet javítása, az aktív dolgozói részvétel biztosítása és támogatása, valamint az egyéni kompetencia erősítése. Találkozhatunk már az Egészséges Munkahely Programmal, amely odafigyel az egészséges munkahelyi környezet kialakítására, életmódcsomagokkal segíti a vállalkozás alkalmazottait (egészséges étkezés lehetősége, testmozgás, testedzési programok), foglalkozik a mentálhigiéniával, szűrőprogramokat és felnőttkori immunizációs programokat szervez. A programok ellenére tény azonban az, hogy Magyarországon rendkívül magas a különböző betegségekben szenvedők aránya, illetve rendkívül alacsony a lakoságnak az része, aki rendszeres testmozgást végezne. 2005-ben végeztek egy kutatást az Európai Unió országaiban, amely szerint az EU-25 átlagát nézve a lakosság 40%-a nem sportol, Magyarországon ez az arány 60%. A Munka Törvénykönyve

¹⁹ Kollányi Zsófia – Imecs Orsolya 2007): Az egészség befektetés 22.old

nem előírja, hanem csak lehetőség ad a 165 paragrafus (1) bekezdésében a következők szerint: „A munkáltató támogathatja a munkavállalók kulturális, jólét, egészségügyi szükségleteinek kielégítését, életkörülményeinek javítását.”

Cafetéria rendszer

A cafetéria rendszer lényege, hogy a dolgozók bizonyos időközönként a munkáltató által felkínált szolgáltatási listából, adott költségkereten belül az egyéni szükségleteknek megfelelően kiválasztják az általuk igényelt juttatásokat. A cafetéria juttatási listában lehetnek adómentes, kis adóterhű, valamint magas adóterhű juttatások is. A leggyakrabban ajánlott juttatási rendszer elemek, természetesen az adómentes elemek. /Elképzelhető, hogy a vállalatvezetés határozza meg a juttatásokat./ Az ajánlati listában főként szociális-jóléti juttatások szerepelnek. A jelenlegi magyarországi szabályozás a következő adómentes elemeket tartalmazza: meleg étkezési jegy, hideg étkezési jegy, helyi bérlet, otthoni Internet előfizetés, iskolakezdési támogatás, üdülési csekk, kultúra utalvány, egészségpénztári hozzájárulás, nyugdíjpénztári tagdíj.

A magyarországi munkaadók esetében ún. cafetéria az elsődleges cél elemekkel nem a munkaerő teljesítményének növelése, a munkaerő megtartása, hanem költség takarékosági szempontok, juttatások növelése a bérhez kapcsolódó járulékok növekedése nélkül. 2008-ban ugyanis az együttes juttatások értéke adómentes, ha nem haladja meg személyenként a négyszázezer forintot. ⁽²⁰⁾ Ebbe a keretösszegbe nem tartoznak bel a hideg- és melegétel utalványok, valamint a „csekély értékű ajándék”. Számítások szerint 100.000 Ft bruttó bérjellegű juttatás : 33 500 Ft járulék terhet jelent a cégnek, azaz összesen 133 500 Ft költség összesen a munkáltatónak. A dolgozónak 48 500 Ft nettó, elkölthető jövedelmet jelent - 36%-os adósáv esetén. Ha a Cafetéria rendszer elemei közül választ, akkor a költség és az elkölthető jövedelem egyaránt 100 000 Ft-ot jelent.) A cafetéria rendszerből a ténylegesen rekreációs célokat szolgáló elemek: az üdülési csekk, a kultúra utalvány és az egészségpénztári befizetés.

²⁰ 71. § (1 bekezdés) A munkáltatónál adóköteles béren kívüli juttatásnak minősül a munkáltató által a (2) bekezdésben felsorolt, az e törvény rendelkezései szerint a munkavállalónak az adóévben biztosított juttatások együttes értékéből legfeljebb évi 400 ezer forintot, illetőleg a 400 ezer forintnak a munkavállaló által az adott munkáltatónál az adó évben munkaviszonyban töltött napokkal arányos összegét meghaladó rész (adóalap).

Üdülési csekkre vonatkozó szabályok

Adómentes összegként a következő adható: a munkáltató vagy a szakszervezet tulajdonában, kezelésében lévő belföldi üdülőben a munkavállaló és közeli hozzátartozója részére biztosított üdülési szolgáltatás értékéből – évente legfeljebb az év első napján érvényes minimálbér havi összegét meg nem haladó részt, valamint a munkáltató által – a Magyar Üdülési Alapítványtól vásárolt – a munkavállaló és annak közeli hozzátartozói részére névre szólón biztosított üdülési csekket. (2008-ban 69 000 Ft/év)

Egészségpénztár

Az egészségpénztár szolgáltatásait a pénztártagok vagy rendelkezésük alapján közeli hozzátartozóik – a törvényben meghatározottak szerint – vehetik igénybe. A szolgáltatások közé tartoznak az egészségmegőrző programok, a betegség megelőző vizsgálatok, a rehabilitációs szolgáltatások, az egyéni számlavezetés. (2008-ban 20 700 Ft/hó). A befizetett összegből lehetőség van arra, hogy sportolással kapcsolatos kiadásokat számolhassanak el a pénztártagok. A befizetett összeg kizárólag amatőr sport esetén számolható el. Ide tartoznak a következők:

- részvételi díj sport-foglalkozásokon,
- uszodajegy,
- pálya- és uszodabérlet,
- sportolás céljából terembérleti díj,
- részvételi, nevezési díj amatőr versenyen,
- sportegyesületi tagdíj, sport oktatás.

2008. január 1-jétől adómentesen személyenként a tárgyév január 1-jén érvényes minimálbér havi összegének mértékéig, azaz 2008. évben 69.000 Ft/fő összegben számolható el a sporttevékenység.

A fentiekből kiderül, hogy a rekreációval kapcsolatos elemek a vállalkozások beszámolóiban kizárólag költség oldalon jelennek meg. Illetve elsődleges célként a bérfizetés helyett alternatív fizetési módokat keres a vállalkozások többsége. A cafetéria rendszer részei a személyi jellegű ráfordítások között, az egyéb személyi jellegű kifizetések között kerülnek kimutatásra. Felmérésekben igazán csak azt vizsgálják, hogy a munkaadók adnak-e, illetve ha adnak, akkor milyen értékű bonuszokat. Néhány esetben még azt felméri, hogy az adott elemek növelik-e a munkavállalók elégedettségét. Figyelmen kívül marad még az a tény, hogy a tudatosan választott elemek segítségével növelhetjük a munkavállalók teljesítőképességét. A tudatos cafetéria rendszernek a következő előnyei lehetnek:

- alacsonyabb vállalati összköltség a rendszer elemeinek segítségével, mintha ugyanez az összeg bérként kerülne kifizetésre
- dolgozói elégedettség emelkedése
- ösztönzési lehetőség
- teljesítmény növelése
- a rendszer minden munkavállaló részére egy keretösszeget biztosít, amelynek értékéig szabadon választhatnak a felkínált lehetőségek közül
- a választás lehetőségével jobban kielégíthetők az egyénre jellemző sajátos szükségletek, a munkavállalók saját igényeik (egyéni szokásaik) szerint a legmegfelelőbb juttatási formákat választhatják
- növekszik a munkavállalók önrendelkezési joga, ezzel erősödhet a járandóságok rangja és ösztönző hatása
- a költségek emelése helyett a költségek újraelosztása történik
- ha a munkavállaló azt a járandóságot választhatja, amelyre szükségük van, jobban értékeli azokat
- ellenőrizhetővé és előre tervezhetővé válnak a költségek

Cafetéria felmérések²¹

A Sodexo Pass Hungária Kft felmérése szerint Magyarországon a cégek a 12 százalékánál működik cafetéria-rendszer, ami 2006-hoz képest háromszázalékos növekedést jelent. A vállalatok átlagosan 180 ezer forint éves keretet adnak alkalmazottaiknak választható béren kívüli juttatásokra, több mint 60% százalékkal növelve a tavalyi keretösszegeket. Szintén átfogó felmérést készített a Workania állásportál a Mercedes bérinformációs adatainak felhasználásával.²² A jelenleg 56 ezer magyarországi alkalmazott béradatait összesítő felmérés eredményeiből kiderült, a munkáltatók 31 százaléka nyújt élet- és balesetbiztosítást dolgozói számára, 28-28 százalékuuk finanszírozza a munkavállalók képzését, vagy a munkába járás költségét. A munkavállalók 18 százaléka kap ingyen italt a munkahelyen, 16 százalékuuk részesül nyugdíjbiztosítási hozzájárulásban, valamint ugyanennyien kapnak céges mobiltelefont. A munkavállalók 10 százaléka kap (magáncélra is használható) laptopot, 6 százaléka céges autót. A felmérés tanulsága szerint csupán a dolgozók 3-5 százaléka kap valamilyen sport hozzájárulást, vehet részt hétvégi rendezvényeken, vagy igényelhet a

²¹ Nem csak divat a cafeteria (Napi gazdaság) http://hrportla.hu/article_print.phtml?id=64827

²² A béren kívüli juttatások krémje – HR Portal http://hrportal.hu/article_rint.phtml?id=67889

törvényben megszabott mértéken felüli szabadságot. Száz dolgozóból 14 egészségéhez járul hozzá valamilyen módon a munkáltatója.

Összegzésként megállapítható, hogy az adótörvények figyelembevételével a munkaadók részéről adható ma is bizonyos összeg sport illetve rekreációs célú szolgáltatások igénybevételére. Sajnos azonban kevés vállalkozásnál működik tudatos cafetéria rendszer, és ha működik is elsődleges célja inkább a járulékok megtakarítás nem pedig az egészséges életmód támogatása.

Irodalomjegyzék

1. Egészséges munkavállaló az egészséges munkahelyeken (2005) Budapest Egészségesebb Munkahelyekért Alapítvány
2. Fekete Bernadett (2007) Vállalati juttatások Consultation Magazin
3. Kollányi Zsófia – Imecs Orsolya (2007): Az egészség befektetés Budapest - Demos
4. Kovács Tamás Attila(2007): A rekreáció kultúrája Magyar Sporttudományi Szemle 2007/2 13-23p.
5. Dr. Lőrscikné Dr Lajkó Dóra (2006): Választható béren kívüli juttatások rugalmas rendszere – cafetéria Munkaügyi szemle 2006/6 45-46 old
6. Tarsoly Imréné(2007): Szociális és béren kívüli juttatások VSZSZ

Névmutató

Ács Pongrác dr.	137, 138	Lepes Josip dr.	80, 81
Ádány Róza	5	Lippai László	55
Ángyán Lajos	38, 39	Magyar Ferdinánd	38, 39
Baán Ildikó	14, 40, 42	Molnár Andor	19, 20
Batta Klára	71, 77	Molnár Gyöngyi	31, 32
Benkő Zsuzsanna	55	Paár Dávid	107, 108
Buda László dr.	11, 12	Pacskó László	146, 152
Bús Imre dr.	69, 70	Prisztóka Gyöngyvér dr.	84
Dan Dániel	19, 20	Radák Zsolt	7
Dorogi László	82, 83	Rétságai Erzsébet	31, 32
Egresits József	19, 20	Soós István	62, 64
Erdei Katalin	55	Stocker Miklós	144, 145
Fehér Adrienn	19, 20	Stuart Biddle	62, 64
Gósi Zsuzsanna	153, 154	Szabó Ágnes	116, 117, 118
Györfi János	103, 104	Szabo György dr.	13, 14
H. dr. Ekler Judit	78, 79	Szabó Zoltán	105, 106
Hamar Pál	62, 64	Szerb György	127, 128
Hamilton, Nancy	53	Szovák Etelka	36, 37
Hegedűs Ferenc	71, 77	Tahin Zsolt	21, 22
Hocza Ágnes	19, 20	Takács Bence	62, 64
Jarjabka Ákos dr.	105, 106	Tarkó Klára	55
Jeges Sára	21, 22, 23, 24	Tóth Ákos	21, 22, 23, 24, 31, 32, 36, 37
Karsai István	38, 39, 40, 42, 62, 64	Tóvári Ferenc	84, 86, 88
Kellényi Lóránd	40, 42	Varga Károly	23, 24
Kiss János	36, 37	Vránicsné Horváth Ildikó	31, 32
Klencsár Dezső	84, 97, 99	Waldron, Jennifer J.	54
Laczkó Tamás	129, 130	Wilhelm, Márta	40, 42
László Ferenc	19, 20		