

**DEBRECENI EGYETEM
GAZDASÁGTUDOMÁNYI KAR
SPORTGAZDASÁGI ÉS -MENEDZSMENT TANSZÉK**



UNIVERSITY OF DEBRECEN
FACULTY OF ECONOMICS AND BUSINESS, DEPARTMENT OF SPORTS
MANAGEMENT

**“MOZGÁSSAL AZ EGÉSZSÉGÉRT”
A FIZIKAI AKTIVITÁS JELENTŐSÉGE A JÖVŐ
MUNKAVÁLLALÓINAK EGÉSZSÉGMEGŐRZÉSÉBEN**

NEMZETKÖZI KONFERENCIA ÉS WORKSHOP

"MOVEMENT FOR HEALTH"
THE IMPORTANCE OF PHYSICAL ACTIVITY IN HEALTH PROTECTION
OF FUTURE WORKERS

INTERNATIONAL CONFERENCE AND WORKSHOP

A konferencia és workshop a GINOP-2.3.2-15-2016-00062 „Életminőség fejlesztése Kelet-Magyarországon: Táplálkozás-, teljesítménybiológiai és biotechnológiai experimentális kutatások és eszközfejlesztések a humán megbetegedések megelőzésére és kezelésére” projekt „Az életminőség társadalmi és gazdasági vonatkozásai” alprojekt, „A lakossági egészségmagatartásban a sport jelentőségét, gazdasági hatásait kutató” munkacsoport szervezésében zajlott

VÁLOGATOTT TANULMÁNYKÖTET

PROCEEDINGS FROM THE INTERNATIONAL CONFERENCE AND WORKSHOP

2019. FEBRUÁR 19.
19. FEBRUARY 2019.

DEBRECEN

TUDOMÁNYOS LEKTORÁLT KÖZLEMÉNYEK A SPORTTUDOMÁNY
TERÜLETÉRŐL ANGOL ÉS MAGYAR NYELVEN

Szerkesztők:

Dr. Bácsné Dr. Bába Éva
Dr. Müller Anetta

Szerkesztő Bizottság:

Prof. Dr. Pető Károly
Prof. Dr. Bács Zoltán
Dr. Ács Pongrác
Dr. Balogh László
Dr. Dajnoki Krisztina
Dr. Fenyves Veronika
Dr. Pfau Christa
Dr. Ráthonyi Gergely Gábor
Dr. Ráthonyi-Ódor Kinga
Dr. Szabados György Norbert
Gabnai Zoltán

Lektorok:

Dr. Bácsné Dr. Bába Éva
Dr. Bíró Melinda
Dr. Müller Anetta
Dr. Szabados György Norbert
Dr. Pfau Christa
Dr. Ráthonyi Gergely Gábor
Dr. Ráthonyi-Ódor Kinga
Gabnai Zoltán
Lenténé Dr. Puskás Andrea
Prof. Dr. Borbély Attila

Minden tanulmányt két független lektor bírált el.

Korrektúra:

Molnár Anikó

Kiadó

Debreceni Egyetem
4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

ISBN 978-963-490-074-0

Debrecen, 2019.

PROCEEDINGS FROM SPORTS SCIENCE IN ENGLISH AND HUNGARIAN

Editors:

Dr. Bácsné Dr. Bába Éva
Dr. Müller Anetta

Editorial Board:

Prof. Dr. Pető Károly
Prof. Dr. Bács Zoltán
Dr. Ács Pongrác
Dr. Balogh László
Dr. Dajnoki Krisztina
Dr. Fenyves Veronika
Dr. Pfau Christa
Dr. Ráthonyi Gergely Gábor
Dr. Ráthonyi-Ódor Kinga
Dr. Szabados György Norbert
Gabnai Zoltán

Reviewers:

Dr. Bácsné Dr. Bába Éva
Dr. Bíró Melinda
Dr. Müller Anetta
Dr. Szabados György Norbert
Dr. Pfau Christa
Dr. Ráthonyi Gergely Gábor
Dr. Ráthonyi-Ódor Kinga
Gabnai Zoltán
Lenténé Dr. Puskás Andrea
Prof. Dr. Borbély Attila

Each study was judged by two independent lecturers.

Proofreading:

Molnár Anikó

Publisher:

Debreceni Egyetem
4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

ISBN 978-963-490-074-0

Debrecen

2019.

TARTALOMJEGYZÉK

MEGHÍVOTT ELŐADÓK TANULMÁNYAI

<i>ELENA BENDÍKOVÁ</i> : PHYSICAL ACTIVITY AS A DETERMINANT OF CHILDREN'S HEALTH IN SLOVAKIA.....	8
<i>DOBAY BEÁTA</i> : TESTÖSSZETÉTEL MÉRÉS LEHETŐSÉGE ALSÓ TAGOZATOS GYERMEKEK KÖRÉBEN KOMÁRNÓBAN.....	18
<i>WIOLETTA ŁUBKOWSKA</i> : THE EFFECTS OF AQUATIC THERAPY ON THE MUSCULOSKELETAL REHABILITATION: A SYSTEMATIC REVIEW	24
<i>INGRID PALAŠČÁKOVÁ ŠPRINGROVÁ</i> : RELATIONSHIP BETWEEN LOW BACK PAIN AND URINARY INCONTINENCE	36

ANGOL NYELVŰ TANULMÁNYOK

<i>MICHAL MARKO</i> : EFFECTIVENESS OF HEALTH-RELATED EXERCISES ON PUPILS' FOOT	45
<i>BÍRÓ MELINDA – LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – HIDVÉGI PÉTER – TATÁR ANDRÁS – PUCSOK JÓZSEF MÁRTON – MIKÁDI SÁNDOR</i> : CHANGING THE ROLE OF THE NORTH GREAT PLAIN HOTELS IN THE WELLNESS TOURISM.....	55

MAGYAR NYELVŰ TANULMÁNYOK

<i>MADARÁSZ TAMÁS – DAJNOKI KRISZTINA – FENYVES VERONIKA – BÁCSNÉ BÁBA ÉVA</i> : SPORTOLÁST BEFOLYÁSOLÓ TÉNYEZŐK FELTÁRÁSA A JÖVŐ MUNKAVÁLLALÓI GENERÁCIÓJA TEKINTETÉBEN – ESSETTANULMÁNY A DE-GTK HALLGATÓI KÖRÉBEN	66
<i>BÖGÖS TÍMEA</i> : MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS - ESETTANULMÁNY EGY PÉNZÜGYI INTÉZET SPORTOLÁST TÁMOGATÓ JÓ GYAKORLATÁRÓL	75
<i>BARANYAI SZABOLCS – RÁTHONYI GERGELY</i> : AZ E-SPORT ÉS A FIZIKAI AKTIVITÁS ..81	
<i>TÓTH ANDREA</i> : A KISÚJSZÁLLÁSI, MARTFÜI ÉS A SZOLNOKI FÜRDŐK SZABADIDŐS KÍNÁLATI ELEMEINEK VIZSGÁLATA.....	86
<i>BALOGH RENÁTÓ</i> : A FIZIKAI AKTIVITÁS SZEREPE A MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSBEN.....	99
<i>MÜLLER ANETTA – LENGYEL ATILA – KOROKNAY ZSUZSA – MOLNÁR ANIKÓ</i> : NÉPSZERŰ FITNESS MOZGÁSFORMÁK	106
<i>MOLNÁR ANIKÓ</i> : FITNESS TRENDEK AZ EGÉSZSÉG SZOLGÁLATÁBAN	115
<i>PFAU CHRISTA – MÜLLER ANETTA – BÁCS ZOLTÁN</i> : SZABADIDŐSPORT LEHETŐSÉGEK A FELSŐOKTATÁSBAN.....	121
<i>BÁCS BENCE ANDRÁS</i> : AZ EGYETEMI SPORTSTRATÉGIA SZEREPE A HALLGATÓKÉRT FOLYTATOTT VERSENYBEN	132
<i>BÁCSNÉ BÁBA ÉVA – PFAU CHRISTA – GABNAI ZOLTÁN – PETŐ KÁROLY</i> : A MUNKAHELYI JÓLLÉT FELTÉTELEI	140
<i>NAGY ADRIÁN SZILÁRD – SZABADOS GYÖRGY NORBERT – SZENDERÁK JÁNOS – HARANGI-RÁKOS MÓNIKA</i> : A FORMULA 1 TÁRSADALMI HATÁSAINAK ELEMZÉSE	149

HARANGI-RÁKOS MÓNKA – BÁCS ZOLTÁN – SZENDERÁK JÁNOS: A 2012-ES LONDONI NYÁRI OLIMPIA TÁRSADALMI HATÁSAINAK ELEMZÉSE	162
KOROKNAY ZSUZSA – PFAU CHRISTA – BÁCSNÉ BÁBA ÉVA: A DEBRECENI EGYETEMI ATLÉTIKAI CLUB LABDARÚGÓ SZAKOSZTÁLY SPORTSZÓRAKOZTATÁS KÍNÁLATI VIZSGÁLATA	177
SZALÁNCZI ZOLTÁN: A JÁTEKOSOK SÉRÜLÉSÉVEL REALIZÁLT VESZTESÉGEK A VERSENYSPORTBAN	184
HIDVÉGI PÉTER – BÍRÓ MELINDA – LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – PUCSOK JÓZSEF – TATÁR ANDRÁS – BÁRDOS KINGA: WELLNES SZOLGÁLTATÁSOK MINŐSÉGE AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓBAN	190
PUCSOK JÓZSEF – LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – HIDVÉGI PÉTER – TATÁR ANDRÁS – BÍRÓ MELINDA: AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓ FITNESZTERMEIBEN DOLGOZÓK KÉPESÍTÉSÉNEK ÖSSZEHASONLÍTÓ ELEMZÉSE	200
LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – TATÁR ANDRÁS – LENTE LAJOS – PUCSOK JÓZSEF – BÍRÓ MELINDA – HIDVÉGI PÉTER: A SPORT ÉS WELLNESS ELEMEEK MEGJELENÉSE AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓ HÁROM-, NÉGY- ÉS ÖTCSILLAGOS SZÁLLODÁINAK KÍNÁLATÁBAN	206

TABLE OF CONTENTS

INVITED SPEAKERS' PROCEEDINGS

<i>ELENA BENDÍKOVÁ</i> : PHYSICAL ACTIVITY AS A DETERMINANT OF CHILDREN'S HEALTH IN SLOVAKIA.....	8
<i>DOBAY BEÁTA</i> : POSSIBLE BODY COMPOSITION MEASURING AMONG ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN KOMÁRNO	18
<i>WIOLETTA LUBKOWSKA</i> : THE EFFECTS OF AQUATIC THERAPY ON THE MUSCULOSKELETAL REHABILITATION: A SYSTEMATIC REVIEW	24
<i>INGRID PALAŠČÁKOVÁ ŠPRINGROVÁ</i> : RELATIONSHIP BETWEEN LOW BACK PAIN AND URINARY INCONTINENCE	36

PROCEEDINGS IN ENGLISH

<i>MICHAL MARKO</i> : EFFECTIVENESS OF HEALTH-RELATED EXERCISES ON PUPILS' FOOT	45
<i>BÍRÓ MELINDA – LENTÉNE PUSKÁS ANDREA – HIDVÉGI PÉTER – TATÁR ANDRÁS – PUCSOK JÓZSEF MÁRTON – MIKÁDI SÁNDOR</i> : CHANGING THE ROLE OF THE NORTH GREAT PLAIN HOTELS IN THE WELLNESS TOURISM.....	55

PROCEEDINGS IN HUNGARIAN

<i>MADARÁSZ TAMÁS – DAJNOKI KRISZTINA – FENYVES VERONIKA – BÁCSNÉ BÁBA ÉVA</i> : DISSEMINATION OF FACTORS INFLUENCING SPORTS IN THE CONTEXT OF GENERATION OF FUTURE EMPLOYEES - STUDY IN THE DE-GTK HEADER	66
<i>BÖGÖS TÍMEA</i> : HEALTH DEVELOPMENT IN WORKPLACE - CASE STUDY ON GOOD PRACTICES OF A BANK	75
<i>BARANYAI SZABOLTCS – RÁTHONYI GERGELY</i> : E-SPORT AND PHYSICAL ACTIVITY....	81
<i>TÓTH ANDREA</i> : EXAMINATION OF LEISURE SUPPLY ELEMENTS AT KISÚJSZÁLLÁS, MARTFÚ AND SZOLNOK BATHS	86
<i>BALOGH RENÁTÓ</i> : THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY IN WORKPLACE HEALTH PROMOTION	99
<i>MÜLLER ANETTA – LENGYEL ATTILA – KOROKNAY ZSUZSA – MOLNÁR ANIKÓ</i> : POPULAR FITNESS ACTIVITIES	106
<i>MOLNÁR ANIKÓ</i> : FITNESS TRENDS IN THE SERVICE OF HEALTH	113
<i>PFAU CHRISTA – MÜLLER ANETTA – BÁCS ZOLTÁN</i> : RECREATIONAL SPORT SPORTS OPPORTUNITIES IN HIGHER EDUCATION.....	121
<i>BÁCS BENCE ANDRÁS</i> : THE ROLE OF UNIVERSITY SPORT STRATEGY IN COMPETITION FOR STUDENTS.....	132
<i>BÁCSNÉ BÁBA ÉVA – PFAU CHRISTA – GABNAI ZOLTÁN – PETŐ KÁROLY</i> : FACTORS OF WORKPLACE WELL-BEING	140
<i>NAGY ADRIÁN SZILÁRD – SZABADOS GYÖRGY NORBERT – SZENDERÁK JÁNOS – HARANGI-RÁKOS MÓNKA</i> : ANALYSIS OF THE SOCIAL EFFECTS OF THE FORMULA 1.....	149
<i>HARANGI-RÁKOS MÓNKA – BÁCS ZOLTÁN – SZENDERÁK JÁNOS</i> : ANALYSIS OF THE SOCIAL IMPACTS OF THE 2012 LONDON SUMMER OLYMPIC GAMES	162

KOROKNAY ZSUZSA – PFAU CHRISTA – BÁCSNÉ BÁBA ÉVA: THE RESEARCH OF SPORT ENTERTAINMENT SERVICE AS SPORT SERVICE AT FOOTBALL DIVISION OF DEAC.....	177
SZALÁNCZI ZOLTÁN: THE REALIZED LOSSES BY THE INJURIES OF THE PLAYERS IN THE COMPETITIVE SPORT	184
HIDVÉGI PÉTER – BÍRÓ MELINDA – LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – PUCSOK JÓZSEF – TATÁR ANDRÁS – BÁRDOS KINGA: QUALITY OF WELLBEING SERVICES IN THE NORTH GREAT PLAIN REGION.....	190
PUCSOK JÓZSEF – LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – HIDVÉGI PÉTER – TATÁR ANDRÁS – BÍRÓ MELINDA: ANALYSIS OF FITNESS COACH’S AND INSTRUCTOR’S CERTIFICATIONS IN THE NORTH GREAT PLAIN REGION.....	200
LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA – TATÁR ANDRÁS – LENTE LAJOS – PUCSOK JÓZSEF – BÍRÓ MELINDA – HIDVÉGI PÉTER: THE APPEARANCE OF SPORT AND WELLNESS ELEMENTS IN THE OFFER OF THREE, FOUR AND FIVE STAR HOTELS IN THE NORTH GREAT PLAIN REGION.....	206

MEGHÍVOTT ELŐADÓK TANULMÁNYAI

INVITED SPEAKERS' PROCEEDINGS

Invited speakers:

- Elena Bendíková PhD Matej Bel University, Department of Physical Education and Sports, Faculty of Arts, Banská Bystrica, Slovakia
- Beata Dobay PhD Selye Janos Egyetem (Univerzita J. Selyeho) Department of Physical Education, Komarno, Slovakia
- Wioletta Lubkowska, Ph.D. University of Szczecin, Faculty of Physical Education and Health Promotion, Szczecin, Poland
- Ingrid Palašćáková Špringrová, Ph.D. ACT Centrum s.r.o., Postgraduate Education Centre establishment accredited by the Ministry of Health of the Czech Republic, Praha–Čelákovice, Czech Republic

PHYSICAL ACTIVITY AS A DETERMINANT OF CHILDREN'S HEALTH IN SLOVAKIA

ELENA BENDÍKOVÁ associate professor
Matej Bel Univeristy Faculty of Arts

ABSTRACT

The aim of the research was to find out and analyze the level of lifestyle factors in pupils of the 4th year of primary schools in regions of eastern and central Slovak Republic with focus on physical activity with different body weights. The monitored group consisted of 625 respondents, of which were 323 boys and 302 girls. The mean age of the girls was 9.8 ± 0.5 years and the boys was 9.9 ± 0.6 years. The mean body height was 144.8 ± 7.4 cm in boys and 144.6 ± 6.7 cm in boys. The average body weight in girls was 37.75 ± 9.6 kg and in boys was 38.92 ± 9.2 kg. All respondents were the pupils of the 4th year of selected primary schools from the districts of Banská Bystrica, Brezno, Ružomberok, Partizánske, Prievidza, Kežmarok and Stará Ľubovňa. The choice of schools was deliberate. In terms of data acquisition methods, we used standardized questionnaire, in which we focused on the physical activity. While we evaluated the body weight, we used the Quetelet's index of body weight and percentile charts for the age range used by pediatricians. The results obtained by us pointed to the above. The girls significantly ($p < 0.01$) rated their health better than the boys. As the reason, which led them to the physical activities, the two genders agreed in having good mood and wanted to be health. During the week, the pupils devoted themselves to organized and non-organized forms of the physical activities. Of the organized forms, the most frequent physical activity is realized during physical and sport education classes at both genders, with significant difference in favor of the girls in response to the realization of the physical activities with the families ($p < 0.05$). Of the non-organized forms, there was also dominant playing with friends or playing outside in both genders ($p > 0.05$).

1. Introduction

A physical activity in relation to a quality of life, lifestyle and health has a close connection (Nowak, 1997; Boda et al., 2015; Csörgő et al., 2013; Bendíková, 2017; Müller et al., 2018). Pate & O'Neill (2008) pointed out that lack of the physical activity (WHO, 2010) has a significant impact on a physical fitness and physical performance of a pupil (Gray et al., 2015; Müller, 2018; Talaghir et al., 2018), but also his/ her work performance and health (Müller, Bácsné, 2018). This was also reported by health insurance statistics, not only in the US but also in the EU countries (Farioli et al., 2014), including the Slovak Republic. Insufficient primary prevention is a prerequisite for the ascending trend of civilization diseases (cardiovascular diseases, musculoskeletal disorders, high blood pressure and diabetes mellitus II.) (Palaščáková – Špringrová, 2012; Tomková et al., 2013; Łubkowska et al., 2015; Łubkowska et al.; 2015; Bendíková, 2016a; Łubkowska - Mroczek, 2017; Batueva et al., 2018).

One of the priority tasks that each person is responsible for is taking care of their health. Unlike in the past, nowadays more emphasis is being put on personal responsibility for individual health as well as health of human beings individuals are responsible for. While in the past, health was mainly determined by impacts of biological factors, at present, it is becoming more and more influenced by social factors. Health cannot be obtained as genetically unchangeable condition. The genetic basis is only biological potential that can be developed in a positive or

negative way. The concept of health is understood by human beings differently, which depends on the society they live in, the stage of development of culture, education, human value system as well as other factors. Health cannot be obtained as genetically unchangeable condition. The genetic basis is only biological potential that can be developed in a positive or negative way (Bendíková, 2017)

Regular and sufficient physical activity is important for healthy development of the pupil, as well as for the prevention of illnesses, which can manifest in later life. The health, quality of life, lifestyle and physical activity of pupils are increasingly the most discussed topics in the Slovak Republic, also in relation to today's physical and sport education in primary and secondary schools. Also, the number of pupils who are exempt from compulsory physical and sport education due to various diseases and health disorders has an upward trend in the Slovak Republic. The numbers of nonparticipating male pupils of lessons of the physical and sport education range from 27.7 % to 39.6 % and the number of nonparticipating female pupils range from 38.2 % to 48.1 %. At the same time, according to the findings of the Ministry of Education of the Slovak Republic, about 30 % of the pupils are regularly excusing on physical and sport education (Bendíková, 2014; Szököl, 2015a; b). Determinants of lack of movement, according to Bunc (2009) are lack of movement literacy, parental concern about the safety of children while exercising, offer of inappropriate forms of physical activities, which are not popular enough and lack of recreational sports for children (Chovanová, 2010; 2011), price and availability of physical activities, insufficient education in the area of physical activities, system of evaluation of school physical and sport education, absence of available diagnostic tools for evaluation of movement literacy and insufficient support of an environment. O'Dea (2014) reported that in Australia in 2011 - 2012, the proportion of the physical activity and sedentary lifestyle among children in different age categories was determined. Again, it was confirmed that increasing the proportion of the sedentary activities at the expense of the physical activity increased with increasing age. Children aged 5 to 8 years still had physical activity (about 2 hours per day), in contrast to young people aged 15 - 17 years, where the ratio of the physical activity and sedentary activities was 1 : 3 hours. Gender differences were also found. Up to 41.8 % of boys between the ages of 7 - 12 spent daily physical activities than girls (28.7 %). Raistenskis et al. (2016) focused on comparing the volume of the physical activity in children with normal body weight and overweight, respectively obesity. The main conclusion of the study was the finding that overweight and obese children on average had less physical activity than children with normal body weight (Ahmed et al., 2016). The differences in duration and intensity of the physical activity were statistically significant in children with different body mass indexes. The overweight and obese children spent an average of 22.4 minutes daily less time on physical activities than children with normal weight. Also, the statistically significant difference was 6 minute walk test, in which children with normal weight passed on average by 50.9 m more than the overweight and obese children.

The aim of the research, in terms of the current prevalence of civilization diseases in the school population, as well as health prevention was to identify and analyze the level of lifestyle factors in pupils of the 4th year of primary schools in the regions of eastern and central Slovak Republic with focus on physical activity with different body weights.

2. Material and methods

The monitored group consisted of 625 respondents, of which were 323 boys and 302 girls. All respondents were pupils of the 4th year of selected primary schools from the districts of Banská Bystrica, Brezno, Ružomberok, Partizánske, Prievidza, Kežmarok, Stará Ľubovňa. The choice of schools was deliberate. The mean age of the girls was 9.8 ± 0.5 years and the boys was 9.9 ± 0.6 years. The average body weight of the girls was 37.75 ± 9.6 kg and the boys was

38.92 ± 9.2 kg. While body height was 144.8 ± 7.4 cm in the girls, 144.6 ± 6.7 cm was in the boys. The primary characteristic of the group is presented in table 1. The research was realized in several stages, where questionnaires were distributed to selected primary schools between January 2017 and June 2017 to ensure 100 % return. The questionnaire was called "Life Style Questionnaire for Children of School Age", which was based on several questionnaires of foreign authors, as we complied with the principles of content validity. The questionnaire consisted of 51 questions, open, semi-closed and closed, which were divided into five sections, where one area was also the physical activity.

Table 1. Primary characteristic of group (n = 625)

Factors/ gender	Girls (n=302)	Boys (n=323)
Body weight (kg)	37.75 ± 9.6	38.92 ± 9.2
Body height (cm)	144.8 ± 7.4	144.6 ± 6.7
Age (years old)	9.8 ± 0.5	9.9 ± 0.6
BMI	17.8 ± 3.5	18.5 ± 3.3

Legend: BMI – Body mass index

Source: Own editing, 2019

While evaluating the body weight we did it by Quetelet index of body weight BMI (Body Mass Index), (Hořková – Matouřov, 2005) and the percentile charts for the age range used by pediatricians. The obtained data were processed by using primary methods of logical analysis and synthesis, using inductive and deduction techniques, percentage frequency analysis (%), multiplicity (n) and application of Chi-square of the good match test (χ^2 p < 0.05; p < 0.01) to assess the difference in gender factors among the monitored group of pupils.

3. Results and discussion

The health is very important commodity, and therefore we were interested in its evaluation of the pupils of younger school age, where we found the following. We recorded statistically significant difference between the genders, in favor of the girls ($\chi^2 = 19.6370$, p = 0.001, p < 0.01). The boys evaluated their health in particular with mark of 1, as 52.01 % (n = 168) of the boys reported it. Another most common mark was 2, which was reported by 32.51 % (n = 105) of the boys and mark 3, which was in 11.46 % (n = 37) of the boys. The order of the girls was different from the boys. The difference was in the number of the girls who rated their health in particular with mark 1 (60.93 %, n = 184), mark 2 (33.44 %, n = 101) or mark 3 (4.64 %, n = 14). Worse than 3.13 boys (4.03 %) and 3 girls (0.99 %) evaluated their health. All these girls rated their health with the worst possible mark - 5. The boys also used the mark 4, which was in 2.79 % (n = 9) and also the mark 5, which was in 1.24 % (n = 4).

It was interesting to compare the answers of the respondents by weight groups. In the group of underweight respondents, the majority of 60.00 % (n = 6), evaluated their health by mark 2. The same mark was the most often reported by respondents from the overweight group. Overall, 48.53 % (n = 33) of the respondents responded. In the other two groups, the normal weight group and obesity group, the respondents rated the best possible mark - 1. The answer was 58.58 % (n = 297) in normal weight group and 55.00 % (n = 22) in obesity group of the respondents. Among the respondents with underweight, overweight and obesity, no one evaluated their health with the marks of 4 or 5. Only the respondents ranked in the normal weight group rated their health with the worst grades. Mark 4 was evaluated in 1.78 % (n = 9) and 5 was

evaluated in 1.38 % (n = 7) of the respondents. The differences in the health status of respondents in terms of their BMI classification were not statistically significant ($\chi^2 = 20.7110$, $p = 0.0865$, $p > 0.05$).

We considered the physical activity, as well as nutrition as one of the most important indicators of the lifestyle of human beings. That is why we have devoted a part of the questionnaire to questions about the physical activity of the pupils of younger school age. These results cannot be generalized, but need to be understood in their overall context as being indicative with the lifestyle and health of the younger school age children.

Firstly, we were interested in what kind of physical activity the pupils performed. In the boys, we found that 84.83 % (n = 274) performed the physical activity during the physical and sport education at schools. Almost half of the boys, 49.23 % (n = 159), also sport with their families, respectively alone and 41.80 % (n = 135) was dedicated to sports in the sports club.

Lessons of optional physical and sport education at school attend only 21.36 % (n = 69) of the asked boys. Of the total number of the boys, we found that 1.86 % (n = 6) did not do any physical activity in any form.

In the girls, the analysis of responses showed that 90.07 % (n = 272) of the girls actively participated in the physical activity in the physical and sport education. At the same time, 61.92 % (n = 187) were sporting with their families, 36.42 % (n = 110) of the girls were attending the sports club and 12.91 % (n = 39) of the girls attended optional lessons of the physical and sport education at schools. As in the boys, we had the girls who did not do any physical activity or sport. There were 1.99 % of the responses, which was representing 6 girls. While comparing the gender responses, we found statistically significant difference ($p = 0.014$) (table 2).

Table 2. Place of performing physical activities by gender (n = 625)

Factors/ gender	Boys (n=323)		Girls (n=302)		χ^2	p
	n	%	n	%		
Lessons of PaSE at schools	274	84.83	272	90.07	12.4950	<0.014*
Lessons of optional PaSE at schools	69	21.36	39	12.91		
Sports club	135	41.80	110	36.42		
With family, alone	159	49.23	187	61.92		
Without any physical activity	6	1.86	6	1.99		

Legend: * level of significance $p < 0.05$, PaSE Physical and sport education

Source: Own editing, 2019

The analysis of BMI responses showed that there was no one among those of the underweight, as well as among the obese respondents who would not be doing the physical activity at all. At the lessons of the physical and sport education at schools participated 80.00 % (n = 8) of the underweight group, 87.77 % (n = 445) of the normal weight group, 80.88 % (n = 55) of the overweight group and 95.0 % (n = 38) of the obese respondents. The least frequent response in all groups was the response to hours of the optional physical and sport education at schools.

Within the lessons of the physical and sport education, 20.00 % (n = 2) of the underweight responders, 17.16 % (n = 87) of the normal weight, 25.00 % (n = 17) of the overweight respondents and 5.00 % (n = 2) of the respondents with obesity were actively engaged in physical and sport activities.

The physical activities within the sports club were the most concerned by the underweight, up to 60.00 % (n = 6). However, we thought that this figure was affected by the lower total

number of respondents in this group. The analysis also showed that the lowest share of respondents who were engaged in the physical activities with the family members is in the obese group. This was 35.00 % (n = 14). While in the underweight group it was 60.00 % (n = 6), 56.41 % (n = 286) was in the normal weight group and 58.82 % (n = 40) was in the overweight group of the respondents. By comparing the responses between the groups we did not find statistically significant difference ($p = 0.1114$).

In addition to hours of the physical and sport education at schools, the same number of the boys and girls (n = 27) did not perform other physical activities. In the boys this represented share of 8.36 % and 8.94 % in the girls. In the other replies, the share of the boys and girls did not differ significantly. The regular physical activity was performed by 58.20 % (n = 188) of the boys and 59.27 % (n = 179) of the girls. The sports club attended 51.08 % (n = 165) of the boys and 51.66 % (n = 156) of the girls. The irregular physical activity was reported by 13.93 % (n = 45) of the boys and 17.88 % (n = 54) of the girls. From the statistical comparison of responses of both genders, we found that there was no statistically significant difference between the responses ($p = 0.8354$). However, statistically significant differences were seen in the comparison of respondents by BMI ($p = 0.003$). In the underweight group, 60.00 % (n = 6) were devoted to the physical activities on a regular basis. The same percentage was reported to the sports club. Responding irregularly, individually, as well as not engaging in the physical activities, stated identically 20.00 % (n = 2) of interviewed pupils from the underweight group. The lowest regular physical activity was observed in the obese respondents. The share of those who regularly sport was only 30.00 % (n = 12). On the other hand, 61.74 % (n = 313) of the normal weight pupils and 52.94 % (n = 36) of the overweight respondents regularly did sports. Interestingly, 50.00 % (n = 20) of the obese respondents said they were engaged in the physical activities within the sports club, what was higher percentage. So we thought, it was not at regular basis. The lowest share of those who were attending sports clubs was among the overweight respondents. The answer was in 41.18 % (n = 28) of the respondents. This group also included the highest percentage of those who did not any physical activity or sports, namely 10.29 % (n = 7) of the respondents.

In way of spending leisure time, the respondents had to choose from more options, as they could state three of them. Comparing the responses between both genders and groups, we found statistically significant differences ($p < 0.01$) in the responses. By pairwise comparison, we found that statistically significant differences were between the normal weight and obesity groups ($p = 0.0005$) and between groups of overweight and obesity ($p = 0.005$).

In the boys answers, the most frequent answers were: playing with friends, playing outside (64.09 %, n = 207), sports (62.54 %, n = 202), computer games (32.51 % 105) and television (24.15 %, n = 78) (table 3).

Similar results were found in Novotná's research (2017). Singing and music (2.48 %, n = 8) and reading (5.26 %, n = 17) were the least common answers. In the girls, the most common responses were: playing with friends, play outside (60.93 %, n = 184), sports (54.97 %, n = 166), drawing and writing (41.06 %, n = 124) learning (24.50 %, n = 74) and homework (24.17 %, n = 73). Uncommon responses included resting - lying (7.95 %, n = 24) and computer games (9.27 %, n = 28).

The pupils, as the reasons, which led them to the physical activities, stated the following. Both boys and girls said they had good mood and health. Thus, 57.89 % (n = 187) of the boys and 49.34 % (n = 149) of the girls responded. The second most common response was the same for boys and girls, as 42.11 % (n = 136) of the boys and 137 of the girls (45.36 %) were engaged in sports because they wanted to have nice figure and health. The order of other responses differed. The good mood, as the third most common response was in 18.27 % (n = 59) of the boys, followed by willingness to be healthy (17.96 %, n = 58) and finally other reasons, which

indicated 16.10 % (n = 52) of the male respondents. For other reasons, the boys were particularly concerned about having fun, socializing with friends, wanting to achieve good results and achievements in sports or to improve fitness.

Table 3. Activities during leisure time by gender (n = 625)

Factors/ gender	Boys (n=323)		Girls (n=302)		χ^2	p
	n	%	n	%		
Sport	202	62.54	166	54.97	155.5300	<0.0001**
Watching television	78	24.15	43	14.24		
Playing computer games	105	32.51	28	9.27		
Drawing, painting	37	11.46	124	41.06		
Housework	64	19.81	73	24.17		
Playing with friends, playing outside	207	64.09	184	60.93		
Learning	57	17.65	74	24.50		
Reading	17	5.26	40	13.25		
Singing, music	8	2.48	43	14.24		
Resting - lying	57	17.65	24	7.95		

Legend: ** level of significance (p < 0.01)

Source: Own editing, 2019

In the girls was the third most common answer to be healthy (23.18 %, n = 70). Other reasons stated 19.87 % (n = 60) of the girls. Other reasons were, like in the boys, that they enjoyed sports or wanted to achieve good results and achievements in sports. But health reasons were also found or motivation to lose weight. Less often, the girls were devoted to sports and physical and sport education for good mood, where this option labeled 15.56 % (n = 47) of them. In the above question we did not find significant differences between the genders ($\chi^2 = 6.4815$, p = 0.166, p > 0.05).

Table 4. Reasons for physical activities based on weight of group (n = 625)

Factors/ gender	1 (n=10)		2 (n=507)		3 (n=68)		4 (n=40)		χ^2	p
	n	%	n	%	n	%	n	%		
I have good mood while exercising and I want to be healthy	2	20.0	274	54.04	32	47.06	28	70.00	22.701	0.0289*
I want to have nice figure and I want to be healthy	6	60.0	228	44.97	27	39.71	12	30.00		
I have good mood while exercising	2	20.0	89	17.55	9	13.24	6	15.00		
I want to be healthy	2	20.0	98	19.33	22	32.35	6	15.00		
Other	2	20.0	100	19.72	10	14.71	0	0.00		

Legend: 1. group – underweight, 2. group – normal weight, 3. group – overweight, 4. group - obesity

Source: Own editing, 2019

However, significant differences in responses were found among the groups ($\chi^2 = 22.701$, $p = 0.0289$, $p < 0.05$). The pairwise comparison of the group showed differences between the underweight and obesity groups ($p = 0.013$), normal weight and obesity ($p = 0.0055$) and overweight and obesity ($p = 0.012$) (table 4).

The main reason for doing sports in the underweight group, which was 60.00 % ($n = 6$) was having nice figure and health. The good mood and health prevailed in the normal weight group (54.04 %, $n = 274$), in the overweight group (47.06 %, $n = 32$) and in the obese group (70.00 %, $n = 28$) of the respondents. In the underweight group, the other responses had the same representation, namely 20.00 % ($n = 2$). In the normal weight group, the least frequent response was to be healthy, which was reported by 19.33 % ($n = 98$) of the respondents. The good mood, as the least frequent answer, was in 13.35 % ($n = 22$) of the overweight respondents. And in the obese group the responses were good mood and want to be healthy, with the same share of 15.00 % ($n = 6$). In this group, no other reasons were put into why were devoted to sports and physical and sport education.

As part of our the physical activity research, we also looked at how respondents go to school. The order of responses did not differ between boys and girls, nor were there statistically significant differences in responses ($\chi^2 = 10.010$, $p = 0.0615$, $p > 0.05$).

The questionnaire analysis showed that 45.82 % ($n = 148$) of the boys and 51.66 % ($n = 156$) of the girls went to school by walking. There were 27.55 % ($n = 89$) of the boys and 26.49 % ($n = 80$) of the girls who went by car. By combining multiple means of transport and walking, 15.48 % ($n = 50$) of the boys and 16.56 % ($n = 50$) of the girls travelled to school. We thought that this way of getting into school was mainly marked by respondents from the suburban parts of the places where we did the research and must therefore come from the house to the bus or train station. The least frequent means of transportation from home to school in the respondents was reported train and bicycle. The train was labeled only by 1 boy (0.31%) and 2 girls (0.66%) and the bike was only in 2 boys (0.62%) and no girl at all. We considered the bicycle as untapped option to go to school. Even in the comparison of respondents by groups, we did not record statistically significant differences in the responses ($\chi^2 = 12.812$, $p = 0.4998$, $p > 0.05$).

We found that 40.00 % ($n = 4$) of the underweight responders, 47.93 % ($n = 243$) of the normal weight respondents, 48.53 % ($n = 33$) of the overweight respondents and 60.00 % ($n = 24$) of the respondents with obesity walked to school. In the group of underweight respondents, we noticed just one answer, and 60.00% ($n = 6$) went the school by car. In the normal weight group, all responses were in order: 26.63 % ($n = 135$) by car, 16.77 % ($n = 85$) combination of several means of transportation, 7.69 % ($n = 39$) by bus, 0.59% ($n = 3$) by train and 0.39 % ($n = 2$) by bicycle. In the overweight group and obesity group, no one used bicycle or train as the means of getting to school. There were 32.35 % ($n = 22$) of the overweight respondents and 15.00 % ($n = 6$) of the obese respondents who travelled to school by car. The same percentage, 15.00 % ($n = 6$) of the obese respondents used the combination of means of transportation and in the same way, 13.24 % ($n = 9$) of the overweight respondents travelled to school.

The least used means of transportation to the school was bus which was reported in 5.88 % ($n = 4$) of the overweight group and 10.00 % ($n = 4$) of the obesity group.

If in the past the physical and sport education and its means were the essence of survival, it is not the case of today. The lack of the physical activity (sports character) in the pupils' physical regime is manifested gradually in their health (Rozim, 2005; Dobay, 2014; 2015; Rozim - Marko, 2015; Wafa et al., 2016; Bendíková, 2016b; 2017; Novotná – Bendíková, 2018) through the prism of health oriented fitness, performance and movement literacy (Marko, 2017), what is creating disproportions between the physical and movement development. The criteria of the world organizations are defined by minimum daily physical activity, which is barely fulfilled by 25 % of children and adolescents (WHO, 2010). Reality points to the fact that this state is

associated with number of subjective and objective factors that do not allow pupils to move, as well as about the subject in school itself. Bendíková (2011) presented the most frequent reasons for (passive) absence of primary and secondary school pupils, respectively students in the physical and sport education lessons, which include: health problems, contents of the subject, insufficient motivation by teachers, lack of movement in generally, comfort, weak will, low physical condition, teacher's personality, hygienic conditions at schools (showers), lack of time for hygiene, but also factors such as make up, gel nails, sweating, fatigue, order of lessons in timetable, preparation for exams or other subjects (Ghyppo et al., 2016).

4. Conclusion

The aim of the research was to find out and analyze the level of quality of the physical activity in the pupils of younger school age of selected schools of the Slovak Republic with different body weights. In research, we found the following. The girls significantly ($p < 0.01$) rated their health better than the boys. As the reason that led them to the physical activity, the two genders also said they had a good mood while exercising and wanted to be healthy. Most often the respondents of all weight groups devoted themselves to the physical activities in the physical and sport education lessons. More than half of the underweight, normal weight and overweight respondents considered their physical activity to be regular. Here we recorded significant differences in responses ($p < 0.05$) when about a third of the pupils in obesity group reported regularity of the physical activities. We noticed significant difference ($p < 0.01$) in the way they spent the leisure time. During the week, the pupils devoted themselves to organized and non-organized forms of the physical activities. Of the organized forms, the most frequent physical activities were realized during the physical and sport education lessons at both genders, with significant differences in favor of the girls in response to the realization of the physical activities with the families ($p < 0.05$). Of the non-homogenized forms, there were dominant forms of playing with friends and outside in both of genders ($p > 0.05$).

Acknowledgements

The listed study is the part of the research project VEGA "1/0519/19 Physical activity as prevention of health of school population in Slovakia".

REFERENCES

- Ahmed, H. S. et al. (2016): The association between physical activity and overweight and obesity in a population of children at high and low altitudes in Southwestern Saudi Arabia. *J Fam. Community Med.*, 23(2), 82-87.
- Batueva A.; Erlikh V.; Pashnina A. (2018): Influence of different types of circuit training on the functional status and anthropometric parameters in young women with obesity. *Minerva Ortop. Traumatol.*, 2018; 69(Suppl. 1, n. 3), 86-89. DOI: 10.23736/S0394-3410.17.03857-7
- Bendíková E. (2011): The current health status and reasons for student absence in physical and sports education classes. *Physical education and sport*, 21(1), 6-10.
- Bendíková E. (2014): Lifestyle, physical and sports education and health benefits of physical activity. *European researcher: international multidisciplinary journal*, 69(2-2), 343-348.
- Bendíková E. (2016a): Changes in the posture of students due to equipment-aided exercise programs that are applied in physical and sport education. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), p. 281 - 286.
- Bendíková E. (2016b): Curricular transformation of education in the field of physical and sport education in Slovakia. *European Journal of Contemporary Education*, 18(4), 410 -417.

- Bendíková E. (2017): Theory of health, movement and lifestyle of human beings: academic textbook Debrecen: University of Debrecen.
- Boda E.; Honfi L.; Bíró M.; Révész L.; Müller A. (2015): A szabadidő eltöltésének és a rekreációs tevékenységek vizsgálata egri lakosok körében. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 42 pp. 49-62. , 14 p.
- Bunc V. (2009): Aktivní životní styl a jeho možnosti při ovlivňování zdravotního stavu dětí. In Health Education and Quality of Life. České Budejovice: Jihočeská univerzita, 2009, p. 59-64.
- Csörgő T.; Bíró M.; Kopákné P.J.; Müller A. (2013): Masszázsterápia hatásának vizsgálata hatvan év feletti nők körében. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 40 pp. 5-16. , 12 p.
- Farioli et al., (2014): Musculoskeletal pain in Europe: the role of personal, occupational, and social risk factors. Scand J Work Environ Health, 40(1), 36-46.
- Dobay B. (2014): Az iskolai sporttanfolyamok hatása a nyári üdülési szokásokra = The influence of school sport courses on summer recreational habits. In 27. Didmattech 2014 : New methods and technologies in education and practice, international scientific and professional conference, Olomouc: Palacký university, 2014, p. 112-118.
- Dobay B. (2015): Az iskolai sporttanfolyamok motivációs hatása a felnőttkori rekreációs sporttevékenységekre Dél-Szlovákiában. Komárom : Kompress kiadó.
- Ghyppo A.; Tkachov S.; Orlenko O. (2016): Role of physical education on the formation of a healthy lifestyle outside of school hours. Journal of Physical Education and Sport, 16(2), 335-339.
- Gray C. et al. (2015): What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? Systematical review. Int. J. Environ. Res. Public Health, 12(6), 6455-6474.
- Hosková B.; Matousová M. (2005): Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy pro studující FTVS UK. Praha: UK FTVS, 2005, 135 p.
- Chovanová E. (2010): Zájmovo-rekreačná telesná výchova na základných školách v prešovskom kraji. Pohyb a zdravie (zborník recenzovaných vedeckých príspevkov). Bratislava: PEEM, p. 85-88.
- Chovanová E. (2011): Realizovanie pohybových aktivít 10–12 ročných detí východoslovenského regiónu. Ošetrovateľstvo a zdravie V. Pohyb a zdravie VIII (zborník vedeckých prác), Trenčín, 2011, p. 275-281.
- Łubkowska W.; Szark-Eckardt M.; Żukowska H.; Bendíková E.; Pavlovic R. (2015): Držanje tijela kod djevojčica uzrasta od 7-15 godina u odnosu na njihov indeks tjelesne mase = Body posture of girls aged 7-15 in relation to their Body Mass Index. Sportske Nauke i Zdravlje = [Sports Science and Health], 5(1), 5-15.
- Łubkowska W.; Zdeb T.; Mroczek B. (2015): Assessment of physiological spine curvature in girls who trained competitive swimming versus non-swimming girls. Family Medicine & Primary Care Review, 17(3), 189 - 192.
- Łubkowska W.; Mroczek B. (2017): Assessment of body posture of boys aged 7-15 in relation to the body mass index – BMI. Journal of Education, Health and Sport., 7(3), 371-380.
- Marko M. (2017): Pohybová aktivita ako prevencia zdravia u žiakov základnej školy = Physical activity as health prevention among primary school pupils. In Telesná výchova a šport v živote človeka: konferenčný recenzovaný zborník vedeckých prác, 1. vyd. - Zvolen: Vydavateľstvo Technickej univerzity, 2017, p. 159-173.
- Müller A. (2018): Health tourism in Hungary. In Sport science in motion : proceedings from the scientific conference=[Športová veda v pohybe: recenzovaný zborník vedeckých a odborných prác z konferencie]. Mozsásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról. Komárno, Szlovákia : Univerzita J. Selyeho, 2018, p. 8 - 15.

- Müller A.; Bácsné B. É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület, 2018, 96 p.
- Müller A.; Pfau Ch.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Borbély A.; Pető K. (2018): A gyógy-, wellness- és sportszolgáltatások fejlesztési lehetőségei a gyógyturizmusban egy hazai kutatás tükrében. *International Journal of Engineering and Management Sciences / Műszaki és menedzsment tudományi közlemények*, 3(4), 101-114.
- Novotná B. (2017): Športovo-rekreačná aktivita žiakov vybraných základných škôl stredoslovenského regiónu. In *Telesná výchova a šport v živote človeka : konferenčný recenzovaný zborník vedeckých prác*. Zvolen : Vydavateľstvo Technickej univerzity, 2017, p. 214-227.
- Novotná B.; Bendíková E. (2018): Pohybová aktivita u žiakov mladšieho školského veku s rôznou telesnou hmotnosťou=[Physical activity in pupils of younger school age with different body weights]. In *Telesná výchova a šport v živote človeka: konferenčný recenzovaný zborník vedeckých prác*, 1. vyd. - Zvolen: Vydavateľstvo Technickej univerzity, 2018, p. 7-18.
- Nowak M. (1997): Chosen aspects of healthrelated behaviour of women who retained physical fitness in the past. *Women and Sport. Proceedings of XIII. IAPESGW Congress, Gdansk, 1997*, p. 131-138.
- O'dea, J. (2014): Food, activity and sleep: Three major factors that interrelate to affect children's health and well being. *Nutridate*, 3(25), 2-5.
- Palascáková-Springrová I. (2012): Funkce – diagnostika – terapie hlbokého stabilizačného systému. 2. vydání. Čelákovice: REHASPRING, 2012, 67 p.
- Pate R.; O'neill J. (2008): The evolving definition of "sedentary". *Exercise & Sport Sciences Reviews*, 36(4), 173-178.
- Raistenskis J. et al. (2016): Physical activity and physical fitness in obese, overweight, and normal-weight children. *Tuskish Journal of Medical Sciences*, 46(2), 443-450.
- Rozim R. (2005): Monitoring pohybových aktivít žiakov 1. stupňa ZŠ. In *História, súčasnosť a perspektívy učiteľského vzdelávania*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta UMB, 2005, s. 389-392.
- Rozim R.; Marko M. (2015): Motivačné aktivity vo vyučovaní telesnej výchovy u študentov stredných škôl v Žilinskom regióne. In *Pohyb a kvalita života: zborník príspevkov z medzinárodnej konferencie*. KTVŠ PF UKF Nitra: EQUILIBRIA, s.r.o., p. 96-105.
- Szököl I. (2015a): Quality management system in educational process. In Gómez Chova, L., López Martínez, I., CandelTorres, I. (eds.): *8th International Conference of Education, Research and Innovation*. Seville (Spain) : IATED Academy, 2015, p. 7282-7285.
- Szököl I. (2015b): Modern elképzéések, szemléletmódok alkalmazása a tanításban. In Juhász, GY., Nagy, Á., Stredl, T., Tóth-Bakos, A. (eds.). *Inovácia a kreativita vo vzdelávaní a vede*. Komárno : UJS, 2015, p. 158-162.
- Talaghir L. et al. (2018): Development of speed manifestation forms during physical education classes at university. *Human. Sport. Medicine.*, 18(4), p. 95-102. DOI: 10.14529/hsm180414
- Tomková Š.; Palascáková-Springrová I. (2013): Kinesiotape a jeho vplyv na korekciu päty u adolescentov. In *Fyzioterapia, Regenerácia a Šport, recenzovaný zborník vedeckých prác*. Trenčín : TUAD, Fakulta zdravotníctva, p. 124 - 127.
- Wafa S. et al. (2016): Association between physical activity and health-related quality of life in children: a cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, (14), p. 71.
- WHO (2010): *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. World Health Organization (WHO). Geneva, Switzerland. WHO Press, 2010.

TESTÖSSZETÉTEL MÉRÉS LEHETŐSÉGE ALSÓ TAGOZATOS GYERMEKEK KÖRÉBEN KOMÁRNÓBAN

POSSIBLE BODY COMPOSITION MEASURING AMONG ELEMENTARY SCHOOL
STUDENTS IN KOMÁRNO

DOBAY BEÁTA egyetemi docens
J. Selye University, Faculty of Education

ABSTRACT

In the 21st century the physical activities are de-emphasized, several researches points out the effect on civilized illnesses connected to it. In our work we point out the body composition measurement possibilities for elementary school students, as this could help in prevention. We are calling attention to a simple used tool, which could be easily available for schools. In our research we are showing survey made with 1st grade elementary students in Komárno, Slovakia. Out of this number, this way we managed to measure n=90 (boy n=33, girl n=57). Methods: height measurement (stadiometer), weight, BMI, body fat and body muscle (OMRON BF511). On the basis of BMI 70% (n=63) of the schoolchildren belongs to healthy zone. 21% (n=19) needs improvement and 8,8% (n=8) needs increased improvement. In the case of body fat 45,1% (n=37) of the schoolchildren belongs to the healthy zone, 36.6% (n=30) needs improvement and 18,3% (n=15) needs increased improvement. In BMI and body fat percentage we found the biggest difference at healthy zone where in body fat percentage we got 24.9% (n=26) lower result than that of improvement needed where it is 15,5% (n=11), in increased improvement needed zone it is 9,5% (n=7). Even the obtained results show that regular body composition tests should be included even among junior section schoolchildren. The analysis of the information can help parents and teachers to detect the development of risk factors in children on time.

1. Bevezetés

A sport, a mozgás nem csak népegészségügyi, hanem nevelési kérdés is. Hozzájárul a személyiségjegyek változásához, amely pozitív irányt is vehet, s egyben a tanulási képességekre is hatással lehet (Vári et al., 2016). Ehhez szükségesek a jól felkészült testnevelő tanárok, akik elősegítik a tanulók szokásainak, egészséges önképének kialakulását és a gyengébb, túlsúlyos tanulók motiválását (Németh – Költő, 2010). Az alsó tagozatos testnevelésben Magyarországon a legfontosabb célok közé tartozik a játékos formában elsajátítandó szabályos mozgásvégrehajtásokig való eljutás. Fontos elem az örömteli mozgás tevékenység és a mozgáshoz való pozitív viszony kialakítása (<http://kerettanterv.ofi.hu>). Az alsó tagozat tanulmányok befejezésére a tanulónak tisztában kell lennie a fittségi állapotával és saját fejlődésének megítélésével. Ezt biztosítja Magyarországon a mindennapos testnevelés bevezetése és a hozzá kidolgozott mérési tesztek, melyek a gyermekek egészség központú és készségközpontú fittségére irányulnak (Kaj et al., 2014). A Szlovák Állami Oktatási Program a sport és testnevelés tantárgyon belül a fő irányelveket a következő képen fogalmazza meg – három fő részre osztva: egészség és egészséges életmód, testi adottság és mozgáskészség fejlesztés, sporttevékenység az életmódban (ŠVP). A tematikus egységen belül a cél az alapvető mozgás készségek elsajátítása, melyhez a természetes mozgások és a finom motorikus mozgások tartoznak. Szlovákiában heti két órában van a tanulóknak testnevelés oktatás, e mellett biztosított az iskolai klubokban sportjellegű tevékenységek választása. Ennek ellenére az utóbbi évtizedekben jelentősen nőtt az elhízott gyermekek száma. Szlovákiai adatok szerint a 6-7 éves gyermekek 28% (2015/2017, WHO 2018) Magyarországon ez az adat a következő

értékeket mutatja 26, 5% (2015/2017, WHO 2018). A probléma hátterében meghúzódik az inaktivitás, a kevés sportjellegű mozgástevékenység és e mellett a helytelen táplálkozási szokások. Természetesen ez a probléma sokkal összetettebb az elhízást befolyásoló tényezők közé számos más is tartozik, mint a környezet vagy a genetikai adottságok. Az elhízás a következő betegségek kockázatát növeli: szívinfarktus, agyvérzés, zsíryanycsere betegségek, 2- típusú cukorbetegség, mozgásszervi betegség, alvási zavarok, gerincferdülés. Egyre gyakoribb, hogy már ezen betegségek gyermekkorban fellelhetők: a 2- es típusú cukorbetegség, magas vérnyomás, cukor- vagy zsíryanycsere zavar, illetve rosszindulatú daganatok (Must – Tybor, 2005; Gaál – Rodé, 2013). Ezért az iskolai testnevelésnek fontos szerep jut a prevenció területén, miközben ez csak egy a sok lehetőség közül, ami hosszútávon segíthet a probléma megoldásában. A kisiskoláskorban a motoros próbákkal való ismerkedés fontos eleme, hogy játékos formában történjen (Kaj et al., 2014).

2. A kutatás célja

A felmérésünk célja bemutatni egy egyszerűen alkalmazható testösszetételt mérő eszköz alkalmazási lehetőségét az iskolai testnevelés oktatás keretén belül.

3. Anyag és módszer

- ❖ Külföldi és belföldi szakirodalom áttekintése
- ❖ Dokumentumelemzés
- ❖ testmagasság mérés (testmagasságot mérő - stadiométer),
- ❖ OMRON BF511 testösszetételt mérő eszköz alkalmazása, testtömeg (weight), testtömegindexet (BMI), testzsírszázalék (body fat) és vázizomszázalék (body muscle) mérése. n=90 (boy n=33, girl n=57), korosztály 6 év
- ❖ Excel program segítségével diagramok, táblázatok készítése és eredmények elemzése

4. Kutatás menete

A mérést Szlovákiában végeztük Komáromban (Komárno) városában. A város Dél-Szlovákiában helyezkedik el, 34 228 lakosú közepes nagyságú városnak számít az országban. Komárom város két általános iskolájának elsős tanulóinál végeztük 2018 októberében a felmérést. A mérésben 6 éves tanulók vettek részt az intézmény és a szülők beleegyezésével. Sajnos nem minden szülő egyezett bele a felmérésbe, 108 szülőt szólítottunk meg, ebből 90 járult hozzá a felméréshez.

A két iskolában a nemek szerinti eloszlás a következő képen alakult (1. táblázat). Az EÖ-az Eötvös utcai Magyar Tannyelvű Alapiskolát jelenti, a JA- a Jókai Mór Magyar Tannyelvű Alapiskolát jelenti. A mérésben kevesebb fiú vett részt 36,6%-ban.

1. táblázat. Nemek szerinti eloszlás (EÖ-Eötvös Utcai Alapiskola, JA-Jókai Mór Alapiskola)

	Összesen	EÖ	JA
Fiúk	33	17	16
Lányok	57	25	32

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A mérés alkalmazása előtt az mérőeszközt vízszintes, kemény talajra helyeztük. Némely adatot be kellett táplálnunk az eszköz kijelző részébe, hogy pontos mérést tudjunk végezni. Miután betápláltuk a tanuló testmagasságát, nemét és életkorát, mérőeszköz kijelzőjén 0,0 kg volt látható. Ezt követően a tanulók mezítláb, minden fémtárgytól mentesen felálltak a készülék

talpi szenzorjaira. A talpaiknak pontosan a szenzorokra kellett elhelyezkedniük. Erre már előtte felhívtuk a figyelmüket a tanulóknak. Míg az eszköz megállapította a testtömegét a tanulónak addig mi elkészítettük a mindkét kézzel megfogandó mobil funkcionális egységét, amit a testtömeg megállapítása után a gyermekek kezébe adtunk. A kart mellső középtartásban kellett tartaniuk mozdulatlanul. Ezt addig kell a tanulóknak végezniük, amíg az eszköz nem fejezi be az értékek meghatározását. A testtömeg után a testtömeg indexet majd a testsír-százalékot és végül a nyugalmi anyagcserét tudtuk lejegyezni az adatfelvételi lapra. Az eszköz mér még viszcerális zsírszintet is, de mivel a tanulók nem rendelkeztek kellő testtömeggel ahhoz, hogy a készülék meg tudja azt határozni, ezt az értéket nem jegyezhetük fel. Ha a tanulók mindent úgy végeztek, ahogy azt elmagyaráztuk mielőtt ráálltak volna a készülékre, akkor a mérés tanulónként nem tartott tovább 1 percnél. Viszont akadtak olyan esetek, hogy a mérőkészülék hibáüzenetet jelzett, a mérőeszköz használatánál különböző hiba lehetőségek is előfordulhatnak: nem elég a testsúlya a gyermeknek (nincs 20 kg), száraz a talpa (ez esetben bevizezzük a kisgyermek talpát), nem képes mellső középtartásban legalább 20 másodpercig mozdulatlanul tartani a megfogandó mobil funkcionális egységét, ezért a mérést az elejétől kellett kezdeni (Csányi, 2014).

5. Eredmények

A testmagasság és a testsúly eredményeinél, azt tapasztaltuk, hogy az átlag-, maximum- és minimum értékeknél a fiúk értékei voltak magasabbak, de ez természetes, mivel az átlag magasságuk is 2,7 cm –el magasabb mind a lányoké. Ennek ellenére a középérték a lányoknál lett magasabb 1,1kg-al (2. táblázat). A tanulók alapértékei a testtömegnél (n=90) 37,55kg±19,65kg, testmagasságnál 123cm±13cm. A Famosi - Gaál (2007a; b) mérési adatok alapján 1998/1999-ben mért adatoknál a fiúk átlag testtömege 20,92kg, míg a lányok esetében ez 20,89kg volt, ami 0,03kg kevesebb. A 2002-ben mért adatoknál átlagban a fiúk 22,13kg-ot értek el a lányoknál pedig 21,71 kg volt az átlag (Famosi – Gaál, 2007 a; b). Már itt látható, hogy 2018-ban mért adatoknál a testsúly esetében a fiúk átlagban 28,1 kg súlyúak voltak, amit összefüggésbe lehet hozni a magasság növekedésével, de a mozgásszegény életmóddal is (3. táblázat).

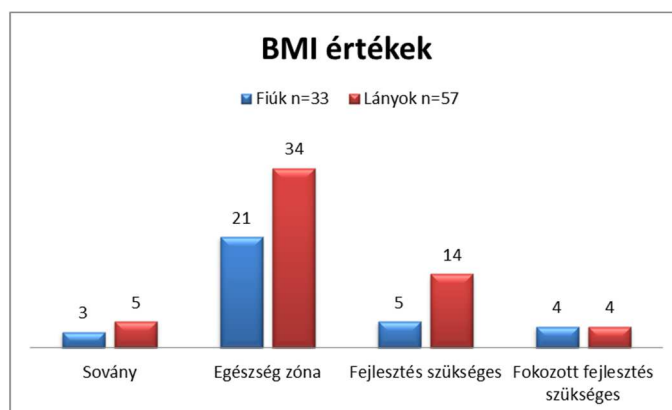
2. táblázat. A fiúk és a lányok testmagasságának eredményei

	Fiúk n=33	<i>Lányok n=57</i>	Fiúk n=33	<i>Lányok n=57</i>
átlag	125,7cm	<i>123 cm</i>	28,1 kg	<i>25,9 kg</i>
max	138 cm	<i>136 cm</i>	57,2 kg	<i>43,1 kg</i>
min	115 cm	<i>112 cm</i>	19,5 kg	<i>17,9 kg</i>
median	126cm	<i>123 cm</i>	25,7 kg	<i>26,8 kg</i>

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A két nem közötti különbség a BMI eredményeinél leginkább a fokozott fejlesztés kategóriában lányok 24,4%-uk esett, ez 9,4%-al több mint a fiúk esetében. A felmérés során a fiúk 64% a lányok 60% került az egészséges zónába. Ez részben jó eredmény, de felhívja a figyelmet, hogy a fiúknál 12%, a lányoknál 7%-a a tanulóknak fokozott fejlesztésre szorul. Ezen eredmények számszerűsítve az 1 ábrán látható.

1. ábra. BMI eredmények a mért tanulók esetében



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A testzsír esetében (BF) az egészség zónába a mért tanulók 42,2%-a (n=38) tartozott, fejlesztésre szükséges 33,3% (n=30) és fokozott fejlesztésre szükséges 16,6% (n=15). A mért tanulók esetében a Body Fat átlagban (n=90) 21,90% tett ki, minimum 8,2% maximum érték pedig 43,2% (3. táblázat). Míg a testtömegindex mérésénél az adatok 60%-a az egészségzónába esett, addig a testzsír esetében ez 42,2 %, itt láthatunk nagyobb különbséget a két mért érték között. A maximum érték nagyon magas, ezért ezt felhívhatja az oktató figyelmét, hogy ebben az esetben közösen a szülőkkel megoldást találjanak a gyermekek számára. Egyben meg kell találni a megfelelő megoldást.

3. táblázat. Testzsír százalékos értékei nemek szerint

Tetstzsír - Body Fat	Fiúk n=33	Lányok n=57
Egészség zóna	36,00%	45,6%
Fejlesztés szükséges	39,00%	30,0%
Fokozott fejlesztés szükséges	17,00%	15,7%
nem mért adat	8%	8,7%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

6. Következtetés

A bemutatásra kerülő testösszetételt mérő eszköz egyszerű alkalmazására hívjuk fel a figyelmet, ami segítséget nyújt nem csak a pedagógus (Szököl, 2017; Müller, 2017) és a tanuló számára. Olyan nevelési formákat indíthat el mely a tanulók érdeklődését is felkelthetik a saját egészségük irányába. Az Állami Oktatási Program keretén belül a sport és testnevelés tantárgy egyik fő irányelve az egészségre irányul ezen belül az: egészség és egészséges életmódra (Ihász, 2013; Bendíková, 2017), testi adottságra és mozgáskészség fejlesztésre (Bendíková, 2014; 2016). Ezen kívül hasznosak lehetnek az információk a szülők számára is (ŠVP, 2014). Mivel egy összetett dologról van szó, ezért fontos a szülők bevonása az eredmények értelmezéséhez, mert így Ők is jobban tudják megfigyelni a gyermekük testösszetételének változását. Az eredmények inspirálhatják az egészséges életmódra való nagyobb odafigyelést. Biztosítani tudják gyermekeik részére a több testmozgást, helyes étkezést, egészségügyi prevenciókat. Az eredmények jól mutatják, hogy a BMI és a Body Fat eredmények különbözőek, ezért fontos lenne, hogy már az általános iskolákban is beiktatnák a testösszetétel mérést. A mi esetünkben a BMI

mérés során az egészséges zónába 60%-a tartozott a tanulóknak, de a Body Fat a testzsír eredmények már nem ilyen biztatók, hisz itt már csak 41,1% -a tanulók tartoztak az egészség zónába.

7. Összefoglalás

A mérésünk során bemutattunk egy olyan egyszerűen alkalmazható eszközt a testtömegösszetétel mérésére, ami minden iskola számára elérhető. Az oktatásban az ilyen jellegű mérések értékelése segíti a pedagógus szakszerű oktatási tevékenységét (Szóköly – Horváth, 2016; Puskás, 2017). Ennek már Magyarországon van mintája, hisz már 2011/2012-es tanévtől fokozatosan bevezették a mindennapos testnevelést (Domokos, 2014) és ezzel együtt a NETFIT® méréseket (a felső tagozatos és középiskolások számára), melynek egy része a testösszetétel mérése (Nagy et al., 2018; Müller, 2018). Kutatásunk során fel szeretnénk hívni a figyelmet arra, hogy már az alsó tagozatos gyermekeknél érdemes oda figyelni a testösszetétel egyszerű, de informatív jellegű mérés alkalmazására egy könnyen alkalmazható OMRON BF511 mérőeszközzel. Megfigyelhető, hogy a sportolási szokások és a BMI között összefüggést tapasztaltak általános iskolások (Herpainé et al., 2017) és óvodás gyermekek (Müller et al., 2017) mintáján is. A sportoló gyerekek BMI indexe kedvezőbb, mint a nem sportoló társaiké, a kutatásunk esetében erre nem térünk ki, de a folytatásban szeretnénk a két felmérés összefüggéseit megfigyelni. Fontosnak tartjuk az említett méréseket, „miközben a kapott értékek a középpontban vagy a perifériában keletkeztek. Miközben a földrajzi problémákat átveti a társadalmi-pszichológiai alapokra.” (Šenkár, 2017). A mi esetünkben ez a tanulók testösszetételére vezethető vissza.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

51/2012. (XII.21.). számú EMMI rendelet a kerettantervek kiadásának és jogállásának rendjéről, 1. melléklet: Kerettanterv az általános iskola 1-4.évfolyam. számára, <http://kerettanterv.ofi.hu/index.html>, letöltve 2014.03.26. http://kerettanterv.ofi.hu/01_melleklet_1-4/index_alt_isk_also.html, Oktatáskutató és fejlesztő intézet (2019.02.03.)

Bendíková E. (2017): Theory of Health, Movement and Lifestyle of Human Beings, Publisher: University of Debrecen, ISBN 978-963-473-219-8, 42-55.p.

Bendíková E. (2014): Lifestyle, physical and sports education and health benefits of physical activity. In European researcher: international multidisciplinary journal, 2014,69 (2-2), pp.343-348

Bendíková E. (2016): Curricular Transformation of Education in the Field of Physical and Sport Education in Slovakia, European Journal of Contemporary Education, 18/4, pp.410-417.

Csányi T. (2014): Kézikönyv a Nemzeti egységes Tanulói fitsségi teszt (NETFIT) alkalmazásához. Budapest: Pátria Nyomda Zrt. 2014.,9- 105.o. ISBN: 978-963-08-8654-3

Domokos M. (2014): A testnevelés és sport tanításának módszertana, ISBN 978-963-306-366-8 http://www.jgypk.hu/tamop13e/tananyag_html/testnevtan/a_mindennapos_testnevels_bevezetse.html (2019.02.01.)

Farmosi, I.; Gaál, S. (2007a): Óvodások testi fejlettsége és motorikus teljesítménye, In. Az óvodai testnevelés alapjai –második bővített kiadás, Valuer Kft., Dunaszerdahely, ISBN 978-80-89234-25-7, 47-76.p.

Farmosi, I.; Gaál, S. (2007b): Óvodások kisiskolások testi és mozgásfejlődése, Dialóg Campus Kiadó, ISBN978 963 7296 88 8,21-35.p.

- Gaál A.; Rodé, M. (2013): Kövérség és rosszindulatú daganatok, Magyar Tudományos Akadémia folyóirata, ISBN: 978-6155207884, 802-810.p <http://www.matud.iif.hu/2013/07/05.htm> (2019.01.17.)
- Herpainé, L.J.; Simon, I. Á.; Nábrádi, Zs.; Müller, A. (2017): Családok sportolási szokásainak szocioökonómiai hátterére, *Képzés és Gyakorlat* 15: 4, pp.37-52. , 16 p.
- Ihász, F. (2013): Egészségmegőrzés, Prevenció, Terhelésélettani alapismeretek, Kiadó: Magyar Sporttudományi Társaság, ISBN 978-963-08-5981-3, 62-68.p.
- Kaj, M.; Csányi, T.; Karsai, I.; Marton, O. (2014): Kézikönyv a Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (NTFIT®) alkalmazásához, Kiadó: Magyar Diákспорт Szövetség, ISBN 978 963 08 8654 3, 14-20 p.
- Müller, A.; Bíró, M.; Boda, E.; Herpainé, L. J. (2017): Az óvodások testtömegének és sportolási szokásainak összefüggései egy egri kutatás tükrében, *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44 pp. 191-203., 13 p.
- Müller A (2018):Obesity and overweight in Hungary, focussing on among high school students.In: Elena, Bendíková (szerk.) *Physical Activity, Health and Prevention III. : International Scientific Conference:Conference Textbook*.Zilina, Szlovákia : IPV Institute of Education, IPV Inštitút priemyselnej výchovy, (2018) pp. 6-16. , 11 p.
- Müller A (2017):Role of the outdoor sports in the hungarian every-day P.E, recreation and tourism. *Slovak Journal of Sporsrt Science* 2 : 2 pp. on-line. , 6 p. (2017)
- Nagy, Zsuzsa ; Laoues-Czibalmos, Nóra ; Müller, Anetta (2018):A szocioökonómiai háttérváltozók szerepe a NETFIT mérésben. *Különleges Bánásmód* 4 : 4 pp. 33-44. , 12 p. (2018)
- Must A.; Tybor D.J. (2005): Physical activity and sedentary behavior: a review of longitudinal studies of weight and adiposity in youth. *International Journal of Obesity*. 29. 84-96p.
- Németh Á.; Költő A. (2010): Serdülőkorú fiatalok egészsége és életmódja 3: 26. Online http://www.ogyei.hu/anyagok/HBSC_2010.pdf (2019.01.21.)
- Puskás A. (2017): Assessing Young Learners in the ELT Classroom, The Challenges of Alternative Assessment, In: 20. Apáczai-napok Tudományos Konferencia. - Győr: Széchenyi István Egyetem, 2017. - ISBN 978-615-5391-97-2, P. 176-182.
- Šenkár P. (2017): The Cultural-Pedagogical Aspects of the Regional and the Global (Also Based on the Example of the Slovaks in Romania). In: *AD ALTA : Journal of Interdisciplinary Research*. 2017, volume 7, issue 2, pp. 191. ISSN 1804-7890.
- Štátny pedagogický ústav Telesná a športová výchova – pre primárne vzdelávanie – Štátny vzdelávacie program Slovenska, 2014 http://www.statpedu.sk/files/sk/svp/inovovany-statny-vzdelavaci-program/inovovany-svp-1.stupen-zs/zdravie-pohyb/telesna-sportova-vychova_pv_2014.pdf
- Szökö I. (2017): The Concepts of Evaluation in Relation to the Concepts of Education , In: *ICERI 2017: Conference Proceedings*. - ISBN 978-84-697-6957-7. - ISSN 2340-1095, 7517-7522.p.
- Szökö I.; Horváthová K. (2016): The dimensions of educational evaluation, In: *Képzés és Gyakorlat - Neveléstudományi folyóirat = Training & Practice - Journal of Educational Sciences*. - Évf. 14, n. 3-4, online, p. 247-256. <http://www.trainingandpractice.hu/?q=hu/issues/677778735> (2019.01.15.)
- Vári B.; Balázs K.; Györi F. (2016): Mindennapos testnevelésben résztvevő és nem résztvevő általános iskolások koordinációs képességeinek összehasonlító vizsgálata, In. *Sports Science Kaleidoscope, Studies and abstracts from the area of sports science research, László Ferenc Sporttudományi Kutatóműhely III.kötet*, ISBN 978 963 306 499 3, Szged 2016, 110-125.p.
- World Health Organisation (1998): Obesity-preventing and managing the global epidemic. Report of a WHOconsultation on obesity. WHO. Genf.
- World Health Organisation online (2017): <http://apps.who.int/gho/data/view.main.BMIPLUS1CREGv?lang=en> (2019.01.11.)

THE EFFECTS OF AQUATIC THERAPY ON THE MUSCULOSKELETAL REHABILITATION: A SYSTEMATIC REVIEW

WIOLETTA ŁUBKOWSKA **associate professor**

University of Szczecin, Faculty of Physical Education and Health Promotion

ABSTRACT

Introduction: The use of aquatic environment is an important method to improve rehabilitation of people with motor dysfunctions, but it remains an underestimated method.

Aim: The aim of this paper was to review the recent literature on the effects of aquatic therapy on the musculoskeletal system (MS).

Review Methods: A critical review of scientific literature published based on the PubMed medical database and PEDro physiotherapeutic database was conducted according to the PRISMA procedures. Many combinations of related keywords were used: aquatic therapy, aquatic exercise, hydrotherapy, rehabilitation, musculoskeletal system, musculoskeletal disorders, low back pain, osteoarthritis, rheumatoid arthritis, total hip replacement and total knee replacement. The following inclusion criteria were used: results obtained from studies on the use of hydrotherapy in rehabilitation of people with musculoskeletal disorders (MSDs). The population studied consisted of people with low back pain (LBP), osteoarthritis (OP), ankylosing spondylitis (AS), spondyloarthritis (SA), rheumatoid arthritis (RA), fibromyalgia, knee and hip osteoarthritis (KO, HO), total hip replacement (THR) and total knee replacement (TKR). The study covered the international publications from the last five years 2014-2018, with minimum number of the study participants of 10 people. The publications have been analysed in terms of their scientific reference and compliance with the principles of evidence-based medicine (EBM).

Results: The study identified 15 publications that met the search criteria, of which 10 randomized controlled trials were selected, with 532 patients. The results provided the evidence of positive effects of aquatic therapy in the rehabilitation of people with LBP and CLBP. Aquatic (water-based) exercise led to improvements in disease activity and functional ability, pain reduction and increased quality of life in people with ankylosing spondylitis (AS), spondyloarthritis (SA), and rheumatoid arthritis (RA). The benefits of aquatic therapy have also been reported in the treatment of fibromyalgia syndrome (FMS) symptoms. Compared to aquatic exercises, land exercises yielded better results in the treatment of osteoporosis (OA). There is limited evidence of the effectiveness of water exercises in the treatment of osteoarthritis of the knee and hip joints.

Conclusions: Based on better understanding of the scientific foundations, the use of hydrotherapy in the rehabilitation of people with musculoskeletal disorders should be popularized. Further research is needed to identify effective treatment methods and to understand the additional benefits of combining various aquatic interventions and to identify combinations of treatments and sequences which are most effective.

1. Introduction

Hydrotherapy, or aquatic therapy, is one of the oldest methods of physical therapy. It has been widely used as a basic or rehabilitation-supporting form of therapy in the treatment of medical problems (Becker, 2009).

It was as early as in the 4th century BC that Hippocrates recommended the use of water for therapies. Hydrotherapy was known in ancient China and Japan, whereas in Europe, it was

widely used in Roman baths. Forgotten in the Middle Ages, it was rediscovered in the 18th and 19th centuries (Zyzniewska-Banaszak et al., 2010). It was used by Hahn (1696-1773), Priessnitz (1799-1851), Oertel (1765-1850) or Rausse (1805-1848). Kneipp used their experiences to develop and systematize hydrotherapeutic procedures used at that time by doctors (Straburzyńska-Lupa et al., 2014).

The aim of aquatherapy is to improve function in the physical, emotional, cognitive and social spheres (Kerényi et al., 2009). This can be achieved due to specific conditions of the aquatic environment, which include: hydrostatic pressure, thermal factor, viscosity and density of water (Lubkowska et al., 2014). Physical, chemical, mechanical and thermal properties of the water environment, which are used in therapeutic, corrective and preventive interventions, offer favourable conditions for multidirectional effect on the human body. Due to the uniqueness of the aquatic environment, the following types of adaptation can be observed: thermal, hydrostatic, hydrodynamic, motor, functional, mental, orthostatic, sensory, sensomotor, environmental and information (Lubkowska - Szark-Eckardt, 2015).

Water pressure strengthens exhalation and increases muscle work due to higher water resistance. Diaphragm work and its flexibility improve. Stretching of the contracted expiratory muscles leads also to the increase in vital capacity of the lungs. Viscosity (internal friction of a fluid) increases buoyancy and positively stimulates receptors responsible for neuromuscular proprioception. The use of horizontal positions in therapy ensures increased regulation of the lymphatic system. Rehabilitation in water acts as lymphatic drainage - when water massages the body, the lymph circulates more efficiently while harmful metabolic wastes are removed faster from the body (Jajor et al., 2013). It was shown that Ai Chi, stretching, elongation and aquomanual therapy lead to the increase in the range of motion in joints (Oh et al., 2015; Skinner et al., 2016). Rhythmic, gentle sway in warm water combined with repeated body trunk rotation and mobilization of joints has a positive effect on limiting spasticity, and, consequently, it is possible to perform movements over a larger and painless range, which would be difficult to reproduce in a gymnasium (Pasek et al., 2009; Radzimińska et al., 2013; Ellapen et al., 2018).

The combined effect of hydrostatic pressure of water and buoyancy force reduces to a static work needed to maintain the body position to a minimum (the work of the antigravitational muscles is minimized), relieves joints and spine, reduces the tone of the whole muscle corset and improves blood supply to internal organs and muscles (Lubkowska et al., 2014).

In physiotherapeutic interventions, the thermal factor plays an exceptional role and is critical for the improvement. Rehabilitation in the aquatic environment, especially in warm water, allows for patient relaxation during the therapy. Warm water expands blood vessels, leading to reduction of blood pressure and accelerating heart function, and it also increases pulmonary ventilation. Cold water slows down and deepens the breath, increases sensory and motor excitation, improves appetite and urination, stimulates the secretion of noradrenaline, adrenaline and accelerates metabolic processes (Jajor et al., 2013). Water may be used therapeutically over a wide range of temperatures (Table 1).

Table 1. Immersion temperatures for rehabilitative issues

Suitable activities	Aquatic Temperatures				
	Cold [10°-15°C]	Cool [26°-29.5°C]	Neutral [33.5°-35.5°C]	Warm [36°-38.5°C]	Hot [37.5°-41°C]
Post-exercise recovery	X				
Contrast baths	X			X	X
Vigorous exercise		X			
Arthritis exercise			X		

Typical Aquatic Therapy			X		
Cardiac Rehab			X		
Multiple Sclerosis exercise		X			
SCI programs			X		
Parkinson's programming				X	
Relaxation				X	X

Source: Own editing based on Becker, 2009

The most common methods of rehabilitation include: The Hallwick concept (Sršen et al., 2012; Lubkowska et al., 2015), Bad Ragaz Ring Method (BRRM) (Nonn-Wasztan, 2012), Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) in water (Nonn-Wasztan, 2012), Watsu Method (Schitter et al., 2015), Water Dance (Underwater) (Nonn-Wasztan, 2012), corrective and compensatory exercises in water (Lubkowska et al., 2014; Lubkowska, 2015; Lubkowska - Szark-Eckardt, 2015). An additional form of rehabilitation is the competition of disabled people in sports swimming.

Water therapy is recommended for both healthy people in order to improve general immunity or to reduce stress, as well as for people suffering from numerous diseases. It accelerates the treatment process, improves the immune system, allows to find the internal balance, leading to a sense of calm and peace, a better attitude to life and improved concentration and memory (Jajor et al., 2013).

Some of the numerous advantages of hydrotherapy include increased immunity, improved metabolism, improved function of the heart and cardiovascular system, reduced stress or elimination of pain irritation already at the subthreshold stage. Therefore, the hydrotherapy is recommended for the treatment of:

- a) cardiovascular diseases
- b) respiratory diseases
- c) motor system diseases
- d) rheumatic diseases
- e) neurological diseases
- f) gastrointestinal diseases
- g) cancers
- h) mental illness and disorders
- i) limb paresis
- j) disability resulting from various types of accidents
- k) pregnancy problems
- l) musculoskeletal disorders
- m) overweight and obesity (Becker, 2009; Nonn-Wasztan, 2012).

Despite a number of benefits offered by the use of the aquatic environment, there are also some contraindications. These include: epilepsy, ulcers, skin rashes, allergies to chlorine and other pool water components, acute inflammatory conditions, circulatory and respiratory failures, febrile states, severe general health status and other conditions specified by a doctor (Lubkowska - Szark-Eckardt, 2015).

There are many reports both in the scientific and clinical literature to support the efficiency of aquatic therapy. There is an ongoing discussion on the benefits of hydrotherapy compared to land-based therapies in people with musculoskeletal disorders (MSDs).

The aim of the study was to review scientific studies on the evaluation of the effects of hydrotherapeutic interventions in patients with musculoskeletal disorders published in the international literature over the last 5 years.

2. Material and methods

A critical review of scientific literature published based on the PubMed medical database and PEDro physiotherapeutic database was conducted according to the PRISMA procedures. Many combinations of related keywords were used: aquatic therapy, aquatic exercise, hydrotherapy, rehabilitation, musculoskeletal system, musculoskeletal disorders, low back pain, osteoarthritis, rheumatoid arthritis, total hip replacement and total knee replacement. The following inclusion criteria were used: results obtained from studies on the use of hydrotherapy in rehabilitation of people with musculoskeletal disorders (MSDs). The target population consisted of people with low back pain (LBP), osteoarthritis (OP), rheumatoid arthritis (RA), ankylosing spondylitis (AS), fibromyalgia, total hip replacement (THR) and total knee replacement (TKR). The study covered the international publications from the last five years 2014-2018, with minimum number of the study participants of 10 people.

The guidelines and articles presenting the evidence published in peer-reviewed journals were presented, which have to be consistent with research principles and can be used as a basis for recommendations formulated in accordance with the guidelines of evidence-based medicine (EBM). The following degrees of recommendation were used to assess scientific credibility of the presented research papers: A - coherent first level research, B - permanent research of levels 2 or 3 or extrapolation studies (extrapolations concern situations where data were used in a potentially clinically different situations compared to the original research situation from level 1 research), C - level 4 studies or extrapolations from research of levels 2 or 3, D - evidence at level 5 or substantially inconsistent or inconclusive testing at no level (Guyatt et al., 2008). In order to obtain recommendations at the highest level, the review focused only on high-quality evidence of scientific reference, at level 1 to 3, such as randomised cohort studies or clinical control studies (both types with control groups).

The analysis excluded studies inconsistent with the subject, systematic reviews, meta-analyses and case studies, and those which did not clearly define the criterion for assessing the effectiveness.

3. Results and discussion

Evidence shows a paucity of randomized control trials (RCT) conducted in the treatment of musculoskeletal disorders. With the exclusion criteria, only 15 records were selected to be included in this commentary, of which 10 randomized controlled trials were selected, with 532 patients. This research met 100% of the search criteria. Four of the five studies which were excluded from the review did not use a control group. They concerned: a programme for community-dwelling elders with osteoarthritis of the knee (Lau et al., 2014), patient education and rehabilitation following hip arthroplasty (Musumeci et al., 2018), aquatic therapy effects on the treatment of pain, disability, quality of life, body composition and fitness in sedentary adults with chronic low back pain (Baena-Beato et al., 2014b) and assessment of the effect of water therapy based on the Ai Chi (Aquabalance) on improving the balance and reducing the risk of falls in the adult population (Skinner et al., 2016). The fifth of the excluded paper, concerning the effects of aquatic physical therapy on pain perception, functional capacity and quality of life in older people with knee osteoarthritis, was a preliminary study, without giving the number of participants (Alcalde et al., 2017).

All analysed papers were published between January 2014 and December 2018. A detailed analysis of the studies was performed, with consideration for the number of participants and description of the study groups, the design and the subject of the research, the type of interventions, duration of the therapy and documented effects. The analysed variables are presented in Table 2.

Among the studies included into the systematic review, the subgroups can be distinguished in the context of various dysfunctions and diseases of the musculoskeletal system (MSDs). The highest number of studies was found for the group of patients with low back pain (LBP) (Baena-Beato et al., 2014a; Keane, 2017; Irandoust - Taheri, 2015). Two studies concerned women with fibromyalgia syndrome (FMS) (Andrade et al., 2017; Rivas Neira et al., 2017). Single studies were found to analyse people with osteoporosis (OP) (Mrtezani et al., 2014), ankylosing spondylitis (AS) (Dundar et al., 2014), spondyloarthritis (Fernández García et al., 2015), rheumatoid arthritis (RA) (Siqueira et al., 2017), mild knee osteoarthritis (OA) (Waller et al., 2017).

The analysed publications on the effect of aquatic therapy on non-specific (LBP) and chronic low back pain (CLBP) used interesting water interventions such as: aquatic therapy, AquaStrech, and aquatic training. Strong evidence was found to support the opinions on the positive effects of aquatic therapy. All aquatic exercise programs significantly reduced pain, disability and kinesiophobia, and they led to the improvements in physical fitness and quality of life in people with low back pain. Particularly noteworthy is the new form of physical activity in water, termed AquaStretch, consisting in assisted stretching in water, which yields very good treatment effects (Keane, 2017). The results of the review showed that aquatic (water-based) exercise leads to an improvement in disease activity and functional ability, reduced pain and increased quality of life of people with ankylosing spondylitis (AS), spondyloarthritis, and rheumatoid arthritis (RA) (Dundar et al., 2014; Fernández García et al., 2015; Siqueira et al., 2017). The benefits of aquatic therapy have also been reported in the treatment of fibromyalgia syndrome (FMS) symptoms (Andrade et al., 2017).

Another study, conducted by Murtezani et al. (2014) concerned the effect of land exercises and water exercises on the physical function and bone mineral density in women with osteoporosis. The study demonstrated that land exercises produced better results compared to water exercises.

No studies have been published in the last 5 years to contain high quality research such as randomized control trials (RCT) on the effectiveness of aquatic exercises in the treatment of osteoarthritis of the knee and hip joints.

Table 2. Comparison of the analysed research results with characterization of the study groups, the design and the subject of research, type of interventions, duration of the therapy, and documented effects. Baena-Beato et al., 2014a; Keane, 2017; Irandoust and Taheri, 2015; Murtezani et al., 2014; Dundar et al., 2014; Fernández García et al., 2015; Siqueira et al., 2017; Waller et al., 2017; Andrade et al., 2017; Rivas Neira et al., 2017]

Authors (References)	Study group Research design	Intervention	Research subject	Results	Conclusions
Baena-Beato et al. (2014a)	n = 24 Aquatic Therapy (AT) nc = 25 Control sedentary adults with chronic back pain a controlled clinical trial	intensive aquatic therapy programme 5 t/week 2 months	pain disability quality of life body composition related fitness	After the intervention, the AT group significantly improved low back pain (-3.83 ± 0.35 mm on the visual analogue scale), disability (-12.7 ± 1.3 points for the Oswestry Disability Index) and the standardized physical component (10.3 ± 1.4 points for the Quality Short-Form Health Survey 36) of quality-of-life domains ($P < 0.001$), with no significant changes on the standardized mental component ($P = 0.114$). Compared to body composition and fitness, the AT group showed significant improvements (all P-values < 0.01).	A two-month intensive aquatic therapy programme of high-frequency (five times/ week) decreases levels of back pain and disability, increases quality of life, and improves body composition and health-related fitness in sedentary adults with chronic low back pain.
Keane (2017)	n = 10 Aqua Stretch (AS) n = 10 Land Based Stretching (LBS) n = 9 Control adults with chronic lower back pain (CLBP) a randomized controlled trial	AquaStretch, a form of assisted stretching in water 2 t/week/30 min 12 weeks	pain disability kinesiophobia	Statistical significance ($p < 0.05$) was observed in the AS group for pain reduction ($P = 0.006$), kinesiophobia ($P = 0.029$), and perceived disability ($P = 0.001$). Both techniques are suggested to be beneficial for CLBP patients. However AS has key additional benefits including time efficiency, cost effectiveness and the ability to be performed by qualified individuals other than physiotherapists. A reduction in pain following eight weeks of treatment using AS versus twelve weeks of land based	Future research is recommended to determine the duration of AquaStretch benefits, and to compare AquaStretch with land based physical therapy programmes for CLBP and to examine the potential reduction of medication required for chronic pain conditions for both its relative clinical effectiveness together with

				stretching results in potentially less treatment time needed and a possibility of the use of less medication.	potential health cost savings.
Irandoust and Taheri (2015)	n = 16 Aquatic Training (AT) n = 16 Control men, aged 65 or older with nonspecific low back pain (LBP) a randomized controlled trial	aquatic training 3 t/week/60 min 12 weeks	body mass index (BMI) percentage of body fat (PBF) waist-hip ratio (WHR) trunk muscle mass	The results suggested that all obesity variables including BMI, WHR, and PBF of the AT group were decreased significantly, while the trunk muscle mass of the AT group was increased significantly. Furthermore, low back pain was decreased in the participants after the intervention.	The water-based program improved LBP and body composition in the elderly men.
Murtezani et al. (2014)	n = 28 Aquatic Exercise (AE) n = 16 Land Exercise (LE) postmenopausal women aged 50-70 years with osteoporosis (OP) according to bone mineral density (BMD) measures a randomized controlled trial	aquatic exercise 3 t/week/55 min 10 months	bone mineral density (BMD) physical function: muscle strength flexibility balance gait time pain	After the exercise program, muscle strength, flexibility, gait time, pain, and bone density (p<0.001) improved significantly with LE compared to AE. There was no significant difference between the two groups with regard to balance at the 10-month follow-up.	Significant improvements in physical function and BMD suggested that LE is a possible alternative for postmenopausal women with OP.
Dundar et al. (2014)	n = 35 Aquatic (water-based) Exercise (AE) n = 34 Land Exercise (LE)	aquatic exercise program 5 t/week/45 min 12 weeks	pain disability spinal mobility quality of life general health disease activity	Significant improvements were observed for all parameters [pain score (VAS) visual analog scale, lumbar flexion/extension, modified Schober test, chest expansion, bath AS functional index, bath AS metrology index, bath AS disease activity	It is concluded that a water-based exercises produced better improvement in pain score and quality of life of the patients with AS

	adults with ankylosing spondylitis (AS) a randomized prospective controlled trial		social functioning	index, and short form-36 (SF-36)] in both groups after treatment at week 4 and week 12 ($p < 0.05$). Comparison of the percentage changes of parameters both at week 4 and week 12 relative to pretreatment values showed that improvement in VAS ($p < 0.001$) and bodily pain ($p < 0.001$), general health ($p < 0.001$), vitality ($p < 0.001$), social functioning ($p < 0.001$), role limitations due to emotional problems ($p < 0.001$), and general mental health ($p < 0.001$) subparts of SF-36 were better in AE group.	compared with home-based exercise
Fernández García et al. (2015)	n = 15 Aquatic Fitness (AF) n = 15 Control adults with spondyloarthritis a randomized controlled trial	aquatic fitness plus relaxation program 3 t/week 2 months	Bath Ankylosing Spondylitis Functional Index Bath Ankylosing Spondylitis Disease Activity Index health Heart Rate Monitor	The Mann-Whitney test showed statistically significant differences in the quality of life (physical function [$P=.05$]), Bath Ankylosing Spondylitis Functional Index ($P=.015$), Bath Ankylosing Spondylitis Disease Activity Index (fatigue [$P=.032$], neck pain, back and hips [$P=.045$], pain or swelling in other joints [$P=.032$] and in waking morning stiffness [$P=.019$]).	The results of the present study suggest that therapy with AF plus relaxation provides benefits to spondyloarthritis patients and these are advised as a part of their usual treatment.
Siqueira et al. (2017)	n = 33 Water-Based (WB) n = 33 Land-Based (LB) n = 34 Control women with rheumatoid arthritis (RA)	water-based 16 weeks	muscle strength (MS) disease activity (DAS-28) functional ability health body composition	Of the 133 patients recruited, 100 were randomized and 82 completed the study. In the first evaluation, the 3 groups were matched for age, body composition, functional capacity, MS, and concomitant medications. After 16 weeks, there were no significant changes of knee MS neither body composition among the groups. However, there was a significant improvement in disease activity and	Aquatic exercises provided significant improvements in disease activity, pain, and functional capacity.

	a randomized, blinded, prospective controlled trial			functional ability in the WB after 8 and 16 weeks.	
Waller et al. (2017)	n = 43 Aquatic Training (AT) n = 44 Control post-menopausal women with mild knee osteoarthritis (OA) a randomized, prospective controlled clinical trial	aquatic training 3 t/week 4 months	body composition walking speed over 2 km knee injury osteoarthritis outcome score (KOOS) leisure time physical activity (LTPA)	After the 4-month intervention, there was a significant decrease (P = 0.002) in fat mass (mean change: -1.17 kg; 95% CI: -2.00 to -0.43) and increase (P = 0.002) in walking speed (0.052 m/s; 95% CI: 0.018 to 0.086) in favour of the AT group. Body composition returned to baseline after 12-months. In contrast, increased walking speed was maintained (0.046 m/s; 95% CI 0.006 to 0.086, P = 0.032). No change was seen in lean mass or KOOS. Daily LTPA over the 16-months had a significant effect (P = 0.007) on fat mass loss (f ² = 0.05) but no effect on walking speed was also observed.	High intensity aquatic resistance training decreases fat mass and improves walking speed in post-menopausal women with mild knee OA. Only the improvements in walking speed were maintained at 12-months follow-up. Higher levels of LTPA were associated with fat mass loss.
Andrade et al. (2017)	n = 27 Aquatic Physical Training (APT) n = 27 Control women with fibromyalgia syndrome (FMS) a randomized, controlled trial	aquatic physical training 2 t/week 16 weeks	body composition total body mass (TBM) lean body mass (LBM) cardiopulmonary exercise test (CPET) oxygen uptake (VO ₂) oxygen consumption at ventilatory anaerobic threshold (VAT)	After APT, body composition was not significantly different between groups (APT and CG). In VAT, only APT showed increased VO ₂ related to LBM, since in peak CPET, VO ₂ in absolute units, VO ₂ related to total body mass (TBM), VO ₂ related to LBM and power showed significant differences. Significant differences were found between VO ₂ related to TBM and VO ₂ related to baseline LBM and after 16 weeks of follow-up, both in VAT as in peak CPET in both groups. Significant difference between VO ₂ related to TBM and VO ₂ related to LBM at VAT and at peak CPET	Aquatic physical training (APT) with standardized intensities did not cause significant changes in body composition, but was effective in promoting increased VO ₂ at peak CPET in women with FMS. However, VO ₂ related to LBM more accurately reflected changes in aerobic functional capacity at VAT level after to APT.

				in both groups at baseline and after 16 weeks of follow-up was also observed.	
Rivas Neira et al. (2017)	n = 20 Aquatic Therapy (AT) n = 20 Land-based Therapy women with fibromyalgia syndrome (FMS) a randomized, blinded, prospective controlled trial	Both interventions included 60-min therapy sessions, structured into 4 sections: Warm-up, Proprioceptive Exercises, Stretching and Relaxation 3 t/week/60 min 3 months	pain (intensity and threshold) balance (static and dynamic) functional balance quality of life quality of sleep fatigue self-confidence in balance physical ability	This is a preliminary study with a detailed description of physiotherapeutic procedures of the treatment of fibromyalgia syndrome (FMS). Outcome measures will be evaluated at baseline, at the end of the 3-month intervention period, and 6-weeks post-treatment. This study protocol details two physiotherapy interventions in women with fibromyalgia to improve balance and decrease pain: aquatic therapy and land-based therapy.	In current literature, there is a lack of methodological rigour and a limited number of studies that describe physiotherapy protocols to manage fibromyalgia symptoms. High-quality scientific studies are required to highlight physiotherapy as one of the most recommended treatment options for this syndrome.

Health-oriented physical education is one of the most significant issues of the modern society at the beginning of the millennium (Nagy et. al., 2017; Herpainé et. al. 2018). Human health is also connected with the musculoskeletal system, the functional disorders of which have become negative syndromes or lifestyle diseases of the modern age (Bendíková, 2018a; 2018b; 2018c; 2019).

4. Conclusion

This study summarizes evidence of a systematic review of the effectiveness of aquatic exercises in the rehabilitation of musculoskeletal disorders. Therapeutic recommendations include various types of water interventions. Current scientific evidence on the effectiveness of non-pharmacological treatment methods, confirmed by high quality scientific research, is conducive to the development and improvement of rehabilitation methods. The new evidence supports previous findings concerning the efficacy of aquatic therapy in the treatment of non-specific (LBP) and chronic (CLBP) low back pain. Based on the review of studies, the evidence confirming high efficacy in the treatment of people with ankylosing spondylitis (AS), spondyloarthritis (SA) and rheumatoid arthritis (RA) was found. The benefits of aquatic therapy have also been reported in the treatment of fibromyalgia syndrome (FMS) symptoms. In the case of the treatment of osteoporosis (OA), better results were achieved by land-based exercises compared to aquatic exercises. There is limited evidence of the effectiveness of water exercises in the treatment of osteoarthritis of the knee and hip joints.

Nevertheless, the studies reviewed in this paper have certain limitations. Further research is needed to identify effective treatment methods and to understand the additional benefits of combining various aquatic interventions and to identify the combinations of treatments and sequences which are most effective. Health education programmes are conducive to the achievement of better results in the treatment of musculoskeletal disorders and can be important in preventing the development of persistent and high intensity pain.

REFERENCES

- Alcalde, G.E., Fonseca, A.C., Bôscua, T.F., Gonçalves, M.R., Bernardo, G.C. (2017): Effect of aquatic physical therapy on pain perception, functional capacity and quality of life in older people with knee osteoarthritis: study protocol for a randomized controlled trial. In: *Trials* 18(1), p. 317. doi: 10.1186/s13063-017-2061-x.
- Andrade, C.P., Zamunér, A.R., Forti, M., França, T.F., Tamburús, N.Y. (2017): Oxygen uptake and body composition after aquatic physical training in women with fibromyalgia: a randomized controlled trial. In: *Eur J Phys Rehabil Med.* 53(5), p. 751-758. doi: 10.23736/S1973-9087.17.04543-9.
- Baena-Beato P.Á.; Artero E.G.; Arroyo-Morales M.; Robles-Fuentes A., Gatto-Cardia M.C., et al. (2014a): Aquatic therapy improves pain, disability, quality of life, body composition and fitness in sedentary adults with chronic low back pain. A controlled clinical trial. In: *Clin Rehabil.* 28(4), p. 350-60. doi: 10.1177/0269215513504943.
- Baena-Beato P.Á., Delgado-Fernández M., Artero E.G., Robles-Fuentes A., Gatto-Cardia M.C., et al. (2014b): Disability predictors in chronic low back pain after aquatic exercise.
- Becker B.E. (2009): Aquatic therapy: scientific foundations and clinical rehabilitation applications. In: *Physical Medicine And Rehabilitation (PM&R)* 1(9), p. 859-872. doi: 10.1016/j.pmrj.2009.05.017.
- Bendíková Elena; Marko M.; Müller Anetta; Bácsné Bába Éva (2018a): Effect of Applied Health-oriented Exercises in Physical and Sport Education on Musculoskeletal System on Female Students. In: *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae.* 58(2), p. 84-96.

- Bendíková Elena; Marko M., Šmída L. (2018b): Influence of Change in Content of Physical and Sport Education as Case Study on Level of Dynamic Function of Spine among Secondary School Female Students. In: *European Journal of Contemporary Education*. 7(4), p. 633-641.
- Bendíková Elena; Palascaková Špringrová I., Tomková S.; Vagner (2018c): Effects of an exercise program on the dynamic function of the spine in female students in secondary school. In: *J Phys Educ Sport*. 18(2), p. 831-839.
- Bendíková Elena; Marko M.; Rozim R.; Martinsky L. (2019): Effect of 4-Week Physical Program on Musculoskeletal System in Adolescent Sport Class Students with Focus on Ice Hockey In: *Physical Activity Review*. 7(1), p. 63-70.
- Dundar U.; Solak O.; Toktas H.; Demirdal U.S.; Subasi V., et al. (2014): Effect of aquatic exercise on ankylosing spondylitis: a randomized controlled trial. In: *Rheumatol Int*. 34(11), p. 1505-1511. doi: 10.1007/s00296-014-2980-8.
- Ellapen T.J.; Hammill H.V.; Swanepoel M.; Strydom G.L. (2018): The benefits of hydrotherapy to patients with spinal cord injuries. In: *Afr J Disabil*. 7(0), p. 450. doi: 10.4102/ajod.v7i0.450.
- Fernández García R.; Sánchez Sánchez LDE, C.; López Rodríguez MDEL, M.; Sánchez Ggrandos, G. (2015): [Effects of an exercise and relaxation aquatic program in patients with spondyloarthritis: A randomized trial]. In: *Med Clin (Barc)*. 145(9), p. 380-384. doi: 10.1016/j.medcli.2014.10.015. [Article in Spanish].
- Guyat G.H.; Oxman A.D.; Vist G.E.; Kunz R.; Falc-Ytter Y., et al. (2008): GRADE: an emerging consensus on rating quality of evidence and strength of recommendation. In: *BMJ* 336(7650), p. 924-926. doi: 10.1136/bmj.39489.470347.AD. In: *Am J Phys Med Rehabil*. 93(7), p. 615-23. doi: 10.1097/phm.000000000000123.
- Irandoost K.; Taheri M. (2015): The effects of aquatic exercise on body composition and nonspecific low back pain in elderly males. In: *J Phys Ther Sci*. 27(2), p. 433-435. doi: 10.1589/jpts.27.433.
- Herpainé L. J.; Bácsné Bába Éva; Nagy Zsuzsanna; Müller Anetta (2018): Tantervi lehetőségek a tájékozódás és a turisztika oktatásában. *Képzés és Gyakorlat: Training and Practice* 16 : 1 pp. 73-82. , 10 p.
- Jajor J.; Nonn-Wasztan S.; Rostkowsa E.; Samborski W. (2013): Specifics of movement rehabilitation in the elderly. In: *Now Lek*. 82(1), p. 89-96. [Article in Polish].
- Kerényi E.; Müller Anetta; Szabó R.; Mosonyi A. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal and Experiences bath according the guest's satisfaction In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország* (2009) pp. 56-67. , 12 p.
- Lau M.C.; Lam J.K.; Siu E.; Fung C.S.; Li K.T.; Lam M.W. (2014): Physiotherapist-designed aquatic exercise programme for community-dwelling elders with osteoarthritis of the knee: a Hong Kong pilot study. In: *Hong Kong Med J*. 20(1), p. 16-23. doi: 10.12809/hkmj133931.
- Lubkowska Wioletta (2015): The concept of treatment of scoliosis employing asymmetrical aquatic exercises. In: *Cent Eur J Sport Sci Med*. 9(1), p. 55-64.
- Lubkowska Wioletta; Paczynska-Jedrycka M.; Eider J. (2014): The significance of swimming and corrective exercises in water in the treatment of postural deficits and scoliosis. In: *Cent Eur J Sport Sci Med*. 6(2), p. 93-101.
- Lubkowska Wioletta; Szark-Eckardt M. (2015): Korygowanie postawy ciała poprzez pływanie i ćwiczenia w wodzie. *Bydgoszcz: Wydawnictwo Centrum Promocji i Reklamy Remedia*.
- Lubkowska Wioletta; Szark-Eckardt M.; Żukowska H. (2015): The application of the Halliwick concept in therapeutic and corrective swimming. [In:] eds. T. Louková B.; Hátlová & M. Adámková Ségard, *Psychomotor Therapy and Physical Self-Concept, Usti nad Labem, Czech: University of J.E. Purkyně in Usti nad Labem*, p. 109-118.
- Murtezani A.; Nevzati A.; Ibraimi Z.; Sllamniku S.; Meka V.S.; Abazi N. (2014): The effect of land versus aquatic exercise program on bone mineral density and physical function in postmenopausal

- women with osteoporosis: a randomized controlled trial. In: *Ortop Traumatol Rehabil.* 16(3), p.319-325. doi: 10.5604/15093492.1112533.
- Musumeci A.; Pranovi G.; Masiero S. (2018): Patient education and rehabilitation after hip arthroplasty in an Italian spa center: a pilot study on its feasibility. In: *Int J Biometeorol.* 62(8), p. 1489-1496. doi: 10.1007/s00484-018-1548-9.
- Nonn-Wasztan S. (2012): Male And Female Health In The View Of Water Rehabilitation Methods. In: *Now Lek.* 4(81), p. 404-411. [Article in Polish].
- Nagy Zsuzsanna; Müller Anetta; Bíró Melinda; Boda Eszter; Boros-Bálint J. (2017): Study of the Basketball and Volleyball Thematic Unit Based on the Student s' Performance. *Studia Universitatis Babes-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae* 62 : 1 pp. 29-41. , 13 p.
- Oh S.; Yeom J.W.; Kim M.; Lee M.; Yoon B.C. (2015): Aquomannual therapy program development for workers with chronic musculoskeletal disorders. In: *J Yoga Phys Ther.* 5:4. doi: 10.4172/2157-7595.1000212.
- Pasek J.; Wolynska-Ślezynska A.; Ślezynski J.; Pasek T.; Witiuk-Misztalska et al. (2009): Significance of corrective swimming and water exercises in physiotherapy. In: *Physiotherapy* 17(1), 53-59.
- Radtiminska A.; Kos A.; Bulatowicz I.; Struensee M.; Jankowiak-Maciejewska et al. (2013): Swimming as a Form of Active Rehabilitation for Patients with Spinal Cord Injury at the C7 Level. In: *J Health Sci.* 3(11), p. 233-242.
- Rivas Neira S.; Pasqual Marques A.; Pegito Pérez I.; Fernández Cervantes R.; Vivas Costa J. (2017): Effectiveness of Aquatic Therapy vs Land-based Therapy for Balance and Pain in Women with Fibromyalgia: a study protocol for a randomised controlled trial. In: *BMC Musculoskelet Disord.* 18(1), p. 22. doi: 10.1186/s12891-016-1364-5.
- Schitter A.M.; Nedeljkovic M.; Baur H.; Fleckenstein J.; Raio L. (2015): Effects of passive hydrotherapy WATSU (Water Shiatsu) in the third trimester of pregnancy: Results of a controlled pilot study. In: *Evid Based Complement Alternat Med.* Article ID 437650. doi: 10.1155/2015/437650.
- Siqueira U.S.; Orsini Valente L.G.; De Mello M.T.; Szejnfeld V.L.; Pinheiro M.M. Effectiveness of Aquatic Exercises in Women With Rheumatoid Arthritis: A Randomized, Controlled, 16-Week Intervention-The HydRA Trial. In: *Am J Phys Med Rehabil.* 96(3), p. 167-175. doi: 10.1097/PHM.0000000000000564.
- Srsen K.G.; Vidmar G.; Pikl M.; Vreca R I.; Burja C. et al. (2012): Content validity and inter-rater reliability of the Halliwick-concept-based instrument 'Swimming with Independent Measure'. In: *Int J Rehabil Res.* 35, p. 116-123.
- Straburzynska-Lupa A.; Dziedzic S.; Straburzynski G. (2014): Evolution of hydrotherapy in XIX and XX century by Vinzenz Priessnitz, Sebastian Kneipp, Wilhelm Winternitz In: *Acta Balneol.* LVI, 1(135), p. 51-55. [Article in Polish].
- Waller B.; Munukka M.; Rantalainen T.; Lammentausta E.; Nieminen MT. (2017): Effects of high intensity resistance aquatic training on body composition and walking speed in women with mild knee osteoarthritis: a 4-month RCT with 12-month follow-up. In: *Osteoarthritis Cartilage.* 25(8), p. 1238-1246. doi: 10.1016/j.joca.2017.02.800.
- Zyzniewska-Banaszak E.; Mosiejczuk H.; Cichocki P. (2010): Physiotherapy and biological regeneration: for everyone? In: *Ann Acad Med Stetin.* 56(3), p. 113-120. [Article in Polish].

RELATIONSHIP BETWEEN LOW BACK PAIN AND URINARY INCONTINENCE

PhDr. INGRID PALAŠČÁKOVÁ ŠPRINGROVÁ Ph.D.

ACT centrum s.r.o., postgraduate education centre, establishment accredited by the Ministry of Health of the Czech Republic

ABSTRACT

Urinary incontinence is one of the most common symptoms occurring in patients with low back pain. The aim of this study was to prove urinary leak in female patients with low back pain with and without nerve root symptomatology. The research participants were women attending the Rehabilitation and Physiotherapy Outpatient Department in Ostrava Municipal Hospital p.o. and external patients recommended by relevant neurologists. The research was carried out with two groups of women with low back pain syndrome (LBP). Total number of participants was sixty with an average age of 50.05 ± 7.37 . Every group included thirty patients. The data was obtained from anamnestic history, questionnaires, kinesiology examination and from trans-abdominal ultrasound scanning. The R-project statistical software was used for statistical processing. The significance level of 0.5 showed that women from the group A with nerve root irritation reached a statistically more significant score in the ICIQ-SF questionnaire in comparison with women from the group B without nerve root irritation. Twenty-nine (48.33%) out of total sixty patients reported incontinence difficulties in the ICIQ-SF questionnaire. Seventeen of them (56.66%) were from the group A and twelve (40%) from the group B. The results support the assumption of a link between functioning of pelvic floor muscles (PFM) and low back pain (LBP) and they indicate that there are differences between the patients with and without nerve root symptomatology.

1. Introduction

Up to 60% of female population meet with low back pain during their life (Paleček – Lipina, 2004). Prevalence of LBP is closely connected to the factors comprising overall ageing of the population, developing obesity, low physical activity and sedentary lifestyle (Vrba, 2012). One of the classifications of back pain is division into specific and non-specific pain. In terms of cause low back pain is classified as specific pain of lumbar spine, i.e. pain characterised by identifiable progressive pathology with possible impairment of neural structures, such as spinal disc herniation, spondylolisthesis, spinal stenosis, fractures, primary and secondary tumours, infectious and inflammatory diseases. This specific cause of low back pain occurs in ca 15% of patients. The remaining 85% are causes without specific anatomic or neurophysiological disorders, thus designated as non-specific low back pain (Vrba, 2008). Pelvic floor muscles present a multilayer complex which is part of the deep stabilization system (Sapsford et al., 2008). By means of electromyographic observation the study of Sapsford et al. (2001) investigated activity of pelvic floor and abdominal muscles during voluntary contraction. The results of the study match and they show cooperation of pelvic floor muscles and abdominal muscles, particularly transverse abdominal muscle and abdominal oblique muscles. Involvement of rectus abdominis muscle was minimal. No visual behavioural response of a patient's body occurs during sub-maximal contraction of pelvic floor muscles contraction. However, maximum contraction of pelvic floor muscle co-contracts with transverse abdominal muscle and slight activity of lower part of a patient's abdomen can be observed. Pelvic floor muscle dysfunction is simultaneously

impacted by various symptoms, particularly urinary incontinence. In order to study a link between pelvic floor muscles and symptoms the PERFECT SMR questionnaires (developed by Rehaspring centre) were used for assessment of effectiveness of conservative therapy and the ICIQ-SF questionnaires were used for assessment of effectiveness of conservative therapy within physiotherapy. The subjects of the study were female patients of Rehaspring centre (Palaščáková Špringrová I., 2015). Swedish physiotherapists specializing in patients with low back pain have been observing and discussing an empirical link between low back pain and urinary incontinence. The study of Eliasson et al. set a goal to check this link. Two hundred women aged 17 – 45 attending physiotherapy due to low back pain were included in the study. The women were given a questionnaire aimed at finding out difficulties concerning urinary leak. The results were surprising: 78% of women surveyed confirmed urinary incontinence. 73% of them suffered from occasional urinary leak, 23% experienced urinary leak several times per day and 4% reported frequent urinary leak. 32% of women felt limited by urinary incontinence in their daily life and 45% suffered also from mental problems. The research clearly points to a link between low back pain and dysfunction of pelvic floor muscles (Eliasson et al., 2008). Arab et al. (2010) conducted a study including 40 women who were divided into two groups of twenty. The main inclusion criterion was presence or absence of low back pain. The pelvic floor function was measured by transabdominal ultrasound (TAUS) with a probe placed above symphysis and lift of the bladder base after activation of pelvic floor muscles was observed and measured. The obtained data shows that patients with low back pain have significantly lower lift (thus activation of pelvic floor muscles) than the control group of women without low back pain. Also other studies have proved a link between LBP and genitourinary dysfunction, such as urinary incontinence (Filkenstein, 2002; Pool et al., 2005; Smith et al., 2006). Treatment of patients with low back pain should include pelvic floor muscle therapy by means of various concepts including e.g. exercises of an American gynaecologist Arnold Kegel. His recommended exercises consist in several subsequent quick contractions of pelvic floor muscles (PFM) during which the intensity of contraction and the effectiveness of exercises is checked by a finger put in the vagina. Plevnik dealt with the use of vaginal weights in order to stimulate pelvic floor muscles as well. His set of exercise aids included 9 vaginal weights in a range between twenty and one hundred grams. The weights were inserted into the vagina where they induced both passive (reflective) and active contraction of PFM. The exercises were carried out twice a day during 15-30 minutes while patients were doing activities of daily living (Krhut et al., 2015). If PFM activation is not correct, the weights are expelled. In the current practice the weights of twenty, thirty-five and fifty grams are used most frequently (Palaščáková Špringrová, 2012). The author himself reports 84% success rate of this type of exercises and strengthening of pelvic floor muscles (Kegel, 1948). The Rehaspring concept combines the analytical method of dr. Arnold Kegel and functional training of pelvic floor muscles in global samples. Pelvic floor muscles can be activated by means of methods based on neurophysiological ground, e.g. the Brunkow method and the Acral Coactivation Therapy. Another important component of a rehabilitation programme is inclusion of pelvic floor muscle activation in activities of daily living in all postural positions (Palaščáková Špringrová, 2012). Also this concept empathizes initial examination including gynaecological anamnesis (i.e. parity, childbirth process, using contraceptives) and filling out the ICIQ-SF questionnaire concerning urinary incontinence and targeted examination of pelvic floor muscles based on PERFECT SMR scale. Besides palpation the patients are examined also by ultrasound. At this point education and biofeedback can start – placement of pelvic floor muscles and their function are displayed to a patient on the monitor. Palpation and ultrasound examination is carried out not only in the supine position but also in the sitting and standing position (Palaščáková Špringrová, 2014).

Treatment of pelvic floor muscles is recommended on the basis of initial examination. Assessment of pelvic floor muscle function as well as subsequent treatment of urinary incontinence can be carried out also by ultrasonography (Palačáková Špringrová – Chmelová, 2016).

2. Aim

Finding out whether a link between urinary incontinence and low back pain exists in patients with nerve root symptomatology in comparison with patients without nerve root symptomatology.

3. Material & Methods

The group of research participants consisted of patients attending the Rehabilitation and Physiotherapy Outpatient Department in Ostrava Municipal Hospital p.o. and external patients recommended by relevant neurologists. The inclusion criteria for patient selection included women aged 35-65 with low back pain lasting for more than six months. Women after low back surgery as well as women with systemic, autoimmune and neurological illnesses (e.g. women after the stroke, women suffering from Parkinson's disease, multiple sclerosis, morbus Bechterew, rheumatoid arthritis, etc.) were excluded. The practical part of the research started in September 2016 and finished in January 2017. Sixty women aged 50.05 ± 7.37 were included in the study after being familiarized with the aims, the process and the length of examination, after signing informed consent and after providing consent to the provision of anonymous data. All involved participants joined the study voluntarily. The group A consisted of thirty patients with a diagnosis of specific dorsalgia with radiation to the lower extremity manifested by significantly positive tension manoeuvre during examination. The average age was 50.97 ± 6.40 . The group B consisted of thirty women with non-specific dorsalgia without nerve root symptoms in the period of examination. The average age was 49.13 ± 8.13 .

Table 1: Primary characteristics of the participants (n=60)

Factors/Gender	Group A	Group B
Age	50.97 ± 6.40	49.13 ± 8.13
Weight	73.23 ± 13.43	68.53 ± 10.87
Height	1.66 ± 0.06	1.66 ± 0.05
BMI	26.498 ± 4.55	24.824 ± 3.61

Explanatory notes: BMI = Body Mass Index

Source: Own editing, 2019

The questionnaire was focused on obtaining information concerning urinary incontinence as one of the symptoms of pelvic floor dysfunction. A short version of a standardized validated questionnaire ICIQ (ICIQ-SF) was used. According to the directives of the European Association of Urology this questionnaire is recommended for examination of patients with urinary incontinence. The patients filled out the questionnaires after signing informed consent and after providing anamnesis.

The ICIQ-SF validated questionnaire presents a beneficial compromise between scientific claims and practical use, so that is why the European Association of Urology recommends it for examination of patients suffering from urinary incontinence (Thuroff et al., 2008). We chose statistical methods for comparing two independent groups. Since prerequisites for normal distribution of input data were not met, we used the one-tailed Mann-Whitney-Wilcoxon test, which is a nonparametric test of the sum of value order in each group independently. The resulting value is compared with a tabulated critical value at a predetermined significance level. The outcome of the Wilcoxon test is W and p value. The W value presents a minimum sum of

two compared groups and the p value presents significance of the pursued difference between the groups. The outcome includes also 95% confidential interval for the resulting value of the difference of order between the groups. In the presented case we used the test for comparing the average score in the ICIQ-SF questionnaire in women with low back pain with and without nerve root symptomatology. The statistical significance of the test results was assessed standardly at the significance level of 0.5, i.e. if $p < 0.05$, the found difference between the compared measurements is considered as statistically significant.

4. Results & Discussion

The subjective ICIQ-SF questionnaire assesses the rate of urinary leak and its impact on quality of life. The examined patients answered the questions concerning frequency and amount of leaked urine, next impact of urinary leak on their daily life and finally they chose among situations when urinary leak occurred. The answers are recorded in Table 2.

Table 2. Evaluation of the ICIQ-SF questionnaire

		Group A	Group B
frequency of urinary leak	never	13	18
	once a week and less	8	11
	twice or three times a week	2	1
	once a day	5	0
	several times a day	1	0
	constantly	1	0
amount of leaked urine	no	13	18
	small amount	17	12
	medium amount	0	0
	large amount	0	0
impact on daily life	0	13	18
	1 to 5	9	8
	5 to 10	8	4
situations when urinary leak occurs	no	13	18
	before going to the toilet	0	0
	when coughing/ sneezing	11	7
	when sleeping	0	0
	during physical activity/ working out	5	5
	after urination and after getting dressed	0	0
	without reasonable cause	0	0
	constantly	1	0

We assumed a significant difference in the sum of scores obtained from the ICIQ-SF questionnaire in both groups of patients. Initially, we wanted to analyze this quantitative data by means of the parametric two-tailed t-test. Since the main prerequisite for normal distribution of input data was not met, we used a non-parametric version, i.e. the Mann-Whitney-Wilcoxon test. In the two-tailed test ($W = 579.5$; $p = 0.0397$) at the significance level of 0.05 we found out a statistically significant difference between the groups. However, we were interested also in the one-tailed alternative where and at the significance level of 0.05 we found out that women from the group of patients with nerve root irritation reached a higher score in the ICIQ-SF questionnaire than women from the group of patients without root irradiation ($W = 579.5$; $p = 0.01986$). The results obtained from the ICIQ-SF questionnaire are higher in patients with nerve root irritation than in patients without nerve root irritation. We identified 56.66% of women with urinary incontinence in the group of patients with nerve root irritation, while 40% of women suffered from urinary incontinence in the group of patients without nerve root irritation. We used the chi-squared test again to find out significance of difference of incontinence incidence in the individual groups, thus to analyze the qualitative data. At the significance level of 0.05 we found out that there was no statistically significant difference in the number of women with urinary incontinence among the patients with nerve root irritation and the patients without nerve root irritation ($\chi^2 = 1.1449$; $df = 1$; $p = 0.2846$). Besides initial data also a year of birth, body weight and body height of the participants were recorded in the personal anamnesis. The Body Mass Index (BMI) of the patients and then an average BMI value for the given group, i.e. the limit values of BMI, was calculated. The average BMI value was 26.498 (± 4.55) for the group A and 24.824 (± 3.61) for the group B. The European standard is 18.5-24.9 according to the World Health Organization. The results of the group B are close to the upper limit of normal, while the BMI values of the group A are within the range of pre-obesity, thus a group of overweight individuals. A review article of Hunskar et al. (2000) states many predisposing factors inciting development of urinary incontinence. One of the factors is BMI. The authors mention the study of Campbell, Reinken et Cosh (1985) (Hunskar et al., 2000) confirming a significant link between urinary incontinence and BMI. In this study the patients suffering from urinary incontinence had an elevated BMI value in comparison with the control group of patients with no symptoms of urinary incontinence. The increased BMI values corresponding to obesity warn that higher body weight results in more demanding maintenance of pelvic floor muscle function carrying the weight of abdominal and pelvic cavities. Muscles, fascia and other tissues of pelvic floor tend to loosen. Also the studies of Bump et al. (1992) and Deitel, Stone et Kassam (1988) give evidence of the key role of obesity in development of urinary incontinence. The study states that after bariatric surgery of obese patients the percentage of women reporting urinary incontinence dropped from 61% to 12%. These studies also declare that body weight relates to urinary incontinence directly. This finding was confirmed in the recent study of Leshem et al. (2017). Another factor inciting presence of urinary incontinence is age, since prevalence and severity rate of urinary incontinence increases with age (Nygaard et al., 2008; Wu et al., 2014). A major representative research of women in the US showed that urinary incontinence affected 3.5% of women aged 20-29 and incidence of urinary incontinence increased to 38% in women aged ≥ 80 let (Wu et al., 2014). Lifford, Townsend, & Curhan (2008) included nurses in their research. One third of the interviewed women aged 54-79 reported once-a-month frequency of urinary incontinence at the beginning of the research and two years later the frequency was at least once a week. Age range in our study was 35-65 and the average age of the patients in the group A was 50.97 (± 6.40) and 49.13 (± 8.13) in the group B. Twenty-nine out of total sixty patients (48.33%) reported difficulties with urinary incontinence in the ICIQ-SF questionnaire; seventeen of them were from the group A (56.66%) and twelve (40%) from the group B. In

terms of frequency of urinary leak the answers of the group A differed. Eight women reported frequency of urinary leak approximately once a week or less, two women had leak twice or three times per week, five women suffered from urinary incontinence once a day, one woman had urinary leak constantly. Frequency of urinary leak in the group B was ca once a week or less in eleven women, only one woman reported urinary leak twice to three times per week. However, the studies focused on co-morbidity indicate that the age itself does not have to be an independent risk factor of incontinence (Lawrence et al., 2008). Pregnancy and childbirth are risk factors for development of urinary incontinence. The study of Hansen et al. (2012) states that primiparas in comparison with nulliparas of the same age suffer from urinary incontinence up to three times more often. A Turkish study of Kepenekci, Keskinilic, Akinsu, et al., (2011) reported similar conclusions in the research sample of 4002 investigated women, i.e. prevalence of urinary incontinence in post-natal women in comparison with nulliparas. The results of the study are statistically significant ($p < 0.05$). The drawback of the study is the number of women in individual groups. The link between LBP and pelvic floor muscle dysfunction is little-known even in professional public that is why doctors (outpatient neurologists) did not show much of willingness to collaborate and the recovery rate of distribution of information sheets was very low in spite of quite a long period of data collection. Another problem consisted in the fact that incontinence disorders have been a taboo issue. Women do not speak about them between themselves voluntarily, let alone with doctors. They seek help in late stages when the difficulty becomes a great discomfort. Moreover, they are convinced that incontinence is inevitable with ageing and they do not trust in treatment. This is one of the reasons why it was so difficult to involve female participants in the study.

5. Conclusion

In the study we found out that women from the group of patients with nerve root irritation reached a higher score in the ICIQ-SF questionnaire in comparison with women without nerve root irritation. Next, it was found out that twenty-nine (48.33%) out of total sixty patients reported urinary incontinence; 56.66% of women reporting urinary incontinence were from the group with nerve root irritation, while 40% of women reporting urinary incontinence were from the group without nerve root irritation. There is no statistically significant difference between women with urinary incontinence. We did not find a single study comparing two groups of women with low back pain in relation to urinary incontinence in the literature. Women have a lack of information about placement and function of pelvic floor muscles. Low back pain is often treated independently with no connection to urinary incontinence. Both diagnoses, low back pain and urinary incontinence, are very frequent in population, however little association between them is considered in clinical practice. Physiotherapy should be more used for treatment and prevention of urinary incontinence in women with low back pain in practice. Deepening collaboration with neurologists and neurosurgeons in the treatment of patients with low back pain would be useful. The results encourage reflection about association between pelvic floor muscle function and low back pain and they indicate that there are differences between the patients with and without nerve root symptomatology.

REFERENCES

Arab, A. M.; Behbahani, R. B.; Lorestani, L.; Azari, A. (2010): Assessment of pelvic floor muscle function in women with and without low back pain using transabdominal ultrasound. *Manual therapy*, 15(3), pp. 235-239

- Bump, R. C.; Sugerma, H. J.; Fantl, F. A.; Mcclish, D.K. (1992): Obesity and lower urinary tract function in women: effect of surgically induced weight loss. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 167(2), pp. 392-399.
- Deitel, M.; Stone, E.; Kassam, H. A.; Wilk, E. J.; Sutherland, D. J. (1988): Gynekologic-obstetric changes after loss of massive excess weight following bariatric surgery. *Journal of the American College of Nutrition*, 7(2), pp. 147-153.
- Eliasson, K.; Elfving, B.; Nordgren, B.; Mattsson, E. (2008): Urinary incontinence in women with low back pain. *Manual Therapy*, 13, pp. 206-212. and pelvic floor dysfunction. *International Urogynecology Journal and Pelvic Floor Dysfunction*, 16, pp. 468-74.
- Finkelstein, M. M. (2002): Medical conditions, medications and urinary incontinence: analysis of a population-based survey. *Canadian Family Physician*, 48(1), pp. 96-101.
- Hunskar, S.; Arnold, E. P.; Burgio, K.; Diokno, A.; Herzog, A. R. ET AL. (2000): Epidemiology and natural history of urinary incontinence. *International Urogynecology Journal*, 11(5), pp. 301-319
- Kegel, A. H. (1948): Progressive resistance in the functional restoration of the perineal muscles. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 56, pp. 238-248.
- Kepenecki, I.; Keskinilic, B.; Akinsu, F. et al. (2011): Prevalence of pelvic floor disorders in the female population and the impact of age, mode of delivery, and parity. *Diseases of Colon & Rectum*, 54(1), pp. 85-94.
- Lawrence, J.M.; Lukacz, E.S.; Nager, C.W.; et al. (2008): Prevalence and co-occurrence of pelvic floor disorders in community-dwelling women. *Obstet Gynecol*, 111, p. 678.
- Leshem, A.; Shimonov, M.; Amir, H.; Gordon, D.; Groutz, A. (2017): Effects of Bariatric Surgery on Female Pelvic Floor Disorders. *Urology*, 105, pp. 42-47.
- Neumann, P.; Gill, V. (2002): Pelvic floor and abdominal muscle interaction: EMG activity and intra abdominal pressure. *International Urogynecology Journal And Pelvic Floor Dysfunct*, 13(2), pp.125-32.
- Nygaard, I.; Barber, M. D.; Burgio, K.L.; et al. (2008): Prevalence of symptomatic pelvic floor disorders in US women. *JAMA*, 300, p. 1311.
- Palaščáková Špringrová, I. (2012): Rehabilitace pánevního dna při močové inkontinenci. In Švihra, J. et al, *Inkontinencia moču*. Martin: Osveta, spol. s.r.o., pp.154-162
- Palaščáková Špringrová, I. (2014): Rehaspring koncept terapie inkontinence a dysfunkce pánevního dna. *Praktická gynekologie*, 18(1), pp. 11-12.
- Palaščáková Špringrová, I. (2015): Výsledky fyzioterapie dysfunkcí svalů pánevního dna Suppl. *Praktická gynekologie*, roč. 19, Suppl 15, sborník abstrakt, p.15.
- Palaščáková Špringrová, I.; Chemlová, K. (2016): Diagnostika dysfunkce svalů pánevního dna ultrazvukem QSono Q3 fyzioterapeutem. Suppl. *Praktická gynekologie*, roč. 20, Suppl, sborník abstrakt, p.10.
- Palecek, T.; Lipina, R. (2004): Bolesti bederní páteře degenerativního původu – low back pain syndrom. *Interní medicína pro praxi*, 3, 115-118.
- Pool-Goudzwaard, A.L.; Sliker Ten Hove, M.C.; Vierhout, M.E.; Mulder, P.H.; Pool, J.J.; Snijders, C.J., et al. (2005): Relations between pregnancy-related low back pain, pelvic floor activity
- Sapsford, R. R.; Hodges, P.W.; Richardson, C.A.; Cooper, D. H. S. J.; Jull, G. A. (2001): Co-activation of the Abdominal and Pelvic Floor Muscles During Voluntary Exercises. *Neurourology and Urodynamics*, 20(1), pp. 31-42.
- Sapsford, R. R.; Richardson, C. A.; Maher, C. F.; Hodges, P. W. (2008): Pelvic floor muscle activity in different sitting postures in continence and incontinent women. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 89(9), pp. 1741-1747
- Smith, M.; Russell, A.; Hodges, P. W. (2006): Disorders of breathing and continence have a stronger association with back pain than obesity and physical activity. *The Australian Journal of Physiotherapy*, 52(1), pp. 11-16.

Vrba, I. (2008): Diferenciální diagnostika a léčby bolestí zad. *Interní medicína*, 10(3), pp.142-145.

Wu, J.M.; Vaughan, C.P.; Goode, P.S.et al. (2014): Prevalence and trends of symptomatic pelvic floor disorders in U.S. women. *Obstet Gynecol*, 123(1), pp. 141-148.

ANGOL NYELVŰ TANULMÁNYOK
PROCEEDINGS IN ENGLISH

EFFECTIVENESS OF HEALTH-RELATED EXERCISES ON PUPILS' FOOT

MICHAL MARKO associate professor

Matej Bel University Department of Physical Education and Sports

ABSTRACT

The aim of the research was to find out the effectiveness of health-related exercises on elementary school pupils' foot with the intention to correct body posture. The monitored group (Mg) consisted of 18 ($n = 18$) pupils of the sixth year of elementary school in district of Partizánske, which was divided into experimental (Eg) ($n = 9$) with average age of 11.2 ± 0.2 years (body height 148.9 ± 2.9 cm, body weight 39.1 ± 2.4 kg) and control (Cg) ($n = 9$) group with average age of 11.3 ± 0.2 years (body height 149.5 ± 3.1 cm, body weight 37.9 ± 2.1 kg). In terms of data acquisition methods, two standardized methods for clinical and physical education practice (evaluation of somatometric indicators and evaluation of body posture) were used. The obtained results point to the listed findings. The results significantly pointed to improving trend of Eg ($n = 9$) by using the health-related exercises vs. Cg ($n = 9$) without any experimental stimulus, within the all body posture groups (Correct posture 1/2, Good posture 2/ 5, Bad posture 5/ 2 and Incorrect posture 1/ 0 vs. Correct posture 1/1, Good posture 4/ 2, Bad posture 3/ 5 and Incorrect posture 1/ 1). In terms of the evaluation of individual segments of body posture, the findings of other authors of the studies were confirmed, as areas I., III. and V., were the most weakened, within Mg ($n = 18$). In Eg ($n = 9$), the marks in the areas of individual segments of body posture changed from 1 (11.1 %) to 4 (44.4 %) due to implemented health-related exercises, within lessons of physical and sport education (PaSE).

1. Introduction

The current upward trend of civilization diseases at various levels reduces the quality of our health (Juhász et al., 2015; Simon et al., 2018). The health itself is a commodity, which needs to be perceived very sensitively and in cooperation with various factors in our lives. One of several areas of the health can be considered as the current state of the muscular and skeletal system, which quality is guarantee of prevention of forming vertebrogenic disorders. Their occurrence increases every year, starting with the pre-school period, younger school age and pubescence period (Kanášová, 2004; Mitova, 2015; Azabagic, 2016; Müller, 2018), resp. adolescence (Majerík, 2009; Noll et al., 2016; Marko – Bendíková, 2018). The upward trend culminates in adulthood (Holmes et al., 2009; Singh et al., 2014) and old age (Fleming et al., 2011; Gheno et al., 2012). Based on the above mentioned findings, which are associated with the increased occurrence of the vertebrogenic disorders, there is also decisive assumption based on the influence and functionality of the foot in childhood (Bird - Payne, 1999; Arya, 2014) and adulthood (Leveille et al., 1998; Roddy et al., 2009).

With the acceptance of the new school reform 2008, the aim of the physical and sport education (PaSE) diverted from the well-established, performance-oriented towards health and its support with 2 x weekly and the possibility of increasing it, depending on subjective and objective factors. Within the above listed, the diversification of the content of PaSE has changed and at present it offers improvement of the level of muscular and skeletal system, through implementation of the various health-related exercises, basically physical programs, in teaching of PaSE (Antala, 2009; Bendíková, 2016; Juhász et al., 2016; Bendíková – Dobay, 2017;

Smoleňáková – Bendíková, 2017; Herpainé et al., 2017; 2018; Nagy – Müller, 2017; Nagy et al., 2018).

In terms of prevention of the vertebrogenic disorders of the muscular and skeletal system, with the intention to functionality of the foot in relation to the pupils' posture, the health-related exercises and physical programs are shown in physical education practice as basis (Hand, 1964; Ahmad – Akthar, 2014; Jorgić et al., 2015; Pobatschnig, 2015), which are in terms of school curriculum applied in school PaSE (Jurašková – Bartík, 2010; 2014; Bendíková, 2016; Bendíková et al., 2018; Marko - Bendíková, 2018; Bendíková et al., 2018). Thus, the increased prevalence of the listed disorders of muscular and skeletal system in the areas of spine and foot is currently reflected in the health of primary and secondary school pupils who support them through their passive non-attendance at lessons of PaSE for the variety of objective and subjective reasons (Boreham – Riddoch, 2011; Zrnzević – Arsić, 2013; Harris, 2015), causing pain in these areas.

The pain itself is the most common symptom of not only functional but structural disorders, which are perceived abroad differently as in the Slovak Republic. The frequency of disorders of the muscular and skeletal system depends on number of factors (age, gender or methods of data collection) (Chin et al., 2000; Hill et al., 2008; Irez, 2014). The pain has biological, warning meaning, which is specific (Thurzová, 1998). The question of pain tolerance and pain threshold is whether to perform physical activity (PA), when to stop with the PA and what volume the pain is safe to avoid damaging the listed system and its parts.

The area of the foot, within the muscular and skeletal system, is tight pack of form and function, while consisting of 26 bones and 19 muscles (Dungl, 1989; Van De Graaff, 1998). A complicated part of the human body, such as the lower limb, is due to softness and flexibility in children and youth, where abnormal pressures (of various objective and subjective character) can easily cause deformities, including flat foot. However, from our point of view, we maintain to the term fallen foot arch, which has become public health challenge, due to the increased incidence of significantly negative impact on the quality of life of children and adolescents, manifesting in adulthood and old age (Ruda, 1991; Houghton, 2008; Malaga – Ramirez, 2008). Incorrect physiological loading, insufficient prevention, hygiene, etc., within the lower limb can cause various problems, which are transmitted to the muscular and skeletal system, namely the spine area.

And therefore, based on the listed findings, the aim of the research was to find out the effectiveness of health-related exercises on elementary school pupils' foot with the intention to correct body posture.

2. Material and methods

In accordance with the aim and extent of the processed material, the monitored group (Mg) consisted of 18 ($n = 18$) pupils of the sixth grade of elementary school in the district of Partizánske. The choice was deliberate and based on voluntary participation in the research, age, gender and functional condition of the muscular and skeletal system with intention to functional disorder in area of the foot. The Mg ($n = 18$) was divided into experimental (Eg) ($n = 9$) with average age of 11.2 ± 0.2 years (body height 148.9 ± 2.9 cm, body weight 39.1 ± 2.4 kg) and control (Cg) ($n = 9$) group with average age of 11.3 ± 0.2 years (body height 149.5 ± 3.1 cm, body weight 37.9 ± 2.1 kg). Table 1 presents primary characteristic of the Mg ($n = 18$).

Table 1. Primary characteristic of monitored group (n = 18)

Som. indicators/ Monitored group	Age	Body height/ (cm)	Body weight/ (kg)	Body Mass Index
Experimental group	11.2 ± 0.2	148.9 ± 2.9	39.1 ± 2.4	17,6
Control group	11.3 ± 0.2	149.5 ± 3.1	37.9 ± 2.1	17,0

Legend: Som. - somatic, cm - centimeter, kg - kilogram.

Source: Own editing, 2019

The realization of the research was realized by using the forms of measuring somatometric indicators (Selekman, 2012) and evaluation of body posture by Klein and Thomas modified by Mayer (Hošková – Matoušová, 2005; Bendíková, 2011). The realization of the research was divided into three phases, within 8 weeks (07.01.2019 - 28.02.2019), in the form of health-related exercises - Propriofoot Concept (Baicry – Paris, 2017):

- I. Phase - Input testing (I1)/ 07.01.2019,
- II. Phase - Implementation of health-related exercises (Propriofoot Concept - PaSE 2 x (Tuesday and Thursday) for 10 minutes)/ 07.01.2019 - 28.02.2019.
- III. Phase - Output testing (O2)/ 28.02.2019.

The listed health-related exercises, in the form of the Propriofoot Concept, were realized on the basis of the recommended procedure and the ability to handle all the exercises, in total of 20 exercises, ranging from the easiest to the hardest.

The evaluation of body posture was performed by using standardized method, typical for clinical and physical education practice - Klein and Thomas modified by Mayer, which is based on (Vojtaššák, 2000; Bendíková, 2011):

Body components (I.-V.), to which are given points (1-4) according to quality of posture. The overall body posture is expressed by total points and quality level (A-B):

- I. Head and neck posture
- II. Shape of chest
- III. Shape of abdomen and pelvic inclination
- IV. Overall curvature of spine
- V. Height of shoulders and scapulae position

Classification of postures:

- | | |
|----------------------|----------------|
| A. Correct posture | 5 points |
| B. Good posture | 6 - 10 points |
| C. Bad posture | 11 - 15 points |
| D. Incorrect posture | 16 - 20 points |

The qualitative, obtained data from the evaluation of the body posture were processed, by using the frequency tables, which corresponded to the one-step classification, based on the sex and grade of the elementary school pupils. Several mathematical and statistical methods were used, as arithmetic mean (\pm), percentage frequency analysis (%) and multiplicity (n). In order to determine statistical significance of the differences between I1 and O2, we used the primary

statistics, such as the non-parametric Wilcoxon test ($W_{\text{test}} p < 0.01$; $p < 0.05$). There were used the methods of logical analysis and synthesis, inductive and deductive procedures and comparison of Eg ($n = 9$) and Cg ($n = 9$).

3. Results and discussion

Based on the aim and below presented results, which are subject to accurate monitoring and processing, they cannot be generalized, but it is necessary to understand them in the overall context, in relation to health, through the prism of the muscular and skeletal system, namely areas of spine and foot.

The universal factors, affecting the incidence of disorders of the muscular and skeletal system in the school population can be divided into three groups: a) weight of school bag, b) design of furniture and chairs and c) incorrect sitting (Tomlow et al., 2006; Zailina et al., 2010; Azabagic, 2016). In combination with sedentary lifestyle (Müller-Bácsné 2018), they are negatively involved in the occurrence of various disorders of the muscular and skeletal system, projecting in the areas of spine and foot. The several studies showed high incidence of incorrect body posture in the school population, which is still discussed (Ciklamíniová et al., 1990; Thurzová, 1991; Kanášová, 2004; 2006). Among all researches concerning body posture, the most alarming was the finding from 2006. In the initial testing was measured 100 % of muscular imbalance within the Mg (Majerík, 2006). Similar results of muscle imbalance and body posture were also in 2004, when the incidence of shortened muscles was around 93 % (Kanásová, 2004). Subsequently, after two years the author herself focused on body posture, while drew conclusions, in which the school population in the pubescence period had extremely high incidence of bad and incorrect body posture. From the overall 91 pubescent up to 97.6 % of girls and 100 % of boys had the listed disorder of the muscular and skeletal system (Kanásová, 2006). Somewhat lower but still alarming numbers were recorded in the study from 1990, when the incidence of bad and incorrect body posture in pubescence period in boys ranged from 67.8 % to 69.7 %, resp. 69.7 % - 75 % in girls, while the present results are not better (Ciklamíniová et al., 1990; Thurzová, 1991).

The level and quality of body posture is presented in the table 2, in which was confirmed unfavorable occurrence of disorders of the muscular and skeletal system, in the spine region of the Mg ($n = 18$), as in the previous studies. Identically, only 11.1 % ($n = 1$) of Eg ($n = 9$) and Cg ($n = 9$) of the pupils had correct body posture in input testing, while with effecting with health-related exercises on Eg ($n = 9$) increased it by one ($n = 1$) pupil of the Mg ($n = 9$). Good body posture was improved by 33.3 % ($n = 3$) of Eg ($n = 9$), but in Cg ($n = 9$) was showed negative trend of decreasing by 22.2 % ($n = 2$). In case of bad body posture, in both groups were occurred the same changes as in the previous body posture, namely by 33.3 % ($n = 3$), resp. 22.2 % ($n = 2$). The unfavorable finding remained by leaving pupils in the group with incorrect body posture, equally 1 (11.1%), but the health-related exercises helped to shift in Eg ($n = 9$) 1 pupil (11.1 %) into the third group. In Cg ($n = 9$) was not done the above listed. While comparing the levels of the body postures of Mg ($n = 18$), it can be stated that the differences between I1 and O2 were statistically significant with $p = 0.035$ ($W_{\text{test}} = -3.219$, $p < 0.05$).

Table 2. Evaluation of body posture in monitored group ($n = 18$) of pupils

Level of posture/ Groups	A	B	C	D
Experimental group - Input testing	1	2	5	1
Experimental group - Output testing	2	5	2	0
Control group - Input testing	1	4	3	1
Control group - Output testing	1	2	5	1

Legend: A - Correct posture, B - Good posture, C - Bad posture, D - Incorrect posture.

Source: Own editing, 2019

In terms of the evaluation of individual parts of the body posture, we found the following findings. In the area I. - Head and neck posture, was point 1 found in Eg (n = 9) at I1 2 x (22.2 %), but after the health-related exercises at O2 of the listed group increased 4 x (44.4 %) (Table 3), despite the widespread weakness of the deep neck flexors, which are typical for the area and the developmental period of life (Bendíková, 2012). In Cg (n = 9) the measured values did not change favorably, as for the point 2, resp. 4 was changed to 2 x (22.2%) (Table 4), within I1 and O2, reflecting weakness of the neck by bending head forward.

Within girls in the development period of life, the area II. - Shape of chest, is represented with the problem associated with the gradual growth of secondary sexual signs - breast, making visible and expected changes (Vařeková – Vařeka, 2001). However, Mg (n = 18) consisted of boys, whose difference in Eg (n = 9) between I1 and O2 was in range of 2 (22.2%), respectively 3 (33.3%). The changes in Cg (n = 9) remained unchanged, even after 8 weeks, of not implementing any health-related exercises.

M. rectus abdominis and m. transversus abdominis are muscles, which are causing incorrect postural stereotype within the area III. - Shape of abdomen and pelvic inclination. By the evaluation of the individual parts of body posture we found visible changes after the implementation of the health-related exercises in Cg (n = 9), namely for the point 3, which was recorded at I1 5 x (55.5 %), but in O2 only 1 x (11.1 %). The negative changes were observed in Cg (n = 9), in the form of change in the point 2 to 3 in 2 (22.2%) cases, which is closely related to incorrect fixation of the vertebrae and the formation of lumbar lordosis.

The overall curvature of spine, as the area IV., showed minor changes in both groups, with the most frequent changes ranging from 1 (11.1 %) to 2 (22.2 %). However, in Eg (n = 9) the point 1 was changed in O2 3 x (33.3 %).

In the last area V. - Height of shoulders and scapulae position of the individual parts of the body posture, number of changes were recorded, mainly due to the health-related exercises, which positively influenced on the incorrect body posture, caused by the weakening of the rhomboid muscles. The listed muscles were dominated by stronger muscles (pectoral muscles), which stretched them (Bendíková, 2011). These changes can be seen in Cg (n = 9), where the point 4 was presented for the first time, namely in 1 (11.1%) case. The effect of the health-related exercises was visible in the differences between I1 and O2, within Eg (n = 9) (Table 3). The point 3 decreased from the original 4 x (44.4 %) to 1 (11.1 %), thus by 3 x (33.3 %). There was no pupil, within Mg (n = 18) with point 4. In terms of comparison the individual parts of the body posture of Mg (n = 18), we would like to highlight the findings of differences between I1 and O2, which were, with the value $p = 0,043$ statistically significant ($W_{test} = -2.941$, $p < 0.05$) and we had seen an improvement in the listed areas. Therefore, the health-related exercises fulfilled their expectations.

With the ideal, correct body posture, in generally we are only sporadically encountered, not only in school population, because all the deviations from incorrect body posture are based on all deviations of correct body posture. The causes of the incorrect body posture are several, but one of the most widespread is muscle imbalance. In shaping the correct postural stereotype, a teacher of PaSE plays an important role within the school population, as he/ she can intervene in time and deviations from the norm might be corrected and eliminated by appropriate means.

Examples are included in multiple interventions of the physical programs with the health-related exercises on the muscular and skeletal system, in spine areas. They vary, depending on location (body posture, muscle imbalance or spinal pain). In our geographic areas (the Slovak

Republic or the Czech Republic), there have been studies of the physical programs, which effected the muscular imbalances (Table 5), within the lessons of PaSE, with several positive results.

Table 3. Evaluation of individual parts of body posture in experimental (n = 9) group of pupils

Individual parts/ Points	I.	II.	III.	IV.	V.
1	2 → 4	3 → 6	1 → 2	3 → 6	2 → 3
2	2 → 3	5 → 3	3 → 6	4 → 3	3 → 5
3	4 → 2	1 → 0	5 → 1	2 → 0	4 → 1
4	1 → 0	0 → 0	0 → 0	0 → 0	0 → 0
Together	9 → 9	9 → 9	9 → 9	9 → 9	9 → 9

Legend: I. - Head and neck posture, II. - Shape of chest, III. - Shape of abdomen and pelvic inclination, IV. - Overall curvature of spine. V. - Height of shoulders and scapulae position, 2 → 4 - Input testing → Output testing.

Source: Own editing, 2019

Table 4. Evaluation of individual parts of body posture in control (n = 9) group of pupils

Individual parts/ Points	I.	II.	III.	IV.	V.
1	1 → 1	3 → 3	1 → 1	3 → 3	2 → 2
2	4 → 2	5 → 5	5 → 3	4 → 5	5 → 3
3	4 → 6	1 → 1	3 → 5	2 → 1	1 → 3
4	0 → 0	0 → 0	0 → 0	0 → 0	1 → 1
Together	9 → 9	9 → 9	9 → 9	9 → 9	9 → 9

Legend: I. - Head and neck posture, II. - Shape of chest, III. - Shape of abdomen and pelvic inclination, IV. - Overall curvature of spine. V. - Height of shoulders and scapulae position, 2 → 4 - Input testing → Output testing.

Source: Own editing, 2019

Table 5. Effects of physical programs on muscular and skeletal system, in area of spine

Authors	Multiplicity	Duration	Results
Kanásová, 2013	20 (14,5 ±)	4 w./ 2 x/ 15 min.	Positive
Malátová et al., 2014	22/ 22 (12,5 ±)	6 w.	Positive
Bendíková, Stackeová, 2015	136 (18,2 ±)	12 w./ 3 x	Positive
Bendíková et al., 2015	96 (17,3 ±)	12 w./ 3 x/ 45 min.	Positive
Bendíková et al., 2018	17/ 16 (16,6 ±)	3 m./ 3 x/ 12 min.	Positive

Legend: ± - Arithmetic mean, w - weeks, x - times, min. - minutes, m - months.

Source: Own editing, 2019

4. Conclusion

The PA occurs in relation to lifestyle, quality of life and health (Nowak, 1997). With absent of PA and passive non-attendance at lessons of PaSE, for the variety of objective and subjective reasons, the physical performance is declining, as in the last few years we have recorded stagnation, resp. decreasing in the Slovak Republic (Antala et al., 2014; Bendíková, 2014). Lack of

PA greatly affects human health, which is from our point of view transformed into the muscular and skeletal system. The mentioned system is guarantee of the prevention of the formation of vertebrogenic disorders, which has had gradual tendency, within the school population.

In our selected school population of pupils of the sixth year of elementary school in district of Partizánske, health-related exercises, in form of physical program (Propriofoot Concept) significantly pointed improvement, while duration of 8 weeks and 2 x per 10 minutes at the lessons of PaSE. The findings were proven accordingly by the results of evaluation of body posture in Mg (n = 18) of pupils by comparing the results I1 and O2. Evaluation of individual parts of body posture in Eg (n = 9) and Cg (n = 9) pointed to the same findings as in the previous results of the body posture, which were positively influenced by the health-related exercises. Therefore, the health-related exercises, in form of the Propriofoot Concept, on the pupils' foot proven to be effective, thus it would be adequate to include them in lessons of PaSE.

Acknowledgements

The listed study is the part of the research project VEGA "1/0519/19 Physical Activity as Prevention of Health of School Population in Slovakia".

REFERENCES

- Ahmad, I.; Akthar, N. (2014): Comparison of the Effect of Weight-Bearing and Non-Weight-Bearing Exercise on Gait Parameters in Flexible Flatfoot Children. In International Journal of Orthopaedics and Physiotherapy. ISSN 0190-6011, 2014, 1(1), 6-10.
- Antala, B. (2009): Telesná a športová výchova v základných a stredných školách v SR po prvom roku transformácie vzdelávania. <online>. <cited> 14.12.2018. Available at: <<http://books.google.sk/books?id=w->>.
- Antala, B. et al. (2014): Telesná a športová výchova a súčasná škola. Bratislava : FTVŠ UK, 2014. 343 pp. ISBN 978-80-971466-1-0.
- Arya, K. (2014): Low Back Pain - Signs, Symptoms and Management. In Journal, Indian Academy of Clinical Medicine. ISSN 0972-3560, 2014, 15(1), 30-41.
- Azabagic, S. (2016): Epidemiology of Musculoskeletal Disorders in Primary School Children in Bosnia and Herzegovina. In Materia Socio-Medica. ISSN 1515-7680, 2016, 28(3), 164-167.
- Baicry, J.; Paris, L. (2017): Propriofoot. <online>. <cited 14.12.2018>. Available at: <<http://www.propriofoot.com/proprioception-cheville/home.html>>.
- Bendíková, E. (2011): Oporný a pohybový systém, jeho funkcia, diagnostika a prevencia porúch. Banská Bystrica : Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici. 2011. 141 pp. ISBN 978-80-557-0124-0.
- Bendíková, E. (2012): Oslabený oporný a pohybový systém žien a jeho úprava pohybovým programom. Banská Bystrica : Fakulta humanitných vied, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici. 2012. 99 pp. ISBN 978-808141-019-2.
- Bendíková, E. (2014): Lifestyle, physical and sports education and health benefits of physical activity. European Researcher: International Multidisciplinary Journal, 69(2), 343-348.
- Bendíková, E.; Stackeová, D. (2015): Vplyv pohybového programu s kompenzačným zameraním na pohyblivosť chrbtice u žiačok stredných škôl =[Effect of exercise programme with compensatory aim targeting on spine mobility in school girls of secondary high school]. Hygiena : časopis pro ochranu a podporu zdravia, 60(1), p. 4-9.
- Bendíková, E. (2016): Curricular transformation of education in the field of physical and sport education in Slovakia. European Journal of Contemporary Education, 18(4), p. 410-417.

- Bendíková, E. (2016): Changes in the posture of students due to equipment-aided exercise programs that are applied in physical and sport education. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), p. 281-286.
- Bendíková, E.; Dobay, B. (2017): Physical and Sport Education as a Tool for Development of a Positive Attitude Toward Health and Physical Activity in Adulthood. *European Journal of Contemporary Education*, 6(1), p. 14 -21.
- Bendíková, E. et al. (2018): Effect of Applied Health-oriented Exercises in Physical and Sport Education on Musculoskeletal System of Female Students. In *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*. ISSN 0520-7371, 2018, 58(2), 84-96.
- Bendíková, E.; Marko, M.; Šmída, L. (2018): Influence of Change in Content of Physical and Sport Education as Case Study on Level of Dynamic Function of Spine among Secondary School Female Students. In *European Journal of Contemporary Education*. ISSN 2305-6746, 2018, 7(4), 633-641.
- Bendíková, E.; Palascáková Špringrová, I.; Tomková, Š.; Vagner, J. (2018): Effects of an exercise program on the dynamic function of the spine in female students in secondary school. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), p. 831 - 839.
- Bird, A.; Payne, C. (1999): Foot Function and Low Back Pain. In *The Foot*. ISSN 0958-2592, 1999, 9(1), 175-180.
- Boreham, C.; Riddoch, C. (2001): The Physical Activity, Fitness and Health of Children. In *Journal of Sports Sciences*. ISSN 0264-0414, 2001, 19(12), 915-929.
- Ciklamínová, E. et al. (1990): Sledovanie vybraných faktorov chybného držania tela u detí na území Slovenska. Bratislava : ÚZV. 1990. 149 pp.
- Chin, M. et al. (2000): Quality of Diabetes Care in Community Health Centres. In *American Journal of Public Health*. ISSN 0900-0036, 2000, 90(3), 431-434.
- Ddungl, P. (1989): *Ortopedie a traumatologie nohy*. Praha : Avicenum. 1989. 285 pp.
- Fleming, J. et al. (2011): Epidemiology of Back Pain in Older Adults. In *Rheumatology*. ISSN 1462-0324, 2011, 50(9), 1645-1653.
- Gheno, R. et al. (2012): Musculoskeletal Disorders in the Elderly. In *Journal of Clinical Imaging Science*. ISSN 2156-5597, 2012, 2(39), 131-139.
- Hand, B. (1964): *The Effect of a Corrective Exercise Program on Ninth Grade Boys with Foot Deviations : diploma thesis : Ellensburg : Central Washington University, 1964, 58 pp.*
- Harris, S. (2015): One in Three Primary Pupils' Hate Exercise. In *Daily Mail*. ISSN 0307-7578, 2015, 1(1), 13-14.
- Herpainé, L. J.; Bácsné, B. É.; Nagy, Zs.; Müller, A. (2018): Tantervi lehetőségek a tájékozódás és a turisztika oktatásában. *Képzés és Gyakorlat 16 : 1 pp. 73-82. , 10 p. (2018)*
- Herpainé, L. J.; Müller, A.; Szabó, B. (2017): A tájfutás oktatásának lehetőségei az iskolában a kerettantervek tükrében. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 44 pp. 149-170. , 22 p. (2017)*
- Hill, C. et al. (2008): Prevalence and Correlates of Foot Pain in a Population-Based Study. In *Journal of Foot and Ankle Research*. ISSN 1757-1146, 2008, 1(2), 351-369.
- Holmes, M. et al. (2009): The Rising Prevalence of Chronic Low Back Pain. In *Archives of Internal Medicine*. ISSN 0003-9926, 2009, 169(3), 251-258.
- Hosková, B.; Matousová, M. (2005): *Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy pro studující FTVS UK*. Praha : Karolinum. 2005. 135 pp. ISBN 80-7184-621-X.
- Houghton, M. (2008): Review for the Generalist. In *Pediatric Rheumatology Online Journal*. ISSN 1546-0096, 2008, 6(6), 134-139.
- Irez, B. (2014): The Relationship with Balance, Foot Posture and Foot Size in School of Physical Education and Sports Students. In *Academic Journals*. ISSN 1990-3839, 2014, 9(16), 551-554.

- Jorgic, B. et al. (2015): Effects of Exercise Program on Pes Planus in Children under 18 Years of Age. In *Acta Kinesiologica*. ISSN 1840-2976, 2015, 9(2), 7-11.
- Jurasková, Ž.; Bartyk, P. (2010): Vplyv pohybového programu na držanie tela a svalovú nerovnováhu žiakov 1. stupňa základnej školy. Banská Bystrica : Fakulta humanitných vied, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici. 2010. 172 pp. ISBN 978-80-8083-983-3.
- Juhász I.; Boda E.; Bíró M.; Müller A.; Macra - Oşorhean M. D. (2016): Impact of teaching handball on the improvement of target accuracy of students in consideration for the impact assessment of the project "Handball at school". *Studia Universitatis Babes-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae* 61 : 4 pp. 15-27. , 13 p. (2016).
- Juhász, I.; Kopkáné, P. J.; Kiszela K.; Bíró, M.; Müller, A.; Révész, L. (2015): Időskorúak rekreációs fizikai aktivitásának hatása a kardiorespiratorikus rendszerre. *Magyar Sporttudományi Szemle* 16 : 63 pp. 4-8. , 5 p. (2015)
- Kanásová, J. (2004): Funkčné svalové poruchy u 10 - 12 ročných žiakov a ich ovplyvnenie v rámci školskej telesnej výchovy : dissertation thesis. Bratislava : Fakulta telesnej výchovy a športu v Bratislave, 2004. 129 pp.
- Kanásová, J. (2006): Držanie tela u 10 až 12 ročných žiakov a jeho ovplyvnenie v rámci školskej telesnej výchovy. Nitra : PEEM. 2006. 69 pp. ISBN 80-89197-60-4.
- Leveille, G. et al. (1998): Foot Pain and Disability in Older Women. In *American Journal of Epidemiology*. ISSN 1476-6256, 1998, 148(7), 657-665.
- Lopata, P. (2014): The Impact of Compensation Exercises on the Muscle Imbalance at 15-Year-Old Students. In *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Czestochowie Kultura Fizyczna*. ISSN 1895-8680, 2014, 13(1), 151-159.
- Majerík, J. (2009): Svalová nerovnováha a držanie tela 16 - 17 ročných gymnazistov z hľadiska športovania. In *Telesná výchova a šport*. ISSN 1335-2245, 2009, 19(1), 18-25.
- Malanga, A.; Ramirez, A. (2008): Common Injuries of the Foot and Ankle in the Childhood and Adolescent Athlete. In *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*. ISSN 1047-9651, 2008, 19(2), 347-371.
- Malátová, R. et al. (2014): Vliv cílené pohybové aktivity na utváření návyku správného držení těla u dětí staršího školního věku. In *Šport a rekreácia 2014*. KTVŠ PF UKF, 2014, 112 pp. ISBN 978-80-558-0614-3.
- Marko, M.; Bendíková, E. (2018): Level Changes of Musculoskeletal System in High School Female Students by Physical Program within Physical and Sport Education. Istanbul : Marmara University. ISBN 978-975-400-418-2. 104 pp.
- Mitova, S. (2015): Frequency and Prevalence of Postural Disorders and Spinal Deformities in Children of Primary School Age. In *Research in Kinesiology*. ISSN 1857-7679, 2015, 43(1), 21-24.
- Müller, A.; Bácsné, B. É. (2018): Az egészség életmód és a sport kapcsolata. *Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület (2018)* , 96 p.
- Müller, A (2018): Obesity and overweight in Hungary, focussing on among high school students In: Elena, Bendíková (szerk.) *Physical Activity, Health and Prevention III. : International Scientific Conference: Conference Textbook*. Zilina, Szlovákia : IPV Institute of Education, IPV Inštitút priemyselnej výchovy, (2018) pp. 6-16. , 11 p.
- Nagy Zs.; Müller A. (2017): The quantification of derivation in the volleyball thematic unit. In: Nagy, Melinda; Poráčová, Janka (szerk.) *Trendek és eredmények a biológiai kutatás és oktatás terén*. Komárno, Szlovákia : Selye János Egyetem Tanárképző Kara, (2016) pp. 55-62. , 8 p.
- Nagy, Zs.; Laoues-Czibalmos, N.; Müller, A. (2018): A szocioökonómiai háttérváltozók szerepe a NETFIT mérésben. *KÜLÖNLEGES BÁNÁSMÓD* 4 : 4 pp. 33-44. , 12 p. (2018)
- Noll, M. et al. (2016): Back Pain Prevalence and Associated Factors in Children and Adolescents. In *Revista de Saúde Pública*. ISSN 0034-8910, 2016, 50(30), 1-10.

- Nowak, M. (1997): Chosen Aspects of Health Related Behaviour of Women who Retained Physical Fitness in the Past. In *Women and Sport*. ISSN 9272-9372, 1997, 1(1), 131-138.
- Pobatsching, B. (2015): The Effects of Strength and Neuromuscular Exercise Programme for the Lower Extremity on Knee Load, Pain and Function in Obese Children and Adolescents. In *Trials*. ISSN 1745-6215, 2015, 16(1), 586-595.
- Roddy, J. et al. (2009): Defining Disabling Foot Pain in Older Adults. In *Rheumatology*. ISSN 1462-0324, 2009, 48(1), 992-996.
- Ruda, S. (1991): Common Ankle Injuries in the Athlete. In *Nursing Clinics of North America*. ISSN 0029-6465, 1991, 26(1), 167-180.
- Selekman, J. (2012): *School Nursing: A Comprehensive Text*. Philadelphia : F. A. Davis Company. 2012. 1184 pp. ISBN 08-03-62209-0.
- Smolenáková, N.; Bendíková, E. (2017): Effect of the Content Standard for Changing the Level of Knowledge of Secondary School Students. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(1), p. 182-187.
- Simon, I. Á.; Kajtár, G.; Herpainé, L. J.; Müller, A. (2018): A fizikai aktivitás és a mentális egészség jelentősége a 60 év fölötti korosztály életében. *KÉPZÉS ÉS GYAKORLAT: TRAINING AND PRACTICE* 16 : 1 pp. 25-36. , 12 p. (2018)
- Singh, V. et al. (2014): Epidemiology of Low Back Pain. In *Neuromodulation*. ISSN 1525-1403, 2014, 2(3), 123-131.
- Thurzová, E. (1991): Funkčné svalové poruchy u detskej populácie. In *Telesná výchova a šport*. ISSN 1335-2245, 1991, 14(1), 23-28.
- Thurzová, E. (1998): Skrátené flexory kolena ako dominantná funkčná svalová porucha u detí a mládeže. In *Acta Fac. Educ. Phys. Bratislava : Universitatis Comenianae*. 1998. ISBN 978-80-29918-2. pp. 113-142.
- Tomlow, S. et al. (2006): Trunk Muscle Activity in Different Modes of Carrying Schoolbags. In *Ergonomics*. ISSN 0003-6870, 2006, 49(2), 127-138.
- Van De Graaff, K. (1998): *The Human Anatomy*. Boston : McGraw-Hill. 1998. 821 pp. ISBN 978-06-972-8413-6.
- Vojtassák, J. (2000): *Ortopédia*. Bratislava : Slovak Academic Press. 2000. 783 pp. ISBN 88-88908-61-2.
- Zailina H. et al. (2010): Neck, Upper Back and Lower Back Pain and Associated Risk Factors among Primary School Children. In *Journal of Applied Science*. ISSN 1812-5654, 2010, 10 (5), 431-435.
- Zrnzevic, N.; Arsic, R. (2013): Motivation of Students for Physical Education Classes. In *Activities in Physical Education and Sports*. ISSN 1857-7678, 2013, 3(2), 215-220.

CHANGING THE ROLE OF THE NORTH GREAT PLAIN HOTELS IN THE WELLNESS TOURISM

AZ ÉSZAK-ALFÖLDI SZÁLLODÁK SZEREPÉNEK VÁLTOZÁSA AZ EGÉSZSÉG TURIZMUSBAN

BIRÓ MELINDA associate professor

Institute of Sport Science, University of Debrecen

LENTÉNYÉ PUSKÁS ANDREA assistant professor

Institute of Sport Science, University of Debrecen

HIDVÉGI PÉTER associate professor

Institute of Sport Science, University of Debrecen

TATÁR ANDRÁS assistant professor

Institute of Sport Science, University of Debrecen

PUCSOK JÓZSEF MÁRTON associate professor

Institute of Sport Science, University of Debrecen

MIKÁDI SÁNDOR facility manager

Institute of Sport Science, University of Debrecen

ABSTRACT

The aim of the research was to analyse the health tourism trips in Hungary and services and supply elements of hotels in the North Great Plain region. The Northern Great Plain region has favourable conditions in the domestic and international health tourism market. Therefore, the development of health tourism is a top priority in the region's tourism development strategy. Since 2000, tourism attraction development has received a lot of attention in the development of health tourism, as a result of which commercial hotels have also made quality improvements. In the course of the development, the expansion of the services was also very important, as new wellness and leisure offerings appeared, such as sauna programs, leisure and sports services, massage supply elements. In our article we look at the services and supply elements of the hotels in the North Great Plain Region. Primary and secondary research was performed. We have divided the data collection into three major groups: 1. studying the changes in the capacity of the hotels; 2. analysing trends for multi-day health trips; 3. examination of hotel supply elements. Our results show that for journeys for health purposes, journeys of 2-4 days are more frequent. Most people prefer to travel for shorter periods, and this is expected in the future according to the linear forecasting trend. With regard to the capacity of commercial accommodation, we can say that in the future there will be no dramatic increase in the number of accommodations, although the growth is linear both in terms of operating units and in terms of capacity, but more and more predictable expansion of services and existing supply.

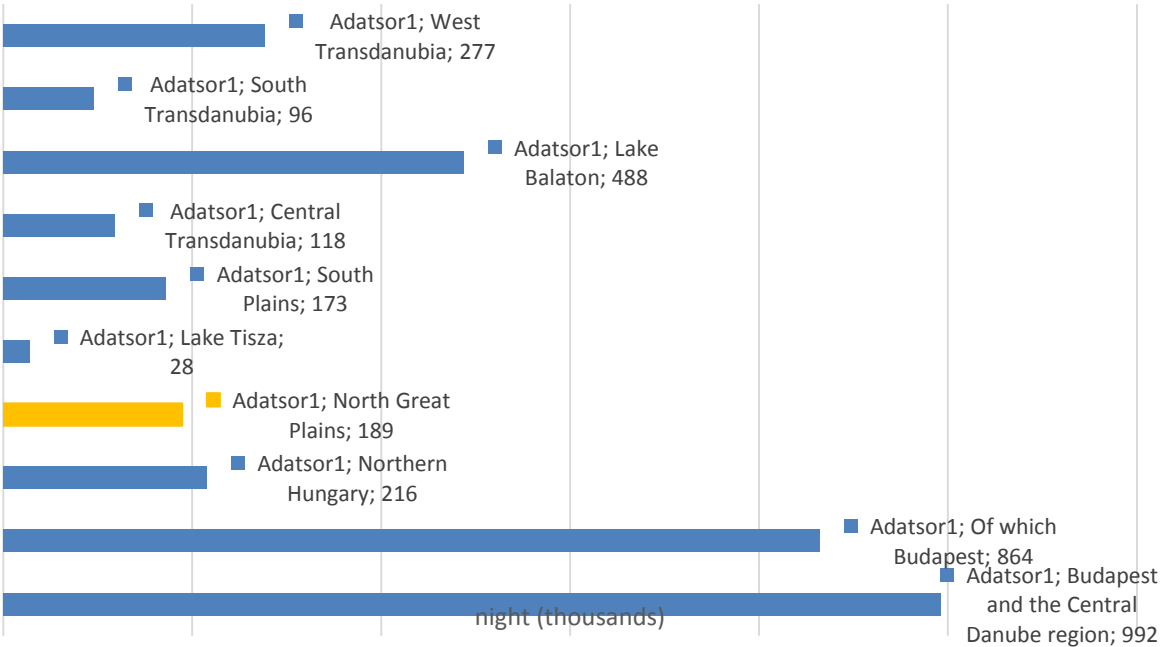
1. Introduction

The motivations of tourists have changed in recent times. As a result of this change learning, culture, sport and health have come to the fore as a motivation for travel (Bácsné et al., 2018). The demand for health tourism is constantly increasing in Hungary, especially in the Northern Great Plain region (Müller – Könyves, 2006; Müller, 2018).

The Northern Great Plain Region is one of the seven domestic statistical regions located in the northeast of the country, comprising three counties (Hajdú-Bihar, Jász-Nagykun-Szolnok, and Szabolcs-Szatmár-Bereg). Its area is almost the same as that of the Northern Great Plain tourist region, just northeast of Jász-Nagykun-Szolnok County, and the north-western tip of Hajdú-Bihar County is the tourist region of Lake Tisza. The Northern Great Plain Region is the second largest region in the country, and the second most populated in terms of population. Regions and counties also have different geographical, economic, social and socioeconomic status, so the differences are significant compared to other regions of the country. Among the micro-regions of the region, only Debrecen belongs to the dynamically developing micro-regions. Three micro-regions, Hajdúszoboszlós, Szolnok, and Nyíregyháza can be classified in the advanced stagnation category, while the remaining sub-regions of the Northern Great Plain are among the lagging behind. There are many opportunities for tourism in the region, as the most important settlements, regions and landscape protection areas are located in the region, such as Hajdúszoboszló, Hortobágy and the Tisza Lake. The region has an internationally significant thermal water supply, which plays an important role in tourism and in health tourism (Müller – Könyves, 2006; Müller-Kerényi, 2009; Müller, 2018; Müller – Bácsné, 2018; Müller et al., 2018).

Hajdúszoboszló is the motor of tourism in the region, but Debrecen and Nyíregyháza can be considered as a health tourism destination. The centre of heritage tourism is the Hortobágy National Park, and the most popular among water tourism is Lake Tisza and the settlements along the Tisza. The number of visitors to the region is 747,500 per year. There are 424,600 visitors to Hajdú-Bihar County, 173,600 to Jász-Nagykun-Szolnok County, and 149,400 visitors to the county of Szabolcs-Szatmár-Bereg each year (CSO, 2019). The role of tourism in the Northern Great Plain is an important factor, but at the same time the accommodation and catering services are lower than the national average (Figure 1) (HCSO, 2019).

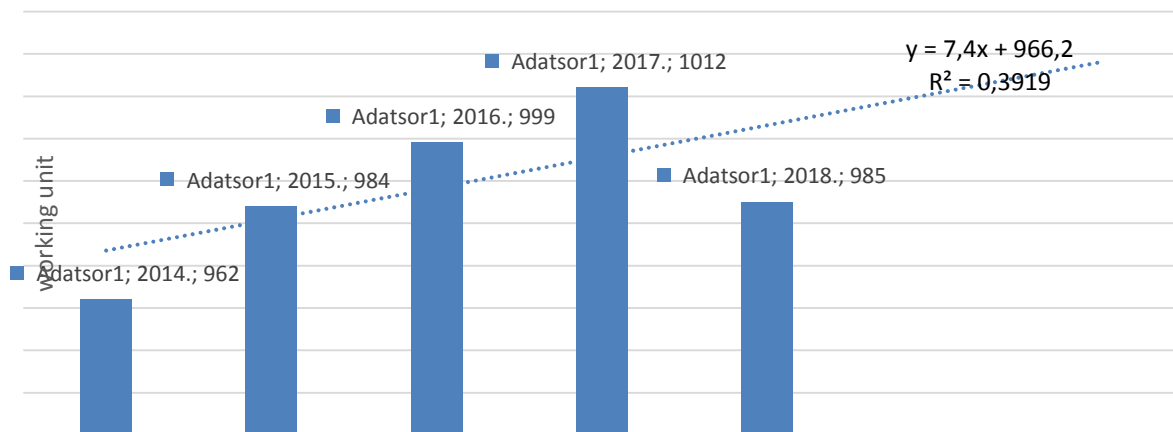
Figure 1. Number of guest nights spent in commercial accommodation by tourist region



Source: HCSO, 2019 Own editing

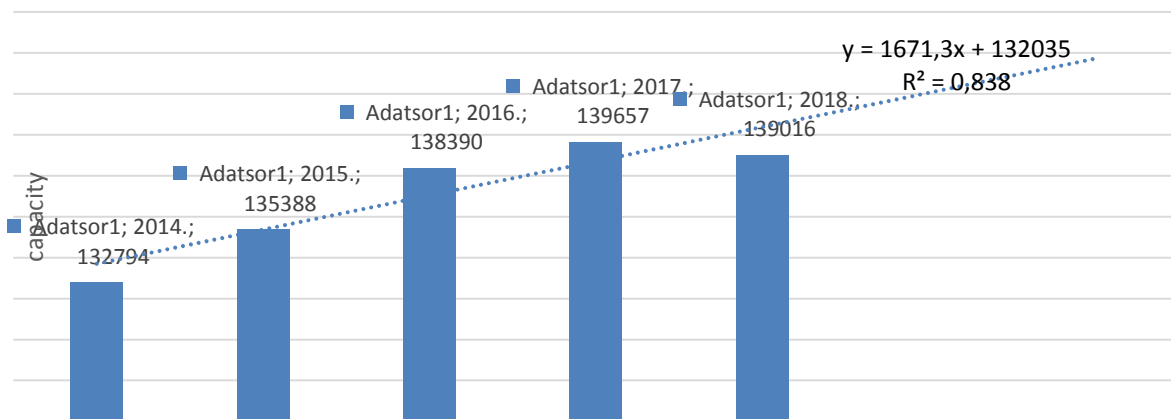
In the region, the capacity of commercial accommodation and the change in the number of available hotel accommodations, similarly to the national data, show a steady increase. However, the results of the year 2018 show a surprising decline (Figure 2-3). In recent years, between 2014 and 2017, we can also say that the number of capacity has increased (Figure 2). Of course, this depends on many factors, but this is one of the popularity of the region among tourists.

Figure 2. Changes in capacity and future trends of commercial accommodation in the North Great Plain Region.



Source: HCSO, 2019 Own editing

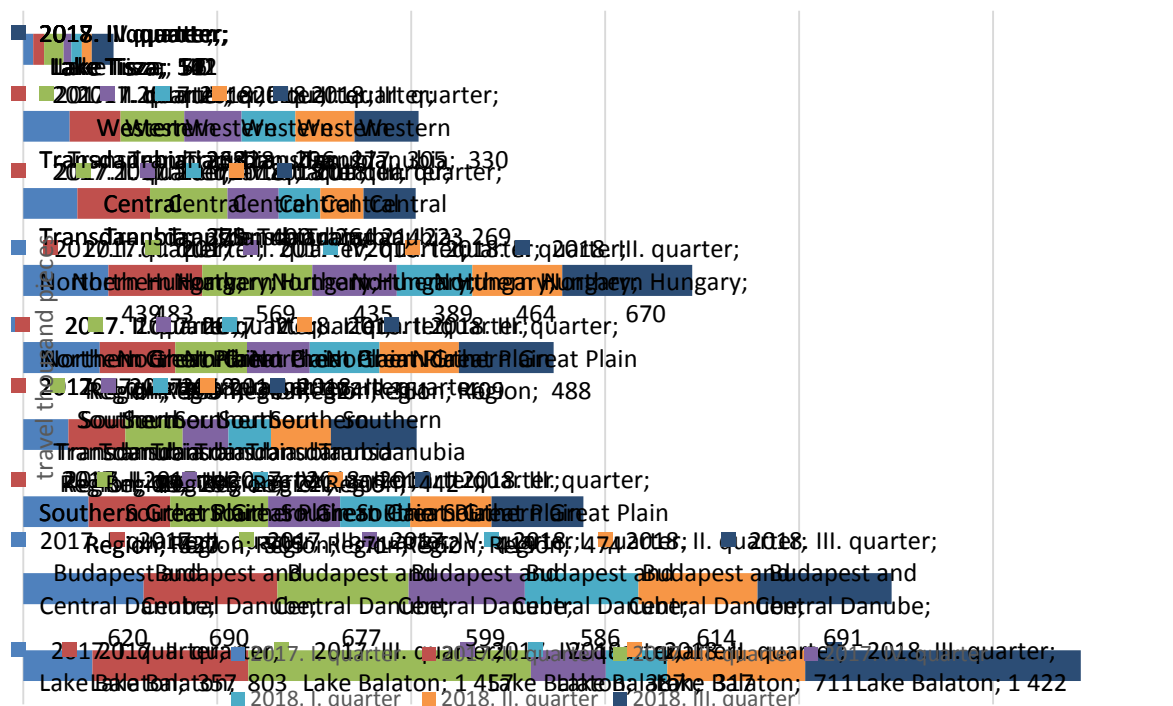
Figure 3. Changes in the number of hotel accommodations between 2014-2018 and future trends.



Source: HCSO 2019 Own editing

In the order of the regions, Balaton had the largest number of seats, but it is not surprising, as it is one of the main destinations of travel. In terms of travel, Lake Balaton is followed by the Budapest-Central Danube River, while the last one is Lake Tisza. Analysing the data for 2017 and 2018, it can be seen that the Northern Great Plain Region is located in the middle of the tourist area in terms of the destination of domestic, multi-day trips for tourism purposes (Figure 4).

Figure 4. Number of domestic, multi-day trips for tourism purposes by destination in 2017-2018



Source: HCSO 2019 Own editing

The Northern Great Plain region has enormous health tourism potential, thanks to the thermal water in the region. Thus, the role of health-spa and wellness tourism as tourism products in the region is growing and the related service offering is becoming more and more colourful (Mosonyi et al., 2013). We want to focus on this in our study. Social media and innovative IT solutions can play an important role in promoting health tourism business

2. Material and methods

In our study, both primary and secondary research were used. To review the topic, we used the latest data of the HCSO in 2019, which are available on the website of the HCSO for everyone through the STADAT system (www.ksh.hu). Data on the travel habits of the Hungarian population are derived from the HCSO questionnaire survey. Selection was based on a representative sample of 12,000 households. In addition to the analysis of secondary data, we also carried out primary research among hotels in the North Great Plain (statistical) region. Our goal is to explore the opportunities offered by the region's hotels to the public, who want to spend their holidays, relax and those who want to spend their leisure time actively. In the research, we surveyed 50 hotels (19 three stars, 30 four stars, 1 five stars) using a questionnaire and analysing their website for their services and supply elements.

3. Results and discussion

Analysing the main data of domestic, multi-day trips, according to the purpose of the trip, we find that the least is the choice of health care and wellness trips (62 000 people) (Table 1). However, in terms of the time spent there, the average stay is the second longest (6.1 days). In terms of spending on travel, it performs in the middle field (Table 1).

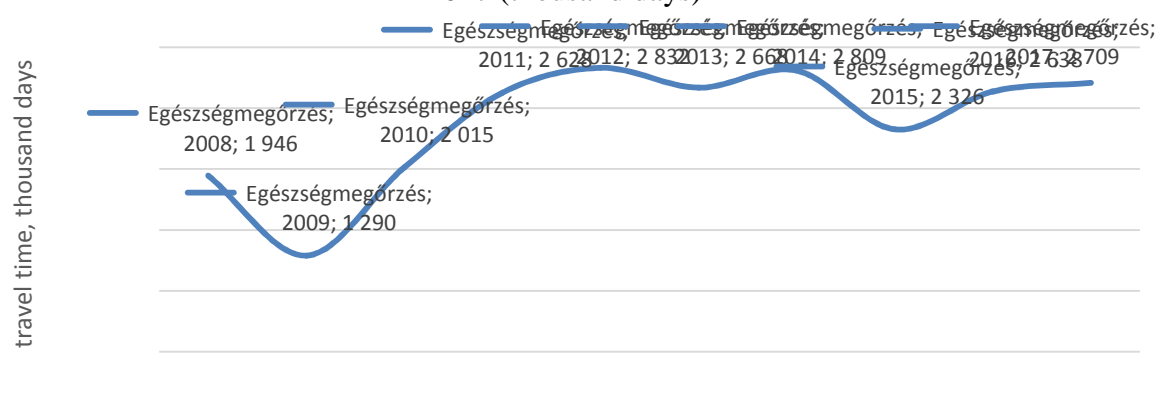
Table 1. Main data of domestic, multi-day trips for tourism

	Number of Trips thousand people	Time spent traveling, thousands of days	Average residence time, day	Expenditure on travel, million HUF
fun, relaxation	3 003	17 207	5,7	119 812
relative, friend, friend visiting	1 460	6 131	4,2	13 960
school study trip, camp	67	433	6,5	1 855
health preservation, wellness	62	380	6,1	3 493
cultural event, sports event	77	293	3,8	1 912
hobby work	105	562	5,3	1 013
official journey	54	153	2,8	1 540
active recreation, sports	69	195	2,8	769

(Source: HCSO 2019 Own editing)

Health tourism, as mentioned before, plays an important role in tourism development in Hungary, as one of our most important tourism products (Müller 2018). According to the data of the Central Statistical Office (2019), the number of days spent on health-promoting multi-day domestic journeys increased compared to 2008 after the fall of 2009 and 2015. The development of health tourism throughout the country is also evidenced by the fact that while in 2008 the number of days spent on domestic health promotion was 1 946 030 days, by 2017 the number of trips was close to three million (2 708 668 days). As a result of the pursuit of a health-conscious life, there is a growing need to spend leisure time with a health-promoting purpose, which is reflected in the results, as shown by the increase in the number of domestic trips for this purpose over several days (Figure 5).

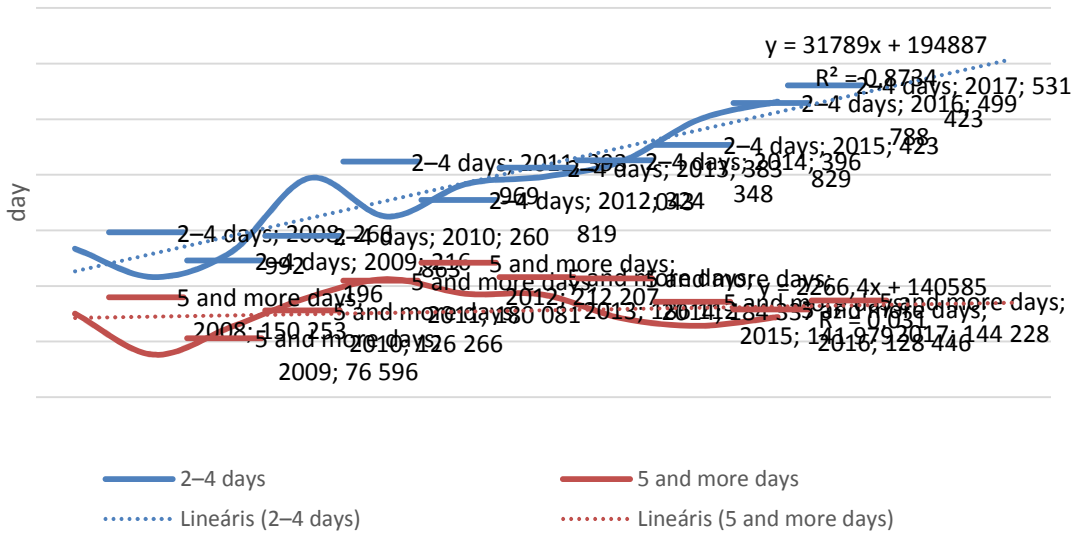
Figure 5. Number of days of domestic travel for health preservation over the period 2008-2017 (thousand days)



Source: CSO 2019 Own editing

Multi-day trips can be divided into two groups, 2-4 nights, and 5 nights or more. Looking at the duration of multinational travel (2-4, and above 5) for health preservation, we can say that shorter-distance trips are preferred (Figure 6).

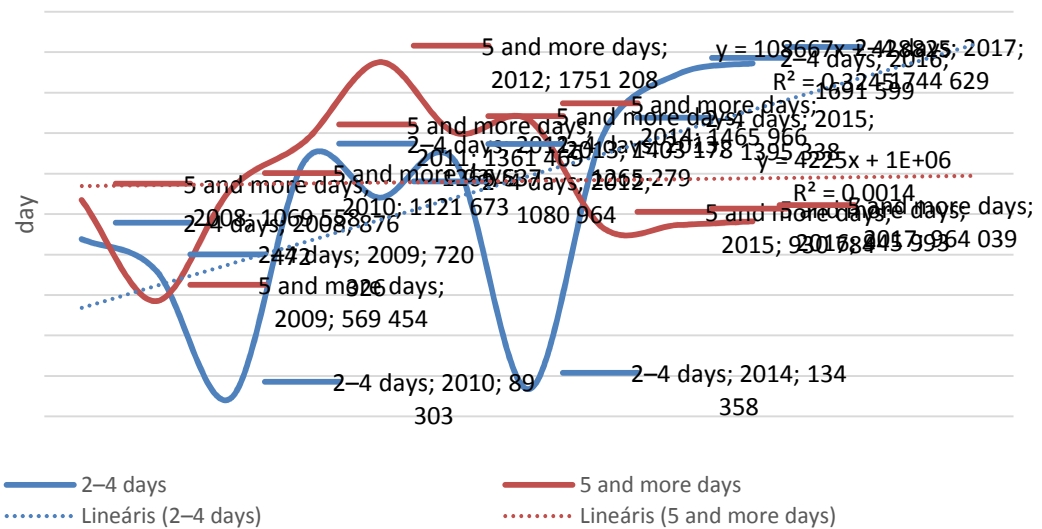
Figure 6. Changes in the duration of multinational travel for health days (2-4 and over 5) in 2008-2017, future trends



Source: CSO 2019 Own editing

In the case of taking the number of participants on the trip as the basis for the study, we can see that after 2014 the number of people choosing to travel for several days has been changed. While from 2008 to 2014, 5 days and longer trips were more preferred, more people chose, while in the subsequent period, most people prefer to travel for shorter periods (Figure 7).

Figure 7. Data on the number of domestic trips (2-4 and over 5) for health preservation and future trends



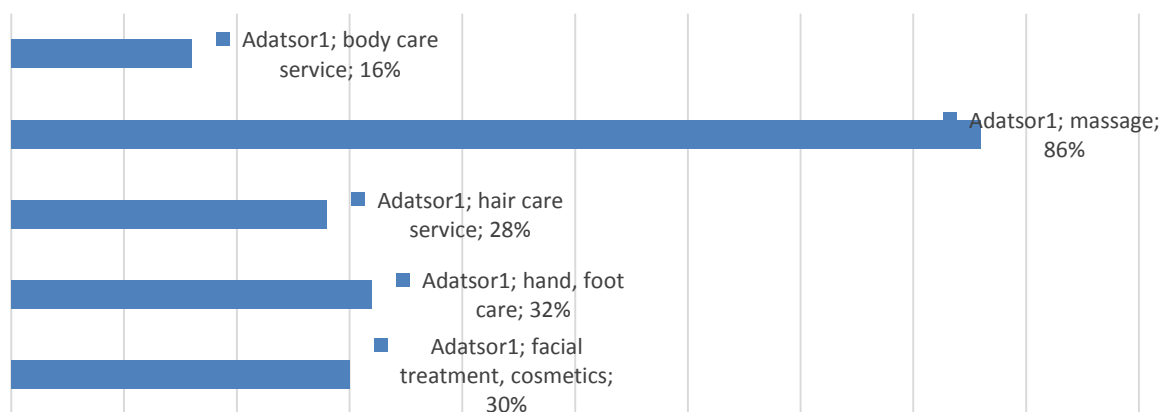
Source: CSO 2019 Own editing

As people's health relationship has changed, individual responsibility has increased for their own health, so the needs of the target audience for health-related travel have also changed. Health, relaxation in surroundings of free time spending during the holidays, becomes an increasingly important factor (Lengyel, 2015; Csörgő et al., 2013). All of these demands from the guests motivate service providers not only to increase the reception capacity of commercial accommodations, but also to improve its quality services. There are hardly any hotels with no

of the hotels here. The number of swimming pool services in the examined hotels is outstanding, which is also due to the conditions. 70% of the hotels have at least one indoor pool or swimming pool, 68% have a hot tub, 46% have an outdoor swimming pool, a swimming pool, while 26% of the hotels have a bath or a slide.

Thanks to the tourist infrastructure and service development related to the target groups, 84% of the hotels have a sauna, 74% Finnish, and 60% have an infrared sauna service. As there is a growing demand for beauty, body and soul maintenance for wellness tourism, this is what the hotels portfolio has to offer. The various types of massage are the most common, with 86% of hotels offering this type of service, while facial care services (cosmetic treatments) account for 30% of hotels, 32% of hand and foot care, 28% of hair care, and other body care services (body wraps), ultrasonic body treatment, Bemer therapy, rehabilitation treatment, light therapy, mud treatment) 16% (Figure 8).

Figure 9. The types of hotel services



(Source: own research Own editing)

4. Conclusion

As a result of health tourism developments, it has become necessary to improve the quantity and quality of commercial accommodations. Healthy lifestyle services - massage, infrared sauna, water services, beauty treatments, light and magnet therapy - contribute to the complete relaxation of guests. Health trips in Hungary, the latest research shows that journeys of 2-4 days are more frequent. Most people prefer to travel for shorter periods, and this is expected in the future according to the linear forecasting trend. In terms of future linear trends in the capacity of commercial accommodations, we can say that in the future there will be no dramatic increase in the number of accommodations, although the growth is linear both in terms of operating units and capacity, but in the expansion of services and the extensive development of existing supply.

Acknowledgements

The study was prepared under the EFOP-3.6.2-16-2017-00003 „Sport-, Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása”.

REFERENCES

- Az Észak-Alföldi Régió Gyógy- és Termálfürdőinek Stratégiai Fejlesztését Megalapozó Fókusztanulmány Debrecen 2010 <https://docplayer.hu/1009822-Az-eszak-alfoldi-regio.html> (2019.01.22)
- Barta G., Pálincás R. & Müller A. (2011): The Role of the Saliris Thermal Spa's bath in the tourism and recreation. *Acta Academiae Agriensis Nova Series Tom-Sectio Sport* 38. 5-13.
- Czeglédi L. (2007): IT kompetenciák az információs társadalomban: Haladunk vagy maradunk? In: Lehoczky László Kalmár László (szerk.) *microCAD 2007, M szekció: 27. International Scientific Conference*. 246 p. Miskolci Egyetem Innovációs és Technológia Transzfer Centrum, 2007. 25-30.
- Csörgő, T.; Bíró, M.; Kopkáné, P.J.; Müller, A. (2013): Masszázsterápia hatásának vizsgálata hatvan év feletti nők körében. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 40 pp. 5-16. , 12 p. (2013)
- Dobay B. & Bendíková E. (2014): Športové a rekreačné aktivity v životnom štýle dospelých. *Exercitatio Corporis–Motus–Salus* 2014. roč. 6, č. 2, pp. 19-31. ISSN 1337-7310
- Hidvégi P., Bíró M. (2015). *Egészségfejlesztés. A rekreáció elmélete és módszertana 2*. Eger: Líceum Kiadó, 2015. 25 p.
- Hungarian Central Statistical Office (2019): <http://www.ksh.hu/teruleti> (2019.01.22)
- HUNGARY 2015 (Magyarország 2015): KSH 2016 <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/mo/mo2015.pdf> (2019.01.22)
- Kerényi E. Müller, A. Szabó R. Mosonyi A. (2010): Bath Research in the Transdanubian Region in Hungary. *Gazdasági élet és társadalom*. I-II. kötet. 164-173.
- Kerényi, E; Müller, A; Szabó, R ; Mosonyi, A (2009). Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal and Experiences bath according the guest's satisfaction. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország* pp. 56-67. , 12 p.
- Könyves E. Müller, A. Ködmön J. (2013): *Az egészségturizmus fókuszai. Jegyzet*. Debreceni Egyetem Kiadó, Debrecen, University Press. 249.p.
- Lengyel A. (2015): Mindfulness and sustainability: utilizing the tourism context. *Journal of Sustainable Development*, 8(9), 35.
- Magyarország turisztikai régiói (2011): <http://www.eturizmus.pte.hu/szakmai-anyagok/Magyarorsz%C3%A1g%20idegenforgalmi%20r%C3%A9gi%C3%B3i/book.html#d6e4473> (2019.01.23)
- Müller, A ; Kerényi, E (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország* (2009) pp. 11-19. , 9 p.
- Müller, A.; Könyves, E. (2006): Az egészségturizmus lehetőségei az Észak-alföldi régióban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 33 pp. 132-143. , 12 p. (2006)
- Mosonyi A., Lengyel A., Müller A. (2013): Branding potential of spas in the Northern Plain and the Mid-Transdanubian Regions. *Abstract*. Vol.4-5.num. http://ageconsearch.umn.edu/bitstream/187514/2/13_Mosoni.pdf (2019.01.23)
- Müller A. (2018): Health tourism in Hungary. In *Sport science in motion : proceedings from the scientific conference=[Športová veda v pohybe: recenzovaný zborník vedeckých a odborných prác z konferencie]*. *Mozgásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról*. Komárno, Szlovákia : Univerzita J. Selyeho, 2018, p. 8 - 15.
- Müller A. Kórik V. (2009): Az Észak-alföldi fürdők szerepe a turizmusban és a rekreációban. *Economica* 2. 58-72.

Müller A., Barcsák B., Boda E. (2016): Health tourism the cavebath of Miskolctapolca. György Juhász, Enikő Korcsmáros, Erika Huszárik (ed.) Korszerű szemlélet a tudományban és az oktatásban. Gazdaságtudományi szekció: Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Univerzity J. Selyeho – 2016 „Súčasný aspekt vyedy a vzdelávania”. Sekcie ekonomických vied. 233-245.

Müller A.; Bácsné B. É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület, 2018, 96 p.

Müller A.; Pfau C.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Borbély A.; Pető K. (2018): A gyógy-, wellness- és sportszolgáltatások fejlesztési lehetőségei a gyógyturizmusban egy hazai kutatás tükrében. International Journal of Engineering and Management Sciences / Műszaki és menedzsment tudományi közlemények, 3(4), 101-114.

Müller, A. Szabó, R.; Kerényi, E.; Mosonyi, A. (2009):Füüdőkutatás a Középdunántúli régióban. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 36 pp. 77-87. , 11 p. (2009)

Ráthonyi G. (2013): Influence of social media on tourism – especially among students of the University of Debrecen. Abstract - Applied Studies In Agribusiness And Commerce 7(1), 105-112.

Ráthonyi G., Ráthonyi-Odor K. (2017): Innovatív mobiltechnológiai megoldások a turizmusban. Acta Carolus Robertus: Károly Róbert Főiskola Gazdaság- És Társadalomtudományi Kar Tudományos Közleményei 7(2), 161-180.

Ráthonyi G.; Ráthonyi-Odor K.; Müller A. (2016): Turisták közösségi média használata az utazás során. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 43: Különszám pp. 213-233., 21 p. 17_1. pdf

MAGYAR NYELVŰ TANULMÁNYOK

PROCEEDINGS IN HUNGARIAN

SPORTOLÁST BEFOLYÁSOLÓ TÉNYEZŐK FELTÁRÁSA A JÖVŐ MUNKAVÁLLALÓI GENERÁCIÓJA TEKINTETÉBEN – ESSETTANULMÁNY A DE-GTK HALLGATÓI KÖRÉBEN

DISSEMINATION OF FACTORS INFLUENCING SPORTS IN THE CONTEXT OF
GENERATION OF FUTURE EMPLOYEES - STUDY IN THE DE-GTK HEADER

MADARÁSZ TAMÁS tudományos munkatárs

Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar

DAJNOKI KRISZTINA egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar

FENYVES VERONIKA egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar

BÁCSNÉ BÁBA ÉVA egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

Regular exercise with healthy eating is one of the pillars of a healthy lifestyle. Physical activity has special advantages: it improves the general, circulatory and respiratory status of the body, lowers blood pressure, blood fat, blood sugar, cholesterol, improves the condition of our bones, muscles and joints. Movement also promotes weight loss by burning fat deposits. It's intense motion raises the metabolism, its effect can last up to 2-3 days there may be. This means that you will have more energy we burn when we are not moving. If only diet we are trying to reduce our weight with constraints, then it is your metabolism will be lower and your weight loss may be available. Even three weekly tournaments are enough to keep your metabolism down and continue to lose weight. The movement helps to control appetite. Slowing metabolism – fasting – is a sign of old age while accelerating metabolism rejuvenates our body and even harmful substances leave it sooner. The movement reduces stress, so a stress-eating and eating good sleep.

1. Bevezetés

A Debreceni Egyetem az elmúlt években tapasztalható sportinfrastruktúra fejlesztéseknek köszönhetően az ország legsportosabb egyetemei közé emelkedett. A különböző sporttal kapcsolatos intézkedéseknek köszönhetően a hallgatóknak számtalan lehetőség áll a rendelkezésükre a rendszeres testmozgás tekintetében. A modern, minden igényt kielégítő sportlétesítmények igénybevételéhez az egyetem – ösztönző jelleggel – anyagi támogatást nyújt a diákoknak kedvezmények formájában. Jelen kutatásban azt vizsgálom, hogy a Gazdaságtudományi Karon tanulók milyen arányban végeznek rendszeres testmozgást (legalább hetente egyszer). A felmérés során megvizsgáltam, hogy a rendszeres testmozgást végzők és az egyáltalán nem sportoló hallgatók hányadik évfolyamba járnak, milyen szakon tanulnak és milyen a jelenlegi élethelyzetük.

2. Szakirodalmi áttekintés

Mára már a témával foglalkozó kutatásoknak köszönhetően elmondhatjuk, hogy a fizikai testmozgás mára éppúgy szerves biológiai szükséglet, mint az alvás vagy az étkezés. Pfau et al.

(2018) szerzőtársaival kiemeli, hogy „*az egészséges táplálkozás és a rendszeres testmozgás az egészséges életmód két kiemelten fontos pillére.*” Bácsné et al. (2017) kimondta, „*hogy egyre több, a halálozási okok tekintetében élén járó betegség esetében (szív- és keringési, daganatos megbetegedések, kettős típusú diabétesz stb.) megállapították, hogy létrejöttükben a mozgáshiány is szerepet játszik.*” Ezen betegségek mellett Deutsch – Gergely (2015) vizsgálataikban kimutatták, hogy a szintén modernizációs népbetegségnek betudható depresszió megelőzésére is jó alternatívaként szolgálhat a rendszeres testmozgás. A szerzők kiemelik továbbá, hogy a stressz leküzdési formái közül a sport és a mozgás az első öt leggyakrabban használt módszer között található.

Ezekon túl még több kutatás is megerősítette, hogy a rendszeres fizikai aktivitás csökkenti a kardiovaszkuláris betegségek kockázatát (Juhász et al., 2015) vagy a mentális betegségeket egyaránt (Simon et al., 2018).

Gábor (2004) szerint a fiatalok életmódjában számos jelentős változás következett be, mely egy úgynevezett „*ifjúsági korszakváltást*” eredményezett. A fiatalok manapság már sajátos társadalmi csoportokat alkotnak, hiszen Csákó (2004) szerint társadalmi-és kulturális szokásaik, fontosnak tartott értékeik, magatartási normájuk, életmódjuk és az étellel kapcsolatos stratégiáik jelentősen eltérnek a különböző társadalmi csoportokétól. Homogenitásuk azonban már nem ennyire egyértelmű, hiszen a jövővel kapcsolatos terveiket, társadalmi elhelyezkedésüket vagy akár a fogyasztói szokásaikat vizsgálva azt tapasztaljuk, hogy ezen tényezők mentén kisebb-nagyobb csoportokra bonthatók.

Az egyetemisták a jövő értelmiségi munkavállalói, akik mintaként szolgálhatnak sokak számára, emiatt ők különleges helyzetben vannak az ifjúságon belül (Bourdieu, 1991).

Kozma et al. (2015) szerint „*a férfiak, valamint a fiatalabb korosztály tagjai többet sportolnak.*” Tanulmányában kiemelte még, hogy a magasabb iskolai végzettséggel rendelkezők – főleg, ha nagyobb városban élnek – gyakrabban fordítanak időt a tudatos sportolásra, mint a népesség azon tagjai, akik kevésbé képzetek, kisebb településeken élnek vagy esetleg alacsonyabb társadalmi státuszúak. Müller és munkatársai (2011) főiskolai hallgatók mintáján szintén ezt az eredményt erősítette meg, hogy a fiúk többet sportolnak szabadidejükben, valamint a nemek preferenciarendszer eltérően alakul, a lányok az aerobic mozgásprogramot, a fiúk a labdajátékokat választják szívesebben.

Az egészséges életmód során olyan életformát folytatunk, amely csökkenti a súlyos betegség vagy a korai halálozás kockázatát. A tudomány mai állása szerint nem minden betegség megelőzhető, de a halálesetek nagy hányada, különösen a koszorúér-betegség és a tüdőrák okozta elhalálozás, elkerülhető. A tudományos tanulmányok bizonyos viselkedési típusokat azonosítottak, amelyek hozzájárulnak a nem fertőző betegségek és a korai halál fejlődéséhez. Az egészség a fizikai, szellemi és szociális jólét köré csoportosul, nem csak a betegségek elkerülése a célja. Az egészséges életmód biztosítása érdekében a WHO (World Health Organization) sok gyümölcs-és zöldségfogyasztást javasol, ezáltal csökkentve a szervezetben lerakódó zsírt, cukrot és sót. Az egészséges táplálkozás mellett a rendszeres fizikai aktivitás – például a gyaloglás, a kerékpározás vagy a tánc – jelentős előnyökkel jár az egészség tekintetében. Csökkentheti a szív- és érrendszeri betegségek, a cukorbetegség és a csontritkulás kockázatát, segíthet a testsúly szabályozásában és elősegítheti a mentális jólétet.

A fizikai aktivitásban való részvétel növeli a szocializáció, a hálózatépítés és a kulturális identitás lehetőségeit. A fizikai aktivitás pozitív hatással van a közösségre és a társadalomra a társadalmi interakció és kohézió előmozdításával.

Különösen a gyermekek és a fiatalok körében a sport és más fizikai tevékenységek hozzájárulnak a felhatalmazáshoz és az önbizalomhoz. A fizikai aktivitás továbbá segít megelőzni és ellenőrizni a kockázati magatartást, mint például a dohány, az alkohol és más anyagok használata, az egészségtelen étrend és az erőszak.

A fizikai aktivitás előmozdítása szintén pozitív hatást gyakorol a környezetre. Például a gyaloglás és a kerékpározás előmozdítása a motorizált közlekedés használatával csökkenti a forgalmi torlódásokat, a levegő és a zajszennyezést, valamint a fosszilis tüzelőanyagok fogyasztását (Caspersen et al., 1985).

Az aktív élet minden korosztály számára előnyös. Különösen fontos a gyermekek (Müller et al., 2017b) és a fiatalok egészséges fejlődése szempontjából, és az aktív öregedés drámai különbséget tesz az idősebb emberek jólétében.

A minőségi kikapcsolódás lehetősége létfontosságú minden ember egészségének és személyes fejlődésének szempontjából, függetlenül a nemtől, a funkcionális képességtől, a kulturális háttértől, az életkortól vagy a társadalmi-gazdasági helyzettől.

A rendszeres fizikai aktivitás a munkahelyi termelékenység növelésével is előnyös lehet a közösségek és a gazdaságok számára; alacsonyabb munkavállalói távollét és forgalom; és jobb teljesítmény az iskolákban. Számos országban az egészségügyi kiadások jelentős hányadát a közös nem fertőző betegségek kezelésének költségei okozzák, amelyek nem megfelelő fizikai aktivitással járnak. A fizikai aktivitás előmozdítása rendkívül költséghatékony és fenntartható közegészségügyi beavatkozás lehet. A világ vezető vállalatai az elmúlt években felismerték, „*hogy a munkakörnyezet és a munkahelyi légkör, a személyes, és szervezeti jólét legfontosabb biztosítója az egészséges munkaerő. Az egészséges munkaerő biztosítása és megtartása mind egyéni, azaz munkavállalói, mind szervezeti, azaz céges érdeké vált*” (Bácsné et al., 2017).

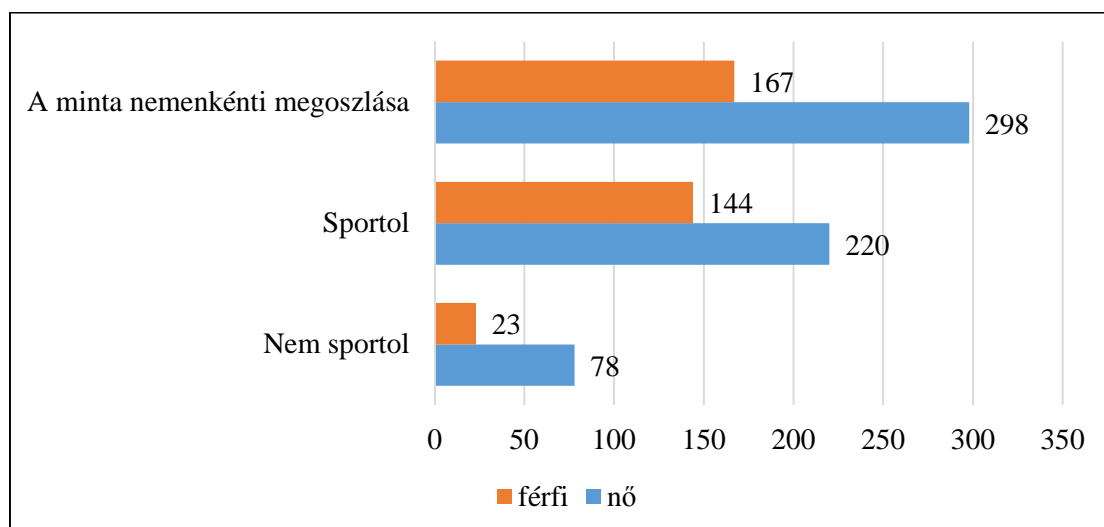
Az egészségbiztosításának egyik záloga a mozgás, a rendszeres fizikai aktivitás. E tekintetben van még tennivaló, hiszen a sportról és a testmozgásról szóló legutóbbi 2018-as Eurobarometer felmérés szerint az európai uniós polgárok 46%-a sosem sportol, míg 40%-uk hetente egyszer mozog.

3. Anyag és módszer

Kutatómunkám során kvantitatív módszerrel gyűjtöttünk adatokat a Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar hallgatói körében. A kérdőíves módszerrel 500 főt kérdeztem meg, amely mintából 465 volt értékelhető és felhasználható. A kvantitatív felmérés eredményeit az SPSS 25.0 programcsomag segítségével dolgoztam fel.

A vizsgálatban a kitöltők nemenkénti aránya jelentős eltolódást mutat a nők irányába, hiszen 298 nő (64%), és 167 férfi (36%) válaszolt a kérdésekre. Az 1. ábra adatait vizsgálva láthatjuk, hogy 364 fő (78%) rendszeresen – hetente legalább egyszer – végez testmozgást.

1. ábra. A megkérdezettek nemi eloszlása és a minta sportolási hajlandósága nemenkénti bontásban

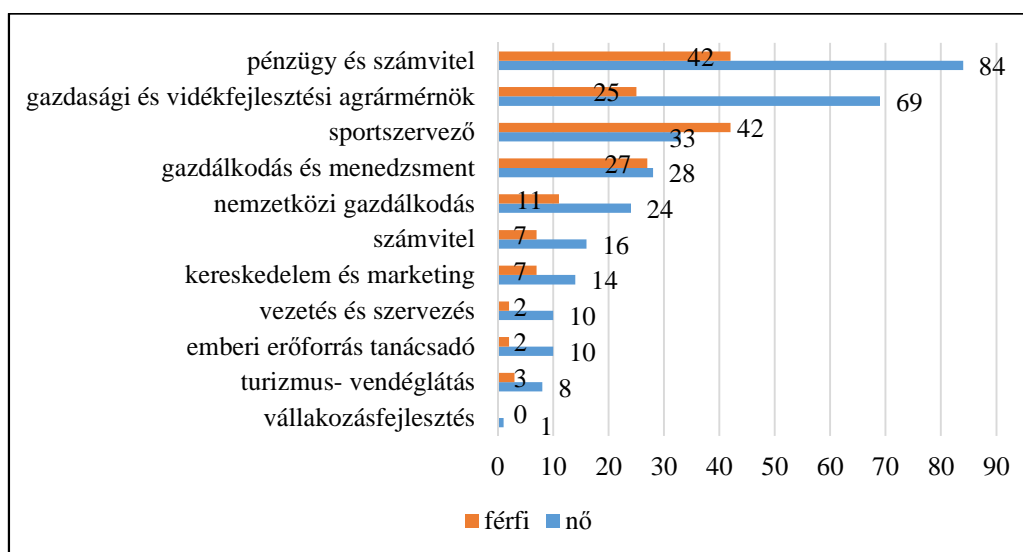


Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Látható, hogy a korábbi Kozma et al. (2015) kutatáshoz hasonlóan jelen vizsgálatban is a férfiak sportolási hajlandósága a magasabb. A mintában található férfiak 86%-a (144 fő) végez testmozgást, míg ezzel szemben a felmérésben szereplő nők közül 74% (220 fő) mozog hetente legalább egyszer.

A kitöltők szakonkénti nemi eloszlását mutatja a 2. ábra. A minta kitöltői közül a pénzügy számvitel szakirányon tanulók aránya a legmagasabb (27%, 126 fő). A gazdasági és vidékfejlesztési agrármérnök hallgatók 94 fővel (20%) képviselték a mintát. A sportszervező szakirány diákjai 75 fővel (16%) bővítették a vizsgálatot. Érdeemes megjegyezni, hogy az összes vizsgált szakirány tekintetében csak a sportszervezőknél tapasztalható férfi többség a kitöltők között.

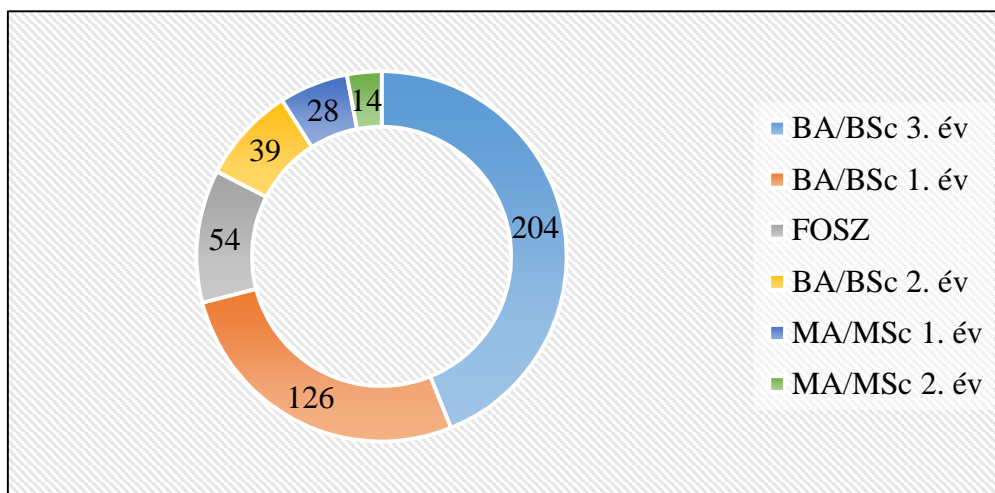
2. ábra. A megkérdezettek nemi eloszlása szakirány alapján



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Az évfolyamok tekintetében a 3. ábrán láthatjuk, hogy 204 fő (44%) harmadéves alapképzésben résztvevő hallgató. 126 fő (27%) első éves egyetemista, míg 54 fő (12%) valamilyen felsőoktatási szakképzésben tanul. 39 fő (8%) másodévfolyamon tanul az alapképzésben. A minta 9%-a (42 fő) tanul mesterképzésen.

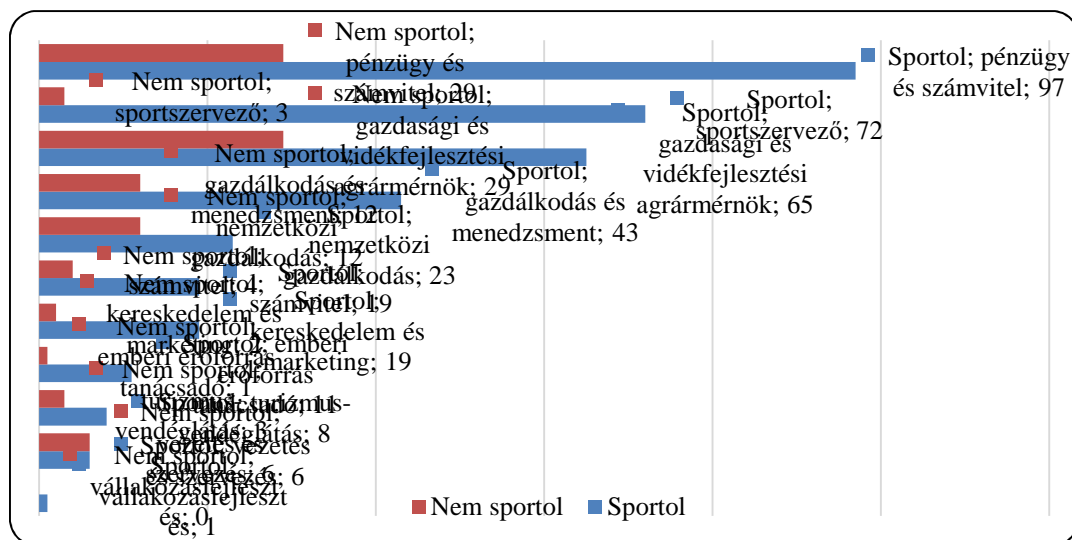
3. ábra. A minta megoszlása évfolyamok alapján



4. Eredmények

A kutatás során megvizsgáltam továbbá, hogy a felmérésben szereplő Gazdaságtudományi Karra járó hallgatók hogyan viszonyulnak a sporthoz a választott egyetemi szakjuk alapján. A szakokra járó kitöltőket a szakirányuk alapján 100%-os mintának tekintem, így megállapítottam, hogy a pénzügy és számvitel szakra járók (126 fő) közül 23% (29 fő) nem sportol. Az adatokat a 4. ábra szemlélteti.

4. ábra. A megkérdezettek sportolási hajlandósága szakirány alapján

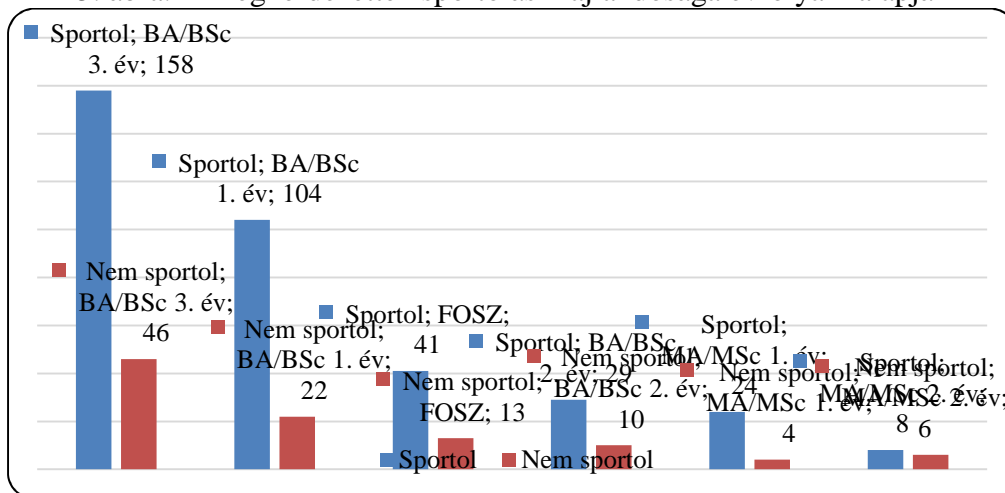


Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A sportszervező szakon tanulók (72 fő) közül összesen csak 3 fő (4%) az, aki nem sportol, mely pozitív eredmény betudható a szak sporthoz való kapcsolódásának is. A gazdasági és vidékfejlesztési agrármérnök szakos diákok (94 fő) 31%-a (29 fő) nem végez testmozgást. A gazdálkodás és menedzsment szakra járók (55 fő) 22%-a (12 fő) egyáltalán nem sportol.

Ha évfolyam szerint vizsgáljuk a sportolási hajlandóságot, akkor megállapíthatjuk, hogy a BA/BSc 3. évfolyamos hallgatók (204 fő) közül 23% (46 fő) egyáltalán nem sportol. A BA/BSc 1. évfolyamos diákok (126 fő) 17%-a (22 fő) nem végez semmilyen sporttevékenységet. a felsőoktatási szakképzésekben résztvevő tanulók (54 fő) 24%-a saját bevallása alapján egyáltalán nem mozog. Arányaiban nézve a másodévfolyamos alapkézésre járó hallgatók 24%-a, illetve a másodévfolyamos mesterszakos hallgatók 43%-a egyáltalán nem mozog, amely a legrosszabb mutatóknak tekinthető a mintában.

5. ábra. A megkérdezettek sportolási hajlandósága évfolyam alapján

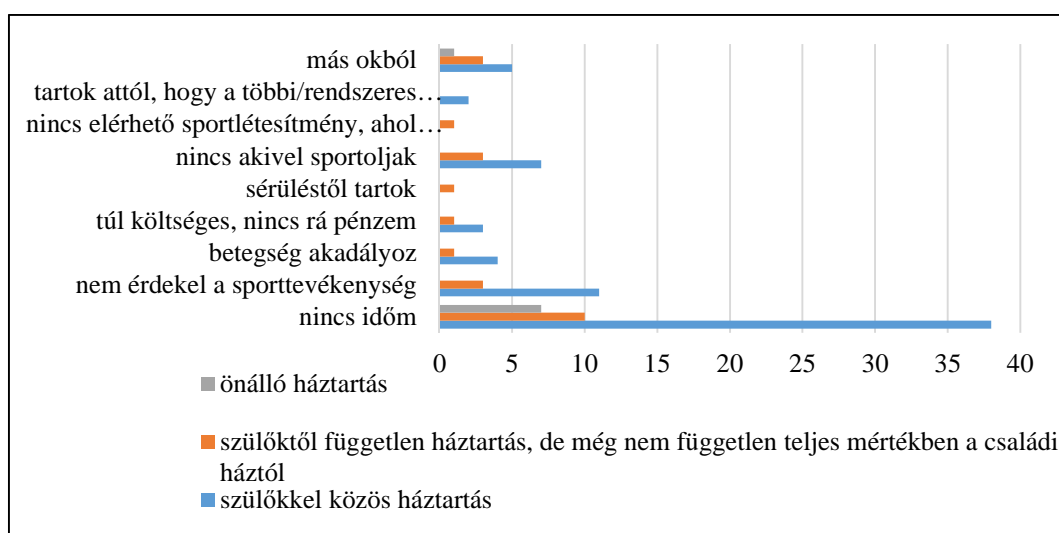


Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A vizsgálat során a nem sportoló válaszadóknak (101 fő) meg kellett indokolniuk, hogy miért nem végeznek rendszeres testmozgást. A 6. ábrán látható, hogy a legtöbb nem sportoló kitöltő a szüleivel közös háztartásban él (70 fő), ami a nem sportoló minta tekintetében 69%. Az önálló háztartásban és ugyan a szülőktől külön, de a családi háztól még nem függetlenül élők között is a „nincs időm” állítás volt a legnépszerűbb (55 fő, 54%).

A második legnépszerűbb távolmaradási oknak a „nem érdekel a sporttevékenység” állítást jelölték meg a kitöltők (14 fő). Ha elemezzük az ezt a tényezőt megjelölő válaszadók élethelyzetét láthatjuk, hogy 10 fő a szüleivel él, a további 3 pedig külön lakik, de a családi háztól függ.

6. ábra. A nem sportoló válaszadók sportolástól való elzárkózásának okai az aktuális élethelyzetük tekintetében

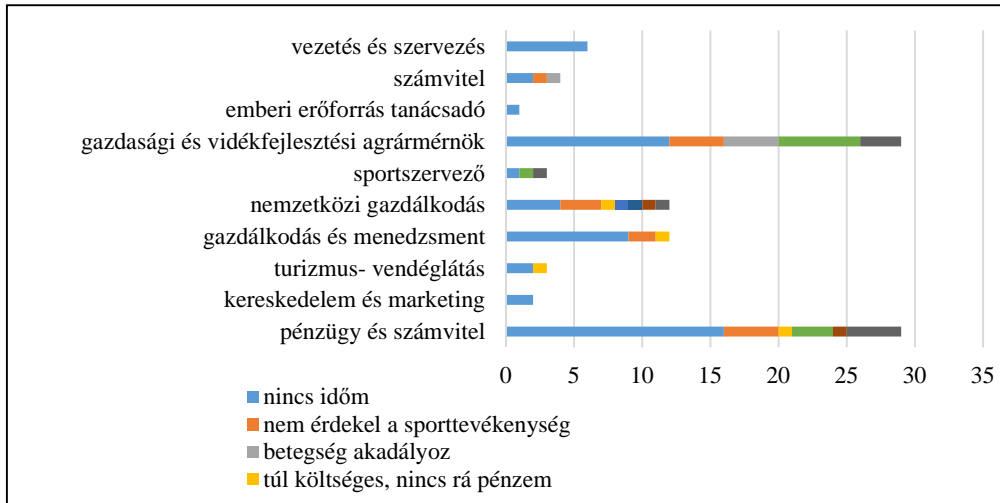


Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A 7. ábra a nem sportolókat szemlélteti a választott egyetemi szakirányuk alapján. Ahogy az előző ábrán is láthattuk, a leginkább általános távolmaradási ok a „nincs időm”, amely

leginkább a pénzügy és számvitel szakosokra volt jellemző (16 fő). A gazdasági és vidékfejlesztési agrármérnök szakirány hallgatói közül 12 fő jelölte meg ezt az állítást.

7. ábra. A nem sportoló válaszadók sportolástól való elzárkózásának okai a szakirányuk alapján

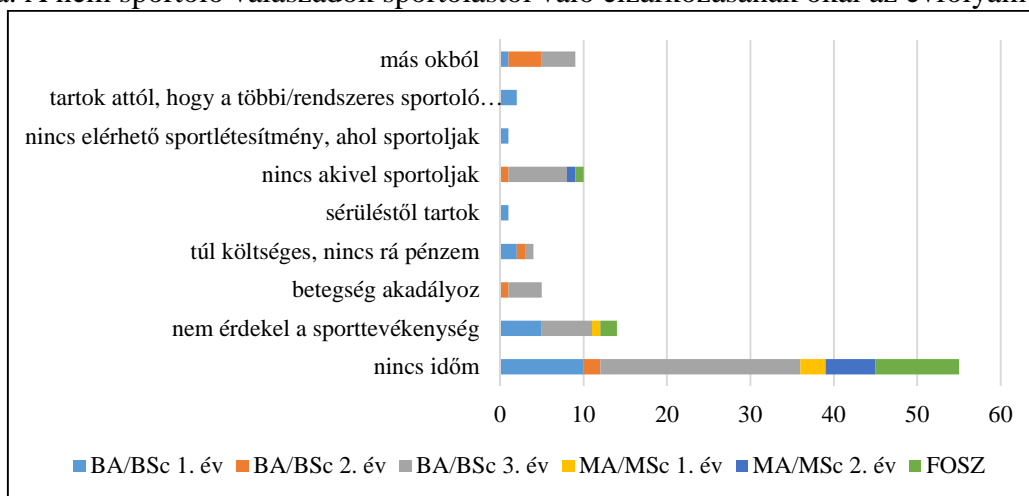


Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Egyaránt 4-4 fő nyilatkozott úgy, nem érdekli a sporttevékenység, míg a mintában szereplő gazdasági és vidékfejlesztési agrármérnök szak hallgatói közül 4 fő jelölte meg azt a lehetőséget, hogy valamilyen betegség akadályozza. Szintén ezen szak hallgatói közül 6 fő úgy nyilatkozott, hogy nincs kivel sportoljon. Ez a szám a pénzügy és számviteleseknél valamivel kevesebb volt (3 fő).

A nem sportoló hallgatók sporttól való elzárkózásának az okát évfolyamonkénti bontásban a 8. ábra szemlélteti. Látható, hogy leginkább a harmadik évfolyamos alapképzésben tanuló hallgatók azok, akiknek nincs idejük sportolni (24 fő). Kiemelkedő még a felsőoktatási szakképzésben és az első évfolyamos alapképzésben tanulók száma (10-10 fő), akik szintén a „nincs időm” lehetőséget jelölték meg.

8. ábra. A nem sportoló válaszadók sportolástól való elzárkózásának okai az évfolyam alapján



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

5. Összegzés

Kutatásomban egy 465 fős vizsgálati mintán mutattam be a Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Karán tanuló hallgatók sportolással kapcsolatos attitűdjét. Megállapítottam, hogy a kitöltők nagytöbbsége (78%) legalább hetente egyszer végez valamilyen testmozgással járó tevékenységet.

A korábbi hasonló témájú kutatásokkal megegyezően jelen vizsgálatban is a férfiak bizonyultak aktívabbnak a fizikai aktivitás tekintetében. Az egyetemen található szakok közül arányaiban a sportszervező szakosak (96%) sportoltak a leggyakrabban.

A legsportosabb évfolyam az első évfolyamos BA/BSc szakos hallgatók bizonyultak. Közülük 83% sportol heti rendszerességgel. Arányaiban a legkevésbé sportos évfolyamnak a második MA/MSc-s korosztály vallotta magát, hiszen közülük 43% egyáltalán nem végez fizikai testmozgást.

A mintában 101 fő egyáltalán nem mozog. Közülük a legtöbben 55 fő (54%) nyilatkozott úgy, hogy azért nem sportol, mert nincs rá ideje. A nem sportolók közül a legtöbben a szüleivel él egy háztartásban.

A szabadidő sport fogyasztásában megjelennek azok a trendek, melyek az egészség megőrzésén és rendszeres mozgásigény kielégítésén túl, az élményt, kihívást, újszerű mozgásformát biztosítják a fogyasztóknak (Müller. et. al. 2008, Müller et. al. 2017 a, Boda et. al. 2018, Müller et. al. 2018). A sportkínálat fejlesztése napjaink szabadidős trendjeinek megfelelően fontos nem csak a szabadidő-szolgáltatóknak, de az egyetemeknek is, mely motiválhatja a fiatalokat a rendszeres sportolásra.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Bácsné Bába É.; Szabados Gy.; Madarász T. (2017): Munkavállalók fizikai állapot felmérésnek tapasztalatai a KKV szektorban., Taylor. 9 (2), 179-187, 2017.

Boda E.; Bácsné B. É.; Müller A. (2018): Motiváció vizsgálata a kalandpark-látogatók körében. International Journal of Engineering and Management Sciences 3:(3) pp. 106-126. (2018)

Bourdieu P. (1991): Sport and Social Class. In: Mukerji, C. — Schudson, M. (ed.), 357-397 p.

Caspersen CJ.; Powell KE.; Christenson GM. (1985): Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. Public Health Reports; 100: 126-131.

Csákó M. (2004): Ifjúság egy átagoló társadalomban. In: Gábor, K. — Jancsák Cs. (szerk.), 11-14 o. Forrás:

http://www.ifjusagsegito.hu/belvedere/ifjusagi_korszakv.pdf, Letöltve: 2019. 02. 06.

Deutsch Sz.; Gergely É. (2015): A munkahelyi stressz és elégedettség tényezőinek feltárása egészségügyi dolgozók körében. Acta Medicinae et Sociologica 6. évfolyam:(17. szám) pp. 101-126.

Juhász I.; Kopkéné PJ.; Kiszélka K.; Bíró M.; Müller A.; Révész L. (2015): Időskorúak rekreációs fizikai aktivitásának hatása a kardiorespiratorikus rendszerre. In: Magyar Sporttudományi Szemle. 2015./3. 16. évfolyam. 63. sz.4-8.p.

Kozma M.; Szabó Á.; Huncsik P. (2015): Miért sportolnak a hallgatók? : Tendenciák és "forró pontok" a budapesti egyetemisták szabadidős sportválasztásában Magyar Sporttudományi Szemle 63:(3) pp. 9-18.

Müller A.; Könyves E.; Várhelyi T.; Mondok A. (2008): Új utakon a testnevelő tanárképzés Egerben - A sportszakos hallgatók utazási szokásainak, és a sítáborozás kínálati elemeivel való elégedettségének vizsgálata. In: Economica. 1. szám. 85-95.p. 2008.

- Müller A.; Széles K.Gy.; Seres J.; Kristonné B.M. (2011): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. In: *Rekreáció*. 1. évf. 3.sz. 31-34.p.
- Müller A.; Bíró M.; Bodolai M.; Hidvégi P.; Váczi P; Dávid L.; Szántó Á. (2017 a): A 2016-os fitnesszrendek helye és szerepe a rekreációban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44: pp. 91-102.
- Müller A.; Bíró M.; Boda E.; Herpainé L.J. (2017 b): Az óvodások testtömegének és sportolási szokásainak összefüggései egy egri kutatás tükrében. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44: pp. 191-203.
- Müller A.; Bolega S.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Pfau C. (2018): A BMX, és egyéb extrém sportok választásának motivációs tényezői. *International Journal Of Engineering And Management Sciences / Műszaki És Menedzsment Tudományi Közlemények* 3:(4) pp. 426-441. (2018)
- New Eurobarometer on sport and physical activity, Special Eurobarometer 472, 2018.: https://ec.europa.eu/sport/news/2018/new-eurobarometer-sport-and-physical-activity_en Letöltve: 2019.02.07.
- Pfau C.; Müller A.; Bács Z.; Bácsné Bába É; (2018): Az egészséges táplálkozás szerepe és jelentősége. *Táplálkozásmarketing*. 5 (1), 49-63, 2018.
- Simon I. Á.; Kajtár G.; Herpainé L. J.; Müller A. (2018): A fizikai aktivitás és a mentális egészség jelentősége a 60 év fölötti korosztály életében. *Képzés és Gyakorlat*, 2018.16. évf 1.sz 25-35.p. DOI:10.17165/TP.2018.1.3

MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS - ESETTANULMÁNY EGY PÉNZÜGYI INTÉZET SPORTOLÁST TÁMOGATÓ JÓ GYAKORLATÁRÓL

HEALTH DEVELOPMENT IN WORKPLACE - CASE STUDY ON GOOD PRACTICES
OF A BANK

BÖGÖS TÍMEA Bsc hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

The main objective of the employer is that the nonattendance of employees is as low as possible. Also, the main objective of the employees is that they enjoy working even in an office environment, while maintaining and improving their health. For both targets a solution is provided by the workplace health development, which is progressively more significant nowadays. Even though the statistics of physical activities in our country are showing positive improvement in the past couple of years, the rate of illnesses developed due to physical inactivity is still high. This is particularly affected by the growing amount of hours spent with work performed while sitting at a desk. Furthermore, it has been proven that the cost of the prevention methods of such illnesses are much smaller than the cost of the treatments both for the individual worker, and for the state. The goal of the following investigation is to present the workplace health development in our country through a specific organisation, as a professional interview method. According to the concept of the investigation the costs invested in maintaining the health of the employees appear to be profitable, and as the workers are aware of the positive effects of the health development schemes, they are happy to provide financial contributions.

1. Bevezetés

A munkaadók elsődleges érdeke, hogy dolgozóik minél kevesebbet hiányozzanak a munkahelyről. A munkavállalók érdeke pedig az, hogy jól érezzék magukat még irodai környezetben is, egészségüket megtartsák és javítsák. Mindkét célkitűzésre megoldást kínál a manapság egyre inkább középpontba kerülő munkahelyi egészségfejlesztés (Bácsné et. al., 2017, Madarász-Bácsné, 2016). Ez az Európai Unió 2014-2020-as stratégiájának is lényeges részét teszi ki, az Európai Munkahelyi Biztonsági és Egészségvédelmi Ügynökség kiemelten foglalkozik vele. Habár a fizikai aktivitás hazai adatai az utóbbi években javulást mutatnak, a fizikai inaktivitás következtében kialakult megbetegedések száma továbbra is magas nálunk. Erre az ülőmunkával töltött órák számának növekedése különösen nagy hatással van. Továbbá bizonyítottá vált, hogy a megelőzés költségei kevesebbek lehetnek a már kialakult betegségek kezelésénél mind egyéni, mind állami viszonylatban. Jelen kutatás célja a hazai munkahelyi egészségfejlesztés gyakorlatának bemutatása egy konkrét szervezet példáján keresztül. A kutatás koncepciója szerint a szervezetek számára megtérülő befektetést jelentenek a munkavállalók egészség megőrzésére fordított költségek, a munkáltatók tisztában vannak a munkahelyi egészség-programok pozitív hatásaival, ezért szívesen finanszírozzák azokat.

2. Szakirodalmi áttekintés

Ahhoz, hogy a munkavállalók egészségét befolyásoló tényezőket feltárjuk, először magát, az egészséget és a wellbeing fogalmát kell definiálnunk. A WHO szerint az egészség nemcsak a betegség, illetve a fogyatékoságok hiánya, hanem a teljes testi, lelki, és szociális jóllét állapota. Az egészséget befolyásoló tényezők közé a genetikai örökség, az életmód, a környezet és az egészségügyi ellátórendszer tartozik. Az elsőkön kívül a munkahely szerepe mind a három résznél befolyásoló tényezőként található meg (Kapás, 2007). Naidoo és Wills (1999) könyvében az egészség szót az egészre, a jó erőben lévő és boldoguló emberre értik, ami a személyiséggel egészül ki. A funkcionális egészség jelentése az ember azon képességére utal, amelyek segítségével képes megfelelni azoknak a feladatoknak, amiknek a végrehajtását elvárják tőle (Naidoo-Wills, 1999). Ezekből már kiderül, hogy az egészségért a vállalat is lehet, de az egyén mindenképpen felelős.

A wellbeing, vagyis a jóllét lépcsőzetesen épül egymásra. A következő szinteket lehet megkülönböztetni: egyéni, szubjektív, munkahelyi, szervezeti. Cooper (1999) szerint a jóllét alapja az egyensúlyi elv. Ha az egyén fizikailag vagy pszichológiailag vett egyensúlya valamely irányba elmozdul, az az egyéni jó közérzet hiányához vezet. Kun (2010) párhuzamot von a jóllét és annak a munkára gyakorolt hatása között. Az egyéni jóllét alatt pozitív lelkiállapotot és az étellel való alapvető elégedettséget ért. Magát a jóllétet kognitív és affektív szinten különbözteti meg. Affektív, mivel az egyén érzelmeit él meg a jóllétével kapcsolatban és azért értelmezhető kognitívan is, mert tudatosan éljük meg a körülöttünk zajló eseményeket. A munkát már az ezt meghatározó igen fontos elemként említi. „A jóllét fogalma tehát közelről sem egyértelműen definiált, de jelentősége a munka, a szervezet kontextusában egyre inkább elismert (Kun, 2010)”. A szubjektív jóllét az az állapot, ahol az ember képes annyira produktívan dolgozni másokkal együttműködve, hogy nem csak a saját, de a közösség érdekeit is teljes mértékben meg tudja valósítani. A jóllét összefügg a teljesítménnyel és a munkához való elköteleződéssel. A munkahelyi jólléthez beletartozik a munkához való hozzáállás, az azzal való elégedettség, a fizikai munkakörnyezet minősége, és a munkahelyi kapcsolatok is. A jóllét negyedik típusa a szervezeti jóllét, ami egyenes arányosságot mutat a profítképeség és az alkalmazottak általános jóllétének emelkedésével. Azok a szervezetek, amelyek odafigyelnek erre, fontosnak tartják a munkavállalók vezetőikkel való jó kapcsolatának kialakítását és a hatékony munkavégzés mellett a személyes törekvések elérését egyaránt.

A wellbeing eléréséhez az egyén mentális egészsége is hozzátartozik, a sportolás pedig bizonyítottan hozzájárul ehhez is (Petrika, 2014), valamint hatása a betegségek megelőzésében is vitathatatlan. Intenzív testmozgás végzése közben az önmegvalósítás olyan folyamatát tapasztalhatjuk, melynek következtében csúcsmélyen élhetünk meg (Budavári, 2007). Hasonló jótékony hatásokat fogalmaz meg Barna (2012): „A fizikai aktivitás ismert módon növeli a csontsűrűséget, a csontok erősségét és ezzel lassítja a csontvesztést. A rendszeres testmozgás az általános közérzetre is kedvező hatású. Nő az önbizalom, javul az alvás és csökken a belső feszültségérzés is (Barna, 2012)”. A mozgás harmonikusabb személyiségre gyakorolt hatásáról Petrika (2014) a mentális egészség fejlődését és a munkaképesség javulását emeli ki. A mindennapi túlhajszolt és stresszel teli munkavégzésből való kiszakadás az edzés helyszínére a stresszel való megküzdés képességét, illetve a sportfeladatra való koncentráció miatt az összpontosítás, ezáltal a magabiztosság javulását eredményezi, ennek következtében a pihentetőbb alváshoz is hozzájárul. A munkavállaló, ha rendszeresen sportol, gondolkodásmódja pozitívabbá válik, önbizalma nő, kompetenciaérzése magasabb lesz. Ezek mellett az autonómia, belső kontroll, öndetermináció fejlődése is felgyorsul, míg a stressz, depresszió, szorongás mértéke csökken (Pikó-Keresztes, 2007). Fritz et al. (2004) mutat rá arra, hogy a felgyülemlett stressz a nem elegendő alvással párosulva a mindennapi tevékenységeknél okoz hatékonyságcsökkenést, majd a belső harmónia felborulásához, később betegségekhez vezethet.

A következők adatok pedig azt igazolják, hogy miért számít megtérülő beruházásnak a prevenció állami, illetve munkáltatói szinten. „Az inaktivitás betegségtípusai révén 2009-ben a hazai lakosság 4 252 775 napot töltött táppénzen” (Ács et al., 2012). 2009 - ben az államnak a obesitas, hyperlipidaemia, magas vérnyomás, a stroke, és a 2-es típusú diabetes tünetegyüttes költségei mintegy 131 milliárd forintjába kerültek. Ezek közül csak a magas vérnyomás 75 479 094 691 forint kiadást jelentett, illetve a táppénzes napoknak a 85%-a szintén ezzel áll kapcsolatban. Költséghatékonyság szempontjából vizsgálva az obesitas esetében is bizonyított, hogy olcsóbb a fizikai aktivitás mértékének növelésével a betegség megelőzése, mintha gyógyszeres kezeléssel történne az egészségjavulás (Apor, 2010). Az életminőséget javítaná a fizikai aktivitás fokozása, ez csökkentené rövidtávon a kiadásokat az egészségügyben, ami pedig éves szinten nemzetgazdasági megtakarítást indukálhatna. Az egészségvédelemre irányuló befektetések megtérülési aránya átlagosan 2,2%-ra tehető friss becslések alapján (ISSA). Az OEP adatai szerint, ha 77%-ról 67%-ra csökkenne az inaktivitás a lakosság körében, az megtakarítási összegben 4,3-6,3 milliárd forintig terjedő intervallumon belül történne (Ács et al., 2012).

3. Anyag és módszer

A vizsgálatra egy pénzügyi tevékenységet folytató szervezetnél került sor. A KSH legfrissebb adatai alapján a pénzügyi, biztosítási tevékenységet végzők szektorában foglalkoztatottak száma 93 600 fő volt 2017-ben. (15) A vizsgált cégcsoportnál 485 fő dolgozik a fővárosban. A kutatás módszere a szakértői interjú volt. A szakértői interjú válaszadója a cég sportért felelős személye volt. A megkérdezés e formája azért volt hasznos, mert a válaszoló mindkét oldal – a vezetőség, és az alkalmazottak – nézőpontját ismeri, ő felelős az új programok meghatározásáért, illetve a sport finanszírozásának adminisztrációjáért is.

4. Szakértői interjú

Szakértői interjú válaszadója B. Nagy Edit volt, aki egy bankcsoportnál a támogató osztályon, a kötelező jelentések területén dolgozik, szakmai támogatást nyújt kollegáinak, továbbá a sporttevékenység szervezésével foglalkozik a cégen belül. Mivel külön sportszervező nincs, ő a költségkontroller a sport programok területén.

A bankcsoport több bank fúziójából alakult, országos hálózattal rendelkezik, 2 éve folyamatosan bővül a cégcsoport, az összes foglalkoztatott létszáma Budapesten 485 fő – mondta el. Edit legszembetűnőbb tényezőként elsőként a fluktuáció magas voltát, kb. 60%-os arányát említette. Ez azt jelenti, hogy az új alkalmazottak átlagosan 3-4 hónapot dolgoznak a cégnél. Ha már egy évig maradnak, hálás érte a vezetőség. Korábban inkább az volt a jellemző, hogy egy munkahelyen 15-20 évig is maradtak a dolgozók. Edit szerint ennek oka az, hogy a fiatalabb generáció nehezen tűri a bizonytalanságot és a változást, míg az ő korosztálya a biztonságot keresi inkább. Mikrokörnyezete 21-23 főből áll. Ő maga a munkahelyi légkört kellemesnek ítéli meg. Elmondta, hogy a munkavégzés rovására semmi sem mehet, annak fejlesztése viszont annál inkább fontos. Véleménye szerint a sport megtartó erő lehetne a cégnél, viszont nem mindenki van olyan fizikai állapotban, életkörülményben, hogy csak ez legyen a motiváló erő. A 2017-es adatok szerint a betegség miatti távolmaradások száma 2149 naptári nap volt, melyből 1618 munkanap volt a 485 főre nézve.

Az interjúalany az egyik beintegrált szervezetből érkezett a céghez egy évvel ezelőtt, sok osztállyal van kapcsolatban, ebédnél, meetingek előtt informálja a többieket a sportolási lehetőségekről. Az aktuális, sporttal kapcsolatos információkat elsősorban kör e-mailekkel oldja meg, melyekben felszólítja a címzetteket további toborzásra, és természetesen invitálja őket a programokon való részvételre is. Ennél a kommunikációs módszernél figyelnie kell arra,

hogy meglegyen a szelektálás, az adott sportágra vonatkozó információk, csak a megfelelő személyekhez jussanak el, viszont ne vesszen el a címzettnek szánt levél a többi között. A leghatékonyabb kommunikációs csatornaként a személyes meghívást emelte ki.

Megállapítása szerint nagyon kezdetleges még az egészségfejlesztés folyamata a cégnél, az anyagi támogatottság átláthatósága, adminisztrációja alapvető nehézségeknek számítanak. Jelenleg két beosztott és egy vezető felelős a sportszervezésért, akik társadalmi munkában, munkaidőn túl végzik ezt el. Edit a munkájáért sportbérletet kapott, ám indítékként a társadalmi szerepvállalást emelte ki. A programok elfogadtatása reményében a felső vezetéshez terjesztik fel ötleteiket, prezentációk, fotók, kisfilmek segítségével. A vezetést alapján támogatónak találja, ám a programok elfogadtatásában egyelőre a fluktuáció csökkentése, a csapatépítés, és a szervezet megszilárdítása a kiemelendő a munkavállalók egészségének megőrzése helyett. Ennek oka, hogy a vezetőség még nem látja a sportprogramok számokban is kifejezhető megtérülését. Az egészségfejlesztés adminisztrációja és szervezése HR feladat lenne, viszont az osztály alapfeladatai ellátása mellett - a megemelkedett munkaelhagyások nyomán követésének köszönhetően - nem jut erre elég idő. Edit kiemelte, hogy szükség lenne egy sportbizottság felállítására, ami a csapatkapitányokkal együttműködve tudná megosztani a munkát. A menedzsment támogatása a Bankközi Sporttalálkozón a legmeghatározóbb, és itt folyamatosan jobban teljesítenek a beosztottak, ami egyfajta látható megtérülésnek számít.

Az egységes szervezeti kultúra részévé az egészségfejlesztés csak később tud válni, mivel lassú folyamat és szerves döntések szükségesek a kialakításához. A folyamatos bővülés és integráció nehezíti a helyzetet, de Edit úgy látja, hogy többet sportolnak az itt dolgozók, az átlagnál, tehát alapvetően lenne igény a sportra. Példaként említette, hogy a meglévő kultúrában nincsenek benne a monitoron felugró lehetőségek, továbbá amint munkába érnek, dolgozni kezdenek, ez tehát összefügg a munkaórák magas számával. Megirigyelt példaként említett egy amerikai céget, ahol a szervezeti kultúra része a munkavállalók jólléte, ezért játékszobákat alakítottak ki számukra.

Eddig csak a cégtől kapott, külön sportra szánt támogatást júniusban augusztusi határidővel. Jellemzően a szabadságolások idején pontosan 9 052 475 forintot kapott sport célra való felhasználásra, amit elsősorban a Bankközi Olimpia finanszírozására irányult. A Sportnap összköltsége 4 098 491 forintot tett ki, a versenyre való selejtező egy millió forintból valósult meg. Ezen kívül a többi pénz a sportolók felkészülését szolgálta. Editnek folyamatosan nyomon kellett követnie a kiutalt anyagi támogatás felhasználását (pl. hány edzésen, hol vesznek részt a bejelentkezett sportolók stb.). 200 000 forintból megvalósult a sportágak szerinti felkészülés, viszont a támogatási határozatban ennek duplája volt erre a tevékenységre szánva.

A túlméretezett költségvetésből meghatározható a probléma. Időben kellene a sport célú támogatás költségvetését ütemezni, megfelelő programmal, kommunikációval kiegészíteni. A Bankközi Olimpia után megmaradt pénzmaradék felhasználásának meghosszabbítását kérte Edit az év végéig. Így ebből lett finanszírozva focicsapatuk hétfői versenye a Felcsúti Stadionban.

A sportprogramok megtérülését kis mértékben már most, 4 hónap alatt is látja, elsősorban az emberi kapcsolatok javulásában, ami a munkára bizonyítottan pozitív hatással van.

Edit itt kiemelte a sport programok iránti motiváció fontosságát. Sport programokon való részvétel ösztönzésével kapcsolatban javasolná, hogy feltűnő helyre tegyenek ki dicsőségfalat, a számítógépeken az általános információk megjelenését felugró ablakként az azonnali hozzáférés reményében. Ő maga munka előtt is jár úszni, véleménye szerint, a személyes példa is fontos, ha látják a kollegái, amint az vizes úszódresszét kipakolja száradni, kedvet kaphatnak akár ők is. A programok során az „ingyen” mezek, pólók különösen népszerűek voltak, így ezek a motiváció újabb elemeként azonosíthatóak. Nemrég egy magasabb szintű vezető jelentkezett nála önkéntes segítőként, aki ultramaratonista, példakép

lehet a futásban, de összességében a sportolásra való ösztönzésben is, valamint támogathatja a menedzsmentben a sportprogramok finanszírozását is. A cég kapcsolatai között szerepelt a Life1, egy edzőterem az iroda mellett. A sportolási lehetőség közelsége is lehet ösztönző. Időközben azonban az iroda elköltözött, így megszűnt ez a lehetőség. A szervező próbálta még az „All you can move” - val is felvenni a kapcsolatot, de HR kapacitásuk hiánya miatt még nem sikerült megállapodni velük, hiszen kedvezményt a beszállító csak akkor ad, ha maga a szervezet veszi meg a csomagot.

A szervezet kínál cafeteria jellegű sport lehetőséget. Cafetériaelem a cégnél a Szép kártya, bár nem széles a paletta, de megtalálható a sport vonal ennek felhasználási lehetőségei között. Külön sportkártya igénylésére nincs még lehetőség, mivel az a jelenlegi cafeteriaelem adminisztrációján felüli munkavégzést igényelne. Ha viszont cafeteriaelem lesz, mindenki által megkapott sávba kerül, ennek következtében nem lesz a plusz teljesítmény extrán támogatva. Ebből látszik, hogy fontos a hobbi és versenyzői szinten sportot űzők megkülönböztetése.

A sportprogramok bemutatásakor kiemelte a Bankközi Sporttalálkozó jelentőségét. Ezt a versenyt 30 éve mindig megrendezik. Ez lehetőséget ad a megmérettetésre, a közös sportolásra, kapcsolatok kiépítésére a nevező bankokon belül, és között is. Az itt elért jó eredmények motivációs tényezők. Évente egy hétvégét foglal el az esemény. A bank 2017-ben 66 személyt vitt a rendezvényre. Legutóbb Győrben zajlott a találkozó, ahova szurkolókat is vihettek magukkal, 15 bank versenyzett egymással 9 sportágban. A versenynek erős költségvonzata volt, amit a cég vállalt át. Az esemény lebonyolítója a Pannon Sport volt, aki sportbizottságot szervezett, és speciális technikai értekezleteket hívott össze a verseny megrendezése előtt. Az „olimpián” a Pannon Sport által fizetett, független bírók döntöttek. Tekében harmadik helyet ért el a vizsgált cég az „otthoni” évközi versenyek miatt. Az úszócsapat a hatodik helyet szerezte meg. Munkatúlterheltség miatt kevésnek tartották a felkészülési edzési lehetőséget. A csapatkapitányok feladata volt az edzés helyszínét kibérelni, eszközöket beszerezni, majd ezekről a számlát leadni Editnek. Focisták, pingpongosok, teniszesek, kosarasok, is kaptak versenyzési lehetőséget. A Bankközi találkozón azok a bankok végeztek az élen, akik alkalmaznak olyan sportszervezőt, aki nem önként, hanem alkalmazottként végzi a sport adminisztrációs, szervezési munkálatokat.

Jövőbeli célokkal kapcsolatban Edit elmondta, hogy mindenkit maximálisan próbál támogatni, a triatlonosnak például szeretne külön támogatást elérni, így is inspirálva az eddig nem támogatott sportágak sportolóit a programba történő bejelentkezésre. Ezen kívül a teniszezőknek szeretnének támogatást adni pályahasználatra, illetve a futóknál a versenyek nevezési díjait állják terembérlet helyett. Interjúalanyom lehetségesnek tartja egy sportnap-családnappal összeolvasztását. Bevezetendő programok között említette a lépcsőfutást, a ParkRun mozgalmat, és a gyümölcsök kihelyezését az irodákba. A legújabb terv szerint a dolgozók közösen szeretnének versenyezni a „Fut a cég” programban. Tervezik még a biciklitároló fejlesztését is. Megvalósíthatónak tartaná időnként fitnessz, vagy zumba edző meghívását a cég parkjába „munkahelyi testnevelés órára”.

Ő maga saját költségéből bringás reggelit szervezett már munkatársainak ösztönzésképp. Magán is érzi, hogy a mozgás - az úzás, biciklizés - által javult állóképessége, ezt kívánja munkatársainál is elérni. Tiszteletben tartja, ha valaki tartózkodik az ilyen programoktól, de szerencsére kevesen vannak ilyenek. Edit úgy látja, hogy jó, ha van „ára” a sportnak, azaz, ha valamennyit maguk a résztvevők is fizetnek, mert úgy tapasztalja, ha ingyen kapják, nincs akkora motivációjuk. Viszont a cégre az a jellemző, hogy elég nagy összeget szán sportra, csak hogy minél többen mozogjanak. „Az anyagi támogatás kell, de önmagában nem elegendő, a kulcs a kommunikáció, és a kapacitáshiány áthidalása” – összegezte a helyzetet a válaszadó.

5. Összegzés

A választott cég a pénzügyi szektorba tartozó nagyvállalat, így a finanszírozás nem elsődleges problémaforrás a sportprogramok szervezése területén. Ezek megvalósulását a szervezetlenség akadályozza, amit az interjú tanúsága szerint úgy az alkalmazottak, mint a vezetők is észlelnek. A vizsgált munkahely sportszervezésért felelős személyével készítettem interjút, így feltérképeztem a munkavállalók egészségét célzó intézkedéseket, hatékonyságukat, és az azokat nehezítő tényezőket. A munkáltatók kapcsán beigazolódott, hogy megtérülnek az egészség megőrzésre irányuló költségek, mivel javulnak a munkahelyi kapcsolatok, a légkör, ami a produktivitást, ezáltal közvetetten a cég profitját is növeli.

A projekt elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Apor P. (2010): Az egészség ára. A gazdaságosság kérdései életmód-változtatás és gyógyítás terén. Orvosi Hetilap. Bp. 19. pp. 788-794.
- Ács P. - Paár D. - Hécz R. M. - Stocker M. (2012): A metabolikus betegségek és a fizikai inaktivitás pénzügyi terhei és megtakarítási lehetőségei az Országos Egészségbiztosítási Pénztár Költségvetésében. In: A fittség mértéke - mint a megbetegedések rizikóját befolyásoló tényező. (Szerk. SZÓTS G.) Bp. Akadémia Kiadó, pp. 160-178.
- Barna I. (2012): Hipertónia és sport. In: A fittség mértéke - mint a megbetegedések rizikóját befolyásoló tényező. (Szerk. SZÓTS G.) Bp. Akadémia Kiadó, pp. 36-45.
- Bácsné B. É. - Szabados GY. – Madarász T. (2016): Munkavállalók fizikai állapot felmérésének tapasztalatai a kkv szektorban. Taylor. IX. évf. 2017/2. sz. pp. 179-187.
- Budavári Á. (2007): Sportpszichológia. Bp. Medicina Könyvkiadó Zrt., 252. p.
- Cooper K. H. (1990): A tökéletes közérzet programja. Bp. Sport Kiadó, 276. p.
- Fritz P. (2011): Rekreáció mindenkinek I.rész: Mozgásos rekreáció. Szeged, Bába Kiadó, 469. p.
- Fritz P. - Jakab E. - Dorka P. - Mészáros J. (2004): A munkahelyi egészségfejlesztés európai gyakorlata. Budapesti Népegészségügy. Bp. XXXV. évf. 4. pp. 324 – 330.
- Kapás ZS. (2007): Munkahelyi egészségfejlesztés, mint megtérülő beruházás. Bp. Országos Egészségfejlesztési Intézet.
- Kun Á. (2010): Munkahelyi jóllét és elköteleződés. Munkaügyi Szemle. Bp. 2010/II. pp. 35-41.
- Madarász, T., Bácsné Bába É. (2016): Survey on the Employees' Fitness Condition and the Employers' Health Preservation Possibilities in Case of Small and Medium-sized Enterprises. SEA: PRACTICAL APPLICATION OF SCIENCE IV : 2 (11) pp. 205-212. , 8 p.
- Naidoo J. – Wills J. (1999): Egészségmegőrzés, gyakorlati alapok. Bp. Medicina Könyvkiadó Rt., 312. p.
- Petrika E. (2014): Testedzés és rekreáció szerepe a mentális egészségfejlesztésben (Miért válasszunk mozgásos rekreációt?). In: Fejlesztő pedagógiai és pszichológiai tanulmányok I. (Szerk. TÁNCZOS J.) Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó, pp. 74-85.
- Pikó B. – Keresztes N. (2007): Sport, lélek, egészség. Bp. Akadémia Kiadó, 158. p.

AZ E-SPORT ÉS A FIZIKAI AKTIVITÁS

E-SPORT AND PHYSICAL ACTIVITY

BARANYAI SZABOLCS MSc hallgató

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

RÁTHONYI GERGELY egyetemi adjunktus

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar Alkalmazott Informatika és Logisztika Intézet

ABSTRACT

With the advent of computers, a process has begun at the same time, which has recently begun to emerge from its own shadow. The booming development of video games, the explosive growth of the number of players and, last but not least, the economic aspects of this, have triggered a rapid development, eventually leading to e-sport. One of the most important and controversial issues in this topic is whether e-sport is sporting? As a result, it is also important that, as a result of rapid development, more and more of the phenomena affecting young people affect their physical activity?

Despite the fact that more and more people are dealing with the issue of e-sport at international level, there is only a few scientific research in connection with this topic in Hungary.

This study aimed to address this gap in the literature by investigating e-sport, especially from the physical inactivity point of view among players.

1. Bevezetés

Az információs és kommunikációs technológiák dinamikus és töretlen előretörése fontos változásokat hozott az elmúlt években, melyek az élet szinte minden területére hatást gyakorolnak. Hasonlóan a régi hagyományokkal rendelkező iparágakhoz a sportipart is elérte a digitalizációs hullám, mely nagy változásokat hozott, és melynek egyik hozadéka az e-sport.

Mi is az e-sport, mit jelent ez a szó, hogyan alakult ki, és van-e értelme egyáltalán ezzel foglalkozni? Milyen kapcsolatok állnak fenn az e-sport és a sport, az e-sportoló és a „hagyományos” sportoló, valamint az e-sport játék és a testmozgás között? Rengeteg ilyen és ehhez kapcsolódó kérdés alakult ki az emberekben, mióta egyre többet hallani erről a fogalomról. Még igazán el sem terjedt a köztudatban, máris robbanásszerű fejlődést tudhat magáénak ez az iparág, mely a szórakoztatóipar részeként jelent meg. Fontos, hogy a jelenséget elhelyezzük a tudomány térképén, melyhez elsőként a fogalom definiálását kell tisztázni. Ugyan az e-sportnak nincs egy jelenleg is nemzetközi szinten elfogadott definíciója, többen is próbálkoztak a jelentésének meghatározásával. Wagner szerint az e-sport „A sport tevékenységek egy olyan területe, melyben az emberek mind fizikális, mind mentális képességeiket fejleszthetik és gyakorolhatják az információs és kommunikációs technológia használatával” (Wagner, 2006). A definícióban megtalálható fizikális kifejezés zavaró, ugyanis a fizikai aktivitás szerepe még mindig nem tisztázott, erősen vitatott az e-sport területén. E mellett a definícióban nem tisztázza a szerző, hogy mely tevékenységeket lehet tradicionális sport vagy elektronikus sportnak nevezni. Hamari és Sjöblom szerint az e-sport „a sport olyan formája, ahol az elsődleges szempontokat az elektronikus rendszerek segítik elő, mind a bevétel (sportolók és csapatok) mind pedig a kivétel (e-sport környezet) egyaránt emberi és számítógépes felületek által közvetített” (Hamari – Sjöblm, 2016).

Gyakorlati megközelítésből az e-sport általában olyan versenyképes (profí és amatőr) videójátékokra vonatkozik, amelyeket gyakran különböző bajnokságok és versenyek keretein

beül működnek, és ahol a játékosok általában csapatokhoz vagy más sportszervezetekhez tartoznak, akiket különböző vállaltok szponzorálnak. A szerzők véleménye szerint az e-sport olyan elsősorban szellemi, szervezett keretek között, meghatározott szabályrendszerrel, versenyszerűen, digitális környezetben végzett tevékenység, mely a hagyományos sport számos elemét, tulajdonságát tartalmazza.

Fontos tisztázni azt is, hogy létezik szabadidős tevékenységként, csupán rekreációs célból végzett videojáték, de napjainkban már egyre több a profi videojátékos és profi versenyzés is, mely utóbbit tekinthetjük e-sportnak (Szabella, 2018).

Gazdasági potenciálját tekintve az e-sport jelentősége vitathatatlan, melyet jól mutat, hogy 2017-ben 756 millió dollár volt az e-sport bevétele. Ez az éves bevétel 2018-ban már 906 millió dollárnál tart és folyamatosan növekszik. Ezt a tendenciát folytatva az e-sport globális bevételei 2020-ra elérhetik az 1,4 milliárd dollárt, de ez bármely tényező optimális változása esetén akár a 2,4 milliárd dollárra is nőhet. Egyes piackutatások szerint 23 milliárd forint az e-sporthoz kapcsolódó piacméret Magyarországon (Pwc, 2018). Az e-sportot megtekintő nézők száma 2016-ban 280 millió ember volt, ez 2017-re már 17%-kal nőtt, így 335 millió emberről volt elmondható, hogy nézett e-sporttal kapcsolatos közvetítést. 2018-ra ez a szám tovább nőtt 13%-kal, amely 380 millió embert jelent, az előrejelzések pedig még nagyobb nézői tömeget jósolnak 2021-re (Newzoo, 2017).

1.1 Sport-e az e-sport?

A legfontosabb kérdés ebben a témában, hogy sportnak lehet-e tekinteni az e-sportot? Ez a kérdés nagyon megosztó, és ezért válaszolni is viszonylag nehéz rá, hiszen mindenki máshogy értelmezi a sport szót, valamint a vélemények is teljesen megoszlanak. Sokan úgy gondolják, hogy az e-sport nem tekinthető sportnak, hiszen hiányzik belőle a fizikai aktivitás és nincs jelen, vagy nem lehet mérni a fizikai "bátorságot" vagy ravaszságot, hiszen a számítógép előtt ülnek, és csak egy billentyűzetet, egeret, vagy konzolt nyomkodnak.

A kérdés megválaszolásához mindenképpen szükség van a definíciók tisztázásához, elemzéséhez. A sportnak számtalan definíciója létezik, hiszen sok-sok ember próbálta megfogalmazni mit is jelent ez a kifejezés. Az Európai Sport Chartában megtalálható fogalom szerint „a sport minden olyan fizikai tevékenység, amelynek célja esetenként vagy szervezett formában a fizikai és szellemi erőnlét kifejezése vagy fejlesztése, társadalmi kapcsolatok teremtése vagy különböző szintű versenyeken eredmények elérése” (Nádori et al., 2011).

Magyarországon is megfogalmazták a sport jelentését jogi keretek között, ez a magyar sporttörvényben található meg. „Sporttevékenységnek minősül a meghatározott szabályok szerint, a szabadidő eltöltéseként kötetlenül vagy szervezett formában, illetve versenyszerűen végzett testedzés vagy szellemi sportágban kifejtett tevékenység, amely a fizikai erőnlét és a szellemi teljesítőképesség megtartását, fejlesztését szolgálja” (Nádori et al., 2011).

Jobban megvizsgálva a sport definícióját láthatjuk, hogy az e-sport illeszkedik a megfogalmazott elvekhez: szabályokkal rendelkezik; szabadidős tevékenység, melyet lehet szervezett keretek között végezni; szellemi tevékenységnek felfogható, amely szolgálja a szellemi teljesítőképesség fejlődését, megtartását.

Az e-sport egy számítógépes környezetben zajlik, de ennek ellenére ez nem azt jelenti azt, hogy a játékosok az e-sport világában nem végeznek fizikai aktivitást. Ennek az aktivitásnak a mennyisége, minősége az adott játéktípustól függ, és hogy azt mivel és hogyan végzi az adott ember. Vegyük például az úgynevezett kinect játékokat (legismertebb a tánc) videojátékokat, ahol a felhasználó igenis fizikai aktivitást végez. Természetesen sok egyéb e-sport játék kevesebb mozgásos elemet és fizikai aktivitással kapcsolatos tevékenységet tartalmaz, ezért ez a kérdés továbbra is vitatott.

Magyarországon még csak elvétve találunk ebben a témában releváns tudományos forrásokat. Jelen vizsgálatot éppen e területen észlelt hiányosság felismerése indukálta. Célunk az e-sport, mint ülő magatartás és a fizikai aktivitás kérdéskörének vizsgálata a játékosok körében. A vizsgálatban nem szűkítettük le a mintába bekerülő e-sport játékosokat (rekreáció, verseny).

2. Anyag és módszer

A primer vizsgálat során az online kérdőívezés módszerét alkalmaztuk, ahol a demográfiai adatokon túlmenően három témakört érintettünk: Fizikai aktivitás, egészséges életmód; gazdasági kérdések; e-sporttal kapcsolatos attitűdök. Jelen cikkünkben az eredmények fizikai aktivitásra vonatkozó kérdéseit dolgoztuk fel.

A kérdőív kitöltéséhez az úgynevezett CAWI (Computer Assisted Web Interviewing) módszert használtam (Google Űrlapok), melynek köszönhetően 700 darab kitöltés érkezett. A kérdőívet a legnagyobb közösségi oldalon 16 e-sport tematikájú csoportban osztottam meg, melyek csoportlétszáma 800 és 65000 fő között változott.

A kívánt elemszám elérése után az adattisztítás folyamata következett, mellyel a hibás, illetve a torzító adatok kiszűrére került sor. Az adattisztítást segítette a kérdőívbe bekerülő ellenőrző kérdések, melyek segítségével kiszűrésre kerültek a félreértelmezett, hibás és komolytalan válaszok. Az adattisztítást követően az értékelhető kitöltések száma 663-ra redukálódott. Az adatelemzést az IBM SPSS Statistics 22 programcsomag segítségével hajtottuk végre. Az adatelemzés során alkalmazott statisztikai módszerek általános ismertségét tekintve a részletes ismertetésétől eltekintünk.

3. Eredmények

A kitöltők 81,9%-a (543 fő) volt férfi és 18,1%-a (120 fő) nő. Utóbbiból 76 fő játszik (63%), míg férfiaknál ez az arány 543-ból 525 fő (96,7%), azaz összességében elmondható, hogy a férfiak nagyobb százaléka játszik videojátékokkal. A legfiatalabb kitöltő 11, míg a legidősebb 59 éves volt, a vizsgált mintában az átlagéletkor 20,3 év, a medián, más néven a középérték 19 év, a módusz, azaz a leggyakrabban előforduló életkor pedig a 15 év volt. Az eredmények egyértelműen jelzik, hogy a videojátékos korosztály elsősorban a fiatalabb generációt érinti. A megkérdezettek 37,6%-a lakik városban, 20,5%-a községben, 20,2%-a lakik valamely megyeszékhelyen, a kérdőívet kitöltő emberek 19,2%-a lakik fővárosban, míg 2,6%-uk él falvakban. A megkérdezettek iskolai végzettsége a következőképpen alakult. 328 (49,5%) kitöltőnek a legmagasabb iskolai végzettsége 8 általános iskola vagy kevesebb, ezt az adatot azonban nem tekinthetjük relevánsnak, mivel a kitöltők nagy százaléka általános iskolai tanuló. Szakmunkás végzettséggel 18 megkérdezett rendelkezik, ez az összes adat 2,7%-a, szakközépiskolai végzettsége 83 kitöltőnek van (12,5%), míg gimnáziumi érettségivel 145 kitöltő rendelkezik, amely így a második legnagyobb csoport maga 21,9%-ával.

A foglalkozást tekintve a tanulók vannak többségben, mivel 321 fő (48,42%) tanul jelenleg általános vagy középiskolában, 144 fő (21,72%) pedig egyetemi hallgató, 5 fő (0,75%) pedig felsőoktatási képzésben tanul (Baranyai, 2018).

Kutatásunkban fontosnak tartottuk, hogy megvizsgáljuk a magukat gamernek tekintők, vélt fizikai aktivitását és egészséges életmódját összevetve a nem videojátékosokkal.

Az eredmények szerint a gamerek 85,9%-a, a nem videojátékos kitöltők pedig 88,7%-a szokott sportolni, mozogni vagy aktív testmozgást végezni, ez minimum 30 perc folyamatos mozgást jelent. A sportolási tevékenység gyakoriságát vizsgálva az 1. táblázatban láthatjuk, hogy a videojátékosok többsége mozog napi rendszerességgel, melynek elsődleges oka, hogy a videojátékos kitöltők fiatalabbak és a legtöbb közülük részt vesz a napi rendszerességgel tartott

testnevelés órákon, hiszen az összes többi kategóriában már a nem játékosok vannak többségben (Baranyai, 2018).

1. táblázat. A testmozgás rendszerességének megoszlása a kitöltők között

Rendszeresség	Videójátékosok (%)	Nem videójátékosok (%)
Napi rendszerességgel (min 5 nap / hét)	34,3%	24%
Hetente több alkalommal	43,3%	50%
Hetente egyszer	6,7%	13%
Havonta pár alkalommal	4,2%	5%
Ritkábban	7,3%	5%
Nem sportol/mozog	4,3%	3%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Az egészséges táplálkozás az egészséges életmód nélkülözhetetlen része. Előbbi információink alapján kiderül, hogy a gamerek nagy része rendszeres sportol, mozog. Kíváncsiak voltunk arra, hogy mennyire vélik egészségesnek a saját táplálkozásukat a megkérdezettek. A válaszadóknak 1-4-ig tartó skálán – ahol az 1-egyáltalán nem, 4-teljes mértékben igen – kellett értékelniük, hogy mennyire figyelnek arra, hogy egészségesen táplálkozzanak. Az eredmények érdekesen alakultak, ahogy azt a 2. táblázatban is megfigyelhetjük (Baranyai, 2018).

2. táblázat. Egészséges táplálkozásra való odafigyelés megoszlása a kitöltők között

Egészséges táplálkozásra való odafigyelés	Videójátékosok (%)	Nem videójátékosok (%)
Teljes mértékben igen	12,3%	24,2%
Inkább igen	55,6%	66,1%
Inkább nem	26,6%	8,1%
Egyáltalán nem	5,5%	1,6%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Mind a két csoportban a leggyakoribb válasz az „inkább igen” volt. Érdekes, hogy a gamerek és nem videójátékosok között jelentős különbség figyelhető meg az egészséges táplálkozásra nem odafigyelők aránya tekintetében. Többen gondolták úgy a gamerek körében, hogy kevésbé étkeznek egészségesen, mint a nem videójátékosok. Az egészségesen táplálkozók mind a két csoportban nagyobb arányban voltak. A gamerek 66%-a, míg a nem videójátékosok 90%-a vélte úgy, hogy egészségesebben táplálkozik (Baranyai, 2018). Amennyiben az átlagokat vizsgáljuk (gamerek: 2,75 nem videójátékosok: 3,15 – $p < 0,05$), akkor megállapítható, hogy két csoport között szignifikáns különbség mutatkozik.

Kíváncsiak voltunk, hogy mit gondolnak arról a sztereotípiáról a megkérdezettek, mely szerint a videójátékokkal játszó emberek kevesebbet mozognak, mint a videójátékokkal nem játszó emberek. A gamerek mindössze 23,8%-a gondolja úgy, hogy aki e-sporttal foglalkozik az egészségtelebber életmódot is folytat. Ezzel szemben a videójátékokkal nem játszó emberek 40,3%-a gondolja így, ami igazolja a negatív előítéleteket a videójátékos életmóddal szemben.

Kíváncsiak voltunk arra is, hogy ha választani kell egy aktív és egy passzív hétvége között, akkor a két csoportban lesz-e releváns különbség. A kérdés a fizikai aktivitás és „lustálkodás” közötti választási hajlandóságot vizsgálta (Baranyai, 2018). A kapott válaszok a 3. táblázatban láthatóak.

3. táblázat. Hétvégi programként felajánlott opciók közötti választás

Választás	Videojátékosok (%)	Nem videojátékosok (%)
Fizikai aktivitás	68,4%	87,1%
Számítógépezés / filmnézés	31,6%	12,9%

Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Ebben a kérdésben megmutatkozik, hogy a videojátékkal nem játszóknak nagyobb százaléka lenne hajlandó hétvégén fizikai aktivitással tölteni a napját, míg a videojátékosok többsége inkább otthon maradna „e-sportolni”, vagy éppen filmet nézni (Baranyai, 2018).

Összességében elmondható, hogy bár több esetben is eltérés mutatkozott (hajlandóság a mozgásra, táplálkozás megítélése) a két csoport között, nem lehet kijelenteni, hogy a gamerek egészségtelen életmódot folytatnak. További vizsgálatok szükségesek annak érdekében, hogy az életmódbeli különbségeket, amennyiben vannak ilyenek, feltárjuk.

4. Összefoglalás

Az e-sport a 21. század meghatározó eleme, hiszen egy sport vagy tevékenység sem járt be ilyen rövid időn belül ekkora fejlődést, és minden bizonnyal ez még csak az e-sport kezdete.

Amíg minden más hagyományos sport komoly küzdelmet folytat más sportokkal a fiatal generáció megszerzéséért, addig az e-sport szárnyal és egyre több és több fiatal csöppen bele ebbe a rétegbe. Összefoglalva megállapítható, hogy a megkérdezett videojátékosok rendszeresen sportolnak ugyanakkor egészségtelebnek vélik a táplálkozásukat. Fontos megemlíteni, hogy a vizsgálat Magyarországra korlátozódott, ahol a fiatalok nagy része részt vesz mindennapos testnevelés órán. Az e-sport térhódítása hosszú távon csökkentheti a fizikai aktivitás mértékét a mai fiatalok körében, ezért nagyon fontos a korosztály megfelelő tájékoztatása és ösztönzése.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Baranyai Sz. (2018): Az e-Sport magyarországi helyzetének és megítélésének vizsgálata a játékosok szemszögéből, TDK dolgozat, Kari TDK - 2018. november 14., 23 p.

Hamari J.; Sjöblom M. (2017): What is eSports and why do people watch it?. <https://www.emeraldinsight.com/doi/full/10.1108/IntR-04-2016-0085> (2018.04.08.)

Nádori L.; Gáspár M.; Rétsági E.; H. Ekler J.; Szegerné Dancs H.; Woth P.; Gáldi G. (2011): Sportelméleti ismeretek. Pécsi Tudományegyetem, Szegedi Tudományegyetem, Nyugat-Magyarországi Egyetem, Eszterházy Károly Főiskola, Dialóg Campus Kiadó-Nordex Kft.

Newzoo (2017): 2017 Global Esports Market Report, <http://strivesponsorship.com/wp-content/uploads/2017/02/Newzoo-Free-2017-Global-Esports-Market-Report.pdf> (2018.04.11.)

PwC (2018): Az e-sport nem játék – Üzleti elemzés Magyarország és a V4-ek e-sport piacáról.

Szabella O. (2018): Korunk virágzó biznisze? Az e-sport iparág bemutatása. Információs Társadalom, XVIII. évf. (2018) 1. szám, 66–92. old. <http://dx.doi.org/10.22503/inftars.XVIII.2018.1.5>

Wagner M. (2006): On the scientific relevance of eSport. https://www.researchgate.net/profile/Michael_Wagner12/publication/220968200_On_the_Scientific_Relevance_of_eSports/links/00b4952589870231be000000.pdf (2018.05.15.)

A KISÚJSZÁLLÁSI, MARTFÚI ÉS A SZOLNOKI FÜRDŐK SZABADIDŐS KÍNÁLATI ELEMEINEK VIZSGÁLATA

EXAMINATION OF LEISURE SUPPLY ELEMENTS AT KISÚJSZÁLLÁS, MARTFŰ
AND SZOLNOK BATHS

TÓTH ANDREA Msc hallgató
Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

During my work I highlighted the role of health in domestic tourism, as health tourism is developing more and more dynamically around the world. Keeping health, keeping physical and mental balance has become one of the most important travel motivations. Our country has excellent thermal and medicinal water facilities, which we try to use in our country image. Our country places great emphasis on the development of our existing baths, as it can become recognized throughout Europe.

The importance of preserving health is important for all ages: wellness, exercise, recreation and active recreation are a part of people's everyday life. In the project, I examined some of the baths in Jász-Nagykun-Szolnok County to get to know how much they satisfy the needs of the guests in the health-care and sports facilities.

1. Bevezetés

Az Észak-Alföldi régió fürdőinek körülbelül egyharmad része (32,1%) 2016-ban Jász-Nagykun-Szolnok megyében üzemelt (KSH, 2016). A megye lakosainak egészségére gyakorolt hatása és az egészségmegőrzésben való szerepe ezáltal jelentős. Az egészséges életmódhoz nem csak a pihenési céllal érkező vendégek igényeinek kielégítésével járul hozzá, hanem a sportolásra, aktív kikapcsolódásra is biztosít lehetőséget. Munkám során elemeztem néhány Jász-Nagykun-Szolnok megyei fürdő sportkínálatát, sportolási lehetőségeit, bemutattam az egészségmegőrzés jegyében szervezett programjait. Fontosnak tartottam azt vizsgálni, hogy a megyei fürdők a különböző korcsoportok számára mennyire sokszínű egészségmegőrző és sport programokat kínálnak, hiszen az emberek igénye a folyamatosan változik életük során.

2. Szakirodalmi áttekintés

Az egészségturizmus a turizmus ágazat egyik legdinamikusabban fejlődő területe, hazánk egyik vezető turisztikai terméke, hiszen az egészség, mint alapvető emberi érték, az egészségtudatos magatartás terjedésével növekvő keresletet támaszt a termék iránt, melyet igazol az is, hogy az egyik legfontosabb utazási motivációvá vált (Müller et al., 2008). Hazánk kedvező adottságokkal rendelkezik az egészségturizmus fejlesztéséhez, hiszen gazdag termálturisztikai adottságokon túl, más gyógytényezőkben is bővelkedik, mint pl. gyógybarlangok, gyógyiszaplelőhely, mofetta vagy a klíma (Borbély – Müller, 2008; Müller et al., 2018b).

Az egészségtudatos vásárlók igénylik szabadidejük vagy üdülésük alatt is azokat a preventív vagy gyógyító szolgáltatásokat, mely az egészségi állapotuk javítását vagy megtartását hivatott biztosítani. Az utazási motivációk igen sokfélék lehetnek, (Vuuren – Slabbart, 2012; Jang – Cai, 2002) ahol a más kultúrák megismerése (Bácsné et al., 2018), a pihenés, a relaxálás, az élménykeresés mellet az egészségmegőrzés napjainkban egyértelműen felerősödni látszik

(Hall, 2012). A szabadidős trendek is igazolják, hogy az egészségmegőrzés motivációja erősödik (Borbély – Müller, 2015; Boda et al., 2015; Müller – Bácsné, 2018).

Több hazai kutatás foglalkozik az egészségturizmus hazai adottságaival, fejlesztési irányjaival és annak hatásaival. Egyes kutatások kiemelik azt, hogy az egészségturizmus fejlesztése az életminőséget is képes javítani nem csak a turisták, de a helyi lakosok körében is (Müller – Kerényi, 2009; Michalkó – Rácz, 2011; Sörös et al., 2012). Több kutatás számol arról be, hogy a fürdőben történő attrakciófejlesztéssel, a kínálat mennyiségi és minőségi fejlesztésével folyamatosan javul a vendéglégedettség (Müller et al., 2009; Müller et al., 2016). Más kutatások a turizmus gazdasági eredményeit helyezik a vizsgálat középpontjába és a foglalkoztatásra és a gazdaságélénkítésben meghatározó szerepére fókuszálnak. (Fenyves et al., 2014; Darabos, 2015; Darabos – Nagy, 2018) helyezik a vizsgálat fókuszába.

„Hazánkban 1 289 termálforrás van, 385 településen működik termál- illetve gyógyvízű fürdő, 46 gyógyszálló, 38 gyógyfürdő minősítésű szolgáltatói egységgel rendelkező település, 5 gyógybarlang, 13 gyógyhely, 81 elismert ásványvíz-, illetve 315 gyógyvízforrás, 4 gyógyiszaplelőhely és 1 mofetta található. (Könyves et al., 2004).”

Magyarország „a Széchenyi-terv keretében megvalósult fejlesztéseknek köszönhetően európai összehasonlításban is versenyképes egészségturisztikai kínálattal rendelkezik (Michalkó – Rácz, 2011).”

Az észak-alföldi régióban az egészségturizmus fejlesztése már régóta prioritás (Müller – Könyves, 2006; Lövei – Kalmár, 2017), hiszen a régió kedvező termál és gyógyvíz adottságai miatt a fürdőfejlesztések folyamatosan erősítették a régió egészségturisztikai kínálatát és egyben a márkaértékeit (Kerényi et al., 2010; Mosonyi et al., 2013; Lengyel, 2015). Több szerző kutatásában hangsúlyozza és bizonyítja, hogy a fürdők domináns jelentőségűek hazánk és az Észak-alföldi régió egészségturisztikai kínálatában és keresletében egyaránt (Müller – Kórik, 2009; Molnár et al., 2010, Lövei – Kalmár, 2017 Bíró et al., 2018). Magyarországon is illetve az észak-alföldi régióban is megvalósultak olyan turisztikai fejlesztések, melynek eredményeként a fürdők száma, mérete, befogadó képessége, de még a realizált kereslet is dinamikusan növekedett (Lövei – Kalmár, 2017; Müller, 2018). Napjaink szabadidős fogyasztói trendjeiben az egészségtudatos vásárló (Müller – Kerényi, 2009) megjelenik, akinek fontosak azok a kínálati elemek, melyek az egészség megőrzésében segítenek. Így az egészség az üdülésük alatt is prioritásként jelenik meg és az utazásuk alatt is keresik és igénybe veszik azokat a szolgáltatásokat, melyek a prevenciót szolgálják (Müller et al., 2005; Bíró – Müller, 2017; Müller et al., 2018). Fontos megemlíteni azt is, hogy az egészségturizmus résztvevőinek is követni kell napjaink fejlett információtechnológiai trendjeit. Fontos az online jelenlét, korszerű weboldalak, mobil alkalmazások, vagy akár a közösségi média jelenlét (Ráthonyi, 2013; Ráthonyi et al., 2016a; 2016b; Ráthonyi – Ráthonyi-Ódor, 2017;).

A fürdős, medencés szolgáltatások dominánsan jelennek meg az észak-alföldi régió turisztikai kínálatában külön attrakcióként (fürdők) vagy akár a szálláshelyeken is, hiszen ezek iránt nő a kereslet és egyben pozitívan befolyásolhatják a vendégek elégedettségét (Müller – Szabó, 2009) és a desztinációválasztás motivációit (Könyves et al., 2005). Több kutatás igazolja azt is hogy a masszázs (Csörgő et al., 2013), és relaxációs technikák fontos szerepet töltenek be a prevencióban és a turizmusban a vendégek által igénybevett egyik legnépszerűbb kínálati elem (Müller et al., 2018a).

Korábbi kutatásokban vizsgálták az észak-alföldi régió által kínált szabadidő sportolási lehetőségeket, és a fürdők szerepét melyek az egészségturizmusban is vonzerőtényezők lehetnek az egészségtudatos vendégeknek (Lenténé et al., 2018, Bíró et al., 2018) és egyben ez egészségmegőrzés színterei a rekreációban és turizmusban egyaránt.

3. Három Jász-Nagykun-Szolnok megyei fürdő egészségmegőrző és sportkínálata

Az Észak-Alföldi régió belül Jász-Nagykun-Szolnok megyében található a régió fürdőinek 32,1%-a (KSH, 2016). A megyéből három komplexumot emeltem ki: a megyeszékhely – Szolnok – fürdőjét, a megye hatodik legnépesebb városának – Kisújszállás – létesítményét, és a csendes, Tisza parti kisváros – Martfű – fürdőjét.

3.1. Liget Termálstrand és Élményfürdő – Szolnok:

Az elemzett fürdők közül a szolnoki tekint vissza a legnagyobb múltra, hiszen 1960-tól várja vendégeit. 2002-ben a Széchenyi-terv keretén belül felújították (Szolnoki Fürdő, 2018). A megyeszékhely fürdőjének fő profiljai: a nyugodt pihenés, az élményszerzés, a természet közeli liget.

A Liget Termálstrand és Élményfürdő weboldalán nem hoztak létre külön menüpontot a sport témakörére, azonban az egészségmegőrző szolgáltatások közül kiemelik a széles masszázskínálatot (sport, relaxációs, aromaterápiás, mediterrán, wellness), a szaunázást és a gyógyvizet, valamint a finn szaunázási lehetőséget, gőzkabint, jakuzzit, merülőmedencét és Kneipp gyaloglót. A sportolási lehetőségekre a „Tiszaliget” menüponton belül találtam rá, ahol a fürdőn kívül, a Tiszaliget területén található sportpályákat ajánlják, illetve a fürdőhöz tartozó csónakázó tavat, ahol a vendégek számára nyitott a csónakázás lehetősége. Továbbá a Vízilabda Aréna, strandröplabda, lánitenisz és kosárlabda is várja az érdeklődőket.

Az egyik legnépszerűbb közösségi oldalon természetesen megtalálható a strand profilja (Facebook Tiszaliget, 2019), azonban ott szinte csak a nyitva tartás változásairól, medencék karbantartásáról tájékoztatják az internetet használókat. Ezen a közösségi felületen legutóbb áprilisban hívták fel a figyelmet sportrendezvényre, a IV. Szolnoki Strandkézilabda Bajnokságra, melyet negyedik alkalommal rendeztek meg. Azóta nyilvános programokról nem tájékoztatták az oldalt felkeresőket.

3.2. Kumánia Gyógy- és Strandfürdő – Kisújszállás:

A Kumánia Gyógy- és Strandfürdő weblapján (Kumánia, 2018) található adatok szerint az intézmény 2012-től áll a vendégek rendelkezésére. A modern weboldal a Hotel Kumánia ***superior és a Kumánia Gyógy- és Strandfürdő közösen működtetett oldala. A fürdőzés lehetősége mellett egész évben sokszínű programkínálattal várják a látogatókat (szépségversenyek, szauna szeánszok, gasztronómiai rendezvények, egészségnapok, hagyományörző rendezvények, gyermekfoglalkozások, éjszakai fürdőzések). Számos gyógyászati szolgáltatás is megjelenik a vendégeknek nyújtott kínálati elemek között, gyógyvizet medencék, pezsgőmedence és több szauna található a komplexumban.

A strand területén lévő sportpályákra a honlap felhívja a látogatók figyelmét (tollaslabda, lánitenisz, strandfoci, homokfoci, vízilabda, tenisz, strandröplabda, óriás sakk), vízi programokat is ajánlanak (50 méteres sport úszómedence, úszásoktatás, aqua fitness, vízi aerobik), a csónakázó tavon lehetőség van csónak és vízi bicikli kölcsönzésre, a strandfürdő természet közeli környékének bejárására kerékpár kölcsönzés vehető igénybe.

A közösségi oldalon fellelhető a Kumánia profilja (Facebook Kumánia, 2019), ahol megannyi esemény került meghirdetésre 2018-ban. A jó marketing és animációs tevékenység eredményeként megrendezésre kerültek éjszakai fürdőzések, szauna programok, részt vehettek a látogatók szépségversenyen, bográcsfesztiválon, de volt gyereknap, wellness nap, egészségnap, megünnepelték a költészet napját, Valentin-napot, húsvétot, Halloween-t, és együtt mulattak a fürdő születésnapjára ünnepségén, valamint szilveszterkor is.

A fürdőben szervezett események közül néhányról részletesebben írnék: 2017. június 30., 2018. június 30. és 2019 június 29.: Interaktív egészségnap a Kumániában (2017) / Kumánia Interaktív Egészségnap (2018) / Interaktív Egészségnap Rubint Rékával (2019). A vendégek egészségügyi állapotfelmérésen és szűrővizsgálatokon vehetnek részt, ismeretterjesztés céljából elsősegély bemutatót és újraélesztés bemutatót tekinthetnek meg, részletesen bemutatják az érdeklődőknek a gyógyászati kezeléseket és azok hatásait, tájékozódhatnak az egészséges szunázásról és a babamasszázsról, a kismamáknak tanácsadást szerveznek, kipróbálhatják a stresszoldó jógát és aqua zumba órán mozoghatnak együtt, gerinc tornázhatnak, ízelítőt kaphatnak a talpreflexológiából és a menedzsmentmasszázsából is. 2018-ban az egészségnapra még nem hívtak sztár edzőt, azonban a 2019-re meghirdetett esemény kapcsán már bejelentették, hogy a népszerű edző, Rubint Réka is jelen lesz. Vele egyébként már 2018-ban is találkozhattak a kisújszállási fürdőbe látogatók, hiszen június 9-én a Global Wellness Day programjának kiemelt szereplője volt. A látogatók hip hop oktatáson, vízi aerobik, zumba, aqua zumba órán sportolhattak, valamint Rubint Réka Alakreform edzésén is részt vehettek, ami országos szinten elismerté teszi az eseményt. A Global Wellness Day a Magyar Fürdőszövetség programjához csatlakozott.

3.3 Martfű Termál Spa:

A fürdő weboldalát (Martfű Spa, 2018) a szállodával közösen üzemelteti. A honlapot található rendezvények menüpontban számos eseményről tájékozódhatunk. Közülük megtalálhatunk olyan sporttal és egészséggel kapcsolatos kínálati elemeket, mint edzőtábor, iskolai tábor, tánc tábor, csapatépítő tréning, horgászverseny, skandináv wellness, uszoda, bowling pálya, csocsó asztal, billiárd, darts, homokos strandsport pályák, vízi színpad. Az uszoda egy fedett 33 méteres sportmedencével ösztönzi az aktív kikapcsolódásra a látogatókat, melynek vízmélysége 4 méter, így a kezdő búvárok számára ideális oktatóterepet jelent. A medence úszósávokkal, vízilabda kapukkal, védőhálóval van felszerelve.

A fürdő referenciául sok sportcsapat elismerését tudja felmutatni: vízilabdázók, úszók és szinkronúszók, táncosok, artisták, karatézók. A fürdővel szomszédos sportlétesítményekkel együtt alkalmas kézilabda, labdarugó, tenisz táborok megtartására is.

A skandináv wellness széles kínálatát vehetik igénybe az egészségmegőrző látogatók: frissítő masszázs, gőzkabin, bioszauna, jégkamra, jacuzzi, kneipp taposó medence, arcmasszázs, gyógy masszázs, olívás bőrpoló masszázs, finn szauna, infrasauna, zsírégető masszázs, talpreflexológia, iszappakolás, víz alatti sugármasszázs. Az állandó szolgáltatások mellett hetente többször tartanak a létesítményben vízi gyógytornát, fitball edzést, aqua fitness órát, gerinctréninget, légző tornát és pilates órát.

A közösségi felületen (Facebook Martfű, 2019) megtalálható a fürdőkomplexum profilja, ahol tájékozódhatunk a fürdőben megrendezésre kerülő eseményekről is. Kiemelném az olyan korcsoport specifikus programokat, mint a 2018. július 8-án tartott Kölyökpark a Martfű Termál Spa-ban. A programon játszó-, fejlesztő- és mozgásközpont biztosított szórakozást a legfiatalabbaknak, volt légvár, babajátzóter, mindemellett ügyességi játékokkal, egyensúlyfejlesztő feladatokkal, tánc tanulóval, bátorságpróbával várta a kicsiket. A megyében nem mindennaposnak mondható a 2018. szeptember 29-30-ra szervezett Szabadtüdős APNEA I. szintű tanfolyam (elmélet és gyakorlat). A szomszédos megye sportcsapatát is vonzza a zöld területen található fürdőkomplexum kínálata: 2018. október 5-7-én látogatott ide a debreceni Táncvilág Stúdió csoportja Indián nyár tánc és wellness tábor keretei között. A néhány napos aktív pihenés főként a táncról, wellness-ről, horgászatról, közös sportolásról, csapatjátékokról és a szaunázásról szólt. A sikeres együttműködést bizonyítja, hogy 2019. február 8. és 10. között a táncstúdió ismét Martfűre látogat a Farsangi Forgatag Tánc és Wellness tábor lebonyolítása

vége. A Martfű Termál Spa szálloda és fürdő több napos programjai alkalmával kitűnően tudja növelni vendégéjszakáinak számát.

4. Anyag és módszer

A szekunder adatok megismerése után a projekt második részeként a primer adatgyűjtési módszerek közül a kérdőíves megkérdezést alkalmaztam. Az eredményeként kapott adatok kiértékeléséhez főként a leíró statisztikát használtam (viszonyszám, átlag). A kérdőívezés az egyik leggyakrabban használt primer információszerzési technika, melynek célja információ gyűjtése a sokaság egy adott részétől. Ennek elvégzése során előre megfogalmazott kérdésekre adott válaszokat elemeztem. Az általam szerkesztett kérdőív egyaránt tartalmazott nyitott és zárt kérdéseket.

A demográfiai adatok felmérése után a fürdők sport és egészségmegőrző kínálati elemeivel kapcsolatos vendégelégedettséget mértem. A kutatás során személyes megkérdezést alkalmaztam a fürdőturizmusban résztvevő fogyasztók esetében, ezen kívül kihasználtam az internetes kérdőívezés lehetőségét is, ahol szintén rengeteg emberhez jutott el az online űrlap.

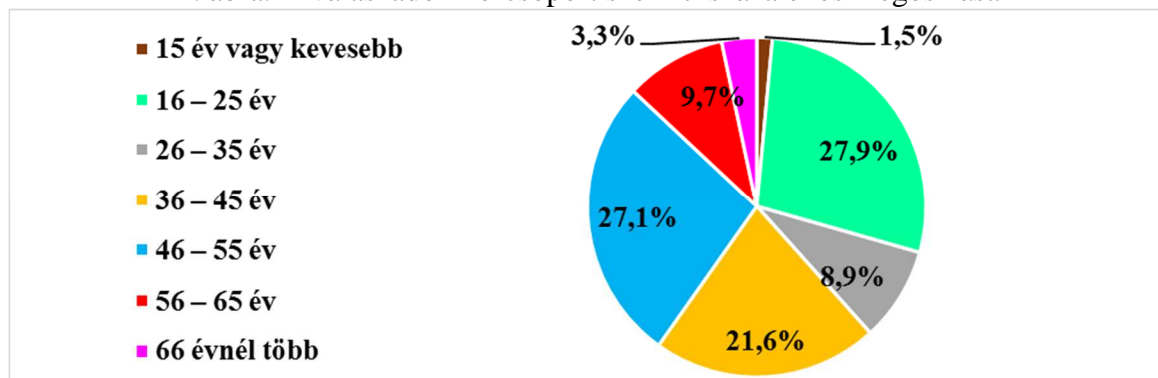
A kapott adatokat az Excel táblázatkezelőbe és SPSS programokba vezettem át, majd a programok segítségével különböző statisztikai módszerek használatával elemzéseket végeztem. A leíró statisztika segítségével jellemeztem a kitöltőktől kapott adataimat.

Az alapos szekunder adatgyűjtés megfelelő háttérrel biztosított az általam összegyűjtött primer adatok kiértékeléséhez.

5. Eredmények és azok értékelése

Az általam végzett kérdőíves megkérdezés során alkalmazott minta nagysága 269 fő volt: 213 nő és 56 férfi adott választ kérdéseimre, így a nemek aránya: 79,2% nő, 20,8% férfi.

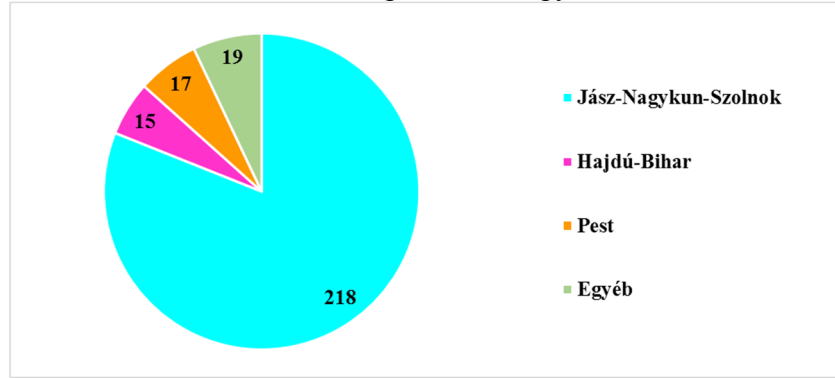
1. ábra. A válaszadók korcsoport szerinti százalékos megoszlása



Forrás: Saját szerkesztés, 2018

A kérdőívre választ adók korcsoport szerinti megoszlása a 1. ábrán látható, amelyet kördiagramon ábrázoltam százalékos formában. A kérdőívet a legtöbben a 16 – 25 év közötti fiatalok és a 46 – 55 év közötti korosztályból töltötték ki (55%). A megkérdezettek 21,6%-át 36-45 év közötti megkérdezettek alkotják.

2. ábra. A kitöltők megoszlása megyék szerint (fő)

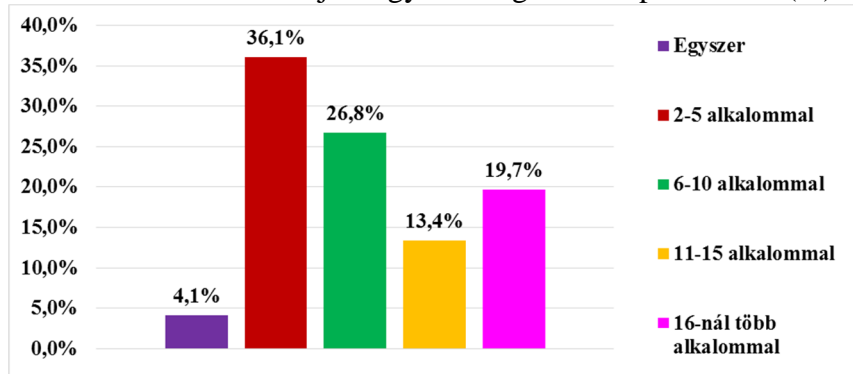


Forrás: Saját szerkesztés, 2018

Az általam készített kérdőívet kitöltők 13 megye lakói közül kerültek ki: 218 fő (81%) Jász-Nagykun-Szolnok megyében él, 17 fő Pest megyében, 15 fő Hajdú-Bihar megyében, a többi 19 kitöltő pedig 10 másik megyéből osztotta meg velem véleményét (2. ábra). Mivel a kérdőív kitért az általános fürdőbe járási szokásokra is, a kitöltésre azoknak a személyeknek is volt lehetőségük, akik még nem jártak az általam vizsgált három Jász-Nagykun-Szolnok megyei fürdőben. A felmérésben résztvevők közül összesen 61 fő volt, akik a projektben szereplő létesítményeket nem látogatták még meg.

A végzettség tekintetében a következők figyelhetők meg a mintámban: 269 személy közül 82 fő rendelkezik egyetemi oklevéllel és/vagy diplomával, 95 főnek pedig a középiskolai érettségi a legmagasabb végzettsége jelenleg.

3. ábra. Éves fürdőbe járás gyakoriságának csoportosítása (%)



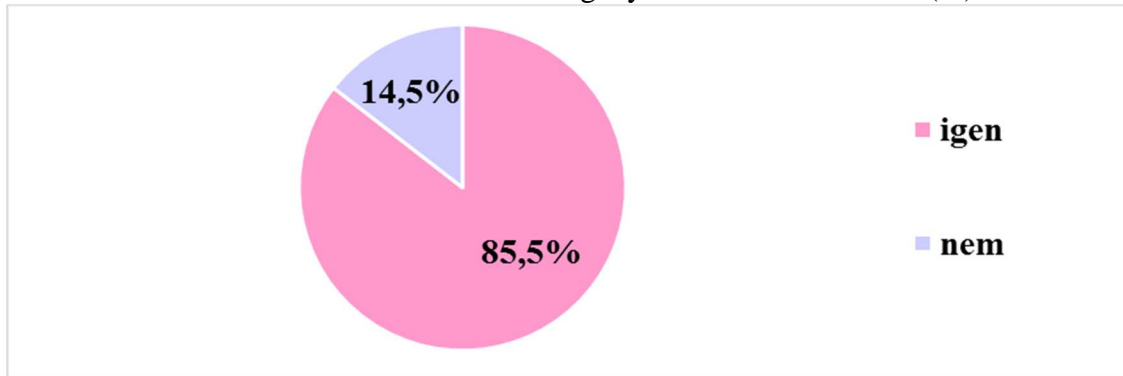
Forrás: Saját szerkesztés, 2018

Az éves fürdőlátogatás számát bemutató oszlopdiaagramon (3. ábra) az látható, hogy a vizsgált sokaság legnagyobb része, 169 fő 2-5 alkalommal (36,1%) illetve 6-10 alkalommal (26,8%) látogat fürdőhelyeket évente. 11 fő válaszolta azt, hogy évente csupán egyszer jut el fürdőbe szabadidejében, 53-an pedig 16 alkalomnál többször is eljutnak fürdőzni évente. A fürdőlátogatók válaszaiból kimutatható, hogy a fürdőzés fontos eleme a mindennapoknak, a szabadidős aktivitásába beépülve a rekreáció része. A hétköznapi életben is lehetőséget nyújt az egészségmegőrzésre, a testmozgásra, sportolásra, pihentető vagy éppen aktív családi programokra egyaránt.

A mintám alapján a fürdőbe járásra a legnépszerűbbek a nyári hónapok voltak, ahogyan az várható volt. Szeretném kiemelni azt, hogy a megkérdezett személyek csaknem 51%-a jelölte meg a téli időszakot, amikor ellátogat fürdőbe, majdnem 35%-a az őszi fürdőbejárást, több, mint a sokaság 30%-a a tavaszt is kiválasztotta. E kérdés is alapján is megerősíthetem azt, hogy

nem csak a legmelegebb hónapokban, hanem az egész évi feltöltődésbe, pihenésbe, egészségmegőrzésbe beépül a fürdőlátogatás. Az is kiderült a válaszokból, hogy a fürdőlátogatás a legtöbb kitöltő számára családi programot jelent, hiszen 215-en (80%) nyilatkoztak úgy, hogy legszívesebben a családjukkal töltenek el időt fürdőkomplexumokban.

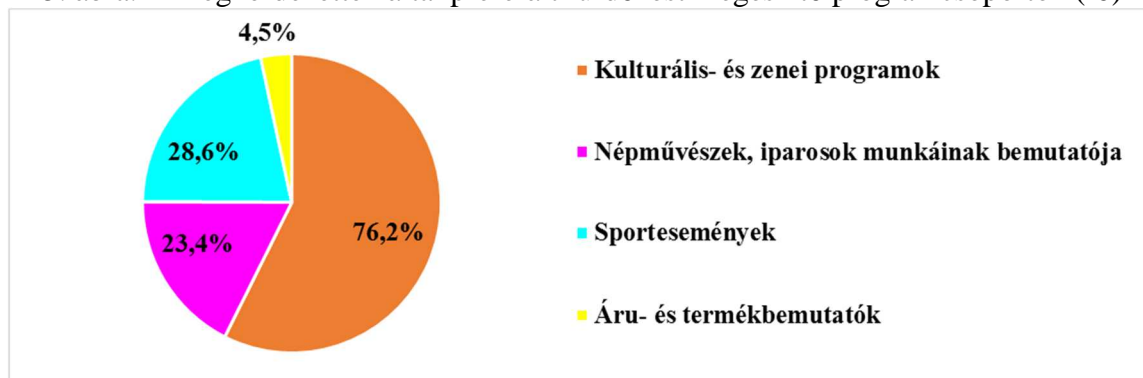
4. ábra. A fedett medence iránti igény alakulása a mintában (%)



Forrás: Saját szerkesztés, 2018

A kérdőívem tartalmazott egy kérdést, mellyel azt próbáltam meg kideríteni, a mintámból hányan tartanak igényt a fedett fürdőmedencék meglétére (4. ábra). A válaszok azt mutatják, hogy a legtöbben (230 fő) ragaszkodnak a fedett fürdőterülethez, míg azok száma, akiknek elegendő a szabadtéri medencék megléte, 39. Arra tudok következtetni, hogy a legtöbb kitöltő nem csak a napsütéses, forró, nyári időszakban tartózkodik örömmel fürdőhelyeken, hanem az esősebb, hidegebb hónapokban is felkeresik a fürdölétesítményeket, ahol pihenéssel, testmozgással, rekreációval tölthetik idejüket.

5. ábra. A megkérdezettek által preferált fürdőzést kiegészítő programcsoportok (fő)



Forrás: Saját szerkesztés, 2018

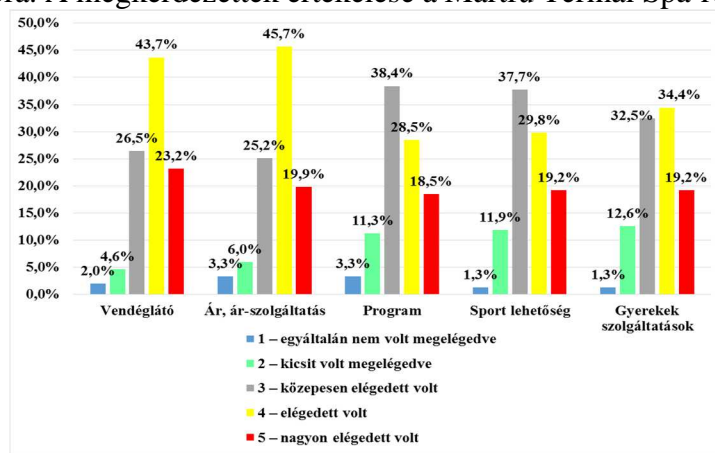
A sokaság által preferált fürdőzést kiegészítő programcsoportokat a 5. ábrán szemléltetem. A 269 megkérdezett több, mint háromnegyed része, 205 személy válaszolt úgy, hogy szívesen venne részt kulturális- és zenei programokon a fürdő területén, mint fürdőzést kiegészítő program. A sporteseményeken való részvétel ennél kevésbé volt népszerű, a válaszadók 28,6%-a venne részt aktívan vagy passzívan ezeken. Népművészek, iparosok munkáinak bemutatóját 23,4% tekintené meg szívesen a fürdőben töltött idő alatt. A legkevésbé népszerű az áru-és termékbemutatók megtekintése volt a programcsoportok közül. Korábbi Észak-alföldi régiót érintő fürdő kutatások megállapították, hogy a sportprogramokat inkább a férfiak, az áru- és termékbemutatókat valamint a népművészeti iparosok munkáinak bemutatóit inkább a hölgy vendégek preferálják (Müller – Kórik, 2009). Úgy gondoltam, ennél a kérdésnél a válaszadók

szívesen adnának meg saját választ, ezért lehetővé tettem, hogy kifejtés véleményüket néhány szóban. Többen jelezték, hogy számukra csábítóak lennének egészségügyi és szűrőprogramok, egészségmegőrzés témájában tartott ismeretterjesztő bemutatók a fürdőhelyeken.

A három fürdővel kapcsolatos kérdéseket csak olyan válaszadók töltötték ki, akik már jártak az adott helyeken. 218 Jász-Nagykun-Szolnok megyei lakos töltötte ki a kérdőívet. Rajtuk kívül 12 másik megyéből is érkeztek be válaszok, összesen 51 főtől. Pozitív visszajelzés az, hogy a nem megyei lakosok közül is 15 fő már megismerte az általam bemutatott három fürdő valamelyikét, így ők megosztották velem az értékelésüket a fürdők programját illetően.

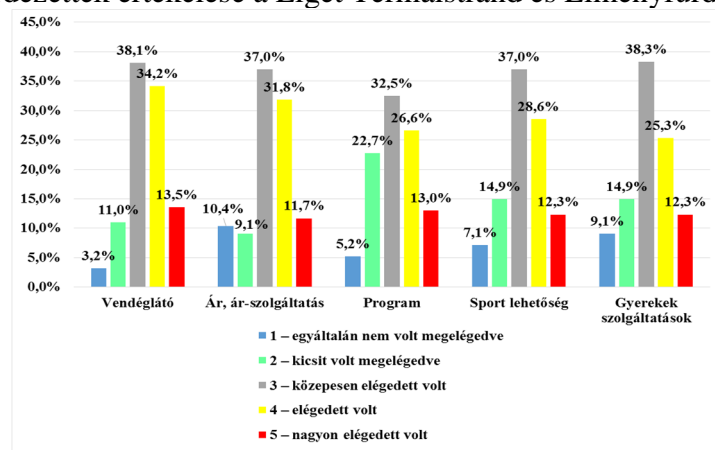
A Martfű Termál Spa, a szolnoki Liget Termálstrand és Élmenyfürdő és a kisújszállási Kumánia Gyógy- és Strandfürdő vendéglégedettség mérését (6., 7., és 8. ábra) mutatom be az általam megkérdezett populáció válasza alapján, mely főként a fürdők programkínálatának sokszínűségét tükrözi. A martfűi fürdő osztályozásában 150 fő vett részt, a szolnoki esetében 154 válasz érkezett, míg a kisújszállási fürdő értékelésében 134 fő nyújtott segítséget.

6. ábra. A megkérdezettek értékelése a Martfű Termál Spa-ról (%)



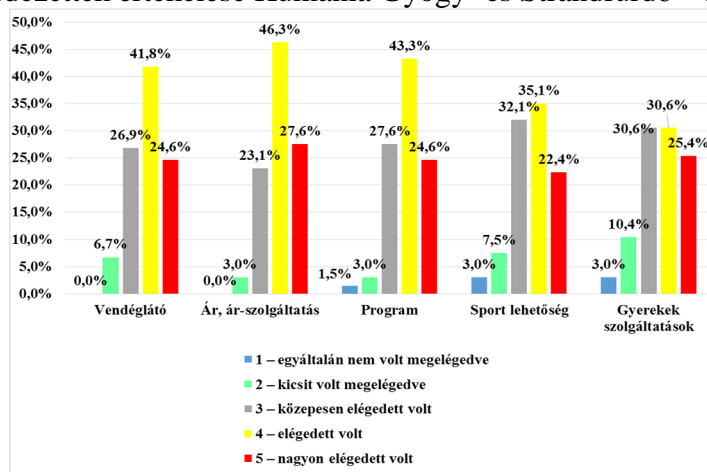
Forrás: Saját szerkesztés, 2018

7. ábra. A megkérdezettek értékelése a Liget Termálstrand és Élmenyfürdő – Szolnokról (%)



Forrás: Saját szerkesztés, 2018

8. ábra. A megkérdezettek értékelése Kumánia Gyógy- és Strandfürdő – Kisújszállásról (%)



Forrás: Saját szerkesztés, 2018

A vendéglégedettség mérése során a látogatóknak egy ötfokozatú skálán kellett értékelniük az általuk meglátogatott fürdőt. Az 5 szempont osztályozása során meg tudtam vizsgálni a kínált szolgáltatásokkal, programokkal és a fürdő által nyújtott lehetőségekkel kapcsolatos vendéglégedettséget.

Az első kérdés a fürdőben található vendéglátó-ipari egységek értékelése volt, mely során a Martfű Termál Spa és a Kumánia Gyógy- és Strandfürdő látogatói legtöbbször a második legjobb értékelést – elégedett – választották (Martfű: 44%, Kisújszállás: 41,8%). A Liget Termálstrand és Élményszerető értékelése során a mintában leggyakrabban előforduló érték – a módusz – a 3-as számmal jelölt „közepesen elégedett” lehetőség volt: 38,3%. Az elégedettek aránya alig kevesebb, 34,4%. Azonban a szolnoki létesítmény vendéglátó-ipari egységeiről megosztott értékelések szerint 14,3%-a a vendégeknek egyáltalán nem, vagy csak kicsit volt megelégedve a tapasztaltakkal. Véleményem szerint, ez az arány jelzésértékű lehet, mivel több vendég szembesült a vendéglátás során olyan negatív élménnyel, ami a fürdő felkeresésének gyakoriságára, megismétlésére hatással lehet.

Amikor a látogatókat a fürdők árairól és a kifizetett összegért kapott szolgáltatások minőségéről kérdeztem, azt az eredményt kaptam, hogy a szolnoki létesítményt meglátogatók 19,5%-a elégedetlen vagy csak kicsit volt megelégedve. Attól függetlenül, hogy az ár-szolgáltatás arány szubjektív és sok mindentől függ a mérése, azt gondolom, érdemes foglalkozni a véleményekkel, ha a vendégek ilyen nagy aránya nem tartja ideálisnak az árakat.

Az utolsó három kérdésem hasonló témát érintett: a programkínálat sokszínűségére, sportolási lehetőségek kínálatára, gyermekek számára nyújtott szolgáltatások bőségére kérdeztem rá. A beérkező válaszok azt mutatják, hogy a Szolnokon található fürdő van leginkább elmaradva e három szempont tekintetében, hiszen mindhárom esetben azok száma, akik nem tartják megfelelőnek a kínáltakat, 20% fölötti (programok: 27,9%, sportolási lehetőségek: 22,1%, gyermek szolgáltatások: 24%). A martfűi és kisújszállási fürdőzők válaszai alapján abban a két egységben is ezeket a területeket találok fejlődésre leginkább alkalmasnak. Martfűn a programkínálattal 14,7% nem elégedett, vagy csak kicsit elégedett, sportolási lehetőségek tekintetében 12,7%, gyermekek számára nyújtott szolgáltatásokkal kapcsolatban 13,3%. Kisújszálláson a sportolásra kapott lehetőségekkel 10,4% nem elégedett kellőképpen, a gyermek szolgáltatásokkal pedig 13,4%.

A kérdőívem válaszai alapján be tudom mutatni azt is, mik lennének azok a fontosabb sportelemek, amiket a vendégek hiányolnak a fürdőhelyekből, mik azok az eszközök, amelyek szívesen használnának a fürdözések alkalmával, vagy éppen nagyobb élményhez juttatnák a látogatókat. A téma kutatása érdekében egy nyitott kérdést tettem fel a fürdőzők számára. A

legnépszerűbb válaszok alapján megfontolandók a következő elemek: csúszdapark, szabadtéri fitneszterem és beltéri fitneszterem, csoportos vízi torna, jóga, pilates, élménymedence, vizes animációs játékok, sportvetélkedők, zumba, senior torna, senior vízi torna, sport animáció.

6. Következtetések és javaslatok

A kérdőíves megkérdezés során a fürdőlátogatókról nem csak a marketingkutatók szempontjából fontos demográfiai adatokat tudhattuk meg, hanem olyan releváns témákban ismertük meg a fürdőzők véleményét, mint a sportprogramok iránt támasztott igény vagy az egészségmegőrzés jegyében való szabadidő eltöltés fontossága.

A Martfű Termál Spa, a szolnoki Liget Termálstrand és Élményfürdő és a kisújszállási Kumánia Gyógy- és Strandfürdő programjainak és szolgáltatásainak megítélése viszonylag jó eredményt hozott, ám a szabadidős tevékenységek közül a sportprogramokat számos vendég hiányolta a fürdőkből. Ez okból javasolnám a fürdőkomplexumok számára a humánerőforrás fejlesztését, illetve az animációs tevékenység bevezetését mindhárom fürdőben legalább a nyári szezonra és a hétvégeken, különös tekintettel a sport animációra. A látogatók elégedettségének felmérése során megállapítottam, hogy mind a három vizsgált fürdő leggyengébb értékeit a programkínálat, sportlehetőségek, gyermek szolgáltatások adták. A létesítményekben leginkább népszerű szolgáltatások körét mindenképpen bővíteni érdemes, a vendégek által preferált programokat gyakrabban célszerű megrendezni, vagy azokhoz hasonló programkínálatú új eseményeket, eseménysorozatokat kezdeményezni. A Martfű Termál Spa és a Kumánia Kumánia Gyógy- és Strandfürdő által kínált változatos programokat az egészségmegőrzés és a sport köré csoportosítva kielégítőnek találom, és úgy vélem, több ezekhez hasonló rendezvénnyel kellene felhívni az emberek figyelmét az egészség fontosságára.

Fontos hangsúlyozni a sport közösségformáló szerepét, melynek okán érdemes a csoportos mozgásformáknak is kellő teret adni a fürdők programkínálatában. Mint kiderült, az igények alapján a vízben történő edzésekre (aqua fitnesz, vízilabda, vízi aerobik) és szabadtéri labdajátékokra (strandröplabda, strandfoci, tenisz) mutatkozna leginkább kereslete a vendégeknek. Érdemes volna szabadtéri kondiparkot kialakítani a sportolni vágyó látogatók elégedettségének növelése végett.

Az elemzés során bebizonyosodott, hogy azok a fürdők, amelyek a medencéken kívül rendelkeznek természetes vagy mesterségesen kialakított vizekkel, sokkal színesebb sportkínálatot tudnak biztosítani a látogatóik számára: vízi biciklizés, csónakázás, horgászat. Ezekre a lehetőségekre érdemes lenne nagyobb hangsúlyt fektetni a promóció során, hiszen manapság egyre fontosabb értéként jelenik meg a természet közelsége.

7. Összefoglalás

Ahogy azt a szakirodalmi összefoglalóban láthattuk, az utóbbi években hazánk egyre vonzóbb egészségturisztikai desztinációvá vált. Legfőbb vonzerőink közé nem csak természeti kincseink és gazdag kultúránk tartoznak, hanem a kedvező ár-érték arány miatt is egyre több külföldi választja célországul Magyarországot.

Az elvégzett vendéglégedettség mérés rámutatott arra, hogy a három Jász-Nagykun-Szolnok megyei vizsgált fürdőben a programkínálatot, sportkínálatot, gyermek programokat sokszínűbbé kell tenni. Emellett a wellness szolgáltatások kínálatát is érdemes bővíteni, fejleszteni, hiszen az egészségmegőrzés részeként egyre nagyobb igény mutatkozik rájuk a fiatalabb korosztály részéről is.

Bízom abban, hogy a projekt során kapott adatok felhasználása segíteni fogja a megye fürdőinek fejlesztését a sport és egészségmegőrzés jegyében. Munkámmal szeretnék

hozzájárulni a megye fürdőinek olyan irányba történő változásához, mely a megyét vonzóbbá teszi a hazai turisták és kirándulók számára az egészséges életmódon keresztül, ugyanis erre egyre nagyobb igény mutatkozik hazánkban. Szeretném segíteni a fürdőket, hogy Jász-Nagykun-Szolnok megyében olyan kivételes és egyedi újításokat valósíthassanak meg, melyek más területekről is ide csábítják a turistákat, hogy különleges élménnyel gazdagodva térhessenek haza. A fürdőfejlesztés révén elérhetővé válhat az is, hogy, ha egy másik megye lakója Jász-Nagykun-Szolnok megyébe utazik, elsődleges fontosságú programként jelenjen meg számára a fürdők megismerése. Mindez nem csak az egynapos látogatások számának növekedését jelentené, hanem a vendégéjszakák számának növekedését is eredményezheti a környező településeken.

A projekt elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

A., Sörös; K., Pető; M., Csipkés (2012): Examining life quality in Hajdúszoboszló Tourist Area, with a special focus on health conditions. Journal of Agricultural Informatics 3 : 1 pp. 1-9., 9 p. (2012)

A., Müller; B., Barcsák; J., E. Boda (2016): Health tourism the cavebath of Miskolctapolca. In: György, Juhász; Enikő, Korcsmáros; Erika, Huszárík (szerk.) Korszerű szemlélet a tudományban és az oktatásban. Gazdaságtudományi szekció: Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Univerzity J. Selyeho – 2016 „Súcasné aspekty vedy a vzdelaovania”. Sekcie ekonomických vied.Komárno, Szlovákia : Selye János Egyetem, (2016) pp. 233-245., 13 p.

A., Müller; G., Ráthonyi; M., Bíró; K., Ráthonyi-Ódor; Z., Bács; P., Ács; G.m Hegyi; É., B., Bácsné (2018b): The effect of complex climate therapy on rehabilitation results of elderly asthmatic and chronic obstructive airways disease (COPD) patients. European Journal of Integrative Medicine 20 pp. 106-114., 9 p. (2018)

Bácsné B. É.; Müller A.; Molnár A.; Dobay B.; Bács Z.; Pető K. (2018): Tourism-Volunteering and Sport – Connections and Implications from a Research. Acta Oeconomica Universitatis Selye 7: 2 pp. 19-33. Paper: 1338-6581, 15 p. (2018)

Bíró M.; Lenténé P, A.; Dobay B.; Müller A. (2018): Az Észak-Alföldi Fürdők Szerepe a Wellness Turizmusban. Válogatott tanulmányok a sporttudományok köréből. Debreceni Egyetem Sporttudományi koordinációs Intézet. Debrecen. Fókuszban az egészség. 1. sz. 37-49.p.

Bíró M.; Müller A. (2017): Aktív pihenés, rekreáció = Active relaxation, recreation. In: Dobos, Anna; Míka, János - Természeti és kultúrtörténeti értékek Eger térségében = Natural and cultural heritage in the Eger Region. Eger, Magyarország: Líceum Kiadó, (2017) pp. 128-130., 3 p.

Boda E.; Honfi L.; Bíró M.; Révész L.; Müller Anetta (2015): A szabadidő eltöltésének és a rekreációs tevékenységek vizsgálata egri lakosok körében. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 42 pp. 49-62., 14 p. (2015)

Borbély A.; Müller A. (2015): Sport és turizmus. Debrecen, Magyarország: Campus Kiadó (2015), 110 p.

Csapó J.; Marton G. (2017): The role and importance of spa and wellness tourism in Hungary's tourism industry. Czech Journal of Tourism, 6(1), 55–68.

Csörgő T.; Bíró M.; Kopkáné P. J.; Müller A. (2013): Masszázsterápia hatásának vizsgálata 60 év feletti nők körében. In: Acta Academiae Agriensis. XL. 5-17.p. 2013.

Darabos É. (2015): A turizmus szerepe a világgazdaságban, a szektorban foglalkoztatottak számának, bérének alakulása Magyarországon. Acta Oeconomica Universitatis Selye 4:(1) pp. 42-50.

- Darabos É.; Nagy T. O. (2018): Turisztikai célú támogatások szerepe az Észak - Alföld Régió fejlődésében. *International Journal of Engineering and Management Sciences* 3: 4 pp. 365-376., 12 p. (2018)
- Fenyves V.; Dékán Tamásné O. I.; Könyves E.; Nagy A.; Sándor F. (2014); Economical aspects of thermal and medical tourism. *Abstract - Applied Studies In Agribusiness And Commerce*. 2014/4: p. 77.
- G. Ráthonyi; K. Ráthonyi-Odor; L. Várallyai; Sz. Botos (2016a): Influence of social media on holiday travel planning, *Journal of Ecoagrotourism* 12: 1 pp. 57-62.
- Hall M. (2012): Spa and health tourism. In *Sport and adventure tourism* (pp. 298-317). Routledge.
- Huzsvai L. (2011): Statisztika mezőgazdászok részére. 100. p. http://www.agr.unideb.hu/~huzsvai/pub/partium_statisztika.pdf (2018.10.12.)
- Jang S.; Cai L. A. (2002): Travel motivations and destination choice: A study of British outbound market. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 13 (3), 111-133.
- Kerényi E.; Müller A.; Könyves E.; Lázárné Fodor I.; Mosonyi A. (2010): Turisztikai márka és termékfejlesztés lehetőségei az egészségturizmusban az Észak-magyarországi és az Észak-alföldi régiókban. *Acta Academiae Agriensis*. XXX.VII. 67.-73.p. 2010.
- Könyves E.; Müller A.; Mondok A. (2004): Az egészségturizmus lehetőségei Hajdúszoboszló példáján. *Szolnoki Tudományos Közlemények VIII. Szolnok*.
- Könyves E.; Müller A.; Szalay F.; Szabó R. (2005): Cserkeszőlő és Karcag egészség-turizmusának összehasonlító elemzése. *Szolnoki Tudományos Közlemények 9 Paper: 9* (2005)
- Központi Statisztikai Hivatal (2016)
- Kumánia Gyógy- és Strandfürdő: <http://www.kumania.hu/> 2018.10.12.)
- Kumánia Gyógy- és Strandfürdő: <https://www.facebook.com/KumaniaGyogyfurdo/> (2019.01.15.)
- Lengyel, Attila: Magyarország egészségturisztikai desztinációként való márkázása: aszinkronitási problémák. *Economica (Szolnok)* 8 : 1 pp. 68-73., 6 p. (2015)
- Lenténé P. A.; Biró M.; Dobay B.; Pucsok J. M. (2018): A szabadidő sportolás kínálati elemeinek, és szolgáltatásainak vizsgálata Magyarország Észak-Alföldi Régiójának Szállodáiban. *Selye E-Studies* 9: 1 pp. 13-21., 9. p. (2018)
- Liget Termálstrand és Élményfürdő: <http://www.szolnokfurdok.hu/> (2018.10.17.)
- Liget Termálstrand és Élményfürdő: <https://www.facebook.com/tiszaligetistrandSZOLNOK/> (2019.01.19.)
- Lövei-Kalmár K. (2017): A Fürdők jelentősége az Észak-Alföldi Régió Egészségturizmusának fejlesztésében. *Köztes Európa Társadalomtudományi folyóirat A Virtuális Intézet Közép-Európa Kutatására Közleményei*, IX: évfolyam 1–2. szám: No. 21–22., 205-214.
- Martfű Termál Spa: <https://martfuspa.hu/> (2018.11.18.)
- Martfű Termál Spa: <https://www.facebook.com/termspamartfu> 2018.12.13.)
- Michalkó G.; Rácz T. (2011): Egészségturizmus és életminőség Magyarországon: fejezetek az egészség, az utazás és a jól (l)ét magyarországi összefüggéseiről. Budapest, MTA. Földrajztudományi Kutatóintézet. 39. p.
- Michalkó G.; Rácz T. (2011): Egészségturizmus és életminőség Magyarországon: Fejezetek az egészség, az utazás és a jól(l)ét magyarországi összefüggéseiről. Budapest, Hungary: MTA FKI.
- Molnár Cs.; Kincses Á.; Tóth G. (2010): A fürdőfejlesztések hatásai Kelet-Magyarországon–Hajdúszoboszló, Mezőkövesd és Orosháza összehasonlítása. In: *Turizmus Bulletin*. XIII.évf. 4. szám 20-32.p.

- Mosonyi A.; Lengyel A.; Müller A. (2013): Branding potential of spas in the Northern Plain and the Mid-Transdanubian Regions. In. Abstract. Vol.4-5.num.2013. http://ageconsearch.umn.edu/bitstream/187514/2/13_Mosoni.pdf (2018.11.21.)
- Müller A (2018): Health tourism in Hungary. In: Jaromír, Šimonek; Beáta, Dobay (szerk.) Sport science in motion: proceedings from the scientific conference. Športová veda v pohybe: recenzovaný zborník vedeckých a odborných prác z konferencie. Mozgásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról. Komárno, Szlovákia : Univerzita J. Selyeho, (2018) pp. 8-15. , 8 p.
- Müller A.; Szabó R.; Kerényi E.; Mosonyi A. (2009): Fürdő kutatás a Közép-dunántúli régióban. In. Acta Academiae Pedagogicae Agriensis. XXXVI. 65-77.p. 2009.
- Müller A.; Kórik V. (2009): Az Észak-alföldi fürdők szerepe a turizmusban és a rekreációban. In. Economica 2. szám.58-72.p. 2009.
- Müller, A; Kerényi, E (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.) Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország (2009) pp. 11-19., 9 p.
- Müller A.; Pfau C.; Gabnai Z.; Bácsné Bába É.; Borbély A.; Pető K. (2018a): A gyógy-, wellness- és sportszolgáltatások fejlesztési lehetőségei a gyógyturizmusban egy hazai kutatás tükrében International Journal of Engineering and Management Sciences 3: 4 pp. 101-114. , 14 p.
- Müller A.; Bácsné Bába É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. Létavértes, Magyarország: Létavértes SC '97 Egyesület (2018), 96 p.
- Müller A.; Könyves E. (2006): Az egészségturizmus lehetőségei az Észak-alföldi régióban. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 33 pp. 132-143., 12 p. (2006)
- Müller A.; Könyves E.; Szabó R. (2005): A wellness turizmus sokszínű kínálatának bemutatása. Iskolai Testnevelés és Sport – Elméleti Módszertani és Információs Szaklap 27. pp. 29-34., 6 p. (2005)
- Müller A.; Szabó R. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal bath, According the Guest's satisfaction. Acta Academiae Pedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 36. p. 89-101. , 13 p. (2009)
- Müller A.; Könyves E.; Várhelyi T.; Mondok A. (2008): Új utakon a testnevelő tanárképzés Egerben - A sportszakos hallgatók utazási szokásainak, és a sítáborozás kínálati elemeivel való elégedettségének vizsgálata. In: ECONOMICA. 1. szám. 85-95.p. 2008.
- Perényi Sz.; Petridis L. (2015): Bevezetés a sporttudományokba. Campus Kiadó, Debrecen. ISBN 978-963-9822-41-2
- Ráthonyi G. (2013): Influence of social media on tourism – especially among students of the University of Debrecen, APSTRACT – Applied Studies in Agribusiness and Commerce 7: 1 pp. 105-112.
- Ráthonyi G.; Ráthonyi-Odor K. (2017): Innovatív mobiltechnológiai megoldások a turizmusban, Acta Carolus Robertus 7: 2 pp. 161-180.
- Ráthonyi G.; Ráthonyi-Odor K.; Müller A. (2016b): Turisták közösségi média használata az utazás során. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series Sectio Sport 43: Különszám pp. 213-233. , 21 p. (2016)
- Van V.C.; Slabbert E. (2012): Travel motivations and behaviour of tourists to a South African resort. Tourism & Management Studies, 295-304.

A FIZIKAI AKTIVITÁS SZEREPE A MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSBEN

THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY IN WORKPLACE HEALTH PROMOTION

BALOGH RENÁTÓ PhD hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

The physical activity of the general public paints a devastating picture in Hungary. According to the 2017 Eurobarometer, the physical inactivity is 7 percent above the European Union's average. International studies as well as national ones have proved, that the diseases caused by physical inactivity, such as cardiovascular diseases, type 2 diabetes, high blood pressure and stroke mean a huge burden not only for the business sector, but for the national economy as well.

In this research my aim was to introduce the economic burden caused by physical inactivity, and to draw attention to the importance of workplace health promotion. From my results we can conclude, that in spite of the fact that health promotion should be lone responsibility of the people, the role of the employer shouldn't be overlooked. In 2009 the direct and indirect economic burden of illnesses – which affected the employers – exceeded 400 000 million Hungarian Forints. For the businesses sector healthy labour could guarantee smooth and uninterrupted production, because of this fact, it is in their best interest, to contribute to the healthy lifestyle of their employees. The health development actions mean a typically remuneratory investment for the workplaces, because those businesses who have this type of program, achieved positive results in the number of absences caused by sickness, their productivity increased and their business image improved over time. Thanks to this the fluctuations of the staff showed decreasing tendencies as well.

1. Bevezetés

Magyarországon a várható élettartam annak ellenére, hogy történt némi előrelépés az elmúlt években, még mindig közel 5 évvel elmarad az Európai Unió átlagától. Egy 2017-es Európai Unió tanulmány szerint Magyarországon a várható élettartam 75,7 év volt, szemben az EU-s átlagától, amely meghaladja a 80 évet (Európai Bizottság, 2017) A kockázati tényezők között számos olyan tényező van, amelyet rendszeres sportolással, illetve az egészséges életmód alapvető elvárásainak betartásával csökkenteni lehetne. A vezető halálozási okot mind a férfiak, mind a nők körében, továbbra is a szív- és érrendszeri betegségek jelentik, amely leginkább a fizikai inaktivitásból származó elhízásnak, valamint dohányzásnak tulajdonítható.

Hazai és nemzetközi tanulmányok egyaránt igazolták, hogy a mozgásszegény életmód, komoly nemzetgazdasági kiadásokat eredményezhet (Ács et al., 2011; Colditz, 1999; Goetzel – Ozminkowski, 2008). A fizikai inaktivitással összefüggésbe hozható betegségek nagymértékben megterhelik a nemzetállamok egészségügyi pénztárait, illetve, korreláció van az állampolgárok egészségi állapota és a termelékenység között. Amennyiben javul az állampolgárok egészségi állapota, úgy nő a termelékenység is.

Az állampolgárok egészségi állapota és annak fejlesztése nem kizárólag az állam érdeke. A munkáltatóknak a hatékonyabb működésük, valamint a termelékenységük növelése érdekében célszerű odafigyelni munkavállalóik egészségére, ugyanis ennek következtében csökkenhet a

táppénzes napok száma, amely egyfelől költségmegtakarítást jelent, másfelől pedig a folyamatos munkavégzés pozitívan befolyásolja a vállalat termelékenységét.

Az egészséget különböző definíciókkal látták már el, a legelfogadottabb közülük talán a WHO (1946) Alkotmányának előszavában lelhető fel, mely a következőképpen fogalmaz: „Az egészség a teljes testi, szellemi és szociális jólét állapota, nem pusztán a betegség vagy fogyatékoság hiánya”. (Ádány, 2011:17) A WHO az egészséget úgy jellemzi, mint a test teljes jólléti állapotát. Az egészségfejlesztés egy az egészségnél már nehezebben definiálható, tágabb fogalom. A WHO (1984) megfogalmazása szerint az egészségfejlesztés az a folyamat, amely módot ad az az egyéneknek egészségük fokozott kézben tartására és tökéletesítésére (Hidvégi et al., 2017:121).

Annak ellenére, hogy az egészségfejlesztés elsősorban az ember egyéni felelőssége, a munkáltatók szerepe sem megkerülhető e területen, tekintettel arra, hogy számukra is kulcsfontosságú, hogy alkalmazottjaik fizikailag aktív, egészséges életmódot folytassanak.

Számos korábbi kutatás igazolta, hogy a középiskola befejezése után a csökken a sportolás gyakorisága, illetve a sportolók aránya (Fábri, 2002; Keresztes – Pikó, 2006; Perényi, 2013; Kovács, 2015). Perényi (2013) szerint a felsőoktatási intézmények elhagyása után a munkavállalói vagy az inaktív státusz tovább rontja a fizikai aktivitás esélyeit, amely szintén a munkavállalói egészségfejlesztés fontosságát igazolja.

2. Anyag és módszer

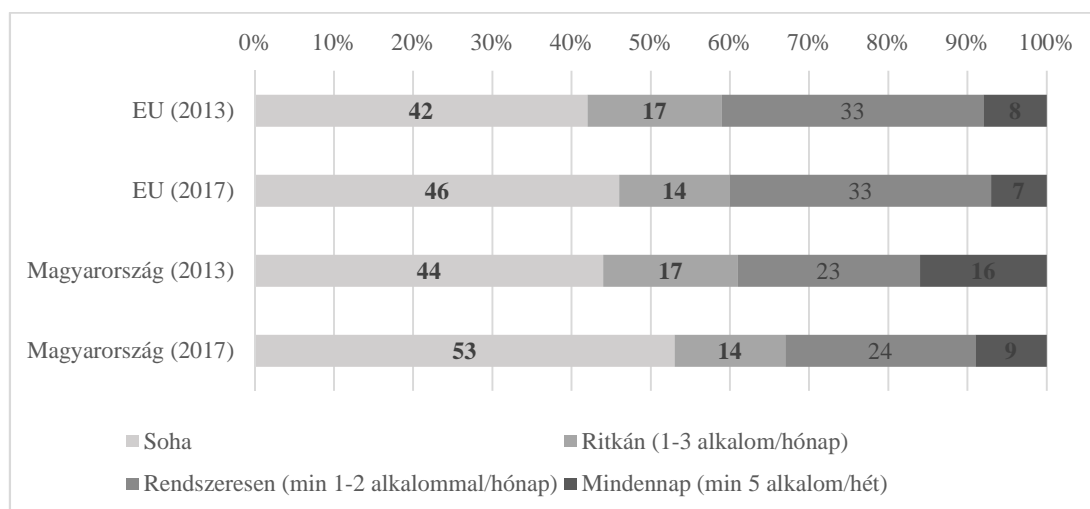
Kutatási célkitűzésem, hogy a hazai és nemzetközi tanulmányok feldolgozásával, feltárjam a munkahelyi egészségfejlesztés jelentőségét, illetve igazoljam annak szükségességét, emellett feltérképezem a magyarországi viszonyokat. A munkahely egészségfejlesztés az elmúlt évtizedben fontos területté vált az egészséggazdaság szektorban, hiszen mind a kutatók, mind a vállalati szektor felismerte, hogy a mozgásszegény életmód, komoly gazdasági terhet okozhat. A nemzetközi és a hazai kutatásokban a miért nem sportol kérdésre a válaszadók rendre a a hétköznapi életből is jól ismert, nincs rá időm, illetve nincs kivel választ adják. A munkáltatók által működtetett vagy éppen csak támogatott sportprogramok, foglalkozások éppen ezeket az okokat szüntethetnék meg.

Vizsgálatom során szekunder módszert alkalmaztam, mely a releváns hazai és nemzetközi szakirodalmi források összegyűjtését és feldolgozását jelentette. A szakirodalmak összegyűjtéséhez olyan kereső adatbázisokat használtam segítségük, mint a Scholar, a Scopus, az MTMT vagy a Matarka. A statisztikai adatok összegyűjtése során az Európai Unió adatbázisokra és jelentéseire támaszkodtam.

3. Eredmények

A magyar lakosság fizikai aktivitása jócskán elmarad az Európai Unió átlagtól, és a tendencia sem ad okot bizakodásra. Az Eurobarometer felmérése szerint a soha nem sportolók aránya a 9%-ot emelkedett 2013 és 2017 között, a rendszeresen sportolók aránya pedig 6%-kal csökkent az említett időszakban. A magyar lakosság fizikai inaktivitásának aránya (soha, illetve ritkán sportolók együttesen) 67%, ami 7%-kal elmarad az Európai Unió átlagtól (1. ábra).

1. ábra. A magyar lakosság fizikai aktivitásának összehasonlítása az EU-s átlaggal a 2013-as és 2017-es adatok alapján



Forrás: Ács et al. 2017 alapján saját szerkesztés, 2019

A betegségek az, olyan országok állami költségvetését, melyek állami egészségügyi szolgáltatással bírnak, évről-évre súlyosan megterhelik. Ezt jól bizonyítja, hogy 2009-ben Magyarországon a betegségek közvetlen és közvetett költségei elérték a 3 019 968 millió forintot, melynek 2/3-át hozzátevőlegesen az állami kasszát terhelte. Az egészségtelen állampolgárok nem csak az állam, hanem a vállalatok életét is befolyásolják, ugyanis sikeres működésük egyik záloga, hogy a munkavállalóik egészségesek legyenek, tekintettel a zökkenőmentes, folyamatos termelésre. Ács és munkatársai (2011) eredményei alapján a munkáltatók közvetlen és közvetett gazdasági terhei 2009-ben megközelítették a 420 000 millió forint, amely egyfelől a betegszabadság kiadásai, másfelől pedig a betegállomány miatti termelés kiesés miatt következett be (1. táblázat).

1. táblázat. Betegségek gazdasági terhei Magyarországon 2009-ben

	Millió forint	Kit terhel?
KÖZVETLEN KÖLTSÉGEK		
Állam		
Gyógyszer	343 175	OEP
Gyógyászati segédeszközök	46 352	OEP
Háziorvosi szolgálat	77 612	OEP
Fogászati ellátás	22 652	OEP
Járóbeteg-szakellátás	129 282	OEP
Gondozóintézeti gondozás	4 194	OEP
Művesekezelés	22 943	OEP
Házi szakápolás	3 818	OEP
Fekvőbeteg-szakellátás	410 432	OEP
Betegszállítás	5 861	OEP
Gyógyfürdő	4 308	OEP
Kormányzati egészségügyi kiadások	112 729	OEP
Táppénz	101 571	OEP

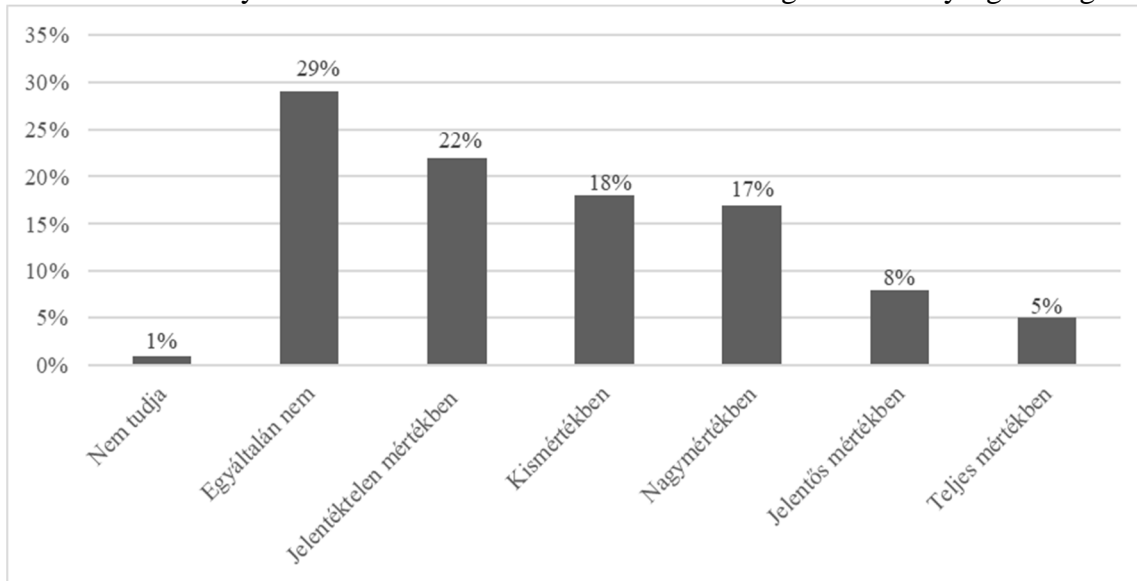
Saját és hozzátartozói jogú, korhatár alatti rokkantsági és baleseti rokkantsági ellátások	632 101	ONYF
Összesen	1 916 749	
MAGÁNKIADÁSOK		
Egészségügyi magánkiadások	548 400	Egyén
Betegszabadság kiadásai	79 255	Munkáltató
KÖZVETETT TERHEK		
Egészségbiztosítás irányítási és egyéb költségek	48 959	Egyén
Súrlódásos termelékiesés betegállomány miatt	285 656	Munkáltató
Fizetéseszkökenés táppénz és betegszabadság miatt	66 046	OEP
Súrlódásos termelékiesés rokkantság miatt	55 035	Munkáltató
Presenteeism-költségek „betegek a munkahelyen”	19 867	Egyén + állam
Mindösszesen	3 019 968	Társadalom

Forrás: Ács et al. 2011 alapján saját szerkesztés, 2019

Ács és et al. (2011) részben fizikai inaktivitásra vezeti vissza, hogy a betegségek ilyen tekintélyes nemzetgazdasági terhet jelentenek, tekintettel arra, hogy az olyan betegségek, mint például a cukorbetegség, a magas vérnyomás, a szív és érrendszeri betegségek vagy a stroke szoros összefüggést mutatnak a mozgásszegény életmóddal. Emellett Müller et al. (2018a) felhívja a figyelmet, hogy hazánkban igen magas az asztmások, allergiások és COPD-s betegek száma, akiknek terápiájában rendre megtalálhatóak mozgásterápiát is magában foglaló komplex kezelések, melyek pozitív változást eredményeztek a páciensek életében (Müller et al. 2018b). Ács és munkatársai (2011) becslése szerint, az ilyen magas fizikai inaktivitás nagyságrendileg 62 milliárd forinttal sújtja az Országos Egészségügyi Pénztárt. A szerzők számításai szerint, ha sikerülne 10%-kal javítanunk a fizikai inaktivitásunkon, akkor körülbelül 5,6 milliárd forintos megtakarítást eredményezhetne az Országos Egészségügyi Pénztár kiadásaiiban. A rendszeres testmozgás, illetve az egészséges életmód nem csak a testi betegségek megelőzésében játszhat főszerepet, hiszen olyan lelki betegségek ellen is megoldásként szolgálhat, mint a depresszió, amely egyre több embert érint hazánkban. Deutsch és Gergely (2015) kutatásuk eredményeként arra a megállapításra jutottak, hogy a rendszeres testmozgás az öt leggyakrabban alkalmazott módszer között szerepel, a stressz leküzdésében.

Az állam mellett a vállalati szektor számára is számtalan előnnyel jár, ha a munkavállalóik egészségi állapotát megőrizni vagy javítani próbálnak azon, különböző munkahelyi egészségfejlesztő programok segítségével, amelyek nemzetközi kutatások szerint megtérülő beruházások is lehetnek. Baicker és munkatársai (2010) számításai szerint, minden dollárral, amit egy amerikai vállalat egészségfejlesztésre költ, 3,27 dollár egészségügyi kiadást és 2,73 dollár hiányzás miatti kiadást takaríthat meg. Azon vállalatok, melyek egészségfejlesztési programot működtetnek, pozitív elmozdulást értek el mind a betegségek miatti hiányzások számában, emellett a termelékenységük is nőtt. Ki kell még emelni, hogy ezen vállalatok esetében a személyi állomány fluktuációja is csökkent és az az imázsuk is javult (Fricz, 2011). Bácsné et al. (2017) megállapították, hogy már a magyar, nem multinacionális vállalatok is felismerték, hogy megéri a munkavállalóik egészségére figyelmet és pénzt fordítani. A kutatásukba bevont kis és közepes vállalkozások nagy része, valamilyen mértékben figyelmet fordít az egészségére. Ez megmutatkozik abban, hogy akár sportlétesítmény használatához, akár sportbérlethez juttatják munkavállalóikat, emellett egy részük évente megrendezésre kerülő sportrendezvényt is szervez (2. ábra).

2. ábra. A munkahely az alkalmazottak fizikai aktivitását támogató tevékenységek megítélése



Forrás: Bácsné et al. 2017 alapján saját szerkesztés, 2019

A sportnak a lakóhely és a munkahely választás tekintetében is fontos szerep juthat, amely a munkaerőhiánnyal küszködő vállalatok számára kulcsfontosságú lehet. Kőmíves és munkatársai (2018) szerint a sportnak megtartó ereje van, amely munkáltatók számára is lényegi tényező. Dajnoki és Héder (2018) szerint a fiatal generáció kevésbé lojálisak munkáltatójuk felé, emellett magas elvárásokkal jelennek meg a munkaerőpiacon, és ha ezek nem teljesülnek, akkor könnyűszerrel elhagyják munkahelyüket. Az egyik olyan kulcstényező, amelynek köszönhetően hűségessé válhatnak a fiatal munkavállalók, az éppen a munkáltatók által biztosított egészség- és sportprogramok lehetnek. Pfau (2016) eredményei is ezt igazolják. Pfau (2016) egyetemisták körében végzett kutatása során arra a következtetésre jutott, hogy a főiskolai és egyetemi hallgatók számára a sport, kiemelkedő jelentőséggel bír, éppen ezért a tudatos egészségmegőrzést célzó vállalati programok, megteremthetik a fiatal munkavállalók elkötelezettségét.

4. Következtetés

A magyar lakosság fizikai inaktivitása jócskán meghaladja az Európai Unió átlagától. A betegségek gazdasági terhei számottevően megterhelik az állami költségvetést, illetve a munkáltatók közvetlen és közvetett kiadásait is. Hazai és nemzetközi kutatások bizonyították, hogy ezek egészségesebb állampolgárokkal, a fizikai aktivitás növelésével mérsékelhetők lehetnének. A munkahelyi egészségfejlesztő, illetve sportprogramok ehhez tökéletes eszközként szolgálhatnának. Bácsné et al. (2017) eredményeinek köszönhetően tudhatjuk, hogy a magyar kis és közepes vállalkozások egy része már felismerte, hogy megéri pénzt és energiát fordítani munkavállalóik egészségére, amely tetten érhető abban, hogy többségük, valamilyen mértékben, támogatja alkalmazottaik fizikai aktivitását. A munkahelyi egészségfejlesztő programok megtérülő befektetések, ugyanis azok a vállalatok, melyek rendelkeznek ilyen akciókkal, pozitív elmozdulást értek el a betegségek miatti hiányzások számában, a termelékenységben, illetve imázsuk is javult, melynek köszönhetően csökkent a munkavállalói elvándorlás.

Az egészség és fittség területét bemutató trendvizsgálatok tapasztalatai is azt igazolják (Müller et al., 2005; Müller – Kerényi, 2009; Lengyel, 2016; Müller et al., 2017; Bartha et al., 2018; Gödény et al., 2018), hogy azok a mozgásprogramok (Müller, 2011; Boda et al., 2015;

Juhász et al., 2015), turisztikai és rekreációs szolgáltatások (Müller et al., 2009; Csörgő et al., 2013; Lengyel, 2015) és munkahelyi programok a népszerűek, melyek szórakoztató funkciójukon túl alkalmasak az egészség megőrzésére és a testi képességek fejlesztésére.

A publikáció az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 „Debrecen Venture Catapult Program” támogatásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Ács P.; Prémusz V.; Morvay-Sey K.; Kovács A.; Makai A.; Elbert G. (2018): A sporttal, testmozgással összefüggésben lévő mutatók változása Magyarországon és az Európai Unióban az elmúlt évek eredményeinek nyomán. In: Sport- és egészségtudományi füzetek. 2. évf. 1. szám, pp. 61-76.

Ács P.; Hécz R.; Paár D.; Stocker M. (2011): A fittség (m)értéke. A fizikai inaktivitás nemzetgazdasági terhei Magyarországon. In: Közgazdasági Szemle. 58. évf. 7-8. szám, pp. 689-708.

Ádány Róza (2011): Megelőző orvostan és népegészségtan. Medicina Könyvkiadó Zrt., Debrecen.

Bartha É. J.; Müller A.; Bácsné B. É.. (2018): A fitness fogyasztók sportlétesítmény-választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint. Selye e-studies 9 : 1 pp. 4-12. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limitstart=0&order=date&dir=DESC , 9 p. (2018.10.21.)

Bácsné B. É.; Szabados Gy.; Madarász T. (2017): Munkavállalók fizikai állapot felmérésének tapasztalatai a kkv szektorban. In: TAYLOR Gazdálkodás- és szervezéstudományi folyóirat: A Virtuális Intézet Közép-Európa Kutatására Közleményei. 9. évf. 2. szám, pp. 179-187.

Baicker K.; Cutler D.; Song Z. (2010): Workplace wellness programs can generate savings. In: Health Affairs. 29. évf. 2. szám, pp. 59-75.

Colditz G. A. (1999): Economic costs of Obesity and Inactivity. In: Medicine and Science in Sports and Exercise. 31. évf. 11. szám, pp. 663-667.

Csörgő T.; Bíró M.; Kopkáné P.J.; Müller A. (2013): Masszázsterápia hatásának vizsgálata 60 év feletti nők körében. In: Acta Academiae Agriensis. XL. 5-17.p. 2013.

Dajnoki K.; Héder M. (2017): „Új szelek fújnak” – a HR válasza a globalizáció és a változás kihívásaira. In: Hadtudomány: A Magyar Hadtudományi Társaság Folyóirata. 27. évf. E-szám, pp. 84-93. http://real-j.mtak.hu/11288/6/HT-2018-2_WEB-re.pdf (2018.10.13.)

Deutsch Sz.; Gergely É. (2015): A munkahelyi stressz és elégedettség tényezőinek feltárása egészségügyi dolgozók körében. In: Acta Medicinæ et Sociologica. 6. évf. 2. szám, pp. 101-126.

Fábri I. (2002): A sport, mint a fiatal korosztályok életmódjának meghatározó eleme. In: Bauer Béla, Szabó Andrea, Laki László (szerk.) Ifjúság 2000 Tanulmányok I. Budapest: Nemzeti Ifjúságkutató Intézet. pp. 159-171.

Fricz P. (2011): Mozgásos rekreáció. Bába Kiadó, Szeged.

Goetzel R. Z.; Ozminkowski R. J. (2008): The Health and Cost Benefits of Work Site Health-Promotion Programs. In: Annual Review of Public Health. 29 évf. pp. 303-323

Hidvégi P.; Bíró M.; Müller A.; Váczi P. (2017): Testnevelési program a munkahelyi egészségfejlesztésben. In: Acta Academiae Agriensis. 44. évf. pp. 115-138.

Keresztes N.; Pikó B. (2016): A dél-alföldi régió ifjúságának fizikai aktivitását meghatározó szociodemográfiai változók In: Magyar Sporttudományi Szemle. 7. évf. 1. szám, pp. 7-12.

Juhász I.; Kopkáné P.J.; Müller A.; Bíró M.; Hidvégi, P.; Kiszela K.; Révész L.; (2015): Rekreációs tevékenységek hatása a kardiorespiratorikus rendszerre időskorúak esetében. Magyar Sporttudományi Szemle 16 : 62 p. 38 (2015)

- Kovács K.(2015): Magyarországi és romániai hallgatók sportolási szokásait meghatározó szocio-kulturális tényezők. In: Kozma Tamás, Kiss Virág Ágnes, Jancsák Csaba, Kéri Katalin (szerk.) Tanárképzés és oktatáskutatás. Debrecen. Magyar Nevelés- és Oktatáskutatók Egyesülete. pp. 673-685.
- Kőmíves P. M.; Szabados Gy.; Kulcsár G.; Bácsné B. É.; Fenyves V.; Dajnoki K. (2018): „Visszatérni vidékre” A sport megtartó ereje. In: International Journal of Engineering and Management Sciences/ Műszaki és Menedzsment Tudományi Közlemények. 3. évf. 4. szám, pp. 292-307.
- Lengyel A. (2015): Magyarország egészségturisztikai desztinációként való márkázása: aszinkronitási problémák. *Economica (Szolnok)* 8 : 1 pp. 68-73., 6 p. (2015)
- Lengyel A. (2016):. Tourism, meditation, sustainability. *APSTRACT – Applied Studies in Agribusiness and Commerce* 10 : 1 pp. 81-92. , 12 p. (2016)
- Müller A.; Bácsné B. É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. *Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület (2018)* , 96 p. ISBN: 9786150031897.
- Müller A.; Bíró M.; Bodolai M.; Hidvégi P.; Váczi P.; Dávid L.; Szántó Á. (2017): A 2016-os fitnesztrendek helye és szerepe a rekreációban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44 pp. 91-102. , 12 p. (2017)
- Müller A.; Széles K. GY.; Seres J.; Kristonné B.M. (2011): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. In: *Rekreáció. 1. évf. 3.sz.* 31-34.p.
- Müller A.; Kerényi E. (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország (2009)* pp. 11-19. , 9 p.
- Müller A.; Szabó R.; Kerényi E.; Mosonyi A. (2009): Fürdő kutatás a Közép-dunántúli régióban. In. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis. XXXVI.* 65-77.p. 2009.
- Müller A.; Könyves E.; Szabó R. (2005): A wellnessturizmus sokszínű kínálatának bemutatása. *Iskolai Testnevelés és Sport - Elméleti Módszertani és Információs Szaklap* 27. pp. 29-34., 6 p. (2005)
- Perényi Szilvia (2013): Alacsony stagnáló mozgástrend: a fizikai inaktivitás újratermelődése. In: Székely Levente (szerk.) *Magyar Ifjúság 2012.* Budapest: Kutatópont. pp. 229-249.
- Pfau Christa (2016): Hallgatói szabadidősport szervezése és jellemzői a felsőoktatásban. *TAYLOR Gazdálkodás- és szervezéstudományi folyóirat: A Virtuális Intézet Közép-Európa Kutatására Közleményei.* 8. évf. 4. szám, (pp. 5-16.)

NÉPSZERŰ FITNESS MOZGÁSFORMÁK

POPULAR FITNESS ACTIVITIES

MÜLLER ANETTA egyetemi docens

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

LENGYEL ATTILA tanársegéd

Neumann János Egyetem Gazdálkodástudományi Kar

KOROKNAY ZSUZSA Msc hallgató

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

MOLNÁR ANIKÓ Bsc hallgató

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

With a healthy lifestyle, there is a growing demand for various leisure activities. Active leisure time sports and sports fitness are popular, which, in addition to their fun character, are suitable for preserving health and increasing physical fitness and working ability. In the preservation of health and in recreational trends, the dominance of fitness is increasing, with its economic role as well. The economic importance of the fitness industry is growing. In terms of revenue, the European health and fitness market showed an increase of 1.9%, or EUR 26.6 million in 2017 (Deloitte 2018). The popular fitness and aerobic exercise programs are suitable for the development of the entire human mota. In the study, popular fitness trends and forms of movement are presented with secondary data analysis.

1. Bevezető gondolatok

Napjainkban az egészség egyre inkább központi értéként fogalmazódik meg az egyén, a munkáltató vagy az állam számára is. Az egészséges munkavállaló produktívabb, mely így az adott ország versenyképességét is növelheti.

Az egészség felértékelődésével az emberek a preventív szemléletmóddal egyre inkább egészségtudatossággal párosul. Az egészség és munkaképesség megőrzésének egyik szükséges, de nem elégséges feltétele a rendszeres testmozgás, mellyel a fizikai fittségünket tudjuk növelni.

A munkahelyek is felismerték, hogy az egészséges munkavállaló érték, így az egészségfejlesztési programok a munkahelyi egészségfejlesztés is a dolgozók testmozgásalapú tevékenységének ösztönzését célul tűzve olyan programokat dolgoztak ki, melynek központi eleme a mozgás. Ráthonyi et al. (2016a; b) munkájában hazai és külföldi példák segítségével ismerteti a sportközpontú CSR intézkedések jótékony hatásait.

Az államnak is érdeke az egészséges társadalom, mely a társadalmi és gazdasági folyamatok egyik fő motorja. Az állami intézkedéseknek is egyik központi fókusza a testmozgás, fizikai aktivitás, sportolás biztosítása. A sportolás pozitív hatása a testi-lelki egészségre közismert, de emellett hozzájárul ahhoz, hogy az egyén boldogabbnak érezze magát, elégedettebb legyen életével, önmagával, s véd bizonyos egészségkárosító magatartásformáktól is (Kovács, 2014; 2018; Kovács – Perényi, 2014).

Az egészség megőrzésében és a rekreációs trendekben a fitness dominanciája egyre növekszik, mellyel együtt gazdasági szerepe is. A fitness ipar gazdasági jelentősége egyre növekszik. Árbevétel tekintetében az európai egészség és fitness piac 1,9%-os, azaz 26,6 millió eurós növekedést mutatott 2017-ben. A piaci növekedés hajtóereje ugyancsak a 3,2%-os

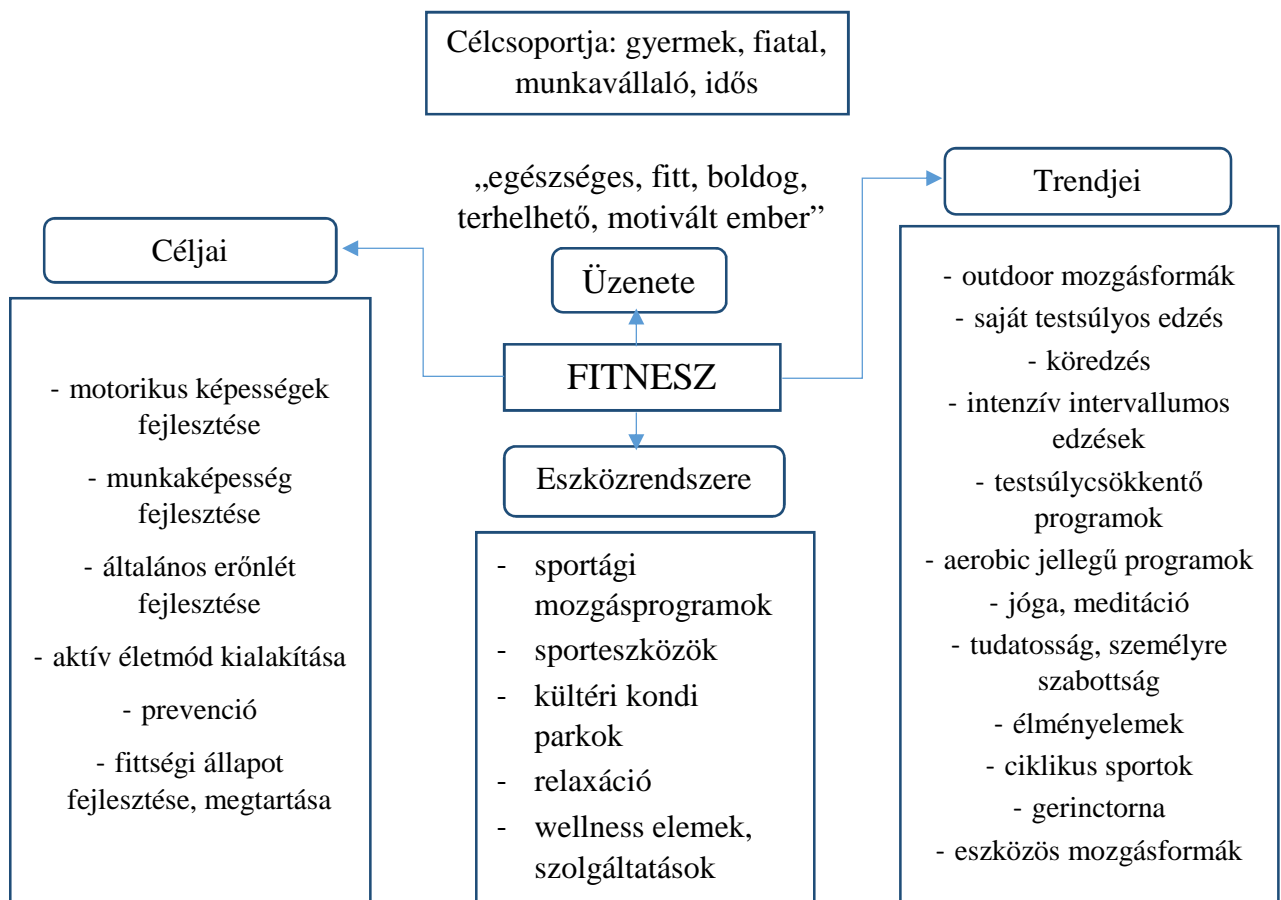
növekedés az országok klubjainak számában, melyhez átlagosan 0,7%-os klubtagság is társul klubonként, amely 4,0%-os azaz 60 milliós összlétszám növekedést jelent. A top 10 európai fitness operátorok, árbevétel szempontjából vizsgálva, 2017-ben összesen 3,1 Mrd EUR árbevételt generáltak. Ezen felül piaci részesedésük 11,4%-ról 11,7%-ra emelkedett.

Az európai fitness piac ennek ellenére viszonylag fregmentált maradt. A klubtagságok tekintetében a 30 legnagyobb fitness operátor összpiaci részesedésük 1,0 százalékkal, 23,5%-ra növekedett, klubtagjaik száma pedig 1,2 millióval (+9,5%) 14,1 millióra emelkedett 2016-ról 2017-re. (Deloitte, 2018).

2. Népszerű fitness trendek

A fit és a well amerikai eredetű szavak, melyek jelentéstartalma a kész és egészséges fogalmakkal azonosítható (Borbély – Müller, 2008). A fitness általánosságban jelzi az ember életképességét és teljesítőképességét, mely a cselekvés elvégzéséhez szükséges állapot. A sportban elsősorban a motoros fitnessnek van szerepe, mely azt az egészségessportolót jellemzi, aki kiváló teljesítményre kész állapotban van és terhelhető. A fizikai fitness meghatározott mértékének elérése nemcsak a sportban fontos, hanem az egészség és az általános jó közérzet szempontjából is nélkülözhetetlen. Az egészséges és terhelhető munkaeő jellemzője a jó fittségi állapot, mely nem csak azt feltételezi, hogy egészséges a munkavállaló, hanem azt is, hogy jól terhelehető és produktívan képes végezni a munkáját.

1. ábra. A fitness trendjei, cél és eszközrendszere



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Napjainkban a jó fizikai fitness szint eléréséhez többféle mozgásprogramot, tréningeket használnak, melynek a célja az egészség megőrzésén túl a fitness szint javítása. A fittséget mérő próbák a motorikus képességek közül az erőállóképességet, a relatív erőt, a kardiovaszkuláris állóképességet (alap-állóképesség) mérik, valamint az Ízületi mozgékonyt és a gyorsaság valamilyen megnyilvánulási formáját. Így tehát ezek a képességek, illetve ezek fejlesztése szükséges ahhoz, hogy a fittségi szintünk jó legyen.

Az 1. ábra jól illusztrálja azokat a trendeket, edzésszereket, módszereket, valamint célrendszert, melyeket a trend elemzés során ismertettek.

A napjainkban divatos fitness trendek azokat az edzésmódszereket vagy mozgásformákat jelentik meg, melyek népszerűek a sportszolgáltatások fogyasztói körében, akik egészségmegőrző és kondicionáló céllal végzik ezeket (Bartha et al., 2018).

Napjainkban több kutatás beszámol arról, hogy a fogyasztók az outdoor természeti sportokat előnyben részesítik, melyek alkalmasak arra, hogy a természet erővel való edzés során erősítsék az ember immunrendszerét és fizikai fitness szintjét. A tájfutás, teljesítménytúrák, vízi-sportok, kerékpártúrák, téli sportok előnye, hogy az alapállóképesség fejlesztésén túl az egész emberi motórium fejlesztésére alkalmasa és ciklikus jellegük miatt szinte egész-életen át üzhetőek. Így ezek a sportok igen alkalmasak az egészség megőrzésére, kondicionálásra, fittségi szint javítására és egyben a természetben szerzett mozgásélménnyel kellő motivációt jelenthetnek az életvitelbe történő integrációhoz. (Müller et al., 2009; Müller et al., 2011; Dobay, 2014; 2015a; 2015b; Herpainé et al., 2017). Ezeket a természeti sportokat a környezettudatos fogyasztók választják, mely segíthet a fenntartható és környezettudatos gondolkodásmód erősítésében (Lengyel, 2017b).

Az élménykeresés, a szórakoztató funkció is igényként fogalmazódik meg sok fitness fogyasztó számára, így azok a mozgásformák, szolgáltatások kereslete is növekszik, melyek az újszerűségükkel és élménycentrikusságukkal kihívást, élményt nyújtanak a képességfejlesztésen és prevención túl. Így az extrém sportok, kalandparkok szolgáltatásai iránt is növekszik a kereslet (Boda et al., 2018; Müller et al., 2018).

Azok a mozgásprogramok, stretching, meditációs technikák, mindfulness elemek vagy szauna és masszázsprogramok is népszerűek, melyek a különböző fejlesztő szerepükön túl alkalmasak stressz kezelésére, oldására (Lengyel, 2015; 2016; 2017a)

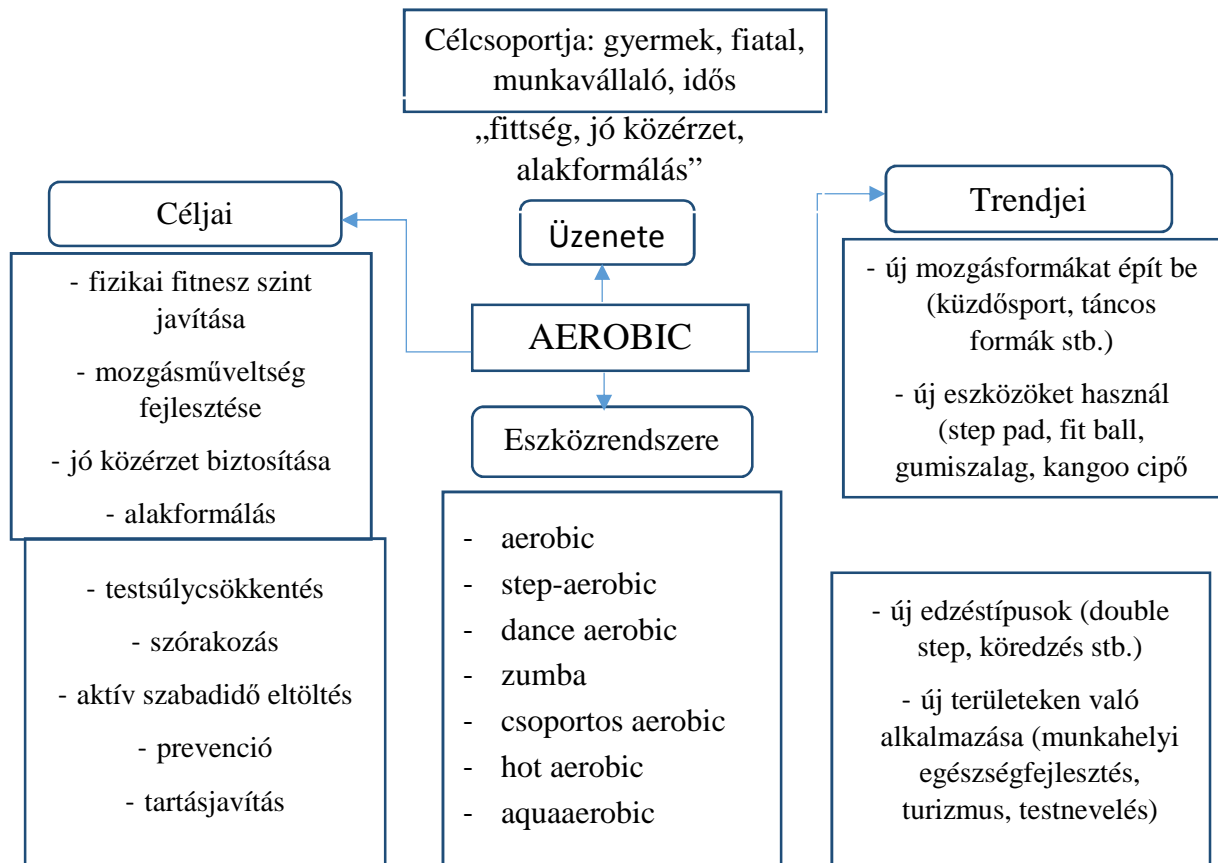
megfigyelhető, hogy ezekhez a divatos trendekhez az iskolai tantervek is próbálnak alkalmazkodni, a gyerekek igénylik ezeket az új típusú, trendi mozgásformákat a testnevelés órán vagy iskolai táborokban is (Nagy – Müller, 2008; Müller et al., 2008; Bendíková, 2016a; 2016; Dobay, 2014).

A preventív és egészségmegőrző programok, vizes gyakorlatok (Łubkowska, 2015) szintén népszerűek a szabadidőben vagy üdülés alatt is, vagy azok a mozgásprogramok, ahol különböző eszközhasználattal (nagylabda, gumiszalag stb.) találkozhatunk (Špringrová, 2006).

3. Aerobic jellegű mozgásformák

Az aerobic jellegű tréningek és mozgásformák kiválóan alkalmasak a fizikai fittség javítására és a prevencióra egyaránt. Hatékony, az egész motóriumot fejlesztő módszer, mivel a foglalkozásvezetés sajátosságaiból kifolyólag folyamatos terhelést biztosít a szervezet számára.

2. ábra. Az aerobic trendjei, cél és eszkörendszer



Forrás: Saját szerkesztés alapján, 2019

Az aerobic jellegű tréningek meghatározóak a szabadidős tevékenységekben. Pfau (2014; 2015a) egyetemisták körében vizsgálta a népszerű szabadidős tevékenységeket. A lányok körében az aerobic jellegű mozgásprogramok népszerűnek bizonyultak, a kondicionálás és kondicionálótermék használata a fiúk számára vonzó. A fiatal felnőttek motivációban az egészségmegőrzés, fittségi szint javítása központi szerepet kap, melyet több kutatás is megerősít (Pfau, 2015b; Bartha – Bácsné, 2018) szerepel.

Hazai és nemzetközi fürdő kutatások is igazolják, hogy egyre nagyobb igény fogalmazódik meg a wellness, fitnesz és sportos programok iránt, melynek szerepe a rekreációban vagy a turizmusban is egyre jelentősebb (Kerényi et al., 2009; Mosonyi et al., 2010).

A prevencióban és a mozgásterápiában is egyre nagyobb szerepet kap a képesség fejlesztő, állapotjavító és motiváló szerepe miatt (Segal et al., 2009; Haller et al., 2006; Aguilar et al., 2014).

4. Összegzés

A trendek követése a fitnesz vagy sport területén kiemelten fontos a szabadidős kínálat kialakításában, mely a szolgáltatók versenyképességének egyik fontos eleme lehet, amennyiben ismeri a piacon jelenlévő legfontosabb fogyasztói szokásokat, népszerű mozgásformákat.

A fitnesz ipar dinamikus bővülést mutat Európában, mely a növekvő kereslet kielégítéséből ered. A fogyasztók igényt támasztanak azok iránt a fitnesz szolgáltatások iránt, melyek a fittségi állapotukat, egészségük és jó közérzetüket fejleszt.

A fitnesz mára egyre népszerűbb lett a különböző mozgásformák, aerobic jellegű tréningek alkalmasak a fizikai fittség javítására, az általános teljesítőképesség növelésére, a prevencióra

és a szabadidő hasznos eltöltésére, melyek még az üdülések alatt is igényként fogalmazódnak meg az egészségtudatos fogyasztók esetében.

Projekt azonosítója és címe: GINOP-2.3.2-15-2016-00062; Életminőség fejlesztése Kelet-Magyarországon: Táplálkozás-, teljesítménybiológiai és biotechnológiai experimentális kutatások és eszközfejlesztések a humán megbetegedések megelőzésére és kezelésére.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Aguiar, E. J., Morgan, P. J., Collins, C. E., Plotnikoff, R. C., & Callister, R. (2014): Efficacy of interventions that include diet, aerobic and resistance training components for type 2 diabetes prevention: a systematic review with meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 2.
- Bartha É. J.; Müller A.; Bácsné B. É. (2018): A fitness fogyasztók sportlétesítmény-választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint Selye, E-Studies 9: 1 pp. 4-12. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limitstart=0&order=date&dir=DESC , 9 p. Adatok letöltve: 2019.01.27.
- Bartha, É. J.; Bácsné, B. É. (2018): Fogyasztói motivációs vizsgálatok fitness szolgáltatást igénybe vevők körében. *International Journal Of Engineering and Management Sciences* 3: 4 pp. 442-453., 12 p. (2018)
- Bendíková E. (2016.b): Changes in the posture of students due to equipment-aided exercise programs that are applied in physical and sport education. In *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), p. 281 – 286.
- Boda E.; Bácsné B. É.; Müller An. (2018): Motiváció vizsgálata a kalandpark-látogatók körében. *International Journal Of Engineering and Management Sciences* 3:(3) pp. 106-126. (2018).
- Borbély A.; Müller A. (2008): A testi-lelki harmónia összefüggései és módszertana. Valóság-Térkép-6. PEM tanulmányok (Kiadja: a Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület, Bp. szerkeszti: dr. Koncz István) 211.p.
- Deloitte (2018): European Health and Fitness market. Report 2018. https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/de/Documents/consumer-business/European%20Health%20and%20Fitness%20Report_2018_extract.pdf (2019.01.27.)
- Dobay B. (2014): Az iskolai sporttanfolyamok hatása a nyári üdülési szokásokra = The influence of school sport courses on summer recreational habits. In 27. Didmattech 2014 : New methods and technologies in education and practice, international scientific and professional conference, Olomouc: Palacký university, 2014, p. 112-118.
- Dobay B. (2015a): Rekreačné aktivity v životnom štýle študentov UJS. In *Aktuálne problémy telesnej výchovy a športu IV. : zbor. vedeckých prác. Ružomberok: VERBUM - vydavateľstvo KU v RK, 2015b, p. 34-43.*
- Dobay B. (2015b): Az iskolai sporttanfolyamok motivációs hatása a felnőttkori rekreációs sporttevékenységekre Dél-Szlovákiában. Komárom: Kompress kiadó.
- Haller, R. G., Wyrick, P., Taivassalo, T., & Vissing, J. (2006): Aerobic conditioning: an effective therapy in McArdle's disease. *Annals of Neurology: Official Journal of the American Neurological Association and the Child Neurology Society*, 59(6), 922-928.
- Herpainé L. J.; Müller A.; Szabó B. (2017): A tájfutás oktatásának lehetőségei az iskolában a kerettantervek tükrében. *ACTA Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44: pp. 149-170.
- Kerényi E.; Müller A.; Szabó R.; Mosonyi A. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Pápa's Thermal and Experiences Bath, according the guest's satisfaction. *Egészségügyi marketing éstelekkommunikáció című konferencia kiadványkötete (CD)*. ISBN: 978-963-06-8473-6., 11.o.

- Kovács K. (2014): Boldogító mozgás. A sportolás hatása a partiumi hallgatók szubjektív jóllétére, lelki edzettségére és egészségének önértékelésére. *Kapocs* 2. 2-13.
- Kovács K. (2018): A Comparison of Factors Influencing Health Risk Behaviour of College Students in the Countries of the Carpathian Basin. *European Journal of Mental Health* 13 (2). 184-210. DOI: 10.5708/EJMH.13.2018.2.5
- Kovács K.; Perényi Sz. (2014): A sportolás és egészség. Kapcsolatok a fiatalok fizikai, mentális és szociális jóllétének szubjektív szintjével. In Nagy Ádám, Székely Levente (szerk.): *Másodkézből. Magyar Ifjúság* 2012. Budapest, Kutatópont. 245—262.
- Lengyel A. (2015): Mindfulness and sustainability: utilizing the tourism context. *Journal Of Sustainable Development* 8 : 9 pp. 35-51. , 17 p. (2015)
- Lengyel A. (2016): Tourism, meditation, sustainability. *Apstract - Applied Studies In Agribusiness and Commerce* 10 : 1 pp. 81-92. , 12 p.
- Lengyel A. (2017a) A Figyelem és Tudatosság Mindfulness Skála (FTMS) pilot tesztelése: egyes módszertani problémák megoldási alternatíváinak vizsgálata. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 18 : 4 pp. 334-364. , 31 p. (2017)
- Lengyel A. (2017b): A fenntarthatósági prioritások térbeli diszkontálása. *Területi Statisztika* 57 : 2 pp. 183-204. , 22 p. (2017)
- Łubkowska W.(2015): The Concept of Treatment of Scolioses Employing Asymmetrical Aquatic Exercises. In *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*, 9 (1), p. 1 – 10. Bendíková Elena (2016a): Curricular transformation of education in the field of physical and sport education in Slovakia. In *European Journal of Contemporary Education*, 18(4), p. 410 - 417.
- Mosonyi A.; Könyves E.; Kerényi E.; Müller A. (2010): Miskolctapolca egészségturizmusa egy vizsgálat tükrében. *International Conference of Tourism, Recreation and Sports Management. 27-28 th May 2010.kiadványkötete (CD) 8.o.*
- Müller A.; Bolega S.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Pfau C. (2018): A BMX, és egyéb extrém sportok választásának motivációs tényezői. *International Journal Of Engineering and Management Sciences* 3:(4) pp. 426-441. (2018)
- Müller A.; Könyves E.; Várhelyi T.; Mondok A. (2008): Új utakon a testnevelő tanárképzés Egerben - A sportszakos hallgatók utazási szokásainak, és a sítáborozás kínálati elemeivel való elégedettségének vizsgálata. In: *ECONOMICA*. 1. szám. 85-95.p. 2008.
- Müller A.; Széles-Kovács Gy.; Seres J.; Kristonné B. M. (2011): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. In: *Rekreáció*. 1. évf. 3.sz. 31-34.p.
- Müller, A.; Széles-Kovács Gy.; Seres J. (2009): Közgazdász hallgatók sítábori tapasztalatairól. In: *Acta Academiae Pedagogicae Agriensis*. XXXV. Kötet. 69-82.p. 2009.
- Nagy Zs.; Müller A. (2008): Az általános iskolai tanulók és a középiskolai tanulók táborválasztási motivációs értékei. In: *Harmadfokú képzés, felnőttképzés és regionalizmus. Régió és oktatás sorozat V. kötet*. 265-270.p. 2010. TERD konferencia, Debreceni Egyetem. Magyarország. Debrecen. 2008. június 22-24.
- Pfau C. (2014): Egyetemisták szabadidősport szokásai a Debreceni Egyetem Agrártudományi Központjában. *Acta Agraria Debreceniensis* 58 pp. 155-163. , 9 p. (2014)
- Pfau C. (2015a): Analysis of the leisure sport activities in University of Debrecen. *Apstract - Applied Studies In Agribusiness and Commerce* 9 : 1-2 pp. 75-81. , 7 p. (2015)
- Pfau C. (2015a): Examination of leisure sports alternatives provided by higher education institution. *Apstract - Applied Studies In Agribusiness and Commerce* 9 : 3 pp. 33-39. , 7 p. (2015)
- Ráthonyi-Odor K., Ráthonyi G., Borbély A. (2016a): Sportolni jó – felelősen a sport népszerűsítéséért, *Agrártudományi Közlemények, Acta Agraria Debreceniensis*, Issue 67, pp. 71-76.

Ráthonyi-Odor K., Földesi B., Ráthonyi G., Urbánné Katona M. (2016b): A sport és a vállalatok társadalmi felelősségvállalásának (CSR) kapcsolata, értékelése hallgatói vélemények alapján, Magyar Sporttudományi Szemle 68:(4) pp. 29-34.

Segal, R. J., Reid, R. D., Courneya, K. S., Sigal, R. J., Kenny, G. P., Prud'Homme, D. G., ... & Slovinec D'Angelo, M. E. (2009): Randomized controlled trial of resistance or aerobic exercise in men receiving radiation therapy for prostate cancer. *Journal of clinical oncology*, 27(3), 344-351.

Špringrová I. (2006): Cvičení na velkém pružném míči. Praha : Rehaspring, 2006

FITNESZ TRENDEK AZ EGÉSZSÉG SZOLGÁLATÁBAN

FITNESS TRENDS IN THE SERVICE OF HEALTH

MOLNÁR ANIKÓ Bsc hallgató
Debrecen Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

A fitness ipar társadalmi-gazdasági jelentősége vitathatatlan, melyet egyre növekvő méretei is jól bizonyítanak (Bartha, 2016). Az American College of Sports Medicine (továbbiakban ACSM) évről évre közzé teszi a világ aktuális fitnessrendjét összefoglaló Top 20-as listáját, melyben a világon több, mint 2000 fitness és az egészség területén jártas szakember rangsorol 39 lehetséges trendet (köztük megjelentetve az előző évi top 25-öt is) a fitness világában. Az éves, világhírű és színvonalas toplistát immáron 13 éve állítja össze és értékeli az ACSM Health & Fitness Journal (FIT) szerkesztősége. A FIT ebben a kérdésben végzett felmérés segít és egyfajta guidelineként szolgál a világ egészség és fitnessprogramjai számára. Az ACSM 2007-2019 között közzétett TOP 20 fitness trendjének elemzését mutatom be a cikkben, elemzem azokat a trendeket, melyek ezen az időtávon szinte állandósultak, hiszen évről évre szerepelnek a legfontosabb trendek között. Kiemelem azokat a trendeket is és értékelem, melyek szintén végigvonulnak a vizsgált időszakban, és csupán 1-2 alaklommal csúsztak le a toplistasok közül. Ezen felül elemzem a legújabb trendeket (2013 után) melyek napjainkban váltak népszerűvé és a lista élére kerülve a fitness fogyasztók meghatározó fogyasztói szokásait képviselik.

1. Bevezetés

Napjainkban az emberek többségénél jelentkezik a mozgásszegény életmód, melynek kompenzálására a szabadidős trendek között egyre-népszerűbbé váltak a különböző aktivitást igénylő mozgásformák. Az egészségtudatos magatartás terjedése és az egészség-preferenciája előtérbe kerülése a szabadidős trendek folyamatos változását eredményezte (Müller 2009, Müller – Kerényi, 2009).

A trendek ismerete, nyomon követése és vizsgálata fontos a szabadidő-szolgáltatóknak, mely segíti a szolgáltatásfejlesztést és befolyásolja a versenyképességét. A trendek gyorsan változnak, mely egyúttal gyors reagálást követel a szolgáltatótól is.

A sport és szabadidő-gazdaság területén az élménykeresés fontos motivációja lesz a vásárlóknak, így azok a sportszolgáltatások, fitness mozgásformák a legkeresettebbek, amelyek „hasznosságukon” túl élményt is tudnak nyújtani (Boda et al., 2015).

A „hasznosság” azt fogja jelenteni, hogy mennyire tudja kielégíteni a fogyasztó elvárásait, amelyben az egészség megőrzése, a fittségi szint javítása, a közösségi program fontos szerepet játszik.

Az élménykeresés, a szórakoztató funkció a versenysportban (Bíró et al., 2016), a szabadidősportban (Mosonyi et al., 2013; Müller et al., 2018; Ráthonyi et al., 2016) vagy a turizmusban (Kerényi et al., 2009; Boda et al., 2018; Bíró – Müller, 2017; Ráthonyi – Ráthonyi-Odor, 2017) is markánsan megjelenik.

A szabadidős sporttal kapcsolatos kutatások a népszerű szabadidős tevékenységeket hivatottak vizsgálni.

Müller és mtsai (2011). 150 fő szolnoki közgazdász hallgatót vizsgálva megállapította, hogy a hallgatók 32,5%-a üz szabadidősportot. A szabadidős sportot űzők közül a legnépszerűbb

tevékenységek a nők körében az aerobic, a férfiak körében a labdarúgás volt, mindkét nemnél megjelent a futás, úszás és kerékpározás, mint népszerű sport. Madarász és munkatársai (2018) szintén megerősítik, hogy a férfiak és a nők sportfogyasztása eltérően alakul: a férfiak előnyben részesítik a csapatsportokat. Mosonyi és mtsai (2013) szintén főiskolai hallgatói mintában állapította meg, hogy a fiatalok utazásuk és nyaralásuk alatt is szívesen végeznek szabadidős sporttevékenységet, melyek között leginkább az outdoor tevékenységeket preferálják (kerékpározás, gyalogtúra, úszás). Pfau (2017, 2018) fiatal egyetemisták mintájában (N=455) azt az eredményt kapta, hogy 79%-uk üz szabadidős sportot, az egészségmegőrzés és szórakozás motivációval. A válaszadók 48,8%-a a fitnesszt jelölte meg, melyet rendszeresen üz szabadidejében, így ez szignifikánsan eltérést mutat, a többi szabadidős sporthoz képest. Népszerűek voltak még a csapatsportok (23,7%), az atlétika (12,7%), és az extrém- (10,6%9, téli (10,6%) és vizes sportokat (10,8%) a hallgatók szintén megjelölték.

A fitnessz, mely az egészség és munkaképesség megtartását, a jó közérzet kialakítását, a motorikus képességek fejlesztését és egyben a prevenciót is jelenti az egyén számára napjaink meghatározó szabadidősport irányzattá vált (Müller et al., 2013; 2017; Bartha et al., 2018).

A fejlődő világban egyre inkább a középosztály életmódjának részévé válik az egészséges életmód szervezése (Cohen – Bodeker, 2008).

2. Anyag és módszer

Az American College of Sports Medicine (továbbiabban ACSM) évről évre közzé teszi a világ aktuális fitnesztrendjét összefoglaló Top 20-as listáját, melyben a világon több, mint 2000 fitnessz és az egészség területén jártas szakember rangsorol 39 lehetséges trendet (köztük megjelölve az előző évi top 25-öt) a fitnessz világában.

Az éves, világhírű és színvonalas toplistát immáron 13 éve állítja össze és értékeli az ACSM Health & Fitness Journal (FIT) szerkesztősége. A FIT ebben a kérdésében végzett felmérés segít és egyfajta guidelineként szolgál a világ egészség és fitneszprogramjai számára.

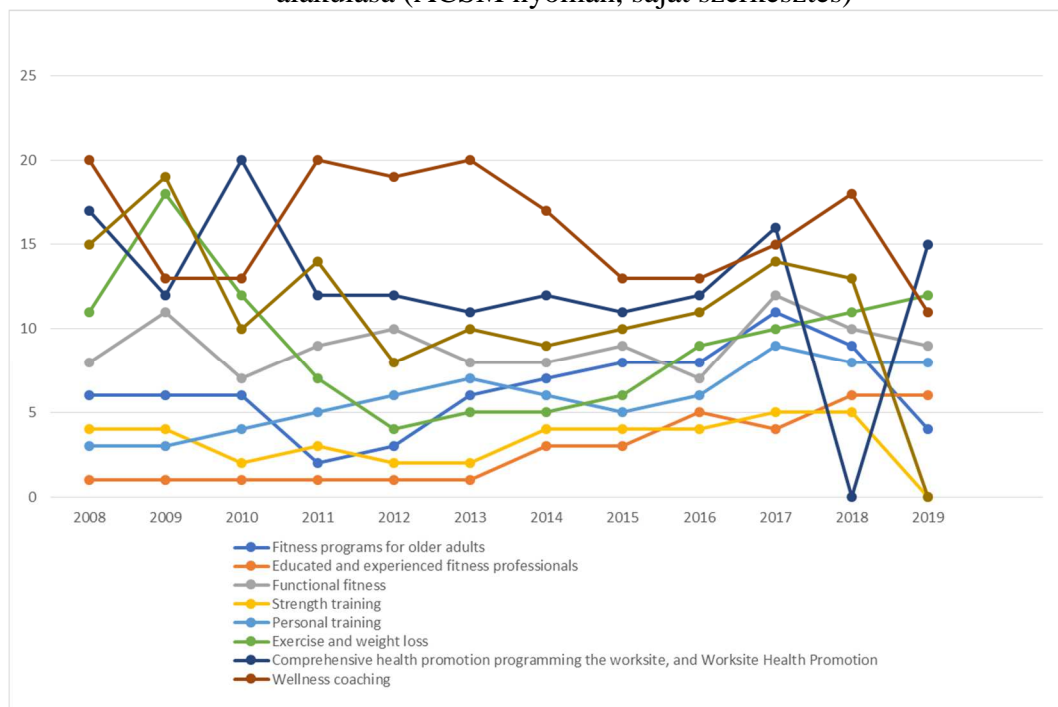
A kiértékelésben koncepcionális különbséget kell tennünk a trend, mint egy fejlődési irányzat, fő irány, irányadó áramlat (Magyar Értelmező Kéziszótár) és a trend (angolul: Fad) olyan divat, amelyet nagy lelkesedéssel vesznek egy rövid időszakra.

Ezek az éves felmérések a kereskedelmi (általában profitorientált cégek), klinikai (beleértve az orvosi fitnessz létesítményeket), a közösség (nem profitorientált cégek) és a vállalati üzletágakban korábban azonosított trendeket és újonnan megjelenő trendek jelenlétét vizsgálják. A korábbi évekhez hasonlóan, a fitnessz trendek felmérése nem tesz kísérletet arra, hogy értékelje azokat a termékeket, szolgáltatásokat, berendezéseket, edzőkészülékeket, hardvereket, szoftvereket, eszközöket vagy egyéb edzőgépeket, amelyek klubokban vagy szabadidős központokban jelenhetnek meg. A felmérés célja, hogy megerősítse vagy bevezesse az új trendeket (nem beleértve a fentebb említett Fadokat), amelyek pozitívan hatnak az iparra a nemzetközi válaszadók szerint. Ezen felmérési konstrukció lehetővé teszi a korábbi felmérésekben meghatározott tendenciák némelyikének előre jelezhetőségét akár több évre is.

3. Eredmények

A 2008 és 2019 közötti időszakban minden évben a Top 20-as listájában megjelenő fitnesztrendeket az 1. számú ábra foglalja össze.

1. ábra. A 2008-2019 között stabilan megjelenő állandósult fitnesz trendek helyezéseinek alakulása (ACSM nyomán, saját szerkesztés)



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A képzett és gyakorlattal rendelkező fitnesz szakemberek iránti igény 2008-tól 2019 –ig mindig megjelent az első 20 legnépszerűbb trend között. 2008-2013 közötti időszakban végig az első helyezett volt a ranglistán, ami azt mutatta, hogy a fitnesz szolgáltatást igénybe vevők esetében igényként fogalmazódott meg, hogy képzett szakember segítse és felügyelje az edzést. 2013 utáni időszakban még mindig a lista élvonalában jelenik meg ez a trend. A fitnesz szolgáltatóknak ezért fontos, a képzett szakember alkalmazása, mely egyben a versenyképességük egyik fontos eleme is lehet.

Az erősítő jellegű edzés szintén kedvező helyezéssel végigvonul 2007-től egészen 2019-ig. Az erősítő jellegű gyakorlatok a fizikai fittség és a munkaképesség megőrzésének egyik alapját jelenti ezért elég erősen tartja magát a fitnesz trendek között.

A személyi edzés iránti igény szintén a vizsgált időszakon végig jelenlévő trend, és kedvező helyezéssel, ami ugyancsak a humán erőforrás jelentőségét támasztja alá a szortszolgáltatók versenyképessége kapcsán. Hazai kutatások is megerősítik (Bartha – Bácsné, 2018), hogy az edző személye nagyban befolyásolja a fitnesz fogyasztókat a vásárlási döntés során. Mely tény kapcsolódik a fentebb említett képzett és gyakorlattal rendelkező fitnesz szakemberek iránti igényhez is.

Mivel több fejlett országot, így az USA-t is érinti az a trend, hogy nő az idősök aránya, hiszen kevesebb gyerek születik, az átlagéletkor pedig kitolódik. A szolgáltatóknak ezért az idősebb generációt megcélzó fitnesz programokkal szeretnék bővíteni a célcsoportjukat, mellyel egyúttal nagyobb forgalmat is generálhatnak. Az idősebbek számára az ízületkímélő, nyújtó és keringésfokozó programelemeket tartalmazó szolgáltatásokat kell kifejleszteni.

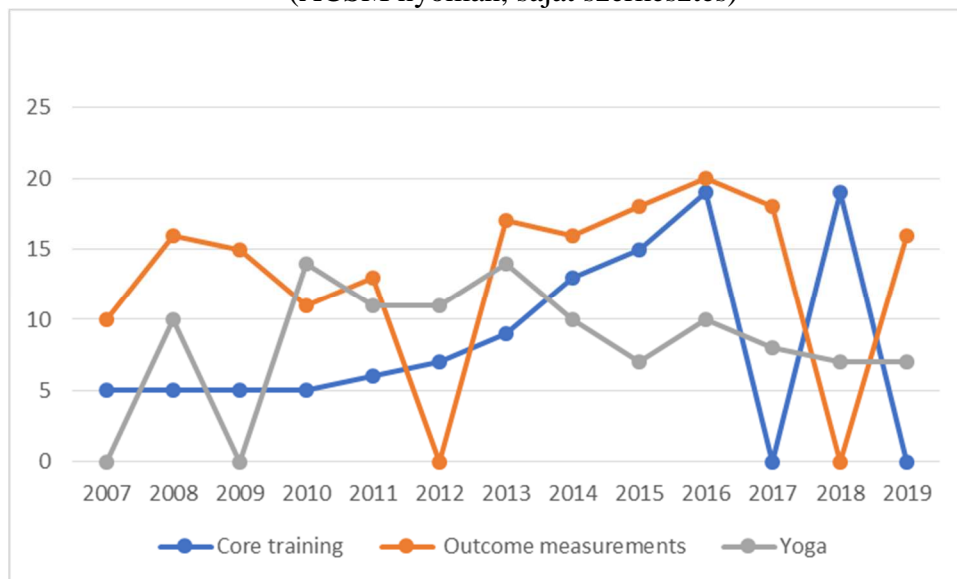
A funkcionális fitness is egy állandósulni látszó trendként jelenik meg. A fogyasztók azokat a gyakorlatokat és mozgásformákat helyezik előtérbe, melyek alkalmassá teszik őket a munkaképességük megtartására, a mindennapi teljesítésben. Így ezekben a programokban a relatív erőt, erőállóképességet és aerob alapállóképességet valamint az ízületi mozgékonyt fokozó gyakorlatok dominálnak.

A testsúly csökkentését megcélzó mozgásprogramok, fitness kínálati elemek is stabilan szerepelnek a trendek között, nem véletlen, hiszen a kövérség, az elhízás világméretű problémává vált. Az Obesity Update 2017-es kiadványa szerint az USA lakossága áll a világon az első helyen az elhízás területén. Az elhízás csökkentésében az inaktivitás megszüntetése, a rendszeres sporttevékenység egy hatékony eszköz, mely a trendekben is megjelenik.

A munkahelyi egészségfejlesztő programok szintén a Top 20-as listában stabilan megjelenő trendnek számítanak. A munkavállaló értéként jelenik meg mely, ha egészséges és fizikailag aktív akkor produktívabb is és kevesebb munkahelyi hiányzás tapasztalható (Péter et al., 2013; Hidvégi et al., 2017; Bácsné et al., 2017).

Az életmód tanácsadás szintén megjelenik a vizsgált időszakban a trendek területén. Az egészségtudatos magatartás növekedésével a tudatos fogyasztók nagy mértékben igénylik ezt a szolgáltatást. Azok számára, akik valamilyen betegségben szenvednek vagy egészségügyi problémával rendelkeznek szintén fontos, hogy legyen olyan szakember, aki segít az életmódváltásban és az egyéni állapotához igazított életmódelemek változtatására tesz javaslatot.

2. ábra. A 2008-2019 között markánsan megjelenő fitness trendek helyezéseinek alakulása (ACSM nyomán, saját szerkesztés)



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

A második ábrán azokat a fitness trendeket ábrázoltam, melyek 2007-2019 között megjelentek ugyan a TOP 20 listában de egy pár alkalommal a 20. hely fölé kerültek, így habár dominánsan megjelentek, ingadozó népszerűséget mutatta az elmúlt években.

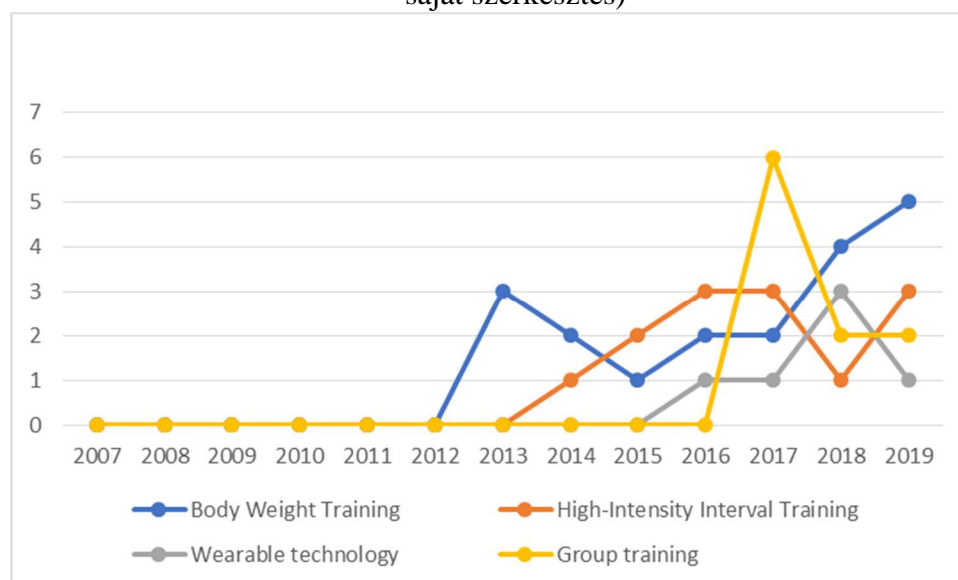
A jóga 2007 és 2009 kivételével szerepel az TOP 20 fitness trendben. 2016-tól pedig egyre jobb helyezést ér el, nem véletlen, hiszen több, mint egy mozgásprogram, egy életfilozófia, mely segít az izmok, ízületek funkcióinak javításában, a stressz oldásában és a tudatos légzéssel pedig a szervezet oxigénnel való ellátottságát is képes javítani (Bodolai et al., 2016), mely trend napjainkban a mindfulness irányzatban is megjelenik (Lengyel, 2015; 2016; 2017a; b).

A gerinctorna és a törzs izomzatának erősítése mozgásprogram szintén népszerű 2017 és 2019 kivételével valamennyi évben megjelent. Az ülő életmód kompenzálásának egyik kiváló eszköze, segít a gerinc környéki izomfűző erősítésével és a gerincmobilizáló gyakorlatokkal a gerincdeformitásokat megelőzni.

A mérés és mérhetőség fontos elvárásként jelenik meg a sportban így a fitness fogyasztók körében is. Több kutatás beszámol a testnevelés órán, edzésen, versenysportban vagy szabadidősportban történő különböző mérések (pulzus, szívfrekvencia, NETFIT stb.) szerepéről, mely segíthet bennünket az állapotfelmérésben, a terhelhetőség megállapításában vagy az edzéshatás eredményességéről, emellett a teljesítménynövelésben is (Nagy et al., 2016; Nagy et al., 2018). 2012 és 2018-ban nem jutott be ugyan az első TOP 20 trendbe, de a többi évben végig megtaláljuk a népszerű trendek között. A fogyasztók szeretnék tudni, hogy hogyan javul a teljesítményük, számszerűsíthetően látni, hogyan változnak a mozgásprogramok során a teljesítménymutatóik. A fitnessz termi ciklikus gépek esetében már beépített számlálók mérik a távolságot, eltelet időt, a terhelés intenzitását, pulzust, elégetett kalóriát, mely a tudatos fitnessz fogyasztó számára fontos információ (Orosz, 2017).

A 3. számú ábrán az utóbbi években dominánsan megjelenő, kiemelkedő népszerűségnek örvendő trendeket foglalom össze.

3. ábra. Napjainkban megjelenő új fitnessz trendek helyezéseinek alakulása (ACSM nyomán, saját szerkesztés)



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

Eze közül a saját testsúlyos edzés 2013-ban robbant be a TOP trendek közé. Létjogosultsága abban áll, hogy relatív erőt fejleszt, funkcionális edzés gyakorlatai között is megtalálható. Költséghatékony edzésmódszer, sok helyen és szinte minden körülmény között végrehajthatóak a gyakorlatai, melyek a fittség javítását célozzák meg. Erre mi sem számít jobb példának, mint a Magyarországon létrejövő szabadtéri fitnesszparkok fejlesztési programja, melynek keretein belül az ország számos pontján épül ki olyan fitnesszpark, ami előállításában és karbantartásában egyrészt eszköz és ezzel együtt költséghatékony, széles felhasználótömeghez eljut és központja a saját testsúlyos edzések végzése. 2014-től jelent meg új trendként a magas intenzitású intervallumos edzés (HIIT), mely alkalmas a testsúlycsökkentésre és a kardiorespiratorikus-állóképesség fejlesztésére. Javítja a szív, tüdő és keringés állapotát, így prevenciót jelent a szív és érrendszeri megbetegedések vagy más életmódfüggő (elhízás, 2-es típusú cukorbetegség, stressz eredetű betegségek, magasvérnyomás stb.) betegség ellen is.

A viselhető vagy hordozható technológiák 2016-os évtől megjelenő népszerű trendek, mely szintén a méréseket, mérhetőséget biztosítja, segítve ezáltal azokat a tudatos fogyasztókat, akiknek a terhelésről, életmódról visszajelzett adatok fontosak a tervezésben.

A csoportos személyi edzés 2017-től jelent meg a TOP 20 trendben, ami költséghatékonyabb változata a személyi edzésnek, hiszen több (2-4-6 fő) személyre szabott edzésvezetése valósulhat meg, a kis csoportba tartozó személyek pedig egymást motiválják és a csoportba való edzés a motiváción túl nagyobb élményt biztosít.

4. Összegzés

Az ACSM trendvizsgálataiból kiderül, hogy a fitness területén dominánsan megjelennek azok a trendek, melyek az egészség megőrzését, a preventív szemléletet vagy a fizikai állapot javítását célozzák meg. Ilyen trendek a munkahelyi egészségfejlesztési programok, az elhízás elleni küzdelmet célul tűző testsúlycsökkentő programok, életmód tanácsadás. A mozgásprogramok közül a jóga, a funkcionális edzés, intervallumos edzés vagy a saját testsúlyos edzés pedig azokat a motorikus képességeket fejleszti elsősorban, amely a jó fizikai fittség kialakításának nélkülözhetetlen feltétele.

Olyan trendek is körvonalazódnak látszanak, mely az egészségtudatos fogyasztót segíti a prevencióban, ilyen pl. a képzett szakemberek, személyi edzők iránti igény vagy azok a technikai megoldások, hordozható technológiák, mely a mérhető adatszolgáltatásukkal segítik a tudatos fogyasztót az egészséges életmód megvalósításában (Müller – Kerényi, 2009).

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bácsné B. É.; Szabados Gy.; Madarász T. (2017): Munkavállalók fizikai állapot felmérésének tapasztalatai a kkv szektorban. TAYLOR, 9(2), 179-187.
- Bartha É. J.; Bácsné B. É. (2018): Fogyasztói motivációs vizsgálatok fitness szolgáltatást igénybe vevők körében. International Journal Of Engineering and Management Sciences 3 : 4 pp. 442-453. , 12 p.
- Bartha É. J.; Müller A.; Bácsné B. É.: (2018): A Fitness fogyasztók sportlétesítmény-választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint. Selye E-Studies 9 : 1 pp. 4-12. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limitstart=0&order=date&dir=DESC , 9 p. (2018)
- Bartha É. J. (2016): A fitness ipar gazdasági és társadalmi jelentősége Magyar Sporttudományi Szemle 14 pp. 24-35. , 12 p. (2016)
- Bíró M.; Müller A. (2017): Aktív pihenés, rekreáció = Active relaxation, recreation. In: Dobos, Anna; Miska, János - Természeti és kultúrtörténeti értékek Eger térségében = Natural and cultural heritage in the Eger Region. Eger, Magyarország : Líceum Kiadó, (2017) pp. 128-130. , 3 p.
- Bíró M.; Müller A.; Ráthonyi-Ódor K.; Ráthonyi G.; Baloga I. (2016): Az olimpiai játékok szervezésének történeti áttekintése gazdasági aspektusból [Historical overview of the organisation of the olympic games in economical aspect]. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport XLIII : különszám pp. 3-20. , 18 p. (2016)
- Boda E.; Bácsné B. É.; Szabados Gy.; Müller A. (2018): A hazai kalandparkok helye a sportszolgáltatások piacán, egyetemi hallgatók körében végzett kutatás tükrében. Studia Mundi - Economica 5 : 3 pp. 34-45. , 12 p. (2018).

- Boda E.; Honfi L.; Bíró M.; Révész L.; Müller A. (2015): A szabadidő eltöltésének és a rekreációs tevékenységek vizsgálata egri lakosok körében. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 42 pp. 49-62. , 14 p. (2015)
- Bodolai M.; Lívják E.; Boda E.; Bíró M. (2016): A jóga hatása a szervezetre, szerepe a stresszkezelésben. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 43 pp. 51-67. , 17 p.
- Cohen, M.; Bodeker, G. (2008): *Understanding the global spa industry*. Elsevier, 2008.
- Gödény N.; Biró M.; Lenténé P. A.; Lente L.; Müller A. (2018): A fogyasztói szokások és trendek változásának vizsgálata a fitness területén. In: Balogh, László (szerk.) *Fókuszban az egészség*. Debrecen, Magyarország : Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet, (2018) pp. 9-18. , 10 p.
- Hidvégi P.; Bíró M.; Müller A.; Váczi P. (2017): Testnevelési program a munkahelyi egészségfejlesztésben. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: SECTIO SPORT* 44 pp. 115-138., 24 p.
- Kerényi E, Müller A, Szabó R, Mosonyi A. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal and Experiences bath according the guest's satisfaction. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció Mátraháza, Magyarország* (2009) pp. 56-67. , 12 p.
- Lengyel A. (2015): Mindfulness and sustainability: utilizing the tourism context. *Journal Of Sustainable Development* 8 : 9 pp. 35-51. , 17 p. (2015)
- Lengyel A. (2016): Tourism, meditation, sustainability. *Apstract - Applied Studies In Agribusiness and Commerce* 10 : 1 pp. 81-92. , 12 p.
- Lengyel A. (2017a) A Figyelem és Tudatosság Mindfulness Skála (FTMS) pilot tesztelése: egyes módszertani problémák megoldási alternatíváinak vizsgálata. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 18 : 4 pp. 334-364. , 31 p. (2017)
- Lengyel A. (2017b): A fenntarthatósági prioritások térbeli diszkontálása. *Területi Statisztika* 57 : 2 pp. 183-204. , 22 p. (2017)
- Madarász T.; Szabados Gy.; Bácsné B. É. (2018): Sportfogyasztási Szokások A Nők és Férfiak Körében. *Selye E-Studies* 9: 2 pp. 16-26. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/doc_download/95-selye-e-studies-zbornik-prispevkov-2-2018.html , 11 p. (2018) Adatok letöltése 2019.01.29.
- Mosonyi A.; Könyves E.; Fodor I; Müller A (2013): Leisure activities and travel habits of College students in the light of a survey. In. *Apstract. Vol.7.num.1.2013.* 53-57.p.
- Mosonyi A.; Könyves E.; Fodor I.; Müller A. (2013): Leisure activities and travel habits of College students in the light of a survey. *APSTRACT - Applied Studies in Agribusiness and Commerce* 7 : 1 pp. 57-61. , 5 p. (2013)
- Müller A. (2009): A legújabb trendek a sportmarketing és menedzsment területén In: Györfi, János (szerk.) *Sportszakember-továbbképzési konferenciasorozat Budapest, Magyarország: Nemzeti Sportszövetség*, (2009) pp. 59-63. , 5 p.
- Müller A.; Bíró M.; Bodolai M.; Hidvégi P.; Váczi P.; Dávid L.; Szántó Á. (2017): A 2016-os fitness-trendek helye és szerepe a rekreációban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 44 pp. 91-102. , 12 p. (2017)
- Müller A.; Bíró M.; Hidvégi P.; Váczi P.; Plachy J.; Juhász I.; Hajdú P.; Seres J. (2013): Fitness trendek a rekreációban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 40 pp. 25-34. , 10 p. (2013)
- Müller A.; Bolega S.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Pfau C. (2018): :A BMX, és egyéb extrém sportok választásának motivációs tényezői. *International Journal Of Engineering and Management Sciences* 3 : 4 pp. 426-441. , 16 p. (2018)

- Müller A.; Kerényi E. (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben, In: Kerényi, Erika (szerk.) Egészségügyi marketing és telekommunikáció Mátraháza, Magyarország (2009) pp. 11-19. , 9 p.
- Müller A.; Széles-Kovács Gy.; Seres J.; Kristonné B. M. (2011): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. In: Rekreáció. 1. évf. 3.sz. 31-34.p.
- Nagy Zs.; Laoues-Czibalmos N.; Müller A. (2018): A szocioökonómiai háttérváltozók szerepe a NETFIT mérésben. Különleges Bánásmód 4 : 4 pp. 33-44. , 12 p.
- Nagy Z.; Müller A.; Bácsné B. É.; Bíró M.; Pusztai, G. (2017). A differenciálás mérése a testnevelésben az atlétika tanítási egység alatt. Képzés és Gyakorlat: Training and Practice, 15(4), 147-162.
- Orosz B. (2017): A digitális technológia megjelenése a sportpiacon, különös tekintettel az okos fitnessztermekre. Opus et Educatio, 4(3).
- Péter E., Keller, K., Kaszás, N. (2013): Egészségtudatosság—Része a Szervezeti Kultúrának? Vezetéstudomány/Budapest Management Review, 44(6).
- Pfau C. (2014): Egyetemisták szabadidősport szokásai a Debreceni Egyetem Agrártudományi Központjában. Agrártudományi Közlemények = Acta Agraria Debreceniensis 58: pp. 155-163. ISSN 1587-1282
- Pfau C.(2017): A szabadidősport szervezési sajátosságai a felsőoktatásban. PhD értekezés. Debreceni egyetem. debrecen. 159.p.
https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/236053/Pfau_Christa_Sara_ertekezes_titkosított.pdf?sequence=1&isAllowed=y (2019.01.29.)
- C. Pfau, Z. Bács, V. Fenyves, É. Bácsné Bába (2018): Szabadidősport szolgáltatások értékelési lehetőségei – Felsőoktatási környezetbe adaptálva Evaluation opportunities for recreational sport services – Adapted to higher education environment. International Journal of Engineering and Management Sciences (IJEMS) Vol. 3. (2018). No. 4DOI: 10.21791/IJEMS.2018.4.14. pp.150-164.
<http://ijems.lib.unideb.hu/file/9/5b3c9aeabf281/szerzo/10.21791IJEMS.2018.4.14..pdf> (2019.01.29.)
- Pfau C., Petó K., Bácsné Bába É. (2019): A fizikai aktivitás, mint egészségbefektetés. Egészségfejlesztés Évf. 60, Szám 1 (2019) pp. 31-44.
<http://folyoirat.nefi.hu/index.php?journal=Egeszsegfejlesztes&page=index> (2019.01.29.)
- Ráthonyi-Odor K. – Ráthonyi G. – Borbély A. (2016): Sportolni jó – felelősen a sport népszerűsítéséért, Agrártudományi Közlemények, Acta Agraria Debreceniensis, Issue 67, pp. 71-76.
- Ráthonyi, G., Ráthonyi-Odor, K. (2017): Innovatív mobiltechnológiai megoldások a turizmusban. Acta Carolus Robertus: Károly Róbert Főiskola Gazdaság- És Társadalomtudományi Kar Tudományos Közleményei 7: 2 pp. 161-180. , 20 p.

SZABADIDŐSPORT LEHETŐSÉGEK A FELSŐOKTATÁSBAN

RECREATIONAL SPORT SPORTS OPPORTUNITIES IN HIGHER EDUCATION

PFAU CHRISTA egyetemi adjunktus
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
MÜLLER ANETTA egyetemi docens
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
BÁCS ZOLTÁN egyetemi tanár
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

In my research I study the possibilities of university leisure sport in Budapest-rural, cost-free and sport-based grouping. In the literature review, I analyze the sporting habits of Europeans on the basis of Eurobarometer data and summarize data on sporting habits among students in recent years. In the primary research I compare the sporting possibilities of the universities of Budapest and the countryside. In the study, the sports leaders of students and higher education institutions took part, so I analyzed the data from several sides.

1. Bevezetés

A sport és ezen belül a szabadidősport a nevelés egyik legfontosabb eszköze, szórakozási lehetőség, pihenés és örömszerző szabadidőtöltés. Jelentősen hozzájárul az életminőség javításához, hátrányos helyzetű csoportok felzárkóztatásához (Müller – Bácsné, 2018). A szabadidősportnak pozitív hatásai vannak a gazdaságra és társadalomra, csökkenti az orvosi ellátás költségeit, kiemelkedő szerepe van az egészséges életmód kialakításában.

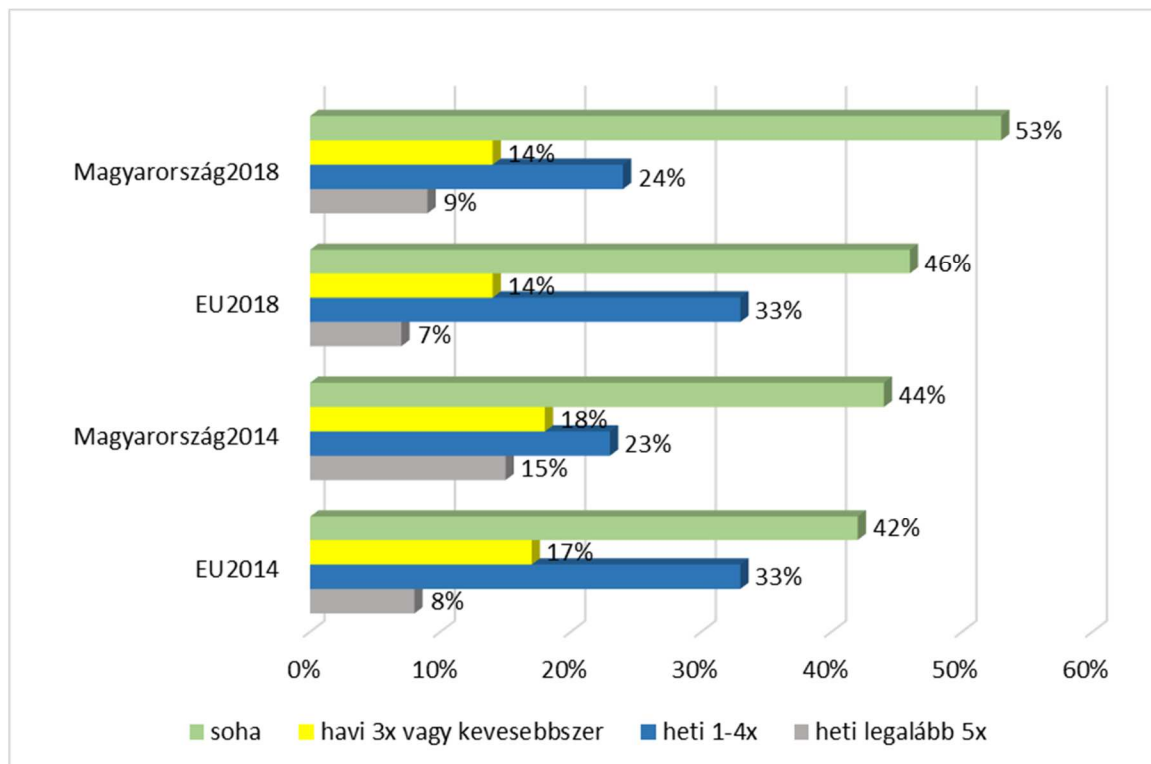
A rendszeres testmozgás életvitel közvetítésében fontos szerepe van a társadalmon belül a közvetlen környezetnek is. A szülő, rokon, tanár, barát életmódja példamutató és követendő példa lehet mindenki számára (Nagy et al., 2018; Herpainé et al., 2017). Az egészség értékővő szemléletét közintézmények és felsőoktatási intézmények is szervezeten terjeszthetik és hozzájárulhatnak egészséges életmód és ezen belül a szabadidősport népszerűsítéséhez (Müller et al., 2011). Az egyetemi hallgatók hozzáállásának meghatározó tényezője a sport-szabadidősport értékeinek felismerése. Ebben a közegben még formális keretek között alakítható a hallgatók szemlélete, fokozható az érdeklődésük a sport iránt, pozitív élmények biztosításával aktiválhatóak és elkötelezhetőek. A felsőoktatás szinte egy utolsó lehetőség, hogy tudatos, szervezett sportértékeket alakítson ki és ilyen jellegű szocializációs környezetet teremtsen a hallgatók számára.

2. Szakirodalmi áttekintés

Az Eurobarometer felnőtt lakosság körében végzett elemzéseket vizsgálva összehasonlíthatjuk a négy évente készült sportolási szokásokkal kapcsolatos eredményeket. Az európaiak 40 százaléka sportol legalább hetente egyszer és 60% soha, vagy csak ritkán. Ugyanakkor a soha nem sportolók aránya a 2014-es eredményhez képest 42%-ról 46%-ra emelkedett. A százalékos arány növekedése folyamatos 2009 óta, akkor még 39% volt az arány. A heti ötször sportolók aránya pedig egy százalékot csökkent, 8%-ról 7%-ra. A felmérések alapján Európa északi országaiban az emberek többet sportolnak, mint a keleti és déli területeken (Eurobarometer, 2014; 2018). Összesen 11 országban köztük Magyarországon is a válaszadók több, mint a fele soha

nem sportol (például Bulgária, Görögország, Portugália, Románia, Olaszország). Hazánkban a sportolók száma csökkent, 44%-ról 53%-ra emelkedett azon személyek száma, akik soha nem sportolnak. A vizsgált országok százalékos eredményeit összehasonlítva Magyarország a 20. helyen szerepel sportolási kedv szempontjából. Az Unióban a férfiak sportolnak többet (44 %), míg a nők csupán 36 %-a építi be mindennapjaiba a mozgást. A sportolási kedv általában az életkorral csökken. A 15-24 éves korosztály (62%) legalább hetente egyszer sportol. Az előzőhöz hasonló gyakorisággal sportol a 25-39 éves korosztály 46%-a, a 40-54 évesek 39%-a és az 55 éves korcsoport 30%-a. Ennek megfelelően a nem sportolók aránya a 15-24 évesek között 24%, az 55 év felettiek körében pedig 61%.⁷⁴

1. ábra. Sportolási szokások az Európai Unióban és Magyarországon (2014, 2018)



Forrás: Eurobarometer 2014, 2018 alapján saját szerkesztés

Míg európai emberek legnagyobb százalékban szabadterén szeretnek mozogni, addig hazánkban több mint a fele a sportoló lakosságnak az otthoni környezetet részesíti előnyben, mint a többi Kelet-Európai országban. Az eredmények azt mutatják, hogy Magyarországon sportolnak a legkevesebben a szabadban, ezzel szemben Finnországban 67 százalék a szabadban végez sportolási tevékenységet. Nagyobb arányban sportolunk útközben, azaz ha munkahelyre, haza vagy iskolába megyünk és kisebb az európai átlagtól a fitnesztermi, sportklub, sportközpont jelenlét. Ha összehasonlítjuk az elmúlt két felmérés eredményeit megállapítható, hogy tovább növekedett az otthoni környezetben sportolók aránya. A fitnesztermek népszerűsége növekedett 3%-al és 6%-al emelkedett azok aránya, akik a munkahelyet, mint sportolási helyszínt preferálják. Ennek oka lehet, hogy egyre több multinacionális cég tartja fontosnak, hogy támogassa és lehetőséget adjon sportolásra (Eurobarometer, 2014, 2018).

1. táblázat. EU (28) és Magyarország sportolási helyszín preferenciái (százalékos arány)

	szabadban	otthon	útközben	fitneszterem	munkahely	sportklub	sportközpont	egyetem, iskola	spon-tán
EU 28 2014	40%	36%	25%	15%	13%	13%	8%	5%	4%
EU 28 2018	40%	32%	23%	15%	13%	13%	12%	5%	5%
Magyarország 2014	16%	51%	29%	6%	13%	5%	3%	5%	3%
Magyarország 2018	17%	59%	29%	9%	19%	5%	4%	4%	3%

Forrás: Eurobarometer, 2014 és 2018 adatai alapján saját szerkesztés

Az elmúlt években több kutatás is megjelent, amely a hallgatói sportolási szokásokat vizsgálja (Kozma et al., 2015; Ács et al., 2018; Vajda et al., 2018). Kozma és munkatársai budapesti egyetemek és főiskolák hallgatói körében. Az online kérdőíves megkérdezésre összesen 3374 válasz érkezett. Az eredmények szerint a harmadik legnépszerűbb szabadidős tevékenység a sportolás. A legnépszerűbb sportágak a futás/kocogás, aerobik és a testépítés. A felmérést negyedik alkalommal végezték el melynek adatai alapján megállapítható, hogy a csapat sportok egyre kisebb százalékban jelennek meg. A fiúk közötti labdarúgás is veszített népszerűségéből. A Nyíregyházi Egyetem hallgatói körében végzett vizsgálatok szerint a fiatalok 75%-a végez heti rendszerességgel fizikai aktivitást. A nem sportolók aránya nem érte el a 10%-ot (Vajda et al., 2018). Ács és munkatársai a V4 országok egyetemista populációinak fizikai aktivitását vizsgálta. Az egyetemi mintában 2237 fő, különböző karok hallgatói vettek részt. Megállapították, hogy a V4 országok, fizikai aktivitás tekintetében nem járnak élen az EU-ban. DE a felnőtt lakossághoz képest fizikailag aktívabbak, csak 12%-a rendelkezik alacsony fizikai aktivitással, ami egészségi kockázatot jelent (Ács et al., 2018).

Az érvényben lévő sportstratégia kiemelten foglalkozik az intézményi szabadidősporttal. „Iskolai testnevelés és diáksport terén cél a gyermekek jó testi, lelki és szellemi egészségének, fizikai erőnlétének elérése a mindennapos testedzés biztosításával; a testmozgás megszerettetése, az egészséges életmód fontosságának tudatosítása; a diákok tanórán kívüli mozgásának elősegítése. Szükséges továbbá a felsőfokú tanulmányokat folytatók testnevelésének-testedzésének biztosítása az egyetemi-főiskolai autonómia maximális figyelembevétele mellett” (XXI. Sportstratégia, 2007). Konkrétan megfogalmazza, a felsőoktatás sportjának fontosságát és említést tesz a testnevelés mellett a felsőoktatási intézmények szabadidősport (testedzés) lehetőségeinek biztosításáról. Ezek segítségével csökkenteni lehet az egészségkárosító magatartásformák terjedését. Természetesen a célok megvalósításához elengedhetetlen a létesítményfejlesztés, infrastrukturális háttér biztosítása és nem utolsósorban a szakember képzés és egyéb az szakmai feltételek megteremtése.

Az elmúlt időben az egyetemi hallgatók szabadidősport iránti igénye jelentősen változott. Egyrészt a hallgatói motiváció, másrészt a lehetőségek változásai miatt. A szabadidősport programok megtervezésében figyelembe kell venni a trendeket (Müller et al., 2005; Müller – Kerényi, 2009; Müller et al., 2017; Bíró – Müller, 2017; Gödény et al., 2018), a fiatal generációk új

igényeit (Bartha et al., 2018), megváltozott ízlés világát és az új igények megváltozott hely és eszköz feltételeit (Pfau, 2014).

Az egyetemi évek jó lehetőséget adnak a szervezett keretek közötti sportolásra, életmód tanácsadásra, a sport preventív funkciójának érvényesítésére. A felsőoktatásban résztvevő hallgatók sportorientációjának formálására, a sporttal kapcsolatos attitűdjeinek kialakítására, azaz a pozitív értékítéletek és viszonyulások megteremtésére a felsőoktatási tömegsport, szabadidősport megfelelő mód.

Nemzetközi kutatásban is foglalkoztak az egyetemi szabadidősport jellemző tulajdonságaival, amelyek meghatározzák a felsőoktatási intézmények szabadidősportját (Sun, 2013). Sun (2013) felsorolja ezen a területre vonatkozó jellemzőket, melyek közül többre nagyobb hangsúlyt kell fektetni a magyar felsőoktatási intézményekben:

- szabadon választható
- széles választékkal rendelkezik
- fejleszti a morális és kulturális tudatot
- sokrétű és pozitív előnnyel jár
- szórakozás, jó közérzet
- értéket teremt
- elősegíti a felnőtté válást és javítja az önértékelést
- előtérbe helyezi az egészséges életmódot, javítja az életminőséget.

Az egyetemeken a sportközpontok, testnevelési tanszékek, csoportok a testnevelés és a sport bázisai. A Nemzeti Sportstratégia szerint is felsőoktatás sportjának vonatkozásában foglalkozni kell azokkal, akik már a korábbi tanulmányaik alatt is rendszeres sporttevékenységet folytattak. Emellett be kell vonni minél nagyobb létszámmal azokat a hallgatókat, akik eddig nem sportoltak egyáltalán vagy csak az egyetemi éveik alatt nem épült be mindennapi életükbe a sport. Cél hogy, felismerjék a rendszeres mozgás jelentőségét. Kínálatbővítéssel, új sportágak bevonásával vonzóbbá kell tenni a felsőoktatási sportéletben való részvételt. Egyik feladatként jelenik meg az iskolai, hallgatói sportszervezetek, sportkörök létrehozásának ösztönzése, az önkéntesség és önszerveződés erősítése (Bácsné et al., 2018), elterjesztése, társadalmi szervezetek létrehozásának, működésének ösztönzése (XXI. Sportstratégia, 2007). A Sportstratégia felülvizsgálata során egyértelművé vált, hogy az állami sportirányításnak számos – az iskolai és diáksportot (is) érintő – területen a nyilvántartások hiányosságaival kell szembenéznie. Többek között nincs a köz-és felsőoktatási sportcélú építményekről statisztika. Ezen adatgyűjtéshez a finanszírozási feltételeinek megteremtése diák- és hallgatói sportszervezetek, sportegyesületek, sportkörök nyilvántartása, az adatmigráció ösztönzése diáksport programokon keresztül feladatként fogalmazódott meg (XXI. Sportstratégia, 2007). Az elmúlt években folyamatosan történik az adatgyűjtés a felsőoktatási intézmények sport infrastruktúrájáról. A MEFS tagjaitól már begyűjtötte a szabadtéri és fedett sportlétesítmények adatait.

3. Anyag és módszer

A hallgatók körében végzett összehasonlító elemzésem a kutató egyetemekre terjedt ki, mivel a legnagyobb hallgatói létszámmal és széleskörű sportszolgáltatásokkal rendelkeznek. Hat egyetem kapta meg a kutató egyetem címet: a Szegedi Tudományegyetem (SZE), az Eötvös Lóránd Tudományegyetem (ELTE), a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem (BME), a Semmelweis Tudományegyetem (SE), a Pécsi Tudományegyetem (PE) és a Debreceni Egyetem (DE). Mivel egy felkért egyetem nem vett részt a felmérésben, így öt egyetem összehasonlító elemzését tudtam elvégezni. A kutatóegyetemeket földrajzi elhelyezkedésük szerint két csoportra osztottam fővárosi (2) és vidéki felsőoktatási (3)

intézményekre. A mintába két budapesti (BME, SE) és három vidéki (DE, SZE, PE) egyetem hallgatói kerültek be. Az adatok 2014/15. tanév II. félévi lekérdezés alapján készültek. A felmérés 25 zárt jellegű kérdésből állt. A minta feldolgozása során kiszűrtem a helytelenül kitöltött és ez által nem értékelhető kérdőíveket, így összesen 570 hallgató válaszát tudtam elemezni, melyből 46% férfi és 54% nő.

A sportvezetői kérdőív 29 zárt és nyitott jellegű kérdést tartalmazott és három fő kérdés csoportra tagolódott. Az első csoportban az intézmények szabadidősport lehetőségei és finanszírozásukkal kapcsolatos kérdések kaptak helyet, a második csoportban a felsőoktatási szabadidősport fejlesztési lehetőségei, míg a harmadik csoportban a sportvezetők szociodemográfiai adataira vonatkozó kérdések szerepeltek. 18 intézmény sportközpont vezetője, sportiroda vezetője, vezető testnevelője töltötte ki a kérdőívet a szabadidősport szervezési lehetőségeiről, háttéréről.

4. Eredmények

A hallgatói mintából kiderült, hogy több mint háromnegyedük ismeri a szabadidősport lehetőségeket az egyetemén és több mint 60 százaléka részt is vesz az egyetem által biztosított rendezvényeken. Az adatok alátámasztják azokat az eredményeket, mely szerint szabadidősport keretében mozgó nagyszámú fiatal ismeri és él az egyetemi sport lehetőségekkel. Mégis az eredmények azt mutatják, hogy az egyetemi környezet sportolás szempontjából kevésbé népszerű, mivel a campuson kívül mozognak többen (Pfau, 2015). Ennek oka lehet, a sportlétesítmények nem tudják biztosítani a megfelelő időpontban a helyeket. Nincs elég heti rendszerességgel elérhető foglalkozás és inkább a szabadidősport rendezvények keretében biztosítottak a lehetőségek. Meghatározó az alkalmazott testnevelők sportág specifikussága is, amelyek nem elégítik ki a hallgatói igényeket.

Ezek az irodalomban közölt kutatási eredmények látszólag ellentétben állnak a lehetőségek megítélésével, a vezetők négyötöde azokat közepesnek vagy annál jobbnak értékelte. A felsőoktatási intézményekben a sportvezetők értékelése szerint tehát megfelelő a szabadidősport foglalkozások mennyisége és minősége, az irodalmi adatok szerint viszont csökken a sportoló hallgatók száma. Valószínű, hogy változnak a hallgatói szabadidő-eltöltési szokások és ezen belül a sportszokások is. Nyolcezer magyarországi 15-29 éves fiatal vett részt a reprezentatív Magyar Ifjúság Kutatásban, mely szerint a szabadidős tevékenységek között a sport a hetedik legnépszerűbb, 24% választotta leggyakrabban végzett szabadidős tevékenységnek a sportot. 2016-ban a megkérdezettek 36%-a sportol szabadidejében, testnevelés órán kívül. A rendszeres testmozgást végzők nagyobb százalékban férfiak (42%), alulreprezentáltak a nők (30%). Az iskolai végzettséget nézve a diplomások több, mint a fele (54%) sportol szemben a középfokú végzettségűekkel (39%).

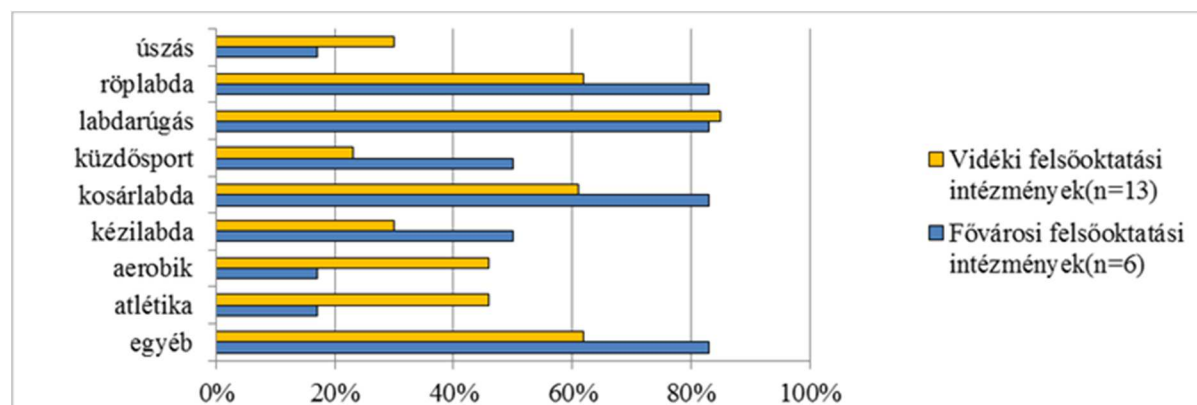
Az egyetemeken ingyenes és költségtérítéses szabadidősport lehetőségek állnak rendelkezésre. A szabadidősport foglalkozásokat 3 típusba soroltam: a heti rendszeres, a rendezvények, a bajnokságok csoportjaira. Ennek megfelelően mindhárom típusú lehetőséget külön vizsgáltam. A heti rendszeres szabadidősport foglalkozásoktól külön választottam a félévben több hónapig, hétig tartó versenyszerű bajnokságoktól. A rendezvények pedig általában fél - egy napig adnak lehetőséget a kiválasztott testmozgásra. Mindegyik egyetem biztosít ingyenes sportolási lehetőséget a campus területén, a SZE a campus területén kívül is. A heti rendszeres szabadidősport foglalkozások három egyetemen hasonlóak, egyedül a Szegedi Tudomány Egyetemen biztosítanak más sportágakban sportolásra lehetőséget. Az ingyenes sportolási lehetőségeket a Debreceni Egyetemen biztosított a legtöbb sportágban, míg a fizetős szolgáltatások a Szegedi Tudományegyetemen és a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudomány Egyetemen a legszínesebbek. Az ingyenes, heti rendszeres szabadidősport foglalkozások szervezői feladataiban részt vesz mindegyik egyetem Hallgatói Önkormányzata.

Az egyetemi szabadidősport irányítását a testnevelők látják el, amely szakmai háttérrel és edzői feladatokat is jelent. A hallgatói igényeknek megfelelően azokat a sportágakat, amelyeket nem tudják ingyenesen biztosítani, költségtérítés ellenében teszik elérhetővé. Az öt egyetem hasonló sportágakban biztosítja a lehetőségeket (atlétika, kosárlabda, kézilabda, küzdősport, labdarúgás, röplabda, tenisz, úszás, spinning, floorball, lovaglás, falmászás, testépítés). A költségtérítéses foglalkozások sokkal színesebb a palettát tükrözik, mivel az egyetemi finanszírozás korlátokat szab az ingyenes szabadidősport lehetőségekre.

Egy külön eldöntendő kérdésben vizsgáltam, hogy van-e ingyenes szervezett szabadidősport lehetőség a felsőoktatási intézményben és amennyiben van, milyen sportágakban

Az eredmények alapján legtöbb intézményben labdarúgást biztosítják a legnagyobb százalékban (87 százalék). A már említett Szabó (2006), Szonda Ipsos (2003) és Neulinger (2007) kutatása is alátámasztja, hogy a hallgatók legkedveltebb csapatsportága a labdarúgás, a legtöbben ezt a sportágat üzik rendszeresen egyetemi éveik alatt. A labdarúgás az egyik olyan sportág, melynek helyszíne szabadtéren és teremben is biztosítható. Szabadtéren a műfüves pályák építésével még könnyebben elérhető sportolási lehetőség lett. Sokszor önszerveződő, nem igényel anyagi háttérrel. Természetesen a többi csapatjáték (kosárlabda, röplabda) is az intézmények jelentős részénél biztosított mozgásforma. Azokban a sportágakban nyújtanak a felsőoktatási intézmények sportolási lehetőséget, amelyek nagy tömegeket mozgatnak meg. A legkisebb százalékban az úszás és küzdősport jelenik a lehetőségek között. Az úszás órák biztosításához infrastrukturális háttérre is szükség van, amellyel kevés felsőoktatási intézmény rendelkezik. Az egyéni szabadidő sportolási lehetőségek kevésbé biztosítottak, egyedül az aerobik érhető el minden második vizsgált intézményben. Az „egyéb” ingyenes lehetőségek széles skálát mutatnak. Több felsőoktatási intézményben van lehetőség a hallgatóknak pilates, jóga, floorball, falmászás, tenisz, asztalitenisz, tollaslabda sportágakban kipróbálni magukat. Három felsőoktatási intézményben az asztaliteniszt, a többi sportágat egy-egy intézmény vezetője említette meg. A biztosított lehetőségek közül a hallgatók körében a legnépszerűbb és legnagyobb százalékban látogatott sportágak az aerobik, labdarúgás, röplabda és atlétika. Korábban a kutató egyetemek körében végzett felmérés alapján megállapítottam (Pfau, 2014), hogy a pályázati anyagi támogatás megjelenésével már javultak az ingyenes sportolási lehetőség feltételei a hallgatók számára, amely pozitív hatással lehet hallgatók sportolási szokásaira.

2. ábra. Ingyenes szabadidő sportolási lehetőségek a vidéki és fővárosi felsőoktatási intézményekben (2016)



Forrás: Saját vizsgálat, 2019

Adatgyűjtés lehetővé tette a vidéki és fővárosi egyetemek értékeléseit is, erre a csoportbontásra is alapozhattam különféle elemzéseket. Így lehetőségem volt összehasonlítani a vidéki és fővárosi intézmények szabadidő sportolási lehetőségeit is (2. ábra). Szembetűnő

különbség atlétika és aerobik sportágban van, melyeket a vidéki felsőoktatási intézmények ingyenes sportolási lehetőségei között nagyobb százalékban találunk. Ezzel ellentétben a küzdősport a fővárosi intézményekben érhető el 50 százalékban. Az „egyéb” sportágakat, mint lehetőséget a fővárosi intézmények sportvezetői 83 százalékban, míg a vidéki egyetemeken 62 százalékban említették meg.

Ezek a sportágak többféle lehetőséget biztosítanak a főváros hallgatóinak, mint a vidéki campusok. Valószínű a különbségek az infrastrukturális adottságoknak is köszönhetőek, hiszen minden intézmény más létesítményekkel rendelkezik.

Elemeztem, hogy az ingyenes szabadidősport lehetőségeket hol biztosítják a felsőfokú intézmények a campus területén belül vagy kívül. A felmérésben résztvevő felsőoktatási intézmények diákjai az campuson belül és kívül is tudnak aktív sportéletet élni, de inkább a campuson belül végzett testmozgás a jellemzőbb (74 százalék). Ezt alátámasztja a hallgatók körében végzett kutatások, amelynek eredménye szerint azok a szabadidősport lehetőségek a legvonzóbbak, amelyek könnyen elérhetőek (Szabó, 2006). Mindegyik megkérdezett fővárosi egyetem campusán belül van lehetőség szabadidősportra, csak egy felsőoktatási intézmény biztosít a campus területén kívül is ingyenes sportolási lehetőséget. A tizenkét vidéki intézmény közül 91 százalék a campusok területén, 25 százalék az egyetem területén kívül is lehetőséget ad a szabadidős testmozgásra.

Külön kérdésben vizsgáltam, hogy a felsőoktatási intézményekben melyek azok az egyetemhez kötődő szervezetek, személyek, akik részt vesznek az ingyenes szabadidősport szervezésében, felügyeletében. Az öt kutató egyetemen végzett vizsgálataim alapján (Pfau, 2014) az egyetem testnevelői, hallgatói önkormányzat (HÖK), egyetemhez kötődő egyesület látja el a szervezési feladatokat. A megkérdezett vezetők válaszai alapján az ingyenes sportolási lehetőségeknél rendezési feladatokat a testnevelők, HÖK képviselői, sportiroda és az egyesületek biztosítják. De vannak olyan felsőoktatási intézmények, ahol a hallgatói szabadidősportot teljes mértékben a Hallgatói Önkormányzat szervezi. A sportért felelős önkormányzati tagok közvetlen kapcsolatot tartanak a hallgatókkal így a hallgatói igényeket is hamarabb tudják felmérni, mint a sportvezetők vagy testnevelők. Új szervezeti forma jelenik meg a rendszerben a sportiroda, melynek fő feladatai közé tartozik a hallgatói szabadidősport szervezés. A sportirodák életében aktív szerepet játszik a hallgatói önkormányzat, mely segít a szervezésben és felméri a hallgatói igényeket. Ahol hallgatói Sportiroda működik, a Sportközpont vezetőjével, testnevelőivel közösen irányítja a szabadidősport szolgáltatást.

Arra is kerestem a választ, hogy a felsőoktatási intézményekben biztosított-e költségtérítéses szabadidősport lehetőség (3. ábra). Ilyen típusú szolgáltatást négy intézmény nem biztosít. A többi egyetemen az úszás, aerobik és az egyebek közt említett testépítés órák érhetőek el a legnagyobb százalékban.

A választható sportágak költségigényesek létesítmény, sportszer vagy oktató szempontjából.

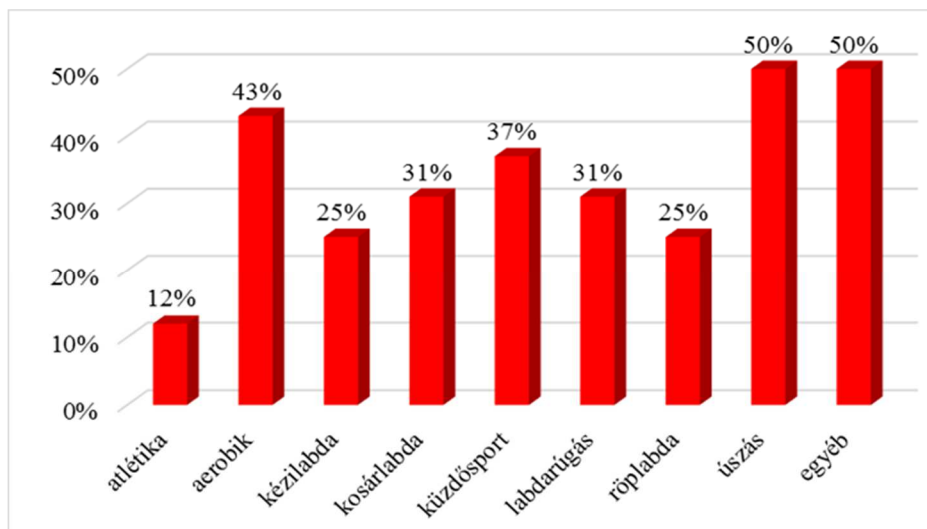
A fitness termi testépítés foglalkozás csak a költségtérítéses lehetőségek között jelenik meg, mivel a sportszereknek karbantartási, felújítási költségei is vannak.

A csapat sportágakat minden felsőfokú intézmény már biztosította ingyenes keretek között, így azoknak százalékos aránya sokkal alacsonyabb, inkább az egyéni sportágakban növekedett a százalékos arány.

A megkérdezett sportvezetők válaszai alapján megállapítható, hogy az intézmények szabadidősport szervezői figyelembe veszik az egyéni sportokra irányuló az igényeket is és elérhetőek a diákok számára ezek a sportágak.

Az „egyéb” kategóriában már megjelennek olyan sportágak, amelyek az elmúlt években lettek népszerűek szabadidősport keretében (floorball, sárkányhajózás, fallabda, tenisz, falmászás, dinamikus jóga).

3. ábra. Költségtérítési szabadidősport lehetőségek a vizsgált intézményekben (2016)



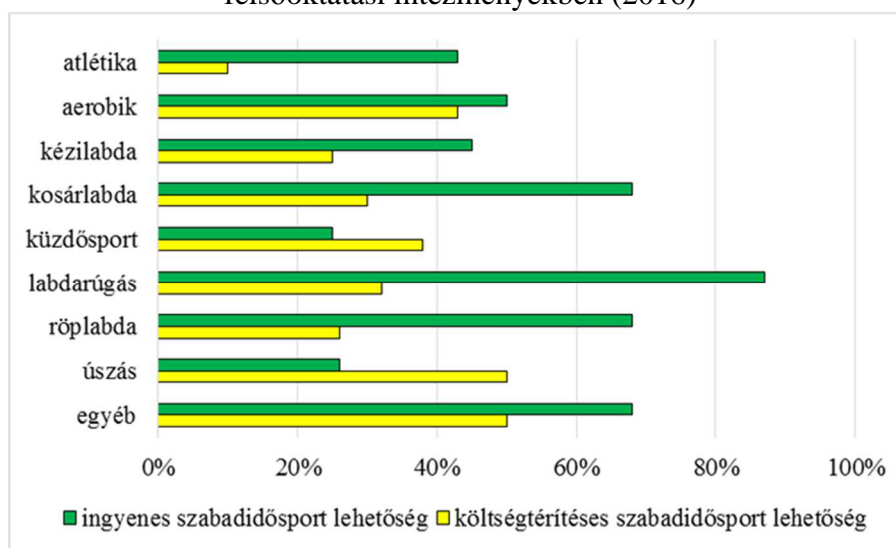
Forrás: Saját vizsgálat, 2019 (n=18)

Összehasonlítva az ingyenes és költségtérítési szabadidő sportolási lehetőségeket (4. ábra), úszás sportágban megfigyelhető, hogy az intézmények ötven százaléka csak költségtérítési formában tudja elérhetővé tenni. Ennek fő oka az felsőfokú intézmények infrastruktúrájában keresendő, mivel kevés egyetem rendelkezik saját tulajdonú uszodával, ezért ezeknek a sportfoglalkozásnak biztosítására mindenképp anyagi fedezet szükséges. Annak ellenére, hogy ingyenes lehetőségek között a legnagyobb százalékban a labdarúgás jelenik meg, mégis igény van költségtérítési formába bajnokságok, rendezvények szervezésére is.

Az egyéni sportot kedvelőinek főleg költségtérítési formában tudnak küzdősport lehetőségeket biztosítani. Ennek egyik oka lehet, hogy a felsőoktatási intézményekben főállásban alkalmazott testnevelők közül kevesen foglalkoznak a küzdősport különböző típusaival, ezért oktatókat kell alkalmazni, melynek anyagi vonzata van.

Az aerobik különböző formái hasonló százalékban jelennek meg ingyenes (50 százalék) és költségtérítési (43 százalék) lehetőségként. Népszerűsége miatt fontos ennek a sportágnak szervezett keretek között a könnyű elérhetővé tenni.

4. ábra: Ingyenes és költségtérítéssel szabaddidősport lehetőségek százalékos aránya a vizsgált felsőoktatási intézményekben (2016)



Forrás: Saját vizsgálat, 2019 (n=18)

Az atlétika mozgásformáit ingyenesen tudják biztosítani a felsőoktatási intézmények, mivel szabadterén létesítmény hiányában is gyakorolható.

5. Összefoglalás

A hallgatói szabaddidősport lehetőségek egyéni és csapat sportban, ingyenes és költségtérítéssel, szervezett és spontán formában jelennek meg. A vizsgált egyetemeken minden csoportosításra találunk példát. Szembetűnő különbség atlétika és aerobik sportágban van, melyeket a vidéki felsőoktatási intézmények ingyenes sportolási lehetőségei között nagyobb százalékban találunk. Összehasonlítva az ingyenes és költségtérítéssel szabaddidő sportolási lehetőségeket, úszás sportágban megfigyelhető, hogy az intézmények ötven százaléka csak költségtérítéssel tudja elérhetővé tenni, mivel nincs saját üzemeltetésű uszodájuk. Öröndetes, hogy mind egyéni és mind csapatsportban van lehetőség ingyenes sportolási lehetőségre, amelyet az elmúlt években épült kondi parkok és műfüves pályák még tovább színesítették. Minden egyetemen a vezetők úgy vélekedtek, hogy megvan a megfelelő lehetőség a rendszeres sportolásra, mégis sok hallgató nem ezt a szabaddidős tevékenységet választja.

A publikáció elkészítését a GINOP-2.3.2-15-2016-00062; Életminőség fejlesztése Kelet-Magyarországon: Táplálkozás-, teljesítménybiológiai és biotechnológiai experimentális kutatások és eszközfejlesztések a humán megbetegedések megelőzésére és kezelésére számú projekt támogatta.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Ács P.; Prémusz V.; Melczer Cs.; Bergier J.; Salonna F.; Junger J.; Makai A. (2018): Nemek közötti különbségek vizsgálata a fizikai aktivitás vonzásában a V4 országok egyetemista populációjának körében. Magyar Sporttudományi Szemle. 19. évf. 74.szám. 2018/2 pp.3-9.

Ádám Sz.; Domokos T.; Gazsó T.; Kitta G.; Makay Zs.; Nagy Á.; Nyüsti Sz.; Oross D.; Perényi Sz.; Ross G.; Ruff T.; Susánszky É.; Székely A.; Székely L. (2013): Magyar Ifjúság 2012 Tanulmánykötet (Szerk.: Székely L.) 2013 Kutatópont, Budapest pp. 229-250.

Bácsné Bába É.; Müller A.; Molnár A.; Dobay B.; Bács Z.; Pető K. (2018): Tourism Volunteering and sport – connections and implications from a research 7: 2 pp. 19-33. Paper: 1338-6581, 15 p. (2018)

Bartha É. J.; Müller A.; Bacsné Bába Év. (2018): A fitness fogyasztók sportlétesítmény- választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint. Selye e-studies 9 : 1 pp. 4-12. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limitstart=0&order=date&dir=DESC (2019.02.08.), 9 p. (2018)

Bauer B.; Pillók P.; Ruff T.; Szabó A.; Szanyi F. E.; Székely L. (2016): Magyar Ifjúság Kutatás 2016 Tanulmánykötet. http://www.ujnemzedek.hu/sites/default/files/magyar_ifjusag_2016_a4_web.pdf (2019.02.10.)

Bíró M.; Müller A. (2017): Aktív pihenés, rekreáció = Active relaxation, recreation In: Dobos, Anna; Mika, János - Természeti és kultúrtörténeti értékek Eger térségében = Natural and cultural heritage in the Eger Region. Eger, Magyarország : Líceum Kiadó, (2017) pp. 128-130. , 3 p.

EUROBAROMETER, 2014
http://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/archives/ebs/ebs_412_en.pdf (2019.02.28.)

EUROBAROMETER, 2018
<http://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/index.cfm/survey/getsurveydetail/instruments/special/surveyky/2164> (2019.01.28.)

Gödény N.; Bíró M.; Lenténé Puskás A.; Lente L.; Müller A. (2018): A fogyasztói szokások és trendek változásának vizsgálata a fitness területén. In: Balogh, László (szerk.) Fókuszban az egészség. Debrecen, Magyarország : Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet, (2018) pp. 9-18. , 10 p.

Herpainé Lakó J.; Simon I. Á.; Nábrádi Zs.; Müller A. (2017): Családok sportolási szokásainak szocioökonómiai hátterére Képzés és Gyakorlat 15 : 4 pp. 37-52. , 16 p. (2017)

Kozma A.; Szabó Á.; Huncsik P.; Bíbor B. (2015): Miért sportolnak a hallgatók? Tendenciák és „forró pontok” a budapesti egyetemisták szabadidős sportválasztásában. Magyar Sporttudományi Szemle. 16.évf. 63.szám. 2015/3 pp.9-19. http://mstt.hu/wp-content/uploads/MSTT-Szemle-2015_3.pdf (2019.02.09.)

Müller A.; Bácsné Bába É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület (2018) , 96 p. ISBN: 9786150031897.

Müller A.; Bíró M.; Bodolai M.; Hidvégi P.; Váczi P.; Dávid L.; Szánt Á. (2017): A 2016-os fitness-trendek helye és szerepe a rekreációban. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 44 pp. 91-102. , 12 p. (2017)

Müller A.; Széles K. Gy.; Seres J.; Kristonné B. M. (2011): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. In: Rekreáció. 1. évf. 3.sz. 31-34.p.

Müller A.; Kerényi E. (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.) Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország (2009) pp. 11-19. , 9 p.

Müller A.; Könyves E.; Szabó R. (2005): A wellnessturizmus sokszínű kínálatának bemutatása. Iskolai Testnevelés és Sport - Elméleti Módszertani és Információs Szaklap 27. pp. 29-34., 6 p. (2005)

Nagy Zs.; Laoues-Czibalmos N.; Müller A. (2018): A szocioökonómiai háttérváltozók szerepe a NETFIT mérésben. Különleges Bánásmód 4 : 4 pp. 33-44. , 12 p. (2018)

Neulinger Á. (2007): Társas környezet és sportfogyasztás – A folyamatos megerősítést igénylő tanult fogyasztás. Ph.D. értekezés, Budapest, Budapesti Corvinus Egyetem

Pfau C. (2014): Szabadidősport és sportinfrastruktúra összehasonlító elemzése a kutató egyetemeken. In: Virtuális Intézet Közép-Európa Kutatására Közleményei VI. évfolyam 1-2. szám (No.14-15), Szeged, pp. 413-423.

Pfau C. (2015): Analysis Of The Leisure Sport Activities In University Of Debrecen.

Abstract – Applied Studies in Agribusiness and Commerce Epub. Vol.9. Num.1 -2. pp 75-81.

Sun Q. (2013): Study on Introduction of Leisure Sports into Physical Education in Universities. Asian Social Science; Vol.9. No.10; 2013 ISSN 1911-2017, pp.71-76.

Szabó Á. (2004): Szabadidősport-fogyasztás egyetemista módra- Fogyasztói magatartás kutatás a szabadidősport- keresletről különböző budapesti egyetemeken tanuló hallgatók körében. Egyetemi diploma dolgozat, BCE, Budapest.

Szabó Á. (2006): Egyetemisták szabadidősport-(szolgáltatás) fogyasztása. In: Budapesti Corvinus Egyetem Vállalatgazdaságtan Intézet Műhelytanulmányok. 76.sz. Műhelytanulmány HU ISSN 1786-3031, Budapest

Szabó Á. (2010): Mi történt 2004 és 2010 között a budapesti egyetemisták szabadidősport-fogyasztásában? Budapesti Corvinus Egyetem Vállalatgazdaságtan Intézet 154. sz, Műhelytanulmány HU ISSN 1786-3031, Budapest.

Szabó Á. (2012): A magyar szabadidősport működésének vizsgálata – Piacok, értékteremtés, feladatok a szabadidősportban. Ph.D. értekezés, Corvinus Egyetem, Budapest.

Szonda Ipsos (2003): <http://ipsos.hu/hu> (2018.09.15.)

I. Vajda; Zs. Major; M. Moravec; K. B. Pásztorné; T. Vajda; F. V. Vajda; D. Oláh; A. Nagy. (2018): Study on physical activity and health behaviour among students at the University of Nyíregyháza. Magyar Sporttudományi Szemle. 19.évf. 74.szám. 2018/2 pp.22-26. <http://mstt.hu/wp-content/uploads/2018/06/MSTT-Szemle-2018-02-honlapra.pdf> (2018.09.16.)

XXI. Sportstratégia, 2007 <http://kobanyasc.hu/docs/07sportstrategia.pdf> (2018.08.11.)

AZ EGYETEMI SPORTSTRATÉGIA SZEREPE A HALLGATÓKÉRT FOLYTATOTT VERSENYBEN

THE ROLE OF UNIVERSITY SPORT STRATEGY IN COMPETITION FOR STUDENTS

BÁCS BENCE ANDRÁS egyetemi hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

A fundamental ambition of the University of Debrecen's is to provide the citizens of the University with the necessary conditions to ensure their health and to improve their quality of life, by offering a wide range of sports, physical education and passive sports consumption (entertainment). In recent years In sports competitions, and in connection with leisure sports, the University of Debrecen also stands out from the Hungarian higher education environment with his efforts to improve the quality of life. In the competition between universities for students it can also be an advantage if an institution prepares them for a healthy lifestyle alongside the transfer of knowledge. I chose document analysis and case study as methods of research. In my document analysis I examine the Sports strategy of the University of Debrecen (2016). In my case study, I rely on my experience with the sports service system of the University of Debrecen.

1. Bevezetés

A sport kiváló eszköz az életminőség javítására, a testi lelki egészség megőrzésére, személyes és társas készségek fejlesztésére. A sport hozzájárulhat egy nemzet, egy város és így akár egy egyetem pozitív megítéléséhez is. Mindeközben gazdasági szempontból a sportszektor az üzleti élet egyik legdinamikusabban fejlődő területévé vált.

A sportszolgáltatások rendszerét a Debreceni Egyetemen vizsgálom. Egyetemünk országunk egyik legnagyobb egyeteme, közel 30.000 hallgatóval, 9.000 oktatóval és dolgozóval, valamint egy folyamatosan bővülő alumni közösséggel. A családi kapcsolatokat is figyelembe véve jelenleg egy kb. 120.000 fős egyetemi kötődésű polgárságról beszélhetünk.

Az egyetemek között a hallgatókért folyó versenyben az is előnyt jelenthet, ha valamely intézmény a tudás átadása mellett az egészséges életmódra is felkészít.

A Debreceni Egyetem alapvető törekvése, hogy az egyetem polgárai számára egészségük biztosításához, életminőségük javításához szükséges feltételeket biztosítsa, így a sportolás, a testnevelés, és a passzív sportfogyasztás (szórakozás) mai kornak megfelelő széles palettáját nyújtsa. Az utóbbi években a Debreceni Egyetem versenysportban és a szabadidősporthoz kapcsolódóan életminőség-javító törekvéseivel is kiemelkedik a magyar felsőoktatási közegekből. A jövő érdekes kihívásokat tartogat az egyetemnek. Egyrésztől több látványsport csapatot is versenyeztet a hazai első osztályú bajnokságokban, amely hasonló alapokat teremt a közösségépítésre, mint amit észak-amerikai egyetemeknél láthatunk. Másrésztől a következő években az egyetem életmódfejlesztési törekvései is jelentősek.

2. Szakirodalmi áttekintés

A *stratégia* a szervezet jövőbeni céljaira és azok megvalósítási módjaira vonatkozó elképzelések összessége (Chikán, 1989). A *stratégiaalkotáson* egy már kitűzött misszióhoz vagy célhoz vezető alternatív utak meghatározását és értékelését, valamint a követendő alternatíva kiválasztását, részletes kidolgozását értjük. Ezek között választunk a stratégiai

döntéssel (Barakonyi, 2011). A stratégia alkotás lényeges eleme a külső és belső feltételek vizsgálata (Dobák, 2002).

A külső (makro-) környezet vizsgálatához a szakirodalom a PEST elemzést javasolja. A PEST analízis során először minél több befolyásoló környezeti tényező összegyűjtése a cél, majd ezek közül beazonosítják a legjelentősebb hatást kifejtő tényezőket. Az elemzés eredményeként a szervezet rendelkezik a környezeti alkalmazkodását meghatározó tényezők listájával. Ezek előre jelezhetik a várható fontosabb változásokat, így segíthetnek a szervezetnek a megfelelő stratégia kialakításában, a környezeti változásokhoz való alkalmazkodásban (Bácsné, 2015). Előfordulhat, hogy a szervezet olyan környezeti hatásokkal is szembe kerül – pl. speciális tevékenységet folytat -, amelyek nem tartoznak a PEST négy dimenziójába. Ebben az esetben lehetséges az elemzést a szükséges irányban is elvégezni, a vizsgálatot újabb dimenziókkal bővíteni. A PEST elemzést ma már eleve két új dimenzióval kibővítve, PESTEL modellként alkalmazzák leggyakrabban a stratégiai menedzsmentben. A két új dimenzió közt egyrészt a 21. században megnövekedett jelentőségű, környezeti, ökológiai tényezők jelennek meg, mint környezeti (Environmental) faktor, illetve a PEST-ben a politikai tényezők közt szereplő jogi (Legal) tényezőkből alakítottak ki önállóan vizsgálandó dimenziót (Bácsné, 2015).

A szervezet adottságainak vizsgálatára alkalmazható a SWOT analízis, ami a stratégiai elemzés egyik legelterjedtebb módszere. Ez az elemzési területek sokaságának, az elemzés szempontjainak és a sokoldalú alkalmazási lehetőségeinek köszönhető. Alkalmos a környezet valamennyi elemének számbavételére, azok praktikus, gyakorlatban jól értelmezhető szempontok szerinti rendezésére és összekapcsolására. Elemzési területek: külső és belső környezeti tényezők. Az elemzés szempontjai:erősségek (strengths), gyengeségek (weaknesses), lehetőségek (opportunities), veszélyek (threats).

Az egyes területek elemzése különböző szempontok szerint történik. A belső környezet elemzése során derül ki, hogy a vállalkozás saját erőforrásaiban és képességeiben a versenytárhoz viszonyítva milyen erős és gyenge pontokat mutatnak, míg a külső környezet vizsgálata a lehetőségek és veszélyek feltárására irányul. Az egyes tényezők értékelése mellett lényeges azok fontosság szerinti súlyozása is. Ennek eredményként az azonos csoportba tartozó elemek között fontossági sorrend is felállítható, amely a stratégiai döntésekhez lényeges támogatást nyújt (Pénzes, 2011).

2. A vizsgálat anyaga és módszere

Kutatási módszereként a dokumentumelemzést és az esettanulmányt választottam.

Másodlagos dokumentumelemzésben a Debreceni Egyetem 2016-os sportstratégiáját vizsgálom meg. Esettanulmányomban a Debreceni Egyetem sportszolgáltatási rendszerével kapcsolatban szerzett tapasztalataimat dolgozom fel.

A Debreceni Egyetem (DE) országunk egyik legnagyobb egyeteme közel 30.000 hallgatóval, 9.000 oktatóval és dolgozóval, valamint egy folyamatosan bővülő alumni közösséggel. A családi kapcsolatokat is figyelembe véve jelenleg kb. 120.000 fős egyetemi kötődésű polgárságról beszélhetünk. Az egyetem Debrecen városában öt campuson működik, de tevékenysége behálózza az egész települést. A város Magyarország második legnépesebb városa, ahol körülbelül 202 ezer állampolgár él életvitelszerűen. Az egyetem rendelkezik nem debreceni campusokkal is, de ez a sportstratégia szempontjából nem lényeges, mivel az Debrecen bel- és külterületeire fókuszál. Az egyetem súlyát felismerve az önkormányzat közösen alakítja a városfejlesztési terveket az egyetemmel.

A Debreceni Egyetem egy költségvetési szerv, így alaptevékenységét elsősorban a magyar állami törvények és rendeletek előírásai, másodlagosan a társadalom igénye határozza meg.

Az intézmény állami feladatként ellátandó alaptevékenységi körébe az elsődleges oktatási és kutatási tevékenység mellett beletartozik, hogy...*"rendszeres kulturális és sportolási lehetőséget nyújt, továbbá olyan szolgáltatásokat, amelyek a hallgatók beilleszkedését, egészséges életvitelét, egészségfejlesztését és egészségügyi ellátását szolgálják."*

4. Eredmények

4.1. A Debreceni Egyetem sportstratégiájának elemzése

Az egyetemek között a hallgatókért folyó versenyben előnyt jelenthet, ha valamely intézmény a tudás átadása mellett az egészséges életmódra is felkészít. Nemzetközi példák igazolják az Egyesült Államoktól Japánig, hogy a sport az intézmény népszerűsítésében, ismertségében, a társadalmi figyelem felkeltésében jelentős szerepet játszik.

Az egyetem alapvető érdeke, hogy polgárai számára a megfelelő életminőség kialakulásához szükséges feltételeket biztosítsa, így sportolási, testnevelési, szórakozási lehetőségeket nyújtson. A Debreceni Egyetem vezetése felismerte a sportban rejlő lehetőségeket, így stratégiájában ennek kiemelt szerepet szánt. A kapcsolódó célok elérése érdekében az egyetem önálló sportstratégiai tervet is készített, amely természetesen igyekszik kihasználni a rendszerben rejlő szinergiákat a célok elérése érdekében.

A DE sportstratégiájában a következő célokat fogalmazta meg:

- egészséges életmódhoz szükséges feltételek kialakítása
- testnevelés tanórai kötelezettségek sokoldalú kielégítése
- mozgásigény kielégítés
- egyetem hírnevének sporton keresztüli öregbítése

A stratégia megfelelő implementációja esetén a hallgatók testnevelési foglalkozásai, az egyetemi polgárok szabadidős és versenysport lehetőségei dinamikusan fejlődnek. Ezt biztosítja a DE sportinfrastruktúrája, melyre jellemző a létesítmények gazdaságos működtetése és megóvása, valamint folyamatosan megújulása és fejlesztése. Az élsport területén versenyző csapatok működtetését az egyetem és a város egyezteteti, így az ebben rejlő PR lehetőségek hatékony és sokoldalú kihasználása érhető el. A szabadidősport szolgáltatások pedig hozzájárulnak ahhoz, hogy az egyetemi és városi polgárok életmódja egészségesebbé váljon, valamint erősödjön kötődésük az intézményhez és a településhez.

Az egyetemi sportstratégiában meghatározták a célok elérése érdekében elvégzendő, kapcsolódó feladatokat:

- létesítmények üzemeltetése, fejlesztése
- sporttudományi képzések, kutatások, egyéb szakmai oktatás
- szakszövetségi versenysportok
- tantervi testnevelés
- szabadidősporthoz kapcsolódó tevékenység
- egyetemek közötti bajnokságok

A feladatok elvégzését az egyetemhez tartozó Sporttudományi Koordinációs Intézet, a DEAC Sportegyesület, a DEAC Sport Kft (szövetségi versenysport) és a Kancellária (létesítmények üzemeltetése) biztosítja.

4.2. A Debreceni Egyetem külső, belső adottságainak elemzése

4.2.1. Külső (makro-) környezet vizsgálata

Egy szervezetre közvetett hatást gyakorol az általános, vagy makro környezet, amelynek a részletes ismerete elengedhetetlen a tartós fennmaradáshoz. Ez általában az a politikai, nemzetgazdasági, társadalmi, technológiai környezet, ahol a szervezet tevékenységét végzi. A

külső környezet elemzését a PEST(EL) analízissel célszerű elvégezni. A különböző tényezők különböző mértékű hatást fejtenek ki a szervezetre, így sorrendjüket az általam vélt prioritások, hatásuk szerint állítottam össze.

Politikai és Jogi környezet:

A magyar alkotmány garantálja, hogy mindenkinek joga van a testi, lelki egészséghez. A magyar kormányzat az utóbbi két évtizedben különösen nagy figyelmet fordított a egészségmegőrző sporttevékenység támogatására. Ezt igazolják a sporttörvények. Jelenleg a 2011 évi CLXXII. Törvény a sportról hatályos. Mivel egyetemet vizsgálok ezért mérvadó a 2011. évi CCIV. törvény a nemzeti felsőoktatásról. Az egyetemi sport keretét általában sportegyesület adja, ezért figyelembe kell venni a 1989.évi II. törvényt az egyesülési jogról és a 2011. évi CLXXV. Civil törvényt. A kormányzat sporttámogató magatartását több adótörvény is bizonyítja, a felsőoktatást érintően 2010-ben változtak meg az adótörvények úgy, hogy kedvezzenek az egyetemi sport fejlesztésének.- *Összegezve hazánkban politikai, jogi oldalról egyértelműen támogatást élvez a sport.*

Gazdasági környezet:

A gazdasági rendszert a nemzetgazdaság mindenkori állapota jellemzi. A gazdasági növekedés, az infláció, a munkanélküliség, az állami költségvetés helyzete, a kamatlábak, az adóterhek, stb határozzák ezt meg. A gazdasági környezet jellemzésére a bruttó hazai termék (GDP) mutatót választom, amelyet Magyarországon az utóbbi években növekedési tendencia jellemez, az egy főre jutó GDP 2017-ben: 14.224 USD. Ennek következtében a háztartások jövedelmei is hasonlóképpen alakulnak, ami együtt jár a vásárlóerő növekedésével. Ehhez hozzájárul még a munkanélküliségi ráta csökkenése, amely a Központi Statisztikai Hivatal (KSH) legfrissebb adatai szerint (2018. 06-08) 3,7 %-on áll. A sportágazat globálisan egyre nagyobb gazdasági súlya tesz szert, és ez egyre inkább Magyarországon is tapasztalható. – *Összegezve a gazdasági környezet megfelelő a sportfogyasztás növekedéséhez.*

Társadalmi, kulturális környezet:

Magyarország népessége a 80'-as évek óta folyamatosan csökken. Több más tényező mellett a népesség csökkenésre is visszavezethető a felsőoktatásba érkező és tanuló hallgatók számának csökkenése. A hallgatói létszám csökkenése a 2000-es évek elején indult el. A népesség fogyása tehát kockázati tényezőként értelmezhető.

A magyar lakosság életminőségének javulása ellenben lehetőségként értelmezhető, hiszen országunkban egyre több és egyre könnyebben elérhető szórakozási, kulturális lehetőségek, művelődési és oktatási lehetőségek jelennek meg (a gazdasági növekedés velejárójaként). Ezen felül az ország internetellátottság terén is jól teljesít, amely újabb kapukat nyit meg az említett lehetőségek kihasználására.

Sport tekintetében meghatározó tényező az egyre népszerűbb egészségtudatos magatartás (főleg a fiatalabb generációk körében). Az Eurobarométer 2014 felmérés szerint még nem érjük el az uniós átlagot (41%), de a hazai statisztikai adatok javulást mutatnak, hiszen 2009-hez képest 2014-re a fizikailag inaktív társadalom aránya 9%-kal csökkent, illetve a mindennap sportoló lakosság aránya megtriplázódott, és eléri a 39%-t (Ács,2017). A magyar egészségügy túlterhelt rendszerére is pozitívan hathat a lakosság sportolása, hiszen kimutatták a fizikai aktivitás egészségmegőrző és prevenciók hatását, illetve annak állami költség megtakarítási vonzatát. (Ács és munkatársai (2011) szerint amennyiben a fizikai inaktivitás 10%-kal csökkenne, abban az esetben évente átlagosan 9,1 milliárd forint elméleti költségmegtakarítást indukálna az Országos Egészségügyi Pénztár kasszájában, csak azon betegségtípusok és szövődményeik tekintetében, melyek legszorosabb korrelációt mutatták a fizikai inaktivitással.

A táppénz megtakarítások vonatkozásában évente több, mint 1,8 milliárd forintot lehetne „spórolni” azáltal, hogy a 77%-os fizikai inaktivitás csökkentenénk 10%-kal.)

Végül, de nem utolsó sorban meg kell említeni, hogy a magyarok hazai versenysport-fogyasztási/passzív sportfogyasztási szokásait sajnos az utóbbi évtizedekben szinte módszeresen lerombolta a látvány-csapatsportokban a nemzetközitől elmaradó hazai sportteljesítmény, illetve a sportsajtó. A magyar azonban sportszerető nép, amit már sokszor bizonyított (EB2016, Olimpiák, FINA), különösen ha saját képviselőiről van szó, így ilyen téren is pozitív várakozások jellemezhetik a jövőt.

Technológia környezet:

Kormányzati és EU-s fejlesztési politikának köszönhetően az infrastruktúra fejlesztés sport szempontjából rendkívül kedvező helyzetben van Magyarországon. A sportinfrastruktúra fejlesztési szándék szemléltetésére a legjobb példa a magyar kormány stadionfejlesztési programja, melynek keretében 32 stadiont építenek 4 év alatt és erre 220 milliárd forintot áldoznak. A Debreceni Egyetem az utóbbi évek folyamatos fejlesztési törekvései és áldozatos munka árán fejlett sportinfrastruktúrával rendelkezik, amely rendkívülinek számít magyar közegben. A sporthoz kapcsolódóan az egyetem számos sportpályát, sportcsarnokot, továbbá sportdiagnosztika és fitneszközpontot is fenntart az egyetemi és városi polgárság kiszolgálása érdekében.

4.2.2. Egyetemi belső adottságok vizsgálata

A Debreceni Egyetem a hazai felsőoktatási sportban kiemelkedő helyet foglal el, mivel az egyetem rendelkezik az egyik legfejlettebb infrastruktúrával az ország felsőoktatási intézményei között, valamint szolgáltatások terén is kiemelkedő és komplex palettát nyújt, nemcsak az egyetemi polgároknak. Az egyetem egyik fókuszterülete az egészségipar, melynek része a sportszolgáltatás is, mivel a fizikai aktivitás életünkben egészségmegőrző és prevenciós szerepet tölt be.

A sokrétű szolgáltatási palettát és infrastruktúrát vizsgálatom során egészében és nem külön-külön elemekként igyekszem bemutatni. A sport vonatkozásában az egyetemet, mint szabadidő- és versenysport-szolgáltatót vizsgálom. Szabadidős sportszolgáltatások célcsoportja az egyetemi polgárság és városi lakosság. A Debreceni Egyetem Atlétikai Club a utánpótlásnevelés mellett versenysporthoz kapcsolódó szolgáltatásokat és feladatokat lát el. Az egyetemi működtetésű Sportdiagnosztikai, Életmód- és Terápiás Központ (SET) és az UNIFIT fitneszterem a szabadidősport, egészségmegőrzéshez és -fejlesztéshez kapcsolódó szolgáltatásokat végez üzleti alapon.

Ezen felül fontosnak tartom megemlíteni az egyetemi sportrendszer kiszolgáló legfontosabb létesítményeket:

- a Dóczy utcai Sporttelep és a Böszörményi úti campus sportlétesítményei, ahol számos sportág utánpótlásnevelése és elsőosztályú csapatok versenyeztetése zajlik;
- a Nagyerdei Stadion, ahol a SET központ és az UNIFIT működik néhány percre az egyetem főépületétől található;
- a Debreceni Sportcentrum gondozásában lévő, de a DEAC elsőosztályú kosárlabda csapatnak otthont adó Oláh Gábor utcai Sportcsarnok és a Debreceni Jégcsarnok, amely az első osztályú DEAC jégkorong szakosztály otthona.

Az egyetem adottságainak vizsgálatát a sportszolgáltatások sokrétű és kiterjedt rendszerre miatt SWOT analízissel készítettem el.

1. táblázat: A Debreceni Egyetem sportstratégiájának SWOT analízise
Table 1. SWOT analyse of the Sport Strategy in the University of Debrecen

B E L S Ő	Erősségek:	Gyengeségek:
	<ul style="list-style-type: none"> • Fejlett infrastruktúra • Vezető szerep a hazai felsőoktatási intézmények között • Nagy egyetemi polgárság • Cívus lokálpatrióta közösség • Egymáshoz kapcsolódó, egymást kiegészítő szolgáltatások • Elsősztályú élsport csapatok (Jégkorong, Kosárlabda, Futsal, stb) • Saját utánpótlásnevelés 	<ul style="list-style-type: none"> • Sportpályák túltelítettsége • GDPR-szabályzatok, a komplex adatgyűjtést és értékelést nehezíti • Az egyetemi campusok területileg elkülönülnek a város különböző pontjain • Nem rendelkezik saját csarnok(ok)-kal, amely(ek) alkalmas(ak) nagyobb nézőszámú közönség befogadására • Szakszövetségi versenysport számára bérelt csarnokok területileg szétszórtan helyezkednek el (Debreceni Jégcsarnok, Oláh Gábor utcai Sportcsarnok) • Szinergiák nem megfelelő szintű kihasználása
K Ü L S Ő	Lehetőségek:	Veszélyek:
	<ul style="list-style-type: none"> • További infrastrukturális fejlesztések • Trend(i) az egészségtudatos magatartás • Támogató állam és önkormányzat • Komplex szabadidősport szolgáltatás • Stabilizálni a versenysport csapatokat a top ligákban • Egységes, kapcsolódó nyilvántartási rendszer kifejlesztése • Identitástudat kialakítása, fejlesztése/közösségépítés • Vezető szerep a hazai sportkultúra formálásában 	<ul style="list-style-type: none"> • Versenysportköltségek növekedése • Finanszírozási rendszer • Politikai fókuszváltás • Gazdasági válság

Forrás: saját szerkesztés

5. Következtetések, összefoglalás

A SWOT analízis rámutat, hogy a PEST(EL) analízisben megállapított tényezők és az egyetemi adottságok megfelelő alapot szolgáltatnak a debreceni sportéletnek.

Az állam az eddigiekben és a továbbiakban is megbízható partnere az egyetem sportinfrastrukturális fejlesztéseinek, melynek egy bizonyítéka az egyetem új teniszközpontjának alapkövetéle, amelynek 860 millió forintos költségéből 31% állami támogatásból valósul meg (https://hirek.unideb.hu/hu/hir/20181025_leraktak-teniszkozpont-alapkovet).

Az önkormányzattal közösen lehetőséget teremtett az egyetem a DEAC színeiben játszó, több látványsport csapat számára (jégkorong és kosárlabda), hogy első osztályban küzdhessenek meg az egyetem és a város hírnevének öregbítéséért. A két kirakatcsapat mellett az egyetem több kiemelkedő teljesítményű látványsport csapatot is fenntart, a fekete-fehér

DEAC-ban, ilyen a futsal (NBI), a férfi kézilabda (NBI/B), a röplabda (NBI), a labdarúgás (NBIII). A látványsportok a megfelelő befogadó képességű létesítményekben, az egyetemi polgárok és a civis lakosság számára is lehetőséget nyújtanak egy debreceni identitástudatú közösség kialakításához, fejlesztéséhez.

Az egyetemi szabadidős sporttevékenység kínálata városi és egyetemi polgárok, felnőtt és utánpótlás korú sportolóknak egyedülálló, személyre szabott, költséghatékony és minden igényt kielégítő szolgáltatást biztosít.

Azzal, hogy az egyetem saját preferenciái által vezérelve sok évvel ezelőtt nagy hangsúlyt fektetett a sportra, napjainkra hazánkban mások számára példává, jó gyakorlattá vált. Az egyetemi sportvezetés a tapasztalatok megosztásával, a sport iránti elkötelezettség átadásával nem csak felsőoktatási, hanem országos szinten is a sportkultúra formálásában vezető szereplővé vált.

Miközben az egyetem elsősorban az egyetemi polgárokra támaszkodik, addig a versenysport szolgáltatásait a város különböző szétszórt területi pontjain nyújtja (D. Sportcentrum csarnokok). Ez egyrészt elérési nehézséget jelent az egyetemi polgárok számára, másrésztől azonban nyitást a városi lakosság felé, hiszen így ők is magukénak érezhetik az egyetemi sportklubot.

Az egyetemi versenysport csapatoknak igyekezniük kell a versenysportban rejlő gazdasági lehetőségeket kiaknázni, a finanszírozási kockázatok elkerülése érdekében.

Az elvégzett SWOT analízis alapján megállapítható, hogy az egyetem stratégia céljaival párhuzamosan, megegyezően alakultak ki az erősségek és a lehetőségek. A gyengések és veszélyek pedig, az egyetem által nagyrészt nem befolyásolható tényezőkből adódnak.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bácsné B.É. (2015): Sportszervezetek környezete. In: (Szerk. Bácsné B. É.) Sportszervezetek vezetése és szervezeti felépítése. Campus Kiadó, Debrecen
- Barakonyi K. (2011): Stratégiai tervezés. Nemzedékek Tudása Tankönyvkiadó, Budapest
- Chikán A. (1989): Vállalatgazdaságtan. MKKE, Budapest
- Collins R. "Is there a better way to analyse the business environment?" (PDF) (2018. október 28.)
- Dobák M. (2002): Szervezeti formák és vezetés. KJK-KERSZÖV Jogi és Üzleti Kiadó Kft, Budapest
- Pénzes I. R. (2011): SWOT analízis. In: Turizmus kutatások módszertana (Szerk. Kempelen Farkas Hallgatói Információs Központ) PTE, Pécs

A MUNKAHELYI JÓLLÉT FELTÉTELEI

FACTORS OF WORKPLACE WELL-BEING

BÁCSNÉ BÁBA ÉVA egyetemi docens
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
PFAU CHRISTA egyetemi adjunktus
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
GABNAI ZOLTÁN tudományos segédmunkatárs
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
PETŐ KÁROLY egyetemi tanár
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

Nowadays, more and more new solutions are being created to make the employees feel their best in their workplace. We can find work-, family-, disability- and even dog-friendly jobs. However, these improvements in working conditions are not ergonomic in nature, but are aimed at ensuring that the workplace provides psychological well-being to workers. Based on the results of employee surveys, employers assume that good or better psychological and mental status is also rewarding for the company, as it can result in an increase in organizational performance, efficiency, and productivity. This assumption is confirmed by psychological and management literature. The aim of our study is to provide a comprehensive overview of the well-being at work, focusing on the factors that may have an impact on the well-being of employees at the workplace.

1. Bevezetés

Napjainkban egyre újabb és újabb megoldások születnek annak érdekében, hogy a munkavállalók a lehető legjobban érezzék magukat munkahelyükön. Találhatunk dolgozó-, család-, fogyatékos-, sőt még kutyabarát munkahelyeket is. Ezek a munkakörülmény-fejlesztések azonban nem ergonómiai jellegűek, sokkal inkább arra irányulnak, hogy a munkahely a dolgozók pszichés jóllétét biztosítsa. A munkaadók munkavállalókkal készített felmérések eredményei alapján feltételezik, hogy a jó, vagy jobb pszichés, mentális állapot a vállalat számára is kifizetődő, hiszen a dolgozói, és ennek révén a szervezeti teljesítmény, hatékonyság, termelékenység növekedését eredményezheti. Ezt a feltételezést a pszichológiai és a menedzsment irodalom is megerősíti. Tanulmányunk célja a munkahelyi jóllét feltételeinek feltérképezése. Ezt a korábbi témához illeszkedő, azt előkészítő kutatások eredményeinek áttekintésével kívánjuk elérni. Szekunder kutatásunkat a jóllét fogalmának meghatározásával indítjuk.

A WHO egészség definíciójában (1946) a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota az egészséget jelenti. Azaz az egyén akkor egészséges, ha az életműködései az adott környezetben kiegyensúlyozottak, a lelki élete harmonikus és a társadalmi környezet vele szemben támasztott elvárásainak meg tud felelni (Dinyáné et al, 2016).

A jóllét meghatározása a pszichológia irodalmában nem egyöntetű: leggyakrabban az elégedettség, a boldogsággal, a pozitív pszichológiai működéssel hozzák összefüggésbe (Deutsch et al., 2015).

Diener és munkatársai (1999) definiálásában a jóllét magába foglalja a boldogságot, az étellel való elégedettséget, a pozitív és a negatív érzelmi tényezőket, és a szituatív (pl. a munkával, a magán étellel, az egészséggel való) elégedettséget.

A jóllét interaktív modellje szerint megkülönböztethetők a jóllét pszichológiai, fizikai, szociális, gazdasági és környezeti dimenziói (Health and Well-being UK; é. n.). A pszichológiai jóllétet a mentális egészség, a fizikai jóllétet a testi működés és a fizikai betegségek kockázata, a szociális jóllétet az emberi (a munkatársakkal, a családdal és a barátokkal való) kapcsolatok minősítik. „A környezeti jóllét arra a környezetre vonatkozik, melyben élünk és dolgozunk. A gazdasági jóllét a rendelkezésünkre álló jövedelem és anyagi helyzet függvénye. Ezek a mikrokörnyezeti tényezők befolyásolják az egyén jóllét-érzetét (pl. kollégákkal való konfliktus, költözés, új munkaeszközök használatának megtanulása), illetve a jóllét szubjektív komponenseit (Deutsch et al., 2015)”.

A mikrokörnyezeti tényezők mellett makrokörnyezeti jelenségek (pl. klímaváltozás Rehman–Maddison 2005; Becchetti et al., 2007; a munkanélküliségi ráta vagy az infláció növekedése Winkelmann–Winkelmann 1998; Di Tella et al. 2001; Becchetti et al. 2006 hivatkozva Deutsch et al., 2015) is befolyással bírhat az egyén jóllét érzésére.

2. Szakirodalmi áttekintés

A jóllét-kutatásokat az elégedettség-, az életminőség-és a stresszkutatások előzték meg, amelyek eredményei megfelelő alapot szolgáltatottak a jóllét szélesebb körű vizsgálatához is (Warr 2007; Spector 1997; Robertson–Taylor 2008 idézi Szombathelyi, 2012).

2.1. A munkahelyi stressz-kutatások

A munkahelyi stressz-kutatások a fogalom definiálására, a munkahelyi stressz forrásaira, illetve a munkahelyi stressz dolgozókra és a szervezetre kifejtett hatásaira fókuszáltak.

„A munkahelyi stresszet a munka, a munkahelyi környezet, a munkaszervezet ártalmas, kellemetlen jellegre adott érzelmi, kognitív, viselkedéses és élettani válaszként definiálja Levi és Levi (2000)”. A jelenséget „az arousal magas szintje, a distressz és gyakran a megküzdési képtelenség jellemezi”(Levi–Levi, 2000).

Houtman és munkatársai (2007) megfogalmazásában a „munkahelyi stressz egyfajta fiziológiai, érzelmi, kognitív és viselkedéses mintázat, mely reakcióként jelenik meg a munka tartalmának, magának a szervezetnek, vagy a munkakörnyezetnek bizonyos megterhelő összetevőire”.

Bagdy (2008) a stressz folyamatának négy elemeként a következőket azonosítja be:

- stresszor, ami mindig valamilyen „terhelés”: külső vagy belső tényező, ami előidézi a folyamat beindulását;
- értékelés, amely különbséget tesz ártalmas, rossz és kellemes, jó dolgok közt, minősíti a történést annak fontossága és jelentősége szerint;
- megküzdési folyamatok, hogy kontrollálni tudja a folyamatokat;
- eredmény, amit előidézett a személyiségben (testi, lelki, kapcsolati szinteken).

Az 1. táblázat foglalja össze, hogy a stresszkutatások munkahelyi stresszorként milyen tényezőket tártak fel.

1. táblázat. Munkahelyi stresszorok

Szerző	Munkahelyi stresszor
Karasek, 1979	túlzott munkahelyi megterhelés mellett a dolgozónak nincs lehetősége munkakörülményeinek befolyásolására
Siegrist, 1996	a munkahelyen kifejtett erőfeszítés és az ezért kapott jutalmazás nem megfelelő arányából is
Baker, 1985 Kristof, 1996	a lehetőségek és igények, illetve a követelmények és képességek nem illeszkednek

Forrás: Szombathelyi, 2012 alapján saját szerkesztés

A 2. táblázat a munkahelyi stressz negatív hatásait feltáró kutatások eredményét mutatja be.

2. táblázat. A munkahelyi stressz negatív hatásai

Szerző	Egyéni hatás	Szervezeti hatás
Watson, Clark, 1984	negatív affektivitásra való hajlam	
Siegrist, 1996 Karasek–Theorell, 1990 Moorman, 1991 Salavecz, 2008	negatív egészségügyi következmények szív- és érrendszeri megbetegedések	
Houtman et al., 2007	versengő karakter, túlzott elkötelezettség vagy az önbizalom hiánya	feszített munkatempó, időbeli nyomás; a kontroll hiánya; a vezetők illetve a kollégák támogatásának a hiánya, az előrelépés és karrier lehetőség hiánya; a munka bizonytalansága; hosszú munkaórák; alacsony jövedelem; szexuális vagy pszichológiai zaklatás; a munka és a magánélet egyensúlyának hiánya

Forrás: Szombathelyi, 2012 és Deutsch et al., 2015 alapján saját szerkesztés

A munkahelyi stresszel való megküzdés egyénenként különbözhet, hiszen személyes jellemzők pl. a személy szívóssága (Kobasa–Maddi–Kahn 1982), a személyiség általános beállítottsága, optimizmusa/pesszimizmusa (Bagdy 2008) és énhatékonysága (Bandura, 1977) is befolyásolhatja (Deutsch et al., 2015).

A stressz negatív hatásai miatt, a jóllét a stressz hiányaként is értelmezhető (Baxter és mtsai, 2009). „Dewe és Kompier (2008) a jóllétet kettős polaritásúnak tartják. A pozitív póluson a jóllét állapotára jellemző, hogy a személy élete kihívásokkal van tele, kreativitását használni tudja, jó munkahelyi kapcsolatokat ápol, identitást kölcsönöz a munkából, azt értelemtelinek látja, és ki tud teljesedni benne. Mindehhez az elégedettség érzésén keresztül vezet az út. Ezzel szemben a negatív póluson a jóllét hiányával jellemezhető személy ideges, irritábilis, szorongó,

türelmetlen, vagy fáradt lehet, mindemellett rossz táplálkozás, alvászavarok és mozgásszegény életmód is jellemezheti. Ez az állapot a fenti szerzők szerint stressz hatására következik be, tehát stressz és jóllét kapcsolatáról az mondható el, hogy a jóllét hiánya a stressz következményeként áll elő (Dewe,-Kompier, 2008 idézi Szombathelyi, 2012).

2.2.Munkahelyi elégedettség

A stresszkutatásokkal egyidőben – az 1930-as években - munkahelyi elégedettségre vonatkozó vizsgálatok is indultak, melyek a munkahelyi elégedettség és a teljesítmény kapcsolatát elemezték (Roethlisberger-Dickson, 1939 idézi Szombathelyi, 2012). Ez a későbbiekben is központi kutatási kérdés maradt.

A további kutatásokban a munkahelyi elégedettség affektív aspektusait emelték ki (Spector, 1997; Robertson és Taylor, 2008). Azaz, arra keresték a választ, hogy a dolgozó miért szereti (elégedett), vagy nem szereti (elégedetlen) a munkáját (Spector, 1997; Faragher et al. 2005).

A munkahelyi elégedettség kognitív oldalának elemzésekor, azt a munka iránt tanúsított attitűdként vizsgálták (Hunt et al, 1985). Azt, hogy a munkakörnyezet mennyire elégíti ki az egyén szükségleteit ezen attitűd értékelő elemeként azonosította Lock (1976). Lease (1998) a munkahelyi elégedettség attitűdjének affektív elemeként írja le a dolgozó érzelmi viszonyulását a munkájához, munkaszerepéhez.

A munkahelyi elégedettség vizsgálata a munkapszichológia egyik leggyakrabban tanulmányozott kérdése lett (Mitchell-Lasan, 1987). A 3. táblázat tartalmazza a munkahelyi elégedettséget meghatározó tényezőket a munkapszichológiai kutatások tükrében.

3. táblázat A munkahelyi elégedettséget meghatározó tényezők

	munkahelyi elégedettség meghatározói
Arvey et al., 1976	a célok tisztaságát, az autonómiát és a részvétel lehetőségét a célok tervezésében
Jawahar, 2006	a munkáról kapott megfelelő visszajelzés
Vlosky-Aguilar, 2009	a munka stabilitása, kiszámíthatósága
Luthans, 1998	a munka maga
Hall-Lawler, 1970 (idézi Cummings,-Bigelow, 1976).	kihívást nyújtó munkafeladatok megléte

Forrás: Szombathelyi, 2012 alapján saját szerkesztés

Az egyén munkahelyi elégedettségét Klein (2001) szerint egyéni tényezők befolyásolják, úgy, mint az életkor, az egészségi állapot, egyéni céljai stb.

A munkával való elégedettség alapján Gazioglu és Tansel, 2002 szerint bejósolható a dolgozó esetleges kilépési szándéka.

Többen megállapítják, hogy szoros kapcsolat van a munkahelyi elégedettség és a jóllét között (Warr, 1987; Tait et al. 1989; Diener et al., 1999; Diaz-Serrano, Cabral Vieira, 2005; Dewe és Kompier, 2008 idézi Szombathelyi, 2012).

2.3. A munkahelyi életminőség

Az életminőséget az 1950-es évektől vizsgálták. Az időskori életminőséget a '60-as évek (Veenhoven,2007) a lakossági életminőséget a '70-es évek (Andrews és Withey, 1976) a betegek életminőségét a '80-as évek (Clark és Bowling, 1990) kutatásai analizálták (idézi Szombathy, 2012).

A munkahelyi életminőség mérése a XXI. század egyik sláger kutatási területe (Liang és Luo, 2002; Requena; 2003; Vasková és Kroupa, 2007; Warr (2007) Rethinam és Ismail, 2008).

Rethinam és Ismail (2008) szerint a munkahelyi életminőség számos tényezővel áll kapcsolatban, köztük a munkahelyi elégedettséggel, az elkötelezettséggel, a motivációval, a teljesítménnyel, a biztonsággal, a kompetencia-fejlesztéssel, a munka és magánélet egyensúlyával és a jólléttel is.

Warr (2007) kiemeli, hogy az életminőség kutatások hasonló tényezőkre fókuszálnak, mint a szubjektív jóllét-kutatások. Hangsúlyozza, hogy az életminőségi kutatások első sorban a munkával kapcsolatos kognitív értékelésre támaszkodnak, szemben a jóllét kutatásokkal, melyek az affektív szempontot részesítik előnyben. Valamint az életminőség inkább hosszútávon, a szubjektív jóllét pedig középtávon jellemezheti az egyént.

2. 4. A munkahelyi jóllét

A munkahelyi jóllét meghatározásakor a szerzők az általános jóllét fogalmából indultak ki. Ezért hasonló komponenseket emelnek ki, mint az „általános” jóllét kutatások. Ezért ezt a témát a munkahelyi elégedettség mérési eljárásainak oldaláról mutatjuk be.

Sokáig a munkahelyi elégedettség értékelésének egyik legkedveltebb módszere Herzberg kétfaktoros modellje (Herzberg, 1966; Herzberg et al., 1959) volt. Herzberg a munkatényezőket higiénés és a motivátor tényezőkre bontotta könyvelők és mérnökök körében végzett kutatásai eredményeként, amelyben azt vizsgálta, mely esetekben volt különösen jó, vagy különösen rossz közérzetük a munkájukkal kapcsolatban. A jó közérzetet okozó tényezők körébe a szakmai fejlődéssel, a megbecsüléssel kapcsolatos, „motivátor” faktorok kerültek. A rossz közérzetet indukáló tényezők elsősorban a munkakörülményekkel (hiányos munkafeltételek, fizetés, rossz légkör, gyenge vezetés stb.) voltak kapcsolatosak. Herzberg ezeket higiénés tényezőknél nevezte. „Herzberg szerint tehát a megelégedettség és az elégedetlenség élményéhez vezető munkahelyi tényezők jól elkülönülnek. Az előzőt a pszichés fejlődés és az önbecsülés növekedésének lehetősége, az utóbbit a jó fizikai és társas környezet, a megfelelő vezetés, a méltányos fizetés stb. válthatja ki (Kovács, 2010). A modellt később többen bírálták, maga a szerző többször módosította is, bár a két faktor elkülönülése továbbra is megmaradt.

A mai szakirodalom a munkahelyi jóllét modelljei és mérési eljárásai közül a következőket emeli ki:

1. Warr: Vitamin-modell (Warr, 2007; 2009),
2. Burnout modell (Maslach és Jackson, 1981; Maslach és mtsai, 2009),
3. Munkahelyi kontroll-jutalom modell (Siegrist, 1996, 2009),
4. ASSET-modell (Johnson, 2009) (Kovács, 2010).

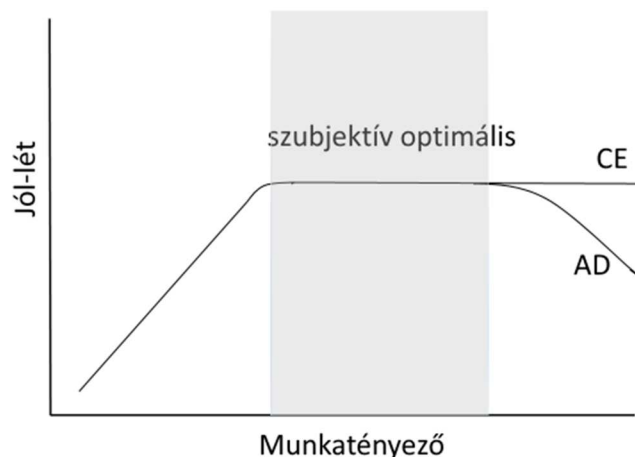
Ezek közül Warr ún. vitamin modelljét ismertetjük. Warr (1987, 2007) is munkahelyi tényezők differenciálását tűzte ki célul. A modellben ezeket a munkatényezőket vitaminok működésével jellemzi. Vannak olyan munkatényezők, melyek nagy dózisban „mérgezővé”

válnak, akárcsak egyes vitaminok (A,D). Illetve vannak olyan munkafunkciók/vitaminok, melyek nem adagolhatóak túl, nagy mennyiségben sem mérgezőek (C,E). Ezeket megfelelő arányban és mértékben alkalmazva jutathatóak el a dolgozók a „boldogsághoz”.

A 12 munkatényező a következő:

1. kontroll,
2. lehetőség a készségek használatára,
3. a külső környezetből fakadó célok,
4. változatosság,
5. a környezet egyértelműsége,
6. másokkal való kapcsolat,
7. jövedelem,
8. fizikai biztonság,
9. társas pozíció,
10. támogató vezetés,
11. karrier-lehetőség,
12. méltányosság

1. ábra. A vitamin analógia: a munkatényezők és a jóllét kapcsolatai



Jelmagyarázat: javasolt további csökkenés (AD) állandó hatás (CE)

Forrás: Meyerding, 2015

Warr (2007) vitaminmodellje az 1. ábrán látható. A munkatényezők első típusa inverz U-alakú görbét mutat. Ezen tényezők alacsony szintjeinél az elégedettség is alacsony, és növekszik, amikor a tényező szintje nő. A szubjektív optimális szint elérése után azonban a munkatényező-vitamin mérgezővé válik, és további növekedése a jóllét csökkenéséhez vezet (AD). Az 1. ábrán látható, hogy ezen munkatényezők mérsékelt szinten tartása vezet el a dolgozók boldogságának „szubjektív optimumához”. Az optimális szint elérését egyéni preferenciák, azaz belső tényezők határozzák meg. A munkatényezők másik csoportjába olyan külső faktorok tartoznak, mint a fizetés. Ezen tényezők alacsony szintjeinél az elégedettség is alacsony, és növekszik, ahogyan a tényező szintje nő. A mérsékelt szinten (szubjektív optimális szinten) túl a marginális hasznosság csökken (állandó hatás (CE)). Ezek a munkatényező-vitaminok nem válnak mérgezővé nagyon magas szinten sem, de a szubjektív jóllétre gyakorolt további hatásuk (beleértve a munkahelyi elégedettséget) nagyon kicsi, majdnem nulla.

A nagyobb dózisban „mérgező” munkatényező csoportjába a munka változatossága, az ellenőrzés mértéke, a szükséges készségek mennyisége, az interperszonális kapcsolatok mértéke került, míg a mérgezést kiváltani nem tudó tényezők közé a fizetés, fizikai biztonság, szociális pozíció.

4. táblázat. A jóllét és a munkatényezők kapcsolata

Szerző	Munkatényező, ami kapcsolatban áll a jólléttel
Wright-Cropanzano, 2000	a munkaképesség szintje munkahelyi elégedettség munkateljesítmény
Donald et al., 2005	munkavállalói termelékenység
Harter et al., 2002	a munkavállalói elkötelezettség
Harter et al., 2003	ügyfél-elégedettséget, a termelékenységet, a jövedelmezőséget, a munkavállalói forgalmat és a betegség / távollét szintjét
Lyubomirsky et al., 2005	számos pozitív élet és karrier kimenetel

Forrás: Robertson et al., 2012 alapján saját szerkesztés

Harter és munkatársai (2003) azt is feltárták, hogy a munkaerő pszichológiai jólléte nemcsak a munkavállalók teljesítményét javíthatja, de sokkal szélesebb körű szervezeti eredményekhez vezethet, mint például az ügyfél-elégedettség növekedése, vagy a munkavállalói fluktuáció csökkenése. A magas jólléti szinttel rendelkező alkalmazottak pozitívabb viselkedésének beigazolódása, illetve ennek pozitív szervezeti következményei további jólléti fejlesztéseket indukálhatnak a munkahelyeken (Madarász-Bácsné, 2016, Bácsné et al., 2017).

Összegzés

Tanulmányunkban feltételeztük, hogy a jó pszichés, mentális állapot a vállalat számára is kifizetődő, hiszen a dolgozói, és ennek révén a szervezeti teljesítmény, hatékonyság, termelékenység növekedését eredményezheti. Ezt a feltételezést a pszichológiai és a menedzsment irodalom is megerősíti. A korábbi munkahelyi jóllét kutatások áttekintő jellegű bemutatásával az volt a célunk, hogy a korábbi vizsgálatok eredményei alapján összegyűjtsük azokat a tényezőket, melyek befolyással lehetnek a munkavállalók munkahelyi jóllétére. A munkahelyi stressz-, elégedettség-, és jóllét kutatások áttekintése valóban meggyőzően igazolja a munkahelyi jóllét fejlesztésének indokoltságát.

A publikáció elkészítését a GINOP-2.3.2-15-2016-00062; Életminőség fejlesztése Kelet-Magyarországon: Táplálkozás-, teljesítménybiológiai és biotechnológiai experimentális kutatások és eszközfejlesztések a humán megbetegedések megelőzésére és kezelésére számú projekt támogatta.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Arvey R. D., Dewhirst, H. D., Boling J. C. (1976): Relationships between goal clarity, participation in goalsetting, and personality characteristics on job satisfaction in a scientific organization. *Journal of Applied Psychology*, 61 (1). pp.103–105.

- Bácsné, Bába É.; Szabados Gy. N.; Madarász T. (2017): Munkavállalók fizikai állapot felmérésének tapasztalatai a kkv. szektorban. Taylor Gazdálkodás és szervezéstudományi Folyóirat. A Virtuális Intézet Közép-Európa kutatására Közleményei 2017/2 : 28 pp. 179-187. 9. p.
- Bagdy E. (2008): Pszichofitness – kacagás, kocogás, lazítás. Animula, Budapest.
- Bandura A. (1977): Self efficiency: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84. pp. 191–215.
- Baxter S.; Herrmann K.; Pickvance S.; Goyder E.; Chilcott J. (2009): Mental wellbeing through productive and healthy working conditions (promoting well-being at work). *SCHARR Public Health Evidence Report 3.1*.
- Cummings, T. G.; Bigelow, J. (1976): Satisfaction, job involvement, and intrinsic motivation: An extension of Lawler and Hall's factor analysis. *Journal of Applied Psychology*, 61(4), pp. 523-525.
- Deutsch Sz.; Fejes E.; Kun Á.; Medvés D. (2015): Jólétet meghatározó tényezők vizsgálata egészségügyi szakdolgozók körében. *Alkalmazott pszichológia* 2015, 15(2) pp. 49–71
- Dewe P.; Kompier M. (2008): Foresight Mental Capital and Well-being Project Well-being and work: future challenges. The Government Office for Science, London
- Diener, E.; Suh E.; Lucas R. E.; Smith H. (1999): Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125. pp. 276–302.
- Dinyáné, Szabó M.; Pusztai, Gabriella (2016): Az Egészségügyi Világszervezet ötételes jól-lét kérdőívének vizsgálata a Semmelweis Egyetem elsőéves hallgatóinak körében. *Orvosi Hetilap* 157: 44 pp. 1762-1768. , 7 p.
- Donald I.; Taylor P.; Johnson S.; Cooper C.; Cartwright S.; Robertson, S. (2005): Work environments, stress and productivity: an examination using ASSET. *International Journal of Stress Management*, Vol. 12, pp. 409 - 23.
- Fargher E. B.; Cass M.; Cooper C. L. (2005): The relationship between job satisfaction and health: A meta-analysis. *Occupational Environmental Medicine*, 62. pp. 105–112.
- Gazioglu S.; Tansel A. (2002): Job satisfaction in Britain: Individual and job-related factors. *Economic Research Centre Working Papers in Economics 03/03, 2002.*, Ankara.
- Houtman I.; Jettinghoff K.; Cedillo L. (2007): Raising Awareness of Stress at Work in Developing Countries. *Protecting Workers' Health Series No. 6*.
- Herzberg, F. (1966): *Work and the nature of man*. New York, NY: Thomas Y. Crowell.
- Herzberg, F.; Mausner, B.; Synderman, B. B. (1959): *The motivation to work* (2nd ed.). New York, NY: Wiley.
- Lyubomorsky, S.; King, J.; Diener, E. (2005): The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, Vol. 131, pp. 803 - 55.
- Harter J. K.; Schmidt F.L.; Hayes T.L. (2002): Business unit level outcomes between employee satisfaction, employee engagement and business outcomes: a meta - analysis. *Journal of Applied Psychology*, Vol. 87, pp. 268 - 79.
- Harter J. K.; Schmidt, F.L.; Keyes C.L.M. (2003): Well - being in the workplace and its relationship to business outcomes: a review of the Gallup studies. In Keyes, C.L.M. and Haidt, J. (Eds): *Flourishing, Positive Psychology and the Life Well - lived*. American Psychological Society, Washington, DC, pp. 205 - 24

- Hunt S. D.; Chonko L. B.; Wood V. R. (1985): Organizational commitment and marketing. *Journal of Marketing*, 49 (1). pp. 112–126.
- Jawahar I. M. (2006): Correlates of satisfaction with performance appraisal feedback. *Journal of Labor Research*, 27 (2). pp. 213–236.
- Karasek R. (1979): Job Demands, Job Decision Latitude and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24. pp. 285–304.
- Karasek R. A.; Theorell T. (1990): *Healthy work: Stress, productivity and the reconstruction of working life*. Basic Books, New York.
- Klein S. (2001): *Vezetés- és szervezetpszichológia*. SHL Hungary Kft., Budapest, 2001
- Kobasa S. C.; Maddi S. R.; Kahn S. (1982): Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1). pp. 168–177.
- Kristof A. L. (1996): Person-organization fit: an integrative review of its conceptualizations, measurement and implications. *Personnel Psychology*, 49. pp. 1–49.
- Kovács Z. (2010): A munkavállalás okai és a munkanélküliség következményei. In: *Mentálhigiéné és segítő hivatás. Fejezetek az elmélet és a gyakorlat területeiről*. Szerkesztette: Kiss Enikő Csilla és Sz. Makó Hajnalka. PTE, Pro Pannonia Kiadói Alapítvány. Pécs, 2010. pp. 116-130
- Lease S. (1998): Annual review, 1993–1997: Work attitudes and outcomes. *J. Vocational Behaviour*, 53 (2). pp. 154–183.
- Levi L.; Levi I. (2000): Guidance on work related stress: Spice of life or kiss of death. European Commission, Luxemburg. <https://searchworks.stanford.edu/view/4365317> (2018.02.05)
- Liang W. M.; Luo H.W. (2002): Effects of Workplace Conditions on Taiwanese Workers Quality of Life. *Mid. Taiwan J. Med* 7. pp. 206–214
- Madarász T.; Bácsné Bába É. (2016): Survey on the Employees' Fitness Condition and the Employers' Health Preservation Possibilities in Case of Small and Medium-sized Enterprises. *SEA: PRACTICAL APPLICATION OF SCIENCE IV : 2 (11)* pp. 205-212. , 8 p.
- Luthans F. (1998): *Organizational Behaviour* (8th ed.). Irwin McGraw-Hill, Boston
- Mitchell T. R.; Lasan J.R. (1987): *People in Organization* (3rd ed.). McGraw-Hill, New York.
- Moorman R. H. (1991): Relationship between organizational justice and organizational citizenship behaviors: do fairness perceptions influence employee citizenship? *Journal of Applied Psychology*, 76(6). pp. 845–855.
- Rethinem G. S.; Ismail M. (2008): Constructs of Quality of Work Life: A Perspective of Information and Technology Professionals. *European Journal of Social Sciences*, 7, 1.
- Robertson I.T; Birch A.J.; Cooper C.L. (2012): Job and work attitudes, engagement and employee performance: Where does psychological well - being fit in? *Leadership & Organization Development Journal*, Volume: 33 Issue: 3, 2012
- Salavecz Gy. (2011): *A munkahelyi stressz és az egészség összefüggései nemzetközi és haza viszonylatban. Doktori értekezés (kézirat)*. Semmelweis Egyetem, Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola.
- Siegrist J. (1996): Adverse health effects of high effort – low reward conditions at work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1. pp. 27–43.
- Spector P. E. (1997): *Job satisfaction: application, assessment, causes, and consequences*. Sage, London.

Vasková R.; Kruopa R. (2007): Quality of the working life in the Czech Republic. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. <https://www.eurofound.europa.eu/publications/article/2005/quality-of-working-life-in-the-czech-republic> (2019.02.05.)

Vlosky R. P., Aguilar F. X. (2009): A Model of Employee Satisfaction: Gender Differences in Cooperative Extension. *Journal of Extension*, 47, 2.

Job Characteristics and Job Satisfaction: A Test of Warr's

Meyerding S.G.H. (2015): Vitamin Model in German Horticulture. *The Psychologist-Manager Journal* 2015, Vol. 18, No. 2, pp. 86–107

Watson D.; Clark L. A. (1984): Negative Affectivity: The Disposition to Experience Aversive Emotional States. *Psychological Bulletin*, 96. 465–490.

Warr P. (2007): *Work, happiness and unhappiness*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, New Jersey.

Wright, T.A.; Cropanzano, R. (2000): Psychological well - being and job satisfaction as predictors of job performance. *Journal of Occupational Health Psychology*, Vol. 5 No. 1, pp. 84 - 94.

WHO Health Definition. <http://www.who.int/about/defini-tion/en/print.html> (2019.01.11.)

A FORMULA 1 TÁRSADALMI HATÁSAINAK ELEMZÉSE

ANALYSIS OF THE SOCIAL EFFECTS OF THE FORMULA 1

NAGY ADRIÁN SZILÁRD egyetemi docens
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
SZABADOS GYÖRGY NORBERT egyetemi docens
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
SZENDERÁK JÁNOS tanársegéd
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
HARANGI-RÁKOS MÓNICA adjunktus
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

The aim of this article is to investigate several aspects of the different effects caused by technical sports and especially by the Formula 1 World Championship. In the article we completed the analysis with several points of view including environmental, economic, cultural and health aspects as well. In the latest years several changes have been reported from the Formula 1 World Championship in – for example – sponsorship after tobacco commercials became strictly prohibited in most of the countries where the championship organised or broadcasted. As a part of the environmental analysis we completed a seconder source analysis on the environmental effects of the Singapore Grand Prix which is organised on a special hybrid race track mainly using public roads around Marina Bay. On other hand we also investigated the general connection of the sports and the media which caused several changes in some sport regulations and in media law as well.

1. Bevezetés, a témaválasztás indoklása

A Formula 1 autós gyorsasági világbajnokság egyike a világ legismertebb sportbrandjeinek. Az évente átlagosan 20 futamból álló világbajnoki sorozat (Internet1) igen nézett sporteseménynek számít – még úgy is, hogy jellegét tekintve számos ponton különbözik azoktól a sportágaktól, amelyek hobbi szinten is művelhetőek. Jelen tanulmány célja a Formula 1 bemutatása és elemzése a sporthatás, a szociális hatás, a környezeti hatás, a társadalmi tudatváltás, a gazdasági hatás, a kulturális hatás és egyéb hatások szempontjából. A dolgozat célja, hogy szemléltesse: egy technikai sportág is tud olyan hatásokat kiváltani a nézőkre, fogyasztókra és a környezetre nézve, mint amelyet egy hagyományos – nem technikai – sportág képes elérni.

Egy-egy Formula 1 futam lebonyolítása rendkívüli erőfeszítést igényel több ezer embertől, akik mind azért dolgoznak, hogy világszerte – és a versenyhelyszíneken – nézők milliói tölthessék szabadidejüket kellemes szórakozással. További céljuk, hogy egy-egy autóversenyző illetve csapat köré lelkes szurkolói magot építsenek és ilyen módon, a közösségi média használata mellett erősítsék a sportág iránti elkötelezettséget, a lelkesedést a nézőkben, fogyasztókban.

2. Anyag és módszerek

Tanulmányunkban a másodlagos adatok feldolgozására, azon belül is elsősorban a rendelkezésre álló szakirodalmi források feldolgozására vállalkoztunk. Kothari módszertani művében a másodlagos adatok feldolgozásának több előnyét és hátrányát is kiemeli, amelyek szem előtt tartásával hatékony elemzések végezhetőek el az ilyen módon rendelkezésre álló adatokból. Meglátása szerint másodlagos adatokat elsősorban kormányzati, statisztikai hivatali és helyi önkormányzati adatközlésekből, külföldi kormányok, szervezetek és azok különböző testületei, különböző folyóiratok, szaklapok és adatbázisok, továbbá különböző publikációk és közérdekű adatigénylések segítségével gyűjthetünk. Kothari véleménye szerint a feldolgozás során óvatosan kell eljárni, hiszen egyfelől kérdéses lehet a feldolgozott adatok hitelessége, azok relevanciája, illetve a rendelkezésre álló adatok megfelelősége is. Ugyanakkor azt is ki kell emelni, hogy a rendelkezésre álló adatok használatának elutasítása – a kockázatok ellenére is – rendkívül gazdaságtalan lenne, úgy az időbeli, mint a pénzbeli források tekintetében is (Kothari, 2004).

Jelen tanulmány esetében a statisztikai adatközlések kisebb relevanciával bírnak, azonban a nemzetközi szervezetek által kiadott adatok és az elérhető szakirodalmi források igazán jelentősek lehetnek. A tanulmány írása során a meghatározó hazai és külföldi szerzők, szakértők műveit dolgoztuk fel, a felhasznált források egy része angol, más része pedig magyar nyelven volt elérhető.

3. A sport által kiváltott hatásokról általában

Cashmore szerint a sport, mint intézmény egyszerűen szólva túl nagy jelentőséggel bír gazdasági és politikai értelemben, illetve túl nagy hatással van az emberek életvezetésére ahhoz, hogy ne vegyük eléggé komolyan, hogy ne folytassunk akadémiai igényességű vizsgálatokat ezen a téren (Cashmore, 2010). Bourdieu szerint ugyanakkor az is kiemelten fontos, hogy egyes különleges kutatási területeket, így például a sportot is multidiszciplináris szemlélettel közelítsük meg, hiszen azok a szakemberek, akik a vizsgálat fő tárgya mellett más területekkel is aktívan foglalkoznak, olyan dolgokat is vizsgálat alá vonhatnak, amelyek a specialisták számára evidenciának tűnhetnek (Bourdieu, 1978).

A sport fogalmának meghatározására számos kísérlet történt. Általánosságban elmondható, hogy sportnak olyan tevékenységeket tekinthetünk, amelyek során az ember fizikai és ügyességbeli tulajdonságait alkalmazva végez fizikai és szellemi aktivitást. Ezeket az aktivitásokat meghatározott szabályrendszer szerint végzi egyénileg vagy csoportosan, szabadterén vagy zárt helyen. A sport célja az egészségmegőrzés és az egészség helyreállítása, kikapcsolódás biztosítása az emberek számára, a fizikai erőnlét fejlesztése mellett (Gyömörei, 2015).

A sport szerepe megkerülhetetlen bizonyos betegségtípusok, így kiemelten az elhízás és a cukorbetegség meghatározott típusainak megelőzésében és a betegségek miatti korai halálozások számának csökkentésében. A sportolás hozzájárulhat a testi és lelki jólét kialakulásához, egészségesebb testet és lelket biztosíthat a rendszeresen sportolóknak (Bíró et al., 2007).

4. A Formula 1 és a környezeti hatások

A Formula 1 és a környezeti hatások vizsgálata keretében kétirányú hatás tárható fel: egyfelől maga a Formula 1-es verseny is hatással van a környezetre, hiszen vagy épített versenypályán zajlik, vagy olyan városi, a közúti forgalomtól elzárt útszakaszokon, amelyek forgalmi kivonása komoly közlekedésszervezési kihívásokkal bír. Emellett természetesen egy

benzinmotorokkal hajtott versenyautókból álló mezőny megjelenése egy adott területen maga is környezeti terhelést jelent, nem is beszélve arról a terhelésről, amit az autók és alkatrészeik kifejlesztése és legyártása eredményez. Jelen dolgozatban azonban ezek mellett a hatások mellett azt is vizsgáljuk, hogy miként hat egy olyan globális márkára, mint a Formula 1 az a tény, hogy az egyes versenyhelyszínek eltérő jellegzetességekkel bírnak.

A környezet által a Formula 1-re gyakorolt hatások elemzését célszerű egy igazán különleges verseny, a Szingapúri Nagydíj segítségével szemléltetni. A verseny különleges helyszínen, egy, a Szingapúr belvárosát átszövő úthálózatból kialakított közúti útvonalon zajlik, javarészt megkerülve a város szívének tartott öböl térségét. A futam másik különlegességét a nagydíj időpontja adja, hiszen esti, villanyfényes versenyről van szó. Ez az időpont választás segít ellensúlyozni a különböző időzónákból eredő eltéréseket is, hiszen így Európában – ahol igen jelentős a szurkolók száma, és több csapat székhelye is megtalálható – a megszokott nappali időben lehet élőben követni a közvetítést.

1. ábra: Jellegzetes fényképfelvételek a Formula 1 Szingapúri Nagydíjáról
1. Figure: Typical photographs made at the Formula 1 Singapore Grand Prix



(Forrás: Internet2)

Mint azt szakcikkekben is publikálták, a Szingapúri Nagydíj szervezőinek kiemelt célja volt a lehető legnagyobb fokú kreativitás megélése a rendezvény megszervezése során. Az előkészületekre mindössze egy év állt rendelkezésre: ennyi idő alatt kellett a Marina-öböl térségét és az egész városállamot felkészíteni arra, hogy egy Formula 1-es Nagydíjnak otthont adjon. Természetesen rengeteg nehézséggel jár egy ilyen utcai versenypálya kialakítása (egyebek mellett az amúgy is súlyos péntek délutáni közlekedési dugók is súlyosbodnak ilyenkor), azonban a város mindvégig kitartott az eredeti elképzelés mellett, amelyet a Formula 1-et korábban irányító Bernie Ecclestone-nal dolgoztak ki (Low, 2008).

A szingapúriak azt is felmérték, hogy a helyi lakosoknak milyen benyomásaik voltak a Formula 1-es Nagydíj megszervezésével összefüggésben. Számos kérdés alapján összességében kijelenthető, hogy az előzetes várakozásokkal ellentétben a helyi lakosok sokkal kisebb mértékű környezetterhelést (mindenek előtt légszennyezést és zajszennyezést) tapasztaltak, mint amire számítottak. Az is kiderült továbbá felmérésekből, hogy a szingapúriak kifejezetten büszkék voltak az ott megrendezett versenyre, és összességében rengeteg pozitív csalódás érte őket, hiszen például a vártnál kisebb volt a dugó, jobb volt a közbiztonság és sokkal kevésbé voltak ellenségesek a városállamba érkező drukkerek, mint amilyenre a helyiek számítottak. Ugyanakkor az is kiderül, hogy a városállamnak sikerült magáról azt a képet

sugallnia a Formula 1-es közvetítésekben, amelyet előzetesen eltervezett: egy olyan high-tech ország képét, ahol jó lenni és ahol jól lehet élni (Henderson et al., 2010). Ezzel a vállalkozással tovább tudták növelni a város presztízsét és az amúgy is jelentős turisztikai vonzerejét.

Bár sokan azt gondolják, valójában a Formula 1 nem rejt magában komoly veszélyeket a környezetre nézve. A versenysorozat messzemenőig környezettudatos. Jean Todt, a Nemzetközi Automobil Szövetség elnöke ezzel kapcsolatban az alábbiakat nyilatkozta: „Látjuk, mekkora hangsúly van manapság a klímaváltozáson, a szennyezésen, és felelősséget érzek azért, hogy mi is részt vállaljunk ebben. Igaz, hogy egy Forma-1-es verseny kevesebb környezetszennyezéssel jár, mint egy repülőút Párizsból New Yorkba, de akkor is példát kell mutatnunk. Ebből fakadóan pedig nem engedhetünk meg magunknak szükségtelen szennyezést, hiszen az rossz képet festene rólunk.” (Internet11)

5. A Formula 1 társadalmi tudatváltásra gyakorolt hatásai

A Formula 1 esetében talán viszonylag nehéznek tűnik első ránézésre társadalmi tudatváltásra gyakorolt hatásokról beszélni. A Formula 1 talán nem tud olyan hatást elérni, mint például egy nyári Olimpia, ahol például egy kiemelkedően sikeres úszóválogatott képes felkelteni az érdeklődést az úszás, mint sportág iránt az amatőr és a tömegsport szintjén is. Mégis kijelenthető, hogy a Formula 1 is képes aktív szerepet váltani a társadalmi tudatváltásban.

Elsőként a Formula 1 biztonságos közúti vezetéssel kapcsolatos kampányait és felelősségteljes magatartását lehet kiemelni ezen a téren. Mint arról a McLaren istálló honlapja is tájékoztatást adott, a csapat kétszeres világbajnok korábbi pilótája, a finn Mika Häkkinen is aktívan szerepet vállal abban a kampányban, amelynek célja, hogy az autóvezetőkben tudatosítsa: alkoholfogyasztás után semmilyen körülmények között sem szabad vezetni. A program fő támogatója a világ egyik legismertebb szeszesital-márkája, a Johnnie Walker (Internet3).

2. ábra: Mika Häkkinen a felelős alkoholfogyasztás kampányban

2. Figure: Mika Häkkinen in the campaign aimed to promote responsible alcohol consumption



(Forrás: Internet8)

Ez is kiváló példa az egészségügy területén egyre elterjedtebb fogyasztóközpontú médiakampányok jelenségére. Az ilyen kampányok célja nem az, hogy mintegy fentről lefelé hatva, azaz valamely tudományosan bizonyított tételt kívánják népszerűsíteni és ismertebbé – valamint elfogadottabbá – tenni, hanem abból indulnak ki, hogy a fogyasztóknak milyen, az egészséggel kapcsolatos hétköznapi igényei mutatkoznak. Az egyértelműnek tűnik, hogy a közlekedésbiztonság közérdekű igényként jelenik meg, ráadásul a megrögzött alkoholfogyasztáshoz kapcsolódó szenvedélybetegségek is élénk társadalmi visszhangot váltanak ki. Erre valóban felfűzhető egy olyan kampány, amely az érdeklődőknek új életmódlehetőségeket kíván felkínálni (Császi, 2004). A közlekedésbiztonság javítása érdekében és a felelősségteljes vezetési stílusok népszerűsítése céljából a Nemzetközi Automobil Szövetség 2001-ben alapítványt tett, amelynek célja a közúti balesetek számának csökkentése, hiszen globális szinten évente több, mint egy millió ember veszíti életét közlekedési balesetekben (Roberts, 2007).

A másik kiemelkedően érdekes hatás, amelyet a Formula 1 a társadalmi tudatváltásra tudott gyakorolni, az a dohánytermékek fogyasztásának népszerűsítése szempontjából érthető meg. A Formula 1-es versenyautók festésére, designjára gondolva számos dohánytermék logójára is asszociálunk. Két emblemikus versenyautó – és részben a korábban említett pilóta – képével szemléltetve is igyekszem az állítást megerősíteni. Feltűnő lehet azonos csapat esetén a szponzori háttér drasztikus átalakulása, a dohányfeliratok eltűnése az autóról, amely egyben azt is lehetővé tette, hogy a vizsgált csapat domináns színe, a kocsik festése, megjelenése is megváltozzon.

3. ábra: Mika Häkkinen egy West McLaren Mercedes versenyautóban
3. Figure: Mika Häkkinen in a West McLaren Mercedes racecar



(Forrás: Internet4)

4. ábra: Fernando Alonso egy McLaren Honda versenyautóban
4. Figure: Fernando Alonso in a McLaren Honda racecar



(Forrás: Internet5)

Korábban a dohánytermékek logói határozták meg a Formula 1 arculatát. A három legjelentősebb dohányipari szponzor még 2001-ben is 750 millió USA dollárt meghaladó értékben támogatta a Formula 1-et (csapatokat és versenypályákat egyaránt) (Chapman, 2002). Mára a dohányreklámok teljesen eltűntek a Formula 1 közvetítéseiből, hiszen számos ország betiltotta az ilyen termékek médiamegjelentetését. A hatályos jogszabályok alapján ma Magyarországon nem támogathat mediaszolgáltatást, illetve műsorszámot dohányterméket gyártó vállalkozás (2010. évi CLXXXV. törvény 27. § (1) b) pont), illetve a műsorszámok nem tartalmazhatnak dohánytermékekre vonatkozó termékmegjelenítést, továbbá olyan cégek megjelenítését sem, amelyek dohánytermékek gyártásával vagy forgalmazásával foglalkoznak (2010. évi CLXXXV. törvény 30. § (4) a) pont). Korábban számos vád érte a versenysorozatot és az azt szervező Nemzetközi Automobil Szövetséget, hiszen a dohányipari cégek nyomásának hatására igyekeztek kedvezményeket kilobbizni a dohányárak reklámtilalma alól. Több országban sikerrel jártak hosszabb-rövidebb ideig, például Nagy-Britanniában az 1990-es években hosszasan el tudták érni, hogy a dohánytermékek reklámtilalma ne vonatkozzon a motorsport eseményekre (Roberts, 2007).

6. A Formula 1 gazdasági hatásai

A Formula 1 gazdasági hatásainak ismertetése előtt általánosságban is érdemes néhány mondatot szentelni a sport gazdasági hatásaira. A sport és a gazdaság kapcsolata a második világháborút követően alapjaiban rendeződött át. A korszak gazdasági változásai, az újjáépítéseket követő gazdasági fejlődés és a technikai innovációk elterjedése egyre több szabadidőt és egyre több elkölthető pénzt biztosítottak az állampolgárok számára. Ez hatással volt mind a látványsportok, mind a szabadidősportok fejlődésére sportgazdasági szempontból. A sportokat körülvevő gazdasági környezet változására rendkívüli hatást gyakorolt a televíziós sportközvetítések megjelenése és elterjedése: egyfelől egyre javuló technikai színvonalon voltak képesek a tévétársaságok közvetíteni a fontos sporteseményeket, másfelől a fogyasztók számára elérhető televíziókészülékek technikai színvonala is egyre javult, ami egyre nagyobb számban vonzotta a nézőket a készülékek elé. Mára a legfontosabb sportágak esetében a televíziós közvetítésekből származó jogdíjbevételek szerepe megkérdőjelezhetetlen, az érintett sportágak legfontosabb bevételi forrását jelentik ezek az összegek. A televíziózás ugyanakkor igen diszkriminatív műfaj, hiszen a fogyasztó csak limitált számú kínálatból választhat, a fogyasztói döntéseket jelentősen befolyásolja, hogy az egyes médiacégek mely sportesemények

közvetítése mellett döntenek. (A limitált kínálat oka a frekvenciaszűkösség, amelyen némiképp javítani tudott a digitális átállás, azonban végleges megoldást ez az örvendetes technikai fejlődés sem adhatott (Kömíves, 2012).) Erre a kérdésre megoldást adhat az internet térhódítása, amelynek segítségével a világ bármely sporteseményéről élő közvetítés adható, az élő közvetítésként nézhető, igény szerint bármikor visszanezhető (Ács, 2015). Ez a folyamat a sportközvetítések – és végső soron akár az egyes sportágak – további fejlődését és evolúcióját fogja eredményezni (Andreff, 2008).

A sportipart egy ötszereplős modell mentén lehet leírni, amelynek szereplői a sportipar (mint tartalom-előállító), a médiaipar (mint közvetítő médium, amely a tartalom továbbításáért, szórásáért felel), a vállalati szektor (amely szponzoráció és termékelhelyezések útján megjelenési felületet, médiafelületet vásárol és így népszerűsíti magát), az ügynökségek (akik az egész gazdasági mechanizmus működéséért felelősek) és végül a közönség (amely fogyasztóként, célközönségként, befogadóként van jelen a folyamatban, amelynek célja végső soron az ő figyelmének felkeltése, fogyasztói döntésének befolyásolása) (Gál, 2015).

A Formula 1 jelentős gazdasági hatást generál a Magyar Nagydíjnak helyszínt adó, Mogyoród településen található Hungaroring versenypálya közvetlen környezetének és Budapestnek is. Az ide érkező szervezők, csapatok és nézők számos vendégéjszakát töltenek Magyarországon, itt fogyasztanak, kiadásokat generálnak.

5. ábra: A Hungaroring madártávlatból

5. Figure: Bird's eye view picture of the Hungaroring



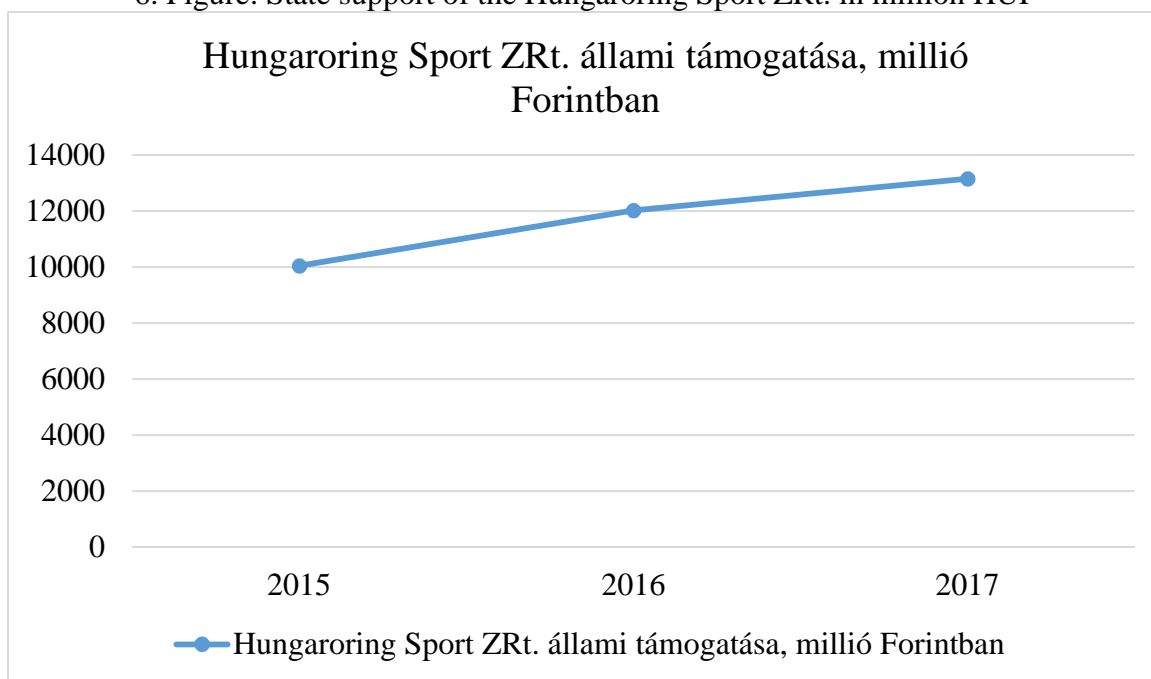
(Forrás: Internet10)

Mindez azzal is magyarázható, hogy a sportturizmus jelentősége globálisan is egyre nő. Speciális utazási irodák jelentek meg, amelyek nemcsak az aktívan sportolókra koncentrálnak, hanem azokra is, akik egyes versenysport-eseményeket nézőként a helyszínen kívánnak megtekinteni. Az ő igényeiket is teljes mértékben kiszolgálják olyan csomagajánlatokkal,

amelyek hotelszoba és bizonyos mértékű ellátás mellett a célzott sportrendezvény belépőjegyét is magukba foglalják (Lasztovicza – Béki, 2016). Ez az utazási forma jelentős bevételi célt is jelent minden turisztikai szereplő számára, amelyet Magyarország kormánya – a Formula 1 esetében legalábbis – úgy kíván elérni, hogy állami támogatásokban részesíti a Hungaroring Sport ZRt-t.

Az állami támogatás mértéke a 2017-es költségvetési törvény értelmében 13151,9 millió Forint (2016. évi XC. törvény XVII. fejezet), a 2016-os költségvetési törvény értelmében 12022,1 millió Forint (2015. évi C. törvény XVII. fejezet), a 2015-ös költségvetési törvény értelmében 10049,9 millió Forint (2014. évi C. törvény XVII. fejezet) volt. Ebből is látható, hogy az utóbbi években egyre növekvő mértékű támogatásban részesült a Hungaroring Sport ZRt. Az állami szerepvállalás megjelenése a különböző sportinfrastruktúra-beruházások és – fejlesztések kapcsán egyébként a jóléti társadalmak esetében kifejezetten jellemzőnek mondható, tehát a Hungaroring állami támogatását sem tekinthetjük rendkívülinek vagy rendhagyónak (Vörös, 2017).

6. ábra: A Hungaroring Sport ZRt. állami támogatása millió Forintban
6. Figure: State support of the Hungaroring Sport ZRt. in million HUF



(Forrás: Saját szerkesztés jogszabályok alapján, 2018)

Ne feledkezzünk meg arról sem, hogy a Hungaroring – az évi egyszeri Formula 1 versenyhétvégén túl – számos egyéb módon is hasznosítható. Más versenysorozatok (WTCC, DTM, MotoGP, Ferrari Challenge, stb.) versenyei is időről-időre ellátogatnak ide, de szerveznek ide tesztek, márkabemutatókat, vezetéstechnikai tréningeket, autós nyílt napokat is. Ezen események szintén jelentős média és közönség érdeklődés mellett zajlanak, és természetesen bevételt is termelnek.

7. A Formula 1 kulturális hatásai

A Formula 1 kulturális hatásait vizsgálva jól látható, hogy az utóbbi években a közvetítések fejlődése és a helyszínen lezajlott programváltozások egyértelmű és egyöntetű törekvést jelentenek abba az irányba, hogy a sportág is teljes mértékben kompatibilis legyen a megváltozott médiafogyasztási szokásokkal. Előbb az – Umberto Eco gondolata nyomán –

neotelevíziózásnak nevezett jelenség elvárásainak kellett megfelelnie. A neotelevíziózás alapvető gondolata szerint a klasszikus médiaműfajok, így például a tisztán híradással foglalkozó műsorsávok, a tisztán sportműsorok, a tisztán szórakoztató tartalmak megszűnnek, és helyüket átadják olyan hibrid műfajoknak, amelyek egyszerre több hagyományos műsортípus elemeit ötvözve szólítják meg a közönséget. A jelenség gyakran emlegetett műfaja az úgynevezett infotainment műsor, amely egyszerre informál és szórakoztat – miként azt a szó két eredője, az information és az entertainment is sugallja. Ez a folyamat a sportműsorokat sem kerülhette el (Jenei, 2006), és így a Formula 1-es bajnokságnak is több szórakoztató elemet kellett adni a helyszíni nézőknek és a tévékészülékek előtt ülő fogyasztóknak is. A neotelevíziózás azonban csak előszobát jelentett az internethez, amely mára teljesen átalakította a korábban ismertté vált médiaműfajok mindegyikét.

Ezt a fejlődést gyorsítja a Formula 1 tulajdonosi körében 2016-ban bekövetkezett átrendeződés is. Miután az amerikai Liberty Media cégcsoport lett a többségi tulajdonos, sokan még nagyobb show-t várnak a versenysorozat körül. Az egyik igazán látványos változás a 30 éve változatlan logó lecserélése volt 2017-ben, ami vegyes fogadtatással járt az érintettek és a közönség körében is. (Internet9)

7. ábra: A Formula 1 brand új és régi logója
7. Figure: New and old logos of the Formula 1 brand



(Forrás: Internet9)

Természetesen a Formula 1-re is hatást tud gyakorolni az a kulturális környezet, amelyben az adott nagydíjat rendezik. Az Amerikai Egyesült Államok Nagydíján például, amelyet 2012-ben Austinban, Texasban rendeztek meg, a dobogós helyezést elérő pilóták az eredményhirdetésre – a szokásos sapkák helyett – texasi stílusú kalapokban érkeztek.

8. ábra: Eredményhirdetés a Formula 1 Amerikai Egyesült Államok Nagydíján 2012-ben, Austinban

8. Figure: Podium ceremony of the Formula 1 USA Grand Prix 2012 in Austin



(Forrás: Internet6)

További érdekes kulturális hatásnak is szemtanúi lehetünk a mohamedán vallású országban, Bahreinben. Az itt megrendezett Formula 1-es nagydíj után egy apró változásra lehetnek figyelmesek a nézők a pódium-ceremóniában, hiszen a helyi vallásra jellemző szigorú alkoholtilalom okán a versenysorozatot támogató pezsgőmárka helyett alkoholmentes itallal locsolják egymást a dobogós helyezést elérő pilóták.

9. ábra: Dobogós helyezettek ünneplése a 2012. évi Bahreini Nagydíj után
9. Figure: Podium ceremony after the Formula 1 Bahrain Grand Prix 2012



(Forrás: Internet7)

Jól látható tehát, hogy még ez a globalizált sportverseny-sorozat is tekintettel van bizonyos helyi szokásokra, a helyi kultúra legfontosabb alapjaira. Tiszteletben tart szokások mellett vallási előírásokat is annak érdekében, hogy a helyi közönség ízlésének megfeleljen. Ez a sokszínű kultúrát egységgé formáló magatartás pedig alkalmas arra, hogy nemzetközi szinten is jó példát mutasson a Formula 1 toleranciából és tradíciótiszteletből azoknak a millióknak, akik a televíziós közvetítést kísérik figyelemmel.

8. Összefoglalás

Összességében látható tehát, hogy a Formula 1 egy rendkívül komplex sportesemény, amely globális szinten jelenik meg, mégis az egyes országokhoz köthetően tud működni.

A sport általánosságban véve alkalmas arra, hogy az emberek életvitelét pozitív irányba befolyásolja. Az aktív sportolás összességében alkalmas arra, hogy a testi és lelki egészséget is fejlesztve hasson az emberre, növelje a várható élettartamát. Nézőként bizonyos sportesemények fogyasztása közösségi élményt adhat, amely szintén pozitív hatással lehet a lelki egészségre.

A sportok fogyasztása és a sportolási szokások az utóbbi évtizedekben jelentősen átalakultak. Az emberek a jobb anyagi körülmények megélésével többet sportolnak, amennyiben szabadidejük ezt lehetővé teszi.

Az aktív sportolás mellett a nézőként, fogyasztóként végzett tevékenységek is kötődhetnek a sporthoz. A nagy sportesemények televíziós közvetítései képesek és alkalmasak voltak arra, hogy szórakozást biztosítsanak az embereknek. Ez a folyamat kettős eredményt hozott.

Egyfelől fellendült a sportturizmus. A sportturizmusnak napjainkban két altípusa ismert: az aktív sportturizmus és a szurkoló sportturizmus. Aktív sportturizmusról akkor beszélünk, amikor egy sportoló (legyen bár amatőr vagy versenyző) sportolási céllal utazik belföldön vagy külföldön. A Formula 1 természetesen – jellegénél fogva – ezt is jelenti, azonban ennek a sportágnak az esetében sokkal nagyobb a jelentősége a szurkolói sportturizmusnak. Ezt a jelenséget ismerte fel Magyarország kormánya is akkor, amikor a Formula 1 Magyar Nagydíj költségvetési hozzájárulását terjesztette támogatólag az Országgyűlés elé, amely meg is szavazta a Hungaroring ZRt. támogatását a költségvetési törvényben.

Szurkolói sportturizmus esetén a fogyasztók kifejezetten azzal a céllal utaznak a lakóhelyüktől eltérő földrajzi célpontokra, hogy ott nézőként részt vehessenek valamilyen fontos sportrendezvényen. A Formula 1-es világbajnokság esetében ez utóbbi kategória sokkal nagyobb volumenű folyamatot eredményez, mint az előbbi. A szurkolói sportturizmus kiszolgálására utazási irodák speciális csomagajánlatokat állítanak össze, amelyek célja a drukkerék igényeinek kielégítése.

A sportközvetítések elterjedésének másik hatása maguknak a médiumoknak az átalakulását eredményezi. A média által közvetített sportesemények a televíziózás monopolhelyezete idején rendkívüli nézettséget tudtak elérni, amely rendkívüli gazdasági hatásokat is eredményezett a profi versenysport világában. Az ilyen események és szervezetek (klubok, szövetségek) bevételeinek tekintélyes hányada ma már a közvetítési jogdíjakból ered.

A sportközvetítések elterjedése magukra az egyes sportágakra is hatást gyakorol. Az új médiaműfajok, az infotainment műsorok elterjedése hatására csak a folyamatosan szórakoztatni képes műfajok jutnak igazán fontos sugárzási időhöz.

Az internet által okozott kommunikációs forradalom újabb változásokat eredményez a sportfogyasztási szokásokban. Ma már minden sportesemény élőben közvetíthető és követhető a világ bármely pontjáról. Az így elérhetővé váló tartalmak korábban elképzelhetetlen választási bőséget adnak a fogyasztók kezébe, így a korábban televíziós műsoridőhöz nem jutó sportágak, klubok is szélesebb körben elérhetővé válhatnak.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT SZAKIRODALOM

Ács P. (2015): Sport és gazdaság. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): A sport társadalmi aspektusai. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. 2015.

- Andreff, W. (2008): Globalization of the Sports Economy. *Rivista di Diritto ed Economia dello Sport*. IV. évfolyam. 3. lapszám. pp. 13-32.
- Bíró M. – Fügedi B. – Révész L. (2007): The Role of Teaching Swimming in the Formation of a Conscious Healthy Lifestyle. *International Journal of Aquatic Research and Education*. I. évfolyam. 3. lapszám. pp. 269-284.
- Bourdieu, P. (1978): Sport and social class. *Social Science Information*. Vol. 17. No. 6. pp. 819-840.
- Cashmore, E. (2010): *Making Sense of Sports*. Fifth Edition. Routledge, London.
- Chapman, S. (2002): Formula One Racing and the end of tobacco sponsorship: half pregnant at 350 kph? *Tobacco Control*. 2002. évfolyam. 11. lapszám. pp. 87-88.
- Császi L. (2004): Az egészségnevelés reprezentációja a médiában. *Médiakutató*. 2004. tél. Forrás:
http://mediakutato.hu/cikk/2004_04_tel/01_az_egeszsegneveles_reprezentacioja/?q=sport#sport
 Adatok letöltve: 2018. 01. 11.
- Gál A. (2015): Sport és média. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): *A sport társadalmi aspektusai*. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar.
- Gyömörei T. (2015): Magán és közfinanszírozás a sportban. In: Ács Pongrác szerk. (2015): *Sport és gazdaság*. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar.
- Henderson, J. C. – Foo, K. – Lim, H. – Yip, S. (2010): Sports events and tourism: the Singapore Formula One Grand Prix. *International Journal of Event and Festival Management*. I. évfolyam. 1. lapszám. pp. 60-73.
- Jenei Á. (2006): Neotelevízió: válság vagy megújulás? Császi Lajossal és Síklaki Istvánnal Jenei Ágnes beszélget. *Médiakutató*. 2006. tavasz. http://www.mediakutato.hu/cikk/2006_01_tavasz/03_neotelevizio/ Adatok letöltve: 2019.03.17.
- Kothari, C. R. (2004): *Research Methodology. Methods and Techniques*. Second Revised Edition. New Age International Publishers, Új-Delhi.
- Kőmíves P. M. (2012): A média- és sajtójog polgári jogi vonatkozásai, különös tekintettel a személyiségvédelem kérdésére. In: Verebélyi Imre szerk. (2012): *Az állam és jog alapvető értékei a változó világban*. Győr. Széchenyi István Egyetem Állam- és Jogtudományi Doktori Iskola. pp. 186-192.
- Lasztovicza D. – Béki P. (2016): A sport és a turizmus kapcsolata, a sportturizmus fogalmi rendszere. *Testnevelés, Sport, Tudomány*. I. évfolyam. 1. lapszám. pp. 39-50.
- Low, P. – Cheng, K. (2008): How to Win Big in Place Marketing Battlefield – Formula One Night Race, the Singapore Perspective. *Business Journal for Entrepreneurs*. 2008. évfolyam. 4. lapszám. pp. 115-125.
- Roberts, I. (2007): Formula One and global road safety. *Journal of the Royal Society of Medicine*. 2007. augusztus. Vol. 100. pp. 360-362.
- Vörös T. (2017): Költség-haszon elemzési keretrendszer sportberuházások társadalmi-gazdasági értékeléséhez. *Közgazdasági Szemle*. LXIV. évfolyam. 2017. április. pp. 394-420. Internet1:
 A 2017-es világbajnoki idényben 20 fordulót rendeztek a Formula 1-es autós gyorsasági világbajnokságban. <https://www.formula1.com/en/results.html/2017/races.html> Adatok letöltve: 2019.03.17.
 Internet2:
<http://www.singaporegp.sg/Uploaded/media/images/20130218-1.jpg> Adatok letöltve: 2019.03.17.
 Internet3:
<https://www.mclaren.com/formula1/partners/Johnnie-Walker/>

Internet4: <https://i.pinning.com/originals/97/d9/0b/97d90b2b3e38cb21c1ef08ee110070a1.jpg>
Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet5: <http://formula.hu/uploads/Pictures/028/F1%202017/2017%20BAH/mclaren-alonso-sochi-qs-170430.jpg> Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet6: http://formula.hu/mainpage_thumb/40swevob40csyselo1ts_kiemelt_fooldali.jpg
Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet7:
https://kep.cdn.indexvas.hu/1/0/356/3561/35615/3561534_07a8a3c23084922e353f97bb83d59057_wm.jpg Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet8: <http://watchmojo.com/video/id/6311> Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet9: <http://www.marketing-interactive.com/formula-one-unveils-new-logo-to-engage-new-audiences-fans-dismayed/> Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet10: <http://en.f1i.com/news/276304-hungaroring-upgrade-underway-in-2018.html>
Adatok letöltve: 2019.03.17.

Internet11: <https://formula.hu/f1/2017/03/08/a-tarsadalom-akadalyozna-meg-a-hangosabb-motorok-visszatereset> Adatok letöltve: 2019.03.17.

FELHASZNÁLT JOGSZABÁLYOK

2010. évi CLXXXV. törvény 27. § (1) b) pont

2010. évi CLXXXV. törvény 30. § (4) a) pont

2016. évi XC. törvény XVII. fejezet

2015. évi C. törvény XVII. fejezet

2014. évi C. törvény XVII. fejezet

A 2012-ES LONDONI NYÁRI OLIMPIA TÁRSADALMI HATÁSAINAK ELEMZÉSE

ANALYSIS OF THE SOCIAL IMPACTS OF THE 2012 LONDON SUMMER OLYMPIC GAMES

HARANGI-RÁKOS MÓNICA adjunktus

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

BÁCS ZOLTÁN egyetemi tanár

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

SZENDERÁK JÁNOS tanársegéd

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

As a traditional sport event the summer Olympic Games in London completed several objectives. With organising this event London and the United Kingdom showed they are able to manage a big sports event of the 21st century. The organisers completed their tasks with paying attention to the original ideas of the Olympic Games defined by the ancient Hellenes and by Baron de Coubertin. If we analyse the 2012 London Olympic Games from the viewpoint of the economy and of the project management we can see that the event fitted all the expectations. The event became much more expensive and some problems detected during the project realization but the overall outcome of the project was very well because during the event no serious problems were reported. The views of the broadcasts from the Olympic Games were very high because the event has been broadcasted by television, radio and internet channels all around the world. In our article we analysed several impacts of the 2012 London Olympic Games.

1. Bevezetés

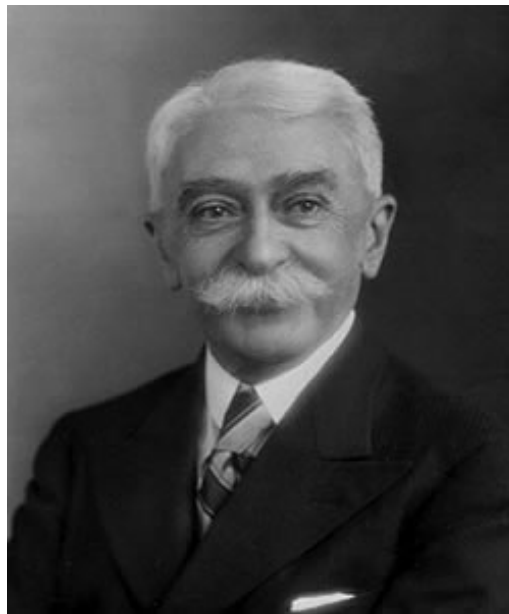
A 2012-ben az Egyesült Királyság, azon belül pedig London 1908 és 1948 után harmadik alkalommal adhatott otthont nyári olimpiai játékoknak (Internet 1). Ezzel az újkori olimpiák történetében London rendezhette a legtöbb alkalommal a világ legnagyobb és legnézettebb sporteseményét. A közeli jövőben két másik város, Párizs (Franciaország) és Los Angeles (Amerikai Egyesült Államok) csatlakozhat a háromszoros házigazda városok – ma még – egytagú klubjához (Internet 2, Internet 3, Internet 4, Internet 5).

Ezek a városok természetesen csak az újkori olimpiák esetén tekinthetőek „rekordernek”, hiszen az ókori olimpiákat i. e. 776 és körülbelül i. sz. 400 között a hagyomány szerint Olümpia városában rendezték meg (Young, 2004). A játékok legfontosabb eszményeit a mai napig tanítják az iskolákban is: a négyévente megrendezett pánhellén versengés idejére még a háborúskodást is fel kellett függeszteni. Maguk a játékok azonban sokkal kegyetlenebbek voltak, mint amilyenek gondolnánk, hiszen a versenyzők a győzelemért akár életüket és vérüket is áldozták. A játékokat megnyerni hatalmas dicsőség volt, a rendezvény pedig a maga idejében legalább olyan társadalmi jelentőséggel bírt, mint a modernkori változat napjainkban (Spivey, 2004). Szerencsére ma már igazán békések a játékok, talán nem is függetlenül az újraalapítás körülményeitől.

Ahhoz, hogy megérthessük az olimpiai eszme valódi jelentését, érdemes megismernünk azt a személyiségfejlődést, amelyen Pierre de Frédy, Coubertin bárója keresztülment fiatalkorától kezdve az első olimpia megrendezéséig. Mint azt Guttmann (2002) ismerteti, Coubertin báró

fiatalkorára komoly hatással volt III. Napóleon császár bukása és a tény, hogy a poroszok elfoglalták Elzász-Lotaringiát. A világhírű francia katonai akadémián, a St. Cyr-ben eltöltött rövidebb idő felkeltette a fiatal báró érdeklődését a fiatalok fizikai nevelése iránt. Ezzel párhuzamosan Coubertin megismerkedett Frédéric LePlay társadalmi reformgondolataival is, amelyek úgyszintén komoly hatást gyakoroltak a fiatal nemesember gondolataira. Talán ennek is köszönhető, hogy Coubertin fokozatosan elfordult azoktól a nacionalista és sovinszta gondolatoktól, amelyek meggátolhatták volna abban, hogy más nemzetek életével is alaposabban megismerkedhessen. A fizikai nevelés iránti érdeklődését Coubertin jószereivel a komparatív pedagógiaelmélet alkalmazásával élte meg, hiszen behatóan vizsgálta a Friedrich Ludwig Jahn-féle porosz nevelési iskolát, amelyben olyan klasszikus sportágak kaptak kiemelt figyelmet, mint a futás, az ugrás vagy a különböző mászási technikák – nem nehéz ezekbe a gyakorlatokba a militáns praktikumot sem belezlenni. A porosz nevelés vizsgálata mellett Coubertin behatóan vizsgálta a legfontosabb angol nemesi magániskolák (például Eton vagy Winchester) világát is olyan szerzők és pedagógusok művei alapján, mint például Thomas Hughes vagy Thomas Arnold. Az angolok sport iránti elkötelezettségétől felfűtve az Amerikai Egyesült Államok testnevelési gyakorlatát is kielemezte, és végül – fiatalkori nacionalizmusát valódi büszke patriotizmusra cserélve – Coubertin báróban megszületett egy olyan versengés eszményképe, amely a nemzetek közti vetekedésen alapulva képes hozzájárulni a világbéke kialakulásához. Példaként pedig az ókori Hellász legrangosabb fizikai vetélkedését, az olimpiai játékokat vette, eldöntve, hogy mintegy másfél évezrednyi szünet után újraéleszti a klasszikus kor versengését.

1. ábra: Pierre de Frédy, Coubertin báró, a nemzetközi olimpiai mozgalom alapítója
1. Figure: Pierre de Frédy, the Baron of Coubertin, the founder of the international olympic movement



(Forrás: Internet 6.)

Sajnos ma már látható, hogy mindenben nem sikerült átvinni azokat a szabályokat, amelyek mentén az ókorban szervezték az olimpiai játékokat. Šiljak (2007, p. 162.) könyvében például ismerteti, hogy a két világháború miatt hol kellett volna megrendezni az olimpiai játékokat – 1916-ban Berlin, 1940-ben Helsinki, 1944-ben London adott volna otthont a versenynek. Ezek a játékok végül nem kerültek megrendezésre, vagyis látható, hogy az olimpiai játékok idejére kötelező jelleggel meghirdetendő világbéke az újkori versengés eszméjét már nem tudta áthatni.

2. Anyag és módszertan

Jelen tanulmány készítése során a vizsgált téma releváns hazai és nemzetközi szakirodalmát tekintettük át, elsősorban magyar és angol nyelven. Lengyelne Tóvári és Molnár (2001) szerint minden kutatás első fázisa a már rendelkezésre álló szakirodalom feltáró igényességű elemzése. Ennek az analitikus kutatási eszköznek az alkalmazásával megismerhetőek a vizsgált témában korábban publikált kutatási eredmények.

Kutatásunk során prezentálni kell azokat a veszélyeket, amelyek az adott kutatás eredményeinek érvényességére hathatnak és azokat a korlátokat is, amelyek kutatásunkat jellemezték (Molnár, 2010). A szakirodalom áttekintése adja a kutatás háttérét és meghatározza annak szignifikáns jellegét is (Christ, 2010). A szakirodalom áttekintése során különös figyelemmel kell eljárni, hiszen – különösen kvalitatív kutatások esetén – folyamatosan változhat az a forráskör, amelyet fel kell dolgozni (Taylor et al., 2015). Kutatásunk során, a korábbi fejlemények feltárása során fel kell dolgoznunk a vizsgált témakör meghatározó kutatóinak téziseit, szükség szerint ütköztetve az egyes kutatók álláspontjait egymással és saját nézeteinkkel is (Miller – Salkind, 2002). Napjainkban a szakirodalmi áttekintést leggyakrabban adatbázisok intelligens keresők útján történő feldolgozásával készítik a kutatók. A folyamat eredményeként egy objektív, felelősségteljesen komplex, számos évet, szerzőt, folyóiratot, szakirodalmi forrást összegző, egyedi adatbázis jön létre (Bhattacharjee, 2012).

3. A londoni olimpia sporthatásainak elemzése

Mint azt a Nemzeti Sportstratégiáról szóló 65/2007. (VI. 27.) OGY határozat is kimondja: *„Jelenleg Magyarországon a versenysportot az olimpiacentrikusság jellemzi. Magyarország az olimpia eddigi történetében összesen 452 érmet szerzett, valamint 430 helyezést ért el. Az érmek számát az országok méretéhez és gazdasági helyzetéhez viszonyítva ezzel a legjobb hat között szerepelünk (Nemzeti Sportstratégia, II.1. fejezet 3. alpont).”*

Minden nagyobb sportesemény előtt szokás, hogy szakértők, politikusok, sportági vezetők becsléseket tesznek közzé arról, hogy egy adott ország (sportág, sportoló, klub és lehet tovább sorolni a lehetséges vizsgálati szinteket) milyen eredményeket fog elérni az adott megmérettetésen. A közvélemény által ismertté vált becslések legtöbbször erősen emocionális töltetűek, nem nélkülözik a szubjektivitást és az optimizmust sem. Mint azonban arra Szilágyi (2016) tanulmánya is rámutat, statisztikai elemzésekkel kifejezetten nagy pontossággal készíthetőek becslések az egyes vizsgált csoportok jövőbeli sporteredményeiről, méghozzá két igen fontos adatbázis elemzése útján. Ezek egyike az adott versenyforma keretében az adott vizsgálati csoport által elért korábbi eredmények felmérése (Szilágyi tanulmányában olimpiákat elemzett a pekingi ötkarikás játékokkal bezárólag), másrészt pedig bizonyos változók, így kiemelten a honosítások számát (vagyis az állampolgárság megváltoztatásából fakadó nyereségeket és veszteségeket), a vállalati és egyéb forrásból eredő szponzorációkat és az egyes állami sportlétesítmények esetleges privatizációját. A növekedési modell alkalmazásával végzett előrejelzés alapján kijelenthető, hogy Magyarország sokkal jobb eredményt ért el Londonban, az olimpiai játékokon, mint amelyet az előzetes becslések alapján kellett volna.

A Nemzeti Sportstratégiából vett citátum is jól kifejezi a magyarok kapcsolatát a versenysporthoz és általában véve a sporthoz is. Mint azt Ács és szerzőtársai (2013) is kijelentik, Magyarországnak a londoni olimpia éremtáblázatán elért kilencedik helyére rendkívül büszkék a magyarok, az országban őket bátran nevezhetjük sportnemzetnek, azonban a szerzők arra is rávilágítanak, hogy a versenysport iránti rajongás és az olimpiai eredmények okán érzett büszkeség nem feltétlenül eredményeznek magas fizikai aktivitási rátát. Sőt, Ács és szerzőtársainak kutatása arra is rávilágít, hogy általában véve az olimpiai

aranyérmek, a további érmek száma vagy általában véve az olimpiai éremtáblázat szerinti eredményesség nem mutatnak összefüggést egy nemzet sportosságával. Arra sokkal nagyobb hatást gyakorol – egyebek mellett – az aktivitási ráta, az egy főre jutó GDP vagy éppen az a körülmény, hogy a háztartási kiadások mekkora mértékét tudják a családok sportra és rekreációra költeni. Magyarországon – Ács és szerzőtársai Eurobarometer-felmérésekre alapozott közlése szerint – a lakosság 53%-a semmilyen sportaktivásban nem vesz részt.

Ehhez mérten igazán öröndetés tény, hogy az Emberi Erőforrások Minisztériuma adatközlése szerint 2016-ig jelentősen emelkedett az igazolt sportolók száma a legnépszerűbb látvány-csapatsportágak esetében. A 2011-es adatokhoz, mint bázishoz viszonyított igazolt sportolói létszám emelkedése igen tekintélyes. Az igazolt sportolók száma növekedett, azonban az igazsághoz az is hozzátartozik, hogy az igazolt labdarúgók száma messze meghaladja az összes többi látvány csapatsportág összes igazolt játékosának a számát együttvéve is. Adatközlések szerint az igazolt labdarúgók száma Magyarországon 2016-ban mintegy 250 000 fő, az igazolt kosárlabdázók száma körülbelül 53 000 fő, az igazolt kézilabdázók száma 52 000 fő, az igazolt vízilabdázók száma mintegy 6 000 fő, míg az igazolt jégkorongosok száma hozzávetőleg 5 000 fő volt (Internet 7).

A 2011-es bázishoz mért fejlődés örömteli, ugyanakkor az nem egyértelmű, hogy ennek mi a kiváltó oka. A londoni olimpián elért sikereket ugyanis jellemzően nem a fenti sportágakban értük el, a korábban több olimpiai aranyérmet nyerő férfi vízilabda válogatott például már a negyeddöntők során kiesett (Internet 8), a korábban háromszoros olimpiai aranyérmes magyar férfi labdarúgó válogatott pedig ki sem jutott az olimpiára (Internet 9). Ugyanakkor a vizsgált időszakban jelentősen átalakult a sportágak finanszírozása, sokkal több forrásból gazdálkodhatnak a klubok, mint korábban.

4. A londoni olimpia szociális hatásainak elemzése

Az olimpiák szociális hatásai kifejezetten bőséges számban tárhatóak fel. Laczkó (2015) tanulmánya szerint a sportszociológia makro szinten elsősorban olyan kérdések megválaszolásával foglalkozik, mint például a sport és a társadalom egymásra gyakorolt hatásainak vizsgálata, hogy milyen gazdasági és kulturális folyamatok hatására lett jelen a sport minden társadalmi alrendszerben. Azt is vizsgálja ez a tudományág, hogy a sport milyen értékek mentén írható le, vagy hogy milyen különbözőségek és hasonlóságok tárhatóak fel a tömeg-, rekreációs- és szabadidősport, valamint a versenysport között.

A sportszociológia kialakulása szerves fejlődés eredménye, amely során annak művelői számos alkalommal az uralkodó nézőpontokkal ellentétes véleményre jutottak egyes konkrét esetek kapcsán. Kiemelendő ezek közül az edzők és a sportszociológusok közötti nézeteltérés, amelynek alapja az eredménycentrikus edzői kultúra (amelynek alapja egyfelől a közvélemény elvárása, másfelől pedig a versenyeredmények gazdasági attraktivitása) és a tehetségek kiválasztási folyamatát gyökeresen más szemszögből szemlélő szociológusi nézőpont közti különbségekben kereshető. A sportszociológusok korábban is vizsgáltak olyan témákat, amelyek kellemetlenek lehettek sportági vezetők és sportpolitikusok számára – ilyen vizsgálat volt például a magyar olimpiai csapat esetleges 1984-es doppingolásának ügye –, és amelyek eredményeit vagy komoly ellenállás, vagy teljes mellőzés fogadta. Ma a sportszociológia legfontosabb célkitűzése, hogy kilépjen saját árnyékából és elfogadtassa felhasználóival, hogy a sportfogyasztással kapcsolatos attitűdök empirikus felmérésénél sokkal többre is képes (Földesiné Szabó et al., 2016).

Jelen tanulmány fejezetei bőséges rálátást adnak a fent vázolt komplex vizsgálati szempontok mentén a londoni olimpia előkészítésére, lebonyolítására és utóhatásaira is. A konkrét adatokat a további fejezetek tartalmazzák.

5. A londoni olimpia környezeti hatásainak elemzése

A londoni olimpia ékes példája annak, amikor egy nagy világverseny tudatos tervezéssel segíthet bizonyos környezeti problémák megoldásában. Az építkezések kivitelezéséért és felelős Olympic Delivery Authority jelentése szerint például a londoni olimpiai falu kivitelezése mindösszesen 18 hónappal annak megkezdését követően már le is zárult (Olympic Delivery Authority, 2015). Mindez hatalmas teljesítmény, ha azt is figyelembe vesszük, hogy az olimpiai helyszíneknek otthont adó Lea-folyó völgye egyike London rozsdáövezeteinek. Az évszázadokon keresztül ipari célokra és személtlerakásra használt terület zöldítése komoly feladatot jelentett a szervezőknek, akik az infrastruktúra tervezése során kiemelt figyelmet szenteltek a közösségi szempontok érvényre juttatásának. A cél az volt, hogy egy a verseny után is kiválóan hasznosítható területet nyerjenek, amely élhető lakókörnyezetet és sportolási lehetőségeket biztosít majd a londoniaknak az olimpiát követően. A szervezők felelősségteljes hozzáállását remekül példázza, hogy a térség eltúlzott beépítettségének megoldását is előre eltervezték, hiszen konkrét cselekvési terv készült az ideiglenes épületek mihamarabbi visszabontásáról, az így felszabaduló területek újbóli zöldítéséről és hasznosításáról (Gábor, 2013).

A londoni olimpiai falu építése mintegy 12 milliárd USA dollárba került, ezt azonban egy, a jövőnek szóló befektetésnek is tekinthetjük, hiszen a rendezvény után részben magán, részben állami tulajdonú lakásokként ezek az ingatlanok a londoniak kényelmét szolgálják majd. Közismert, hogy minden városi elkerülő útnak komoly környezeti hatásai vannak, hiszen csökkenti a városközpontokra háruló tranzitforgalmat és a közlekedés gyorsulása miatt a légszennyezés mértékére is jótékony hatással van. Az olimpia okán kivitelezett gyorsforgalmi úthálózat-fejlesztés részeként is készült elkerülő autópálya, amelynek – 8 milliárd USA dollár körüli – költségeit PPP beruházás keretében magánbefektetők állták.

2. ábra: A londoni olimpiai falu épületei, immár lakóházzá alakítva

2. Figure: Buildings of the Olympic Village in London converted into dwelling houses



(Forrás: Internet 10)

London lakosai – javarészt életkoruktól függően – eltérő környezeti várakozással tekintettek az olimpia elé még 2010-ben. Életkortól függetlenül nagy büszkeséggel töltötte el az angolokat

az a tény, hogy az Egyesült Királyság fővárosa adhat otthont a következő nyári olimpiának, azonban bizonyos környezeti hatásokkal összefüggésben aggodalmukat is kifejezték. Elsősorban a 35-55 évesek jelezték, hogy az olimpia alatt várhatóan jelentősebb környezetszennyezésre (ezen belül is a légszennyezettség várható emelkedésére) számítanak, amelynek okaként a közlekedési dugókat és a nehéz parkolást említették meg. Ugyanez a korosztály a rendezvény biztonságával összefüggésben is fogalmazott meg javítanivalókat. Általánosságban is voltak kétségeik a vizsgált mintában szereplő embereknek arról, hogy a tömegközlekedési rendszer képes lesz-e megbirkózni a városban megjelenő jelentős tömeggel és az útlezárásokkal, terelésekkel egyidejűleg (Konstantaki – Wickens, 2010). A tapasztalatok végül azt mutatták, hogy az előzetes sejtések beigazolódtak, és voltak fennakadások a londoni olimpia idején a város tömegközlekedésében, ugyanakkor – örvendetes módon – biztonságban zajlottak le a versenyek (Internet 11).

Az olimpia szervezőbizottsága a rendezvény előkészítése és lebonyolítása során mindvégig szem előtt tartotta a fenntarthatóság kritériumait. Az épületek tervezése is fenntarthatósági szempontok alapján történt, de hasonló célkitűzések okán preferálta a szervezőbizottság a tömegközlekedés használatát is. Az olimpia szervezése során azt figyelembe vették, hogy a versenyt világszerte figyelemmel kísérik a tévénézők (internetezők, rádióhallgatók), így a fenntarthatósággal kapcsolatos zöld gondolatok nagy sajtónyilvánossághoz jutottak.

6. A londoni olimpia társadalmi tudatváltásra gyakorolt hatásainak elemzése

A 2012-es londoni nyári olimpia szervezői már a rendezvény megszervezése érdekében benyújtott pályázatukban is kiemelték, hogy egy sikeres pályázat eredményeként az Egyesült Királyságban aktívan sportoló emberek száma nőhet, aránya javulhat. A pályázatban tett vállalások értelmében a kormányzat is kiemelt prioritásként kezeli az egészséges életmódra nevelést nemtől, kortól, lakhelytől vagy bármely más körülménytől függetlenül (Coalter, 2007). Ez a törekvés messzemenőig összhangban van azokkal a szakértői véleményekkel, amelyek szerint az egyes országok polgárai körében az aktivitás növelése nemzetgazdaságilag is hasznos, hiszen az aktivitás eltérő eszközökkel történő növelése mindenképpen olcsóbb, mintha a költségvetésből gyógyszeres vagy orvosi, kórházi kezeléseket finanszíroznának (Ács et al., 2011).

Általánosan elterjedt nézet szerint a rendszeres fizikai aktivitásnak kulcsszerepe van az egészségmegőrzésben, a különböző betegségek prevenciójában. A rendszeresen fizikai aktivitást végzők kevesebbet betegeskednek, az általuk ledolgozott munkanapok száma magasabb, mint a – testmozgás szempontjából – inaktív embereké (Lampek, 2015).

A közbeszédben időnként elhangzó vélekedés szerint Magyarország olimpiai részvétele serkentheti a tömegsportot és a szabadidősportot is, egy-egy kiemelkedően sikeres sportági szereplés után megnő az érdeklődés az érintett sportágak iránt. Pfau (2015) vizsgálata erősíti ezt a feltételezést, hiszen tanulmánya szerint a versenysportok és a szabadidősportok között kölcsönhatás létezik. A versenysportolók által elért eredmények (és itt, visszautalva a Nemzeti Sportstratégia által megfogalmazottakra, az olimpián elért eredményeket mindenképpen szem előtt kell tartani) nagyobb aktivitásra ösztönözhetik a szabadidősportok fogyasztóit, akik ugyanakkor a sportpiramis szilárd talapzatát is adják, hiszen közülük, különösen az utánpótlás korosztályú versenyzők közül kerülhetnek majd ki a későbbi idők topsportolói. Neulinger (2007) kutatása szerint azonban arra, hogy az emberek mennyi időt szánnak sportolásra, a versenysportolók által elért eredmények helyett sokkal inkább a családban látott sportolási minták, a baráti kör hozzáállása a különböző aktivitásokhoz és a sportinfrastruktúra elérhetősége játszik szerepet. Összefoglalva kimondható, hogy a magyar embereknek kevés szabadideje van, ezt pedig várhatóan akkor fogják sportolásra fordítani, ha arra már a gyermekkori szocializáció során kialakul az igényük, ha van kivel sportolniuk és ha a

sportinfrastruktúra megközelíthetősége nem okoz számukra nehézséget. Az ugyanakkor látható, hogy Magyarországon, ahol oligopol sportszerpiac létezik, az egyes városokban tradicionálisan erős sportágak – pénzben is mérhetően – nagyobb érdeklődést váltanak ki a helyi kedvenc sportágak sportszerei iránt (Szabó, 2013), habár ezt a hatást vélhetően nem kis részben a helyben működő utánpótlás-csapatok versenyzőinek egyéni igényei is generálják.

Érdekes, hogy a Deloitte britek körében végzett felmérése a fentieknek némiképp ellentmondó, és Pfau (2015) eredményeivel megegyező hatást mért a sportolási hajlandóság és az aktivitás növekedése terén. A felmérés eredményei bizakodásra adnak okot, hiszen azt mutatták ki, hogy nemenként és minden korcsoport esetén növekedett az aktív életforma iránti elköteleződés mértéke. A válaszadók jelentős hányada többet szeretne sportolni, egy részük új sportágakat is kipróbálna, míg a korábban passzív lakosok egy jelentős része úgy döntött, hogy a jövőben végez majd valamilyen testmozgást. Különösen nagy érdeklődést és népszerűség-növekedést mértek a kerékpársportok esetén, aminek egyértelmű oka a brit csapat sikeres olimpiai szereplése volt (Internet 16).

7. A londoni olimpia gazdasági hatásainak elemzése

Az egyes olimpiák rövidtávú gazdasági megtérülése korántsem egyértelmű, hiszen az újkori olimpiák közül elsőként az 1984-es los angelesi játékok voltak nyereségesek (Lakatos – Szabó, 2015). A sikeres gazdasági rendezés egyik alapfeltétele, hogy helyesen becsüljük meg a projekt, vagyis jelen esetben a londoni nyári olimpiai játékok várható költségeit. Sajnos ez ebben az esetben sem sikerült, hiszen a londoni olimpia rendezési költségei végül az eredetileg tervezett többszörösére rúgtak, ugyanakkor azt sem szabad elhallgatni, hogy a rendezvényt szinte kivétel nélkül minden érintett (például sportolók, sportvezetők, nézők, sajtó) igen elégedettek voltak (Sebestyén – Tóth, 2014).

Jennings (2012) a londoni olimpia költségtúllépései kapcsán három fő indokot említ. Szerinte mindennél fontosabb hatást gyakorolt a költségek elszaladása során az a tény, hogy a kormányzaton belül meglehetősen figyelmetlenséggel fogadták az egyes kockázatok felmerülésének veszélyét. Másodikként említi, hogy a döntéshozatali eljárások során jelentős torzítások voltak feltárhatóak az adatok elemzése és felhasználása körében. Harmadikként azt is kiemelte, hogy különféle bizonytalanságok voltak tapasztalhatóak a londoni olimpiát, mint projektet levezénylő menedzsmentben és adminisztrációban. A hatások együttes jelenléte eredményeként végül a rendezés költségei jelentősen meghaladták az előre tervezetteket.

Blake (2005) tanulmányában, amelyet azt követően írt, hogy London elnyerte a 2012. évi nyári olimpiai játékok rendezésének jogát, számba vette a szervezőbizottság közlései alapján, hogy a rendezvény lebonyolításához kapcsolódóan milyen kiadásokkal és milyen bevételekkel kell – és lehet – kalkulálni. Meglátása szerint bevételek keletkeznek a helyi szponzorok támogatásából, a jegyeladásból, a közlekedésből, a különböző márkázott termékek eladásából, a cateringből, a közvetítési jogokból és – külön kategóriaként – a top szponzorok befizetéseiből. A kiadások között külön kategóriaként említi meg a szervezőbizottság kiadásait, amelyek között – egyebek mellett – olyan tételek is szerepelnek, mint az adminisztráció, a biztonság, a közlekedés, a technikai költségek, infrastruktúrafejlesztés, az olimpiai falu költségei vagy éppen a reklámkiadások. Az infrastrukturális kiadások külön felsorolást is kaptak, amelyekből kiderült, hogy – számos egyéb rendezvényhelyszín mellett – új olimpiai stadiont és központi uszodát is építeni kellett. Blake a tervek esetében óvatos árazással, középárazással és kimondottan magas árakkal is kalkulált.

Graham (2012) közli a végleges rendezés végleges költségeit is. Míg 2005-ben mindösszesen 2,37 milliárd angol fontra becsülték a felmerülő költségeket, az eredeti becsléseket messze meghaladó végösszegbe, az inflációt is hozzákalkulálva összességében mintegy 11 milliárd angol fontba került Londonnak az olimpia. Ha ezekhez a költségekhez

hozzáadjuk azokat a költségeket, amelyek nem kizárólagosan az olimpia miatt merültek fel, azonban időzítésüket erősen befolyásolta a nyári olimpia, akkor a rendezvény végső kiadási összege megközelíti a 24 milliárd angol fontot.

A költségek mellett érdemes számot vetni azokkal a pozitív gazdasági hatásokkal, amelyeket az olimpia rendezése generált úgy London, mint az egész Egyesült Királyság javára. Az éves gazdasági teljesítmény mérhetően növekedett (mintegy 1,3 milliárd angol fonttal), de a lakosok kiegészítő jövedelme is közel 300 millió angol fonttal emelkedett. Az olimpia megrendezése a becslések szerint közel 18 ezer munkahelyet teremtett és a turizmus átlagos jövedelmei is közel ötödével emelkedtek a verseny idején. A 18 ezer új munkahelyen kívül okvetlen meg kell említeni, hogy a versenyhez kapcsolódó infrastrukturális beruházások kivitelezésén mintegy 2,8 millió ember dolgozott (Internet 17).

A nyereséges rendezés egyik feltétele a bevételek maximalizálása lenne, amely a sportversenyek esetében több forrásból is eredhet. Ezek egyike a közvetítésekhez kapcsolódó jogdíjbevételek, amely a londoni olimpia esetén meghaladta a 2,5 milliárd USA dollárt (Várhegyi, 2016). Tang és Cooper (2013) közlése szerint cikkük publikálásig a londoni olimpia volt a valaha volt legnézettebb sportesemény az Amerikai Egyesült Államokban, ráadásul ez a hosszas nagyrendezvény volt az első, amelynek közvetítésében a televíziózás mellett tekintélyes szerep jutott az internetnek és a különböző mobileszközöknek is.

Näränen (2003) tanulmányában a legnépszerűbb sportesemények közvetítési jogainak drágulásával, továbbá azokkal a veszélyekkel foglalkozik, amelyeket ez a folyamat indukál. Mint az cikkéből kiderül, az 1990-es években reálisan felmerült annak a veszélye, hogy az olimpiai játékokhoz hasonlóan népszerű sportrendezvények közvetítési jogai annyira megdrágulnak, hogy annak kigazdálkodására csak fizetős csatornák lesznek képesek. Ez azonban újabb problémát eredményezne, hiszen a tájékozódáshoz való jog gyakorlását súlyosan korlátozza, ha kiemelkedő jelentőségű eseményeket csak fizetős csatornákon lehetne nézni. Ezt a problémát az Európai Unió döntéshozói az úgynevezett TVWF-direktíva bevezetésével orvosolták, amelynek értelmében a tagállamok összeállíthatnak egy listát olyan eseményekről, amelyet kiemelkedő társadalmi jelentőségűnek ítélnek meg. Azok a rendezvények, amelyek – időpontjuknál jóval korábban – felkerülnek erre a nemzeti listára, nem közvetíthetők kizárólagosan fizetős csatornákon.

Bignell (2008) szerint a sportesemények élő televíziós közvetítésének varázsa a fogyasztó szempontjából abban rejlik, hogy a műsort nézve egy, a tartózkodási helyétől eltérő fizikai környezetben érezheti magát. Bignell alapján tehát kijelenthető, hogy ezt az illúziót keresik a sportközvetítések fogyasztói akkor, amikor kiválasztják éppen aktuális szórakozásukat, a médiaszolgáltatók pedig azért fizetnek a sportesemények rendezőinek, hogy lehetőséget kapjanak – jogosultságot nyerjenek – a sportesemény közvetítésére.

Egy-egy nagy sportrendezvény, egy olimpia, világbajnokság vagy Európa-bajnokság rendezése során természetesen nem pusztán a közvetítési jogokból remélhetnek bevételeket a szervezők. Az ilyen rendezvények komoly hatással vannak a turizmusra is, hiszen egyre több szurkolót vonz, hogy a helyszínen láthassa a sportolók versengését, a megnövekedett emberi teljesítményeket. A versenyzők és sportdelegátusok mellett a rendezvényen megjelenő nézők tehát turistaként is viszik a rendező ország, város hírét, pozitív élményeik hatással lehetnek a térség látogatottságára is. Természetesen a televízió és interneten keresztül sugárzott közvetítések, közzétett képek is képesek ilyen hatás kiváltására (Szabó – Dancsecz, 2009).

A média hatása a sportra olyan jelentős, hogy egyes sportágak a jobb közvetíthetőség miatt akár szabályrendszerükön is képesek változtatni. A változtatások után ugyanis ezek a sportágak is nagyobb teret nyerhetnek a közvetítésekben, így pedig nagyobb bevételre tehetnek szert a versenyrendezők, a szövetségek, a klubok és maguk a sportolók is (Gál, 2015).

Összességében tehát kijelenthető, hogy egy, a nyári olimpiához hasonló nagyrendezvény megrendezése rendkívül költséges. A bevételek csak ritkán képesek fedezni a rendezvény által

okozott kiadásokat, azonban az olimpia hatásai túlmutatnak azon a pár hetes időszakon, amikor a konkrét esemény lezajlik. A verseny miatt szükségessé váló infrastrukturális fejlesztések később a házigazda város javára használhatóak, a közlekedési fejlesztések minden lakos érdekét szolgálják. A turizmus fellendülése pedig hosszabb távon is fenntarthatja az érdeklődést egy-egy olimpiai város iránt.

8. A londoni olimpia kulturális hatásainak elemzése

Az olimpiai játékok kulturális hatásait több tényező mentén is vizsgálhatjuk. Ezek egyike emberi jogi: a sportolók közötti egyenlőség kimutatása az olimpiák egyik legfontosabb üzenete. Másfelől pedig az olimpiák arra is lehetőséget adnak, hogy a szervező országok bemutathassák kulturális örökségüket, tradícióikat, felidézhesék a nemzet nagy pillanatait és alkotásaikon keresztül megidézhesék a nagy elődök szellemiségét is.

A sportban alapelveként jelenik meg az emberek egyenlősége: olyan versenyzők erejét mérik össze, akik bizonyos besorolás szerint (például nem, kor, testsúly) hasonló kategóriába tartoznak. A jogi értelemben vett esélyegyenlőség magába foglalja a jogegyenlőség korlátainak teljes körű felszámolását, a hátrányos megkülönböztetés tilalmát és mindazon pozitívan diszkrimináló eszközök alkalmazását, amelyek célja a hátrányok leküzdése (Bodnár, 2015).

Világszerte egyértelműen támogatott a cél, hogy a gyerekek azonos esélyekkel juthassanak sportolási lehetőségekhez, azonban szakirodalmi források szerint ezt még egy adott országon belül is rendkívül nehéz megvalósítani, globálisan pedig szinte kivitelezhetetlennek tűnik egy ilyen cél elérése. Ráadásul a témában folyó elméleti vita sokszor kiüresedik és kevés gyakorlati eredményt tud elérni (Flintoff – Fitzgerald, 2012).

Bodnár (2015) cikkében azt is bemutatja, hogy Magyarországon milyen lépéseket tett az állam annak érdekében, hogy mindenfajta hátrányos megkülönböztetésről mentesen mindenkinek biztosítani tudja a sportoláshoz való jogot, amelyet egyébként az Alaptörvény is biztosít a polgároknak. Tény ugyanakkor, hogy a diszkrimináció felszámolása során súlyos történelmi örökséggel kell a jogalkalmazóknak megküzdeniük. Hazánkban hagyományosan előnyben részesült a versenysport a tömegsporttal szemben, az olimpiai sportágak pedig mindig megelőzték a nem olimpiai sportágakat a támogatottság szempontjából. Ha tehát a hazai sport diszkriminatív jellegzetességeire gondolunk, akkor kijelenthető, hogy a legnagyobb hátrányban a vidéki, falusi emberek vannak, akik nem olimpiai sportágat, vagy esetleg valamilyen parasportágat szeretnének művelni.

A londoni olimpia ugyanakkor a diszkriminációtól teljesen mentesen került lebonyolításra. Minden versenyző képességeinek legjavát adhatta egy támogató és multikulturális környezetben, amely a brit kultúra jellegzetességeiből kifolyólag is jöhetett létre.

Az olimpiák emblemikus ceremóniája az ünnepélyes megnyitó. Ekkor a rendező ország bemutathatja saját kulturális örökségét, történelmét, tradícióit. Így tettek a britek is, akik irodalmi nagyságaikat idézték meg – a sajtószabadságra is utaló módon – nagy újságpapírokra nyomva, miközben saját zenei életük legjelentősebb alakjai léptek fel úgy a könnyűzene (Spice Girls, George Michael, Eric Idle), mint a komolyzene (Sir Simon Rattle) világából (Internet 12). Természetesen voltak jól elhelyezett momentumok, amelyek az ország filmgyártását idézték meg (II. Erzsébet királynő és James Bond közös érkezése), esetleg olimpiai témájú zeneművek előadása közben (Rowan Atkinson vendégfellépése a Tűzszekerek című film zenéjének előadása során).

3. ábra: Rowan Atkinson színművész fellépése a londoni olimpia nyitóünnepségén Vangelis: Tűzszekerek című fimzenéjének előadása közben
3. Figure: Actor Rowan Atkinson performs parts from the Chariots of Fire soundtrack by Vangelis at the opening ceremony of the London Olympic Games



(Forrás: Internet 13)

A londoni olimpiát megtisztelte jelenlétével II. Erzsébet királynő, aki maga is a megnyitó ünnepség koreográfiájának szereplőjeként érkezett meg a helyszínre. A felvételek alapján a James Bond titkos ügynök karakterét megszemélyesítő Daniel Craig színművész társaságában, ejtőernyőn érkezett a királynő – illetve az őt helyettesítő színész – az ünnepségre.

4. ábra: II. Erzsébet királynő és a James Bondot alakító Daniel Craig úton a londoni olimpia nyitóünnepségére
4. Figure: H. M. Queen Elizabeth II. and actor Daniel Craig in the role of James Bond on their way to the opening ceremony of the London Olympic Games



(Forrás: Internet 14)

9. A londoni olimpia etikai-erkölcsi hatásainak elemzése

A londoni olimpia etikai-erkölcsi hatásait mindenképpen elemezni kívántuk. Általános vélekedés ugyanis, hogy a sportoláshoz kapcsolódik egyfajta szabálytisztelet, olyan etikus magatartás, amely meghaladja a hétköznapi átlagot.

A versenysportok, jellegüket tekintve, igen komoly szabályrendszeren belül működnek. A tevékenység lényege, hogy a versengő felek összemérjék erejüket egy olyan küzdelemben, amelyben az erősebb, a jobb, a gyorsabb győzedelmeskedik. A diadal kulcsa az egyén képességeiben, készségeiben, szorgalmában, felkészültségében rejlik. A fair play eszméjéhez azonban az is hozzátartozik, hogy a vetekedő felek magukra nézve kötelezően elfogadják bizonyos normákat, amelyeket a küzdelem során betartanak. Mindez annak is köszönhető, hogy a sport egy olyan korszakban tudott elterjedni, amikor a korábbi időszakokhoz képest sokkal kevesebb háború, konfliktus volt: a 19. századi sportoló angol nemesember igencsak más körülmények között élt és szocializálódott, mint a százéves háborúban szocializálódott őse. Ennek eredményeként, tekintve, hogy a modern sportok egyik bölcsője éppen Anglia, ez a gentleman szemléletmód volt domináns a ma ismert és játszott sportok tekintélyes hányadának kialakulásánál (Barcsi, 2015). Ha úgy vesszük, a sport voltaképpen játék, a szabályok között végzett játék pedig fejleszti az egyén értelmi és etikai képességeit is (Bíró, 2006).

Barizsné Hadházi (2016) idézi Caroll gondolatait az immorális vezetőről, aki nem veszi figyelembe döntései során a különböző etikai szempontokat, nem vizsgálja azt, hogy a döntései az egyes érintett csoportokra milyen hatást gyakorolnak majd. Az immorális vezetők nem veszik figyelembe azt, hogy mi helyes vagy mi nem, számukra kizárólag az egyéni (vállalati) profitmaximalizálás lehet a cél, amelynek elérése érdekében jószerivel bármire képesek.

A fenti gondolatot a sport világába áttűtetve láthatjuk, hogy vannak immorális sportolók. Ezek a sportolók nem riadnak vissza attól, hogy a küzdelem során illegális eszközöket használnak. Az immorális magatartás több módon is megjelenhet. A sportágak szabályrendszerének következetes áthágása, sportszerűtlen viselkedésmód folytatása is lehet immorális. Természetesen ebben az esetben nem arról van szó, ha az egyik fél a verseny hevében, gondatlanul szabálytalankodik, hanem a normák következetes és folytatólagos áthágásáról. Az immorális sportolói viselkedés legsúlyosabb formája azonban meglátásom szerint a dopping.

Sajnos a londoni olimpia sem doppingmentesen zajlott. Mint az a későbbi híradásokból kiderül, a versenyek idején levett minták alapján egyre több sportolót zárnak ki utólagosan a versenyből azért, mert teljesítményét valamilyen tiltott szerrel fokozta. Arra is volt precedens, hogy emiatt évekkel később derült csak ki, hogy egy adott sportágban nem az a versenyző lett az olimpiai bajnok, akinek az eredményhirdetés idején az aranyérmét a nyakába akasztották (Internet 15).

10. Záró gondolatok

Meglátásunk szerint a londoni olimpia egy igazán jellegzetes sportesemény volt, amely a maga módján számos előfeltevésnek meg tudott felelni. A rendezéssel az Egyesült Királyság és London bemutathatta, hogy képes és alkalmas egy 21. századi nagyrendezvény lebonyolítására.

A szervezők képesek voltak arra, hogy az eredeti coubertini gondolat mentén igazi versenyt teremtsenek a sportolóknak. Tiszta körülmények között lezajlott nemes versengés szemtanúi lehettünk, amelyet csak ritkán szakítottak meg sportszerűtlen mozzanatok. A doppingszerek utólagos ellenőrzése még hozhat szomorú fordulatokat, azonban a verseny összességében pozitív emlékezetén rontani aligha tud majd.

Gazdasági és projektmenedzsment szempontból a londoni nyári olimpia alapvetően minden tudományos koncepciónak megfelelt, amelyet egy ilyen horderejű rendezvény kapcsán a

szakértők említeni szoktak. Sokkal drágább lett a rendezvény és voltak problémák a projekt lebonyolításával is, azonban végül a rendezvény alapvetően zökkenőmentesen zajlott le. Az olimpiához hasonló nagyrendezvények esetén egyébként egyáltalán nem ritka a tervezett költségek drasztikus túllépése, amely részint a felelőtlen tervezésnek is köszönhetően történhet meg.

A londoni olimpia nézettsége rendkívül magas volt, számos platformon keresztül közvetítették a világ minden pontján az eseményeket. Látható, hogy a megváltozó médiafogyasztás alakítja a sportközvetítések rendszerét is, hiszen az internet elterjedése azt is lehetővé teszi, hogy párhuzamosan az összes versenyhelyszín követhetővé váljon a nézők számára.

A londoni olimpia környezeti szempontból is számos érdekességet tartogatott. Mindenképpen kiemelendő az a felelősségteljes hozzáállás, amellyel a tervezők az olimpiai helyszíneket készítették elő. A barnamezős beruházásként épülő helyszínek, amelyek később a város mindennapi életét is élhetőbbé tették, igazán sikeresnek bizonyultak. A tervezők sikerrel küzdöttek az építészeti túlzásfoltosság ellen is, hiszen a szükségszerűen koncentrált olimpiai területeken számos később visszabontható épületet is emeltek, amelyek ma már nem foglalják el a többi épület közötti szabad területet. Ugyanakkor azt is ki kell emelni, hogy egy, az olimpiához mérhető nagyságú rendezvény komoly megterhelést jelent az otthont adó város lakói számára – elsősorban közlekedési, biztonsági és környezetvédelmi szempontból.

A szakirodalmi források nem vélekednek egybehangzóan arról, hogy a sportversenyeken elért eredmények milyen hatással vannak a szabadidős- és tömegsport tendenciák alakulására. Bizonyos mértékben hatnak az aktivitásra az elért sportsikerek, ugyanakkor Magyarországon a fizikai inaktivitás mértéke még mindig rendkívül magas. Ezt az értéket okvetlen lentebb kellene vinni annak érdekében, hogy a lakosság egészségi és fizikai állapota javulni tudjon.

A fenti cél megvalósítását talán segítheti az a tendencia, amely az igazolt sportolók számának növekedését mutatja az országban. Amennyiben a jövőben ez a trend nem változik és tovább nő azoknak a száma, akik rendszeresen végeznek fizikai aktivitást, akkor az ország ma igen aggasztó demográfiai mutatói is javulhatnak majd, növelve a várható élettartamot és csökkentve a korai halálozás arányát.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Ács Pongrác – Hécz Roland – Paár Dávid – Stocker Miklós (2011): A fittség (m)értéke. *Közgazdasági Szemle*. LVIII. évfolyam. Július-augusztus lapszám. pp. 689-708.
- Ács Pongrác – Stocker Miklós – Oláh András (2013): The Determination of Economic and Public Health Benefits Achievable by Increasing Regular Physical Exercise. *Applied Studies in Agribusiness and Commerce – APSTRACT*. 8. évfolyam. 1. lapszám. pp. 5-14.
- Barcsi Tamás (2015): A sport társadalometikai kérdései. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): *A sport társadalmi aspektusai*. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. pp. 216-224.
- Barizsné Hadházi Edit (2016): A vezetői magatartás etikai aspektusból történő megközelítése. *Taylor Gazdálkodás- és Szervezéstudományi Folyóirat*. 8. évfolyam. 2. lapszám. pp. 49-55.
- Bhattacharjee, Anol (2012): *Social Science Research: Principles, Methods and Practices*. Text-books Collection, Book 3. University of South Florida, Tampa.
- Bignell, Jonathan (2008): *An Introduction to Television Studies*. Second Edition. Routledge, London.

- Bíró Melinda (2006): Tanítási-tanulási stratégiák a mozgásos cselekvéstanítás speciális területén, az úszásoktatásban. Új Pedagógiai Szemle. 56. évfolyam. 9. lapszám. pp. 62-71.
- Blake, Adam (2005): The Economic Impact of the London 2012 Olympics. Christel DeHaan Tourism and Travel Research Institute, Nottingham University Business School, Nottingham.
- Bodnár Ilona (2015): Egyenlőség – egyenlőtlenség – esélyegyenlőség a sportban. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): A sport társadalmi aspektusai. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. pp. 109-137.
- Christ, Thomas W. (2010): Teaching mixed methods and action research: pedagogical, practical and evaluative considerations. In: Tashakkori, Abbas – Teddlie, Charles szerk. (2010): SAGE Handbook of Mixed Methods in Social & Behavioral Research. Thousand Oaks. SAGE Publications. pp. 643-676.
- Coalter, Fred (2007): London Olympics 2012: 'the catalyst that inspires people to lead more active lives'? The Journal of the Royal Society for the Promotion of Helath. 127. évfolyam. 3. lapszám. pp. 109-110.
- Flintoff, Anne – Fitzgerald, Hayley (2012): Theorizing difference and (in)equality in physical education, youth sports and health. In: Dowling, Fiona – Fitzgerald, Hayley – Flintoff, Anne szerk. (2012): Equity and Difference in Physical Education, Youth Sport and Helath: a Narrative Approach. London. Routledge. pp. 11-36.
- Földesiné Szabó Gyöngyi – Gál Andrea – Dóczi Tamás (2016): Két tudományág mostohagyereke: A magyar sportszociológia fél évszázados útkeresése. Szociológiai Szemle. 26. évfolyam. 3. lapszám. pp. 78-97.
- Gábor Péter (2013): Városi területek megújítása – különös tekintettel a szabadterekre. Doktori értekezés. Budapesti Corvinus Egyetem Tájépítészeti és Tájökológiai Doktori Iskola, Budapest.
- Gál Andrea (2015): Sport és média. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): A sport társadalmi aspektusai. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. pp. 84-95.
- Graham, Stephen (2012): Olympics 2012 Security. Welcome to lockdown London. City – Analysis of Urban Trends, Culture Theory, Policy, Action. 16. évfolyam. 4. lapszám. pp. 446-451.
- Guttmann, Allen (2002): The Olympics. A History of the Modern Games. Second Edition. University of Illinois Press, Urbana és Chicago.
- Jennings, Will (2012): Why costs overrun: risk, optimism and uncertainty in budgeting for the London 2012 Olympic Games. Construction Management and Economics. 30. évfolyam. 6. lapszám. pp. 455-462.
- Konstantaki, Maria – Wickens, Eugenia (2010): Residents' Perceptions of Environmental and Security Issues at the 2012 London Olympic Games. Journal of Sport and Tourism. 15. évfolyam. 4. lapszám. pp. 337-357.
- Laczkó Tamás (2015): A sport, mint társadalmi alrendszer. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): A sport társadalmi aspektusai. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. pp. 9-17.
- Lakatos Péter – Szabó Petra (2015): A londoni olimpia logisztikája. Logisztika Évkönyv 2015. Magyar Logisztikai Egyesület, Budapest. pp. 81-90.
- Lampekinga (2015): Egészség, életminőség, fizikai aktivitás – a szalutogenezis diadala. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet szerk. (2015): A sport társadalmi aspektusai. Pécs. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar. pp. 18-27.
- Lengyelne Molnár Tünde – Tóvári Judit (2001): Kutatásmódszertan. Eszterházy Károly Főiskola Médiainformatika Intézet, Eger.
- Miller, Delbert C. – Salkind, Neil J. (2002): Handbook of Research Design & Social Measurement. 6th Edition. Sage Publications, Thousand Oaks.
- Molnár Dániel (2010): Empirikus kutatási módszerek a szervezetfejlesztésben. Humán Innovációs Szemle. 2010. évfolyam. 1-2. lapszám. pp. 61-72.

- Näränen, Pertti (2003): Az európai digitális televíziózás: a jövő szabályozási dilemmái. Médiakutató. 2003 nyár. Forrás: http://mediakutato.hu/cikk/2003_02_nyar/05_europai_digitalis_szabalyozas/?q=olimpia#olimpia Utolsó letöltés dátuma: 2018. 01. 14.
- Nemzeti Sportstratégiáról szóló 65/2007 (VI. 27.) OGY határozat.
- Neulinger Ágnes (2007): Társas környezet és sportfogyasztás. A folyamatos megerősítést igénylő tanult fogyasztás. Ph.D. értekezés. Budapesti Corvinus Egyetem Gazdálkodástani Doktori Iskola, Budapest.
- Olympic Delivery Authority (2015): Report from the period from 1 April to 2 December 2014. Olympic Delivery Authority, London.
- Pfau Christa (2015): Examination of leisure sports alternatives provided by higher education institutions. Applied Studies in Agribusiness and Commerce – APSTRACT. 9. évfolyam. 3. lapszám. pp. 33-38.
- Sebestyén Zoltán – Tóth Tamás (2014): Projektek sikere. Vezetéstudomány. 45. évfolyam. 9. lapszám. pp. 67-76.
- Šiljak, Violeta (2007): Istorija sporta. Fakultet za Menadžment u Sportu, Univerzitetu „Braća Karić”, Belgrád.
- Spivey, Nigel (2004): The Ancient Olympics. Oxford University Press, Oxford.
- Szabó Ágnes (2013): Szabadidősport-piacok Magyarországon. Vezetéstudomány. 44. évfolyam. 4. lapszám. pp. 18-28.
- Szabó Lajos – Dancsecz Gabriella (2009): A nemzetközi sportrendezvény-szervezési projektek sikertényezői és a siker megítélésének kritériumai. Vezetéstudomány. 40. évfolyam. 5. lapszám. pp. 18-31.
- Szilágyi Győző Attila (2016): Néhány ország olimpiai teljesítményének elemzése, multilogisztikus modellezéssel. In: Csiszárík-Kocsir Ágnes szerk. (2016): Vállalkozásfejlesztés a XXI. században VI: tanulmánykötet. Budapest. Óbudai Egyetem. pp. 361-378.
- Tang, Tang – Cooper, Roger (2013): Olympics Everywhere: Predictors of Multiplatform Media Uses During the 2012 London Olympics. Mass Communication and Society. 16. évfolyam. 6. lapszám. pp. 850-868.
- Taylor, Steven J. – Bogdan, Robert – DeVault, Marjorie (2015): Introduction to Qualitative Research Methods: A Guidebook and Resource. Wiley & Sons, Hoboken.
- Várhegyi Ferenc (2016): A sport és a televízió kapcsolata. Testnevelés, Sport, Tudomány. 1. évfolyam. 2. lapszám. pp. 20-29.
- Young, David C. (2004): A Brief History of the Olympic Games. Blackwell Publishing, Malden.
- Internet 1: Olimpia: nyári olimpiai játékok helyszínei 1896-2012. <https://londonolimpia.wordpress.com/2012/07/26/olimpia-nyari-olimpiai-jatekok-helyszinei-1896-2012/> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 2: <https://www.olympic.org/paris-1900> Adatok letöltve: 2019.03.16
- Internet 3: <https://www.olympic.org/paris-1924> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 4: <https://www.olympic.org/los-angeles-1932> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 5: <https://www.olympic.org/los-angeles-1984> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 6: <https://s3.amazonaws.com/berkeley-center/PierredeCoubertin.jpg> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 7: InfoJegyzet, 2016. évfolyam, 54. lapszám. http://www.parlament.hu/documents/10181/595001/Infojegyzet_2016_54_sport_szervezetren_dszere.pdf/a17bf6d7-91e1-4189-9d5f-318ad42a66ef Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 8: <https://www.olympic.org/london-2012/water-polo/water-polo-men> Adatok letöltve: 2019.03.16.

- Internet 9: <https://www.olympic.org/football/16-team-tournament-men> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 10: https://ichef.bbci.co.uk/news/660/media/images/76524000/jpg/_76524160_flats.jpg Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 11: Nehezen bírja a londoni tömegközlekedés az olimpiát. http://hvg.hu/sport/20120730_olimpia_tomegkozlekedes Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 12: http://hvg.hu/sport/20120813_fay_miklos_popolimpia Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 13: https://i.ytimg.com/vi/Hug1tYxO_cs/maxresdefault.jpg Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 14: <http://leosigh.com/wp-content/uploads/2013/02/the-queen-and-james-bond-london-olympics-opening-ceremony.jpg> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 15: https://index.hu/sport/2017/01/12/dopping_elvett_ermek_ujrateszteles_london_2012_peking_2008_statisztikak/ Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 16: <http://sportsmarketing.hu/2012/09/03/aktivabb-tarsadalom-az-olimpia-hatasara/> Adatok letöltve: 2019.03.16.
- Internet 17: <http://sportsmarketing.hu/2012/05/31/a-londoni-olimpia-gazdasagi-hatasai/> Adatok letöltve: 2019.03.16.

A DEBRECENI EGYETEMI ATLÉTIKAI CLUB LABDARÚGÓ SZAKOSZTÁLY SPORTSZÓRAKOZTATÁS KÍNÁLATI VIZSGÁLATA

THE RESEARCH OF SPORT ENTERTAINMENT SERVICE AS SPORT SERVICE AT FOOTBALL DIVISION OF DEAC

KOROKNAY ZSUZSA Msc hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
PFAU CHRISTA egyetemi adjunktus
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar
BÁCSNÉ BÁBA ÉVA egyetemi docens
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

The Debreceni Egyetemi Atlétikai Club is responsible for University of Debrecen's sport tasks. One of basic services of DEAC – according to the subject of exchange – is sport entertainment service. In this research we observed some elements of sport service management. We chose the case study as a method of research. We identified that factors, what created during the sport service and influence the consumer value. Beside we specified four dimensions of C2C value creation process, furthermore some case of consumer loyalty was defined along two factors, psychological commitment and consistency of behaviour.

1. Bevezetés

A Debreceni Egyetem Magyarország egyik legnagyobb létszámmal rendelkező felsőoktatási intézménye, amelyben alapvető igényként merülhet fel az aktív és passzív sportolási lehetőség biztosítása. Az Egyetem sportcélú feladatait az egyetemi sportegyesület, a Debreceni Egyetemi Atlétikai Club látja el, mely biztosítja a passzív sportfogyasztás lehetőségét is. Jelen kutatásban a DEAC alapszolgáltatásai közül az úgynevezett sportszórakoztatás került vizsgálatra, ami nem más, mint mások sportolásának nézése, élvezete a csere tárgya szerinti csoportosítás alapján. Mindez a felnőtt férfi labdarúgó NBIII-ban szereplő csapat, továbbá a felnőtt férfi NBI-es és NBIII-as bajnokságokban szereplő futsal csapatokon keresztül kerül bemutatásra.

2. Szakirodalmi áttekintés

A sportszolgáltatás nem más, mint a szolgáltató által kínált szórakozás vagy sportolási lehetőség, amiért a fogyasztó képes és hajlandó ellenértéket fizetni (Koroknay – Dénes, 2018). A sportszolgáltatásokat több szempont alapján is lehetséges csoportosítani (Dénes, 2015), amelyek közül jelen tanulmányban alapszolgáltatás csere tárgya szerinti csoportosítást vettük alapul. Az alapszolgáltatás, jelen esetben sportszórakoztatás során fontos meghatározni a szolgáltatás természetét, átadását, munkaintenzitását, vevő-eladó kapcsolatát, továbbá a szolgáltatás hozzáférhetőségét (Dénes, 2015; Lovelock, 1983).

A szolgáltatás minőségének meghatározása a fogyasztói tapasztalatok és értékítélet alapján történik. A fogyasztói érték nagyrészt szubjektív, hiszen a fogyasztó személyes véleményét tükrözi a szolgáltatásról, hogy az mennyiben is elégitette ki előzetes elvárásait (Kulcsár, 2014). A fogyasztói érték meghatározásához kapcsolódóan Sweeney (2001) alapján négy faktort szükséges figyelembe venni:

- érzelmi,
- szociális,

- funkcionális/ár,
- funkcionális/minőség.

A szolgáltatás során nemcsak a szolgáltató-fogyasztó közötti értékteremtés történik, hanem a fogyasztó-fogyasztó között is végbe mehet értékteremtési folyamat. Ezt az értékteremtési folyamatot szféra (egyesített és fogyasztói) és platform (fizikai és virtuális) típusok alapján négy dimenziót határozhatunk meg (Dénes, 2015).

A fogyasztó érték kialakulásában nagy szerepet játszik a fogyasztók előzetes elvárása a szolgáltatás milyenségéről. Ezen elvárások pozitív vagy negatív irányban térhetnek el tapasztalást követően, ám a szolgáltatóknak lehetősége van mindezt befolyásolni (Kulcsár, 2014). A fogyasztói elvárásokat befolyásoló tényezők közé tartozik többek között az ár, a marketing, korábbi tapasztalatok, az éppen aktuális fogyasztói hangulat (Koroknay – Dénes, 2018). A fogyasztói elvárásokat Johnston – Clark (2008) írása nyomán négy csoportba foglalhatjuk össze, amelyeket faktoroknak nevez meg: higiéné faktorok, fokozó faktor, kritikus faktor és semleges faktor.

A fogyasztói elvárások az idő előrehaladtával képes lojalitássá alakulni, ami folyamatos mérközéslátogatást feltételez. A szurkolói hűség nem más, mint az évek során kialakult néző érdeklődés elmélyülése, odaadás és ragaszkodás egy sportcsapat iránt. A szurkolókat jellemzi, hogy érzelmileg elkötelezettek, lelkes híve a sporteseménynek (Dénes, 2015). Ezen fogyasztói lojalitást a magatartási következetesség és pszichológiai elköteleződés skála mentén határozhatunk meg négy fogyasztói csoportot.

3. Anyag és módszer

A kutatás során vizsgált sportszolgáltató a Debreceni Egyetemi Atlétikai Club (továbbiakban: DEAC), melynek több szakosztálya is van, ám a legnagyobb népszerűségnek örvendő sportág szervezeti egységét vizsgáltuk csak meg. A sportentitás székhelye 4032 Debrecen, Dóczy József utca 9. cím alatt található. Célszerűen besorolása sporttevékenység, valamint közhasznú fokozattal is rendelkezik. A szervezet főbb képviselői: Lenténé Dr. Puskás Andrea (ügyvezető elnök), Dr. Jávora András (elnök), Dr. Csernoch László, Sebő László, Dr. Vizeli Kornél, Bognár István, Bács Bence (elnökségi tagok) (II).

A sportszervezet gazdasági helyzete az elmúlt öt évre vonatkozóan pozitív képet mutat (Koroknay-Dénes, 2018). Vagyonnövekedés figyelhető meg az éves beszámoló adatok alapján, ami leginkább a javuló infrastrukturális körülmények kialakítása végett alakult ki. A szakosztály bevételei a sportszolgáltatási díjból (tagdíj), alapítói támogatásból, látványncsapatsport támogatásból állnak. Az első bevételi kategória esetében folyamatos növekedés figyelhető meg. Mindez önmagában is kedvező, de még inkább annak tükrében, hogy ez a növekedés nem a díj mértékének emeléséből adódik, hanem a sportolói létszám növekedéséből.

A kutatás módszere a szakirodalmi áttekintések alapján a sportszolgáltatás menedzsment rendszerének feltérképezése esettanulmány mintájára. Az esettanulmány nem más, mint egy érdekes, egyedülálló dolog, személy vagy szervezet leírása, amelyet több tudományterület is előszeretettel alkalmaz, hiszen lehetőséget biztosít specifikus esetek megvilágítására, mind pozitív, mind negatív oldalról (Koroknay – Dénes, 2018; Szűcs et al., 2014).

4. Eredmények és megbeszélés

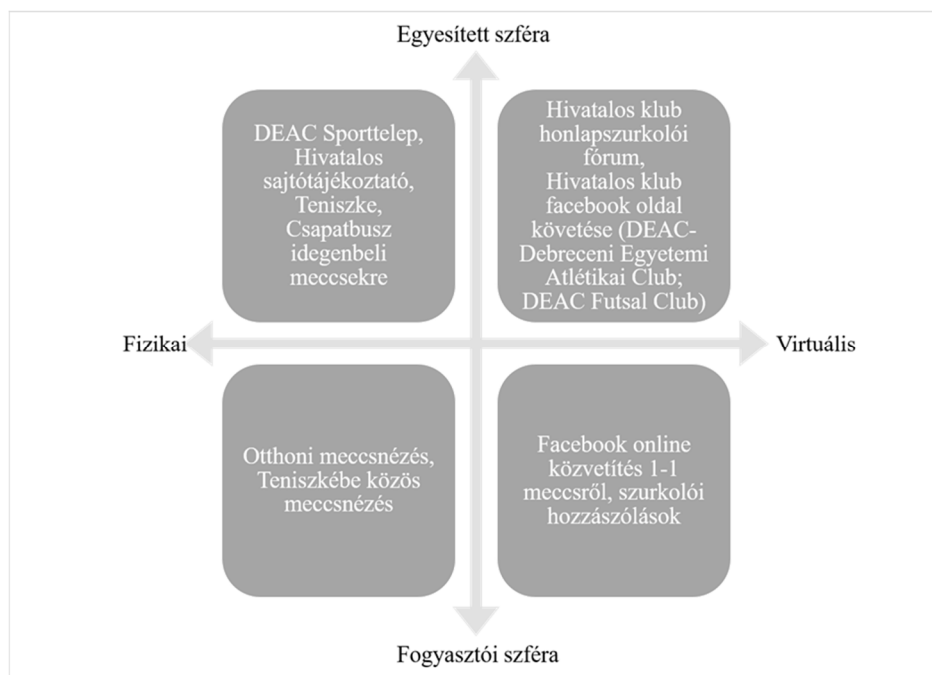
A sportentitásnak az alapszolgáltatás csere tárgya szerinti csoportosítás alapján sportszórakoztatási szolgáltatási típusa is van. A csere tárgya mások sportolásának élvezete, jelen esetben az NBIII-as DEAC férfi felnőtt labdarúgó csapat, valamint az NBI-es és NBIII-as DEAC férfi felnőtt futsal csapat. Egy mentális tevékenységről van szó, amelynek az átadása

diszkrét, hiszen 1-1 mérkőzés megtekintéséről van szó. Munkaintenzitása magas, hiszen a szolgáltatás létrehozói feltételezhetően nagy szaktudással rendelkeznek. Az eladási irányok esetében többcsatornásról beszélünk, hiszen különböző médianak, illetve helyszínen lehet értékesíteni, valamint ebből adódóan a hozzáférés is több helyen hozzáférhető. A vevő-eladó kapcsolata személytelen, és a kapcsolat jellegéből adódóan a vevő megy.

Sportszórakoztatás esetén tapasztalatom alapján a fogyasztói érték faktorai közé tartozik az érzelmi, funkcionális/minőség és funkcionális/ár tartozik. Az érzelmi faktor esetében a jó érzés és öröm érzet, ami leginkább meghatározó. A második tényező esetében 1-1 mérkőzés minőségének a megítélése, a játékosok teljesítményével való elégedettség sorolható, míg a funkcionális/ár faktor tekintetében pedig a „jó szolgáltatás ezért az árért” érzést kell tapasztalnia egy elégedett fogyasztónak. Ebben az alapszolgáltatásban a fogyasztói érték interaktivitása személy vs tárgy, azaz a szolgáltatáshoz való hozzáállás a mérvadó. Például 1-1 mérkőzés közben vagy végén való szurkolói véleménykinyilvánítás, ami akár lehet pozitív vagy negatív. Általában a mérkőzés minősége és a játékosok teljesítménye az, ami alapján véleményt formálunk, de a szolgáltatónak törekednie kell arra, hogy a fogyasztói várakozásokat megfelelő elvárasi szintre már a mérkőzés előtt. Ezt megteheti akár edzői, akár játékos interjúkkal, valamint az ellenfél eredményeinek bemutatásával mindazért, hogy a fogyasztói – érintettségi foktól függően – reális képet alakítsak ki a mérkőzés végkimeneteléről.

A szolgáltatás fogyasztói maguk a szurkolók, akik a közös értékteremtésben vesznek részt. A korábban említett fogyasztó a fogyasztónak értékteremtési folyamatban két dimenzióban kerül megvizsgálásra a közös értékteremtést, szféra és platform típus alapján (). Az egyesített-fizikai dimenzióban a fogyasztók értékteremtése a DEAC Stadionban vagy a DESOK csarnokba történhet. A hivatalos sajtótájékoztatóon vehetnek részt, a klubhoz kötődő sportkocsmában, a Teniszkében beszélhetik meg az csapatoknál történő dolgokat a szurkolók. Ugyanezen szféra virtuális platformján jöhet létre közös értékteremtés a klub hivatalos honlapjának szurkoló fórumán, vagy a klub hivatalos facebook oldalán. Fogyasztói szféra, fizikai platform esetében otthoni mérkőzés nézésről, esetleg a klubhoz kapcsolódó sportkocsmában történő meccsnézésről beszélhetünk; virtuális platformon pedig 1-1 mérkőzés online közvetítéséről és szurkolói hozzászólásokkal valósulhat meg közös értékteremtés.

2. ábra: Sportszórakoztatás C2C értékteremtése



Forrás: Saját szerkesztés Dénes (2015) alapján

A fogyasztói elvárások meghatározó tényezői közzé tartozik az ár, az elérhető alternatív szolgáltatások, korábbi tapasztalatok, bizalom és fogyasztói attitűd. Az egyesületnél a belépő árak úgy alakulnak, hogy a nagypályás mérkőzések megtekintése ingyenes, azonban a futsal csapat mérkőzéseire szükséges belépőjegy megváltása a szurkolók részéről. Bérlet árak alakulását az 1. táblázat mutatja be.

1. táblázat: DEAC futsal bérletárak

Felnőtt	Diák/nyugdíjas	UP játékos	Unipass/Hallgató	Unipass/életmód	Támogatói
5.000	2.500	1.000	2.500	2.000	70.000

Forrás: Saját szerkesztés I2 alapján, 2019

Az elérhető alternatív szolgáltatások esetében sporton belül megkülönböztethetünk versenyző klubokat, akik szintén labdarúgó mérkőzéseket kínálnak; ilyen például a Debreceni VSC, Debreceni Sportcentrum-Sportiskola. A sporton belüli másik alternatív szolgáltatási csoport más sportágak szolgáltatásai. Debrecen abban a szerencsés helyzetben van, hogy minden látványcsapat-sportágban található felnőtt élvonalbeli csapata, amelyek szintén erős versenytársak a DEAC labdarúgás szempontjából. De sporton kívül is meg lehet nevezni elérhető alternatív szolgáltatásokat, főleg kulturális téren – zene, művészet, színház. Az utolsó három fogyasztói elvárásokat meghatározó tényező, azaz a korábbi tapasztalatok, bizalom és fogyasztói attitűd a jelenlegi fogyasztókhoz kapcsolódik, hiszen mások számára szóbeszéd útját juthat el a klubról alkotott pozitív kép.

Az elvárások faktorok esetében az első a higiéniai faktor. Ilyen elsődleges higiéniai faktor például a lelátó és a mosdó tisztaság. Megerősítő faktorok azok az elemek, amelyek a fogyasztói elégedettséget erősítik, de az adott elemek hiánya nincs befolyással a megelégedettségére. Ilyen például egy női futsal mérkőzésen a szurkolás. Kritikus faktorok azok a tényezők, amelyek növelik a fogyasztók elégedettségét, azonban hiányuk negatív befolyással van. Ilyen lehet a csapat eredményessége, a játékosok által nyújtott teljesítmény, valamint a büfé szolgáltatás színvonala.

Az utolsó elvárási faktor pedig a közömbös faktor, aminek az elégedettségre nincs hatása. Ilyen közömbös faktornak tapasztaltam 1-1 futsal meccs elején a bevonulás, amikor elsötétedik a küzdőtér és hangulatvilágítással vonulnak fel a játékosok.

A fogyasztók kiszolgálása fontos tevékenység a sportszolgáltató szempontjából, hiszen közvetlen bevételi forrást jelent. A kiszolgálási tevékenység információszolgáltatásból, hangulatkeltésből, közönség bevonásából, vendéglátásból, kiegészítőkből és magából az alapszolgáltatásból áll.

Sportszórakoztatási típus esetében a fogyasztók a helyszínre kilátogató közönség. Az ő kiszolgálásuk közvetlenül a beléptetéssel kezdődik és a helyszín elhagyásáig tart. Az információk kiszolgálás mind a mérkőzés előtt, mind a mérkőzés alatt és után is megfigyelhető. A mérkőzés előtt a DEAC hivatalos facebook oldalán és a honlapon is találunk cikkeket, interjúkat az edzőkkel és 1-1 játékosal a mérkőzésre vonatkozóan, ezzel is alakítva a szurkolók elvárási küszöbét. Az egyetem területén néha találhatunk plakátokat, posztereket 1-1 mérkőzésről, valamint a szezon elején jellemző volt a diákság számára kiküldött neptun-üzenetes tájékoztatás. A bajnokság kezdeti szakaszában a mérkőzésre érkezők a belépéskor kaptak szórólapot, amelyben a csapat került bemutatásra, valamint a részletes őszi félévszezon programja. A mérkőzésen az eredményjelző táblán a közönség folyamatosan nyomon követheti a meccs alakulását, néhány alapstatisztikával kiegészítve (sárgalapok száma, vagy futsal mérkőzésen az időkerések, csapathibák is fel vannak tüntetve). Hangulati elemek (fények, kiírások) a csapatok bevonulásánál figyelhetőek meg futsal mérkőzések alkalmával, amikor

„nívósabb” ellenfelekkel játszik a DEAC (pl: Győr, Mezei-Vill). A mérkőzések előtt és félidőben is zene hallható. Az alapszolgáltatásról elmondható, hogy látványos és szórakoztató. A férfi felnőtt labdarúgócsapatban kiváló játékosok vannak, akik rendelkeznek NB1-es tapasztalattal, így felkeltik a nézői érdeklődést, ami a mérkőzés látogatottságát is növelheti, hiszen egyre többen járnak NB3-as labdarúgó mérkőzésre. A futsal mérkőzések esetében a javuló csapatjáték és az izgalom, ami meghatározó. Nagyon sok szoros mérkőzést játszik a csapat. Többször előfordult az, hogy az utolsó másodpercekben esett a mindent eldöntő találat, ami igazán drámai volt. Az NB1-es futsal mérkőzések szinte mindig közel teltházzal kerülnek lejátszásra. A kiszolgálás részeként sajnos alacsonyabb színvonal figyelhető meg a közönségbevonásnál és a vendéglátásnál. Előbbi esetében véleményem szerint a hiányzó szurkolótábor az, ami döntő tényező, hiszen a passzívabb szurkolóknak esélyük sincs valakikhez becsatlakozni a szurkolásba. Vendéglátás esetében leginkább a futsal mérkőzések a gócpontok, ugyanis a létesítményben nem került kialakításra vendéglátási pont, így ez csak körülményesen megoldható. A legtöbb mérkőzésen nem is kerül kialakításra vendéglátási egység. Amikor azonban mégis, akkor a „büfé” felállítás, és annak kínálata is hagy némi kivetnivalót maga után, így ebből a szempontból még van hová fejlődni ez egyesületnek. A labdarúgó mérkőzéseknél szintén probléma a fent említett két kiszolgálási egység, azonban a vendéglátás a pálya mellett található Teniszklubban megoldható, ám ez sem tökéletes. A Teniszklub ugyanis egy kocsmá, ahová a szülők a gyerekeiket nem szívesen engedik el, ami teljesen érthető. Azonban, így egy igen fontos fogyasztói közeg kiesik.

3. ábra. Fogyasztói lojalitás mátrix

Psichológiai elköteleződés

Magatartási következetesség	Magas (valódi) hűség	Hamis (ál) hűség	Magas
	Rejtett hűség	Alacsony (hiányzó) hűség	Alacsony
	Erős	Gyenge	

Forrás: Saját szerkesztés Dénes (2015) alapján, 2019

Sportszórakoztatás során megfigyelhető a négy lojalitási csoport (2. ábra). Azok a szurkolók, akik évek óta rendszeresen látogatják a DEAC mérkőzéseit a valódi hűséggel rendelkezők kategóriába sorolhatjuk. Sajnálatos módon hiába rendelkezik a DEAC nagy hagyományokkal nem alakult ki olyan valódi szurkolói csoport, amely nagy létszámmal rendelkezne. Véleményem szerint az eddig hiányzó eredményességnek is köszönhető ez, de remélhetőleg az elmúlt években mutatott szakmai fejlődés mindezt majd elősegíti. Azok a követők, nézők, akik nem jelennek meg a sporteseményeken, de facebookon a DEAC követői, vagy folyamatosan nyomon követik az sportegyesületben történeteket rejtett szurkolói lojalitási csoportba sorolhatjuk. A hamis hűséggel rendelkező fanok, azok a személyek, akik úgymond „jobb híján” járnak a mérkőzésekre. A magatartási következetességük magas, azonban érzelmi elköteleződés nem figyelhet meg. A néha-néha mérkőzésre betévedő nézők pedig a hiányzó hűséggel rendelkezők közé tartoznak.

5. Összefoglalás

A DEAC gazdasági helyzete az utóbbi öt évben javuló tendenciát mutat. A labdarúgó szakosztály alapszolgáltatásai közül a sportszórakoztatást emeltük ki, amely esetében a felnőtt labdarúgó és futsal csapatokat figyeltük meg. Ezen szolgáltatási típus esetében a fogyasztók a szurkolókkal, mérkőzésre kilátogatókkal azonosak. Ezen fogyasztók elvárásainak kell megfelelnie a DEAC-nak, és megfelelő kiszolgált kell nyújtania a szurkolói számára, aminek szurkolómegtartó ereje van.

A fogyasztó a fogyasztónak értékteremtés során négy közös értékteremtési területet figyelhetünk meg. Az egyesített-fizikai dimenzióban a C2C folyamat a DEAC Stadionban, illetve a DESOK csarnokba történhet 1-1 mérkőzés alkalmával. Az egyesített-virtuális keresztmetszetben a közös értékteremtés a klub hivatalos honlapjának szurkoló fórumán, vagy a klub hivatalos facebook oldalán valósul meg. Fogyasztói szféra, fizikai platform esetében otthoni vagy Teniszkében történő meccsnézésről beszélhetünk; virtuális platformon pedig 1-1 mérkőzés online közvetítéséről és szurkolói hozzászólásokkal valósulhat meg közös fogyasztói értékteremtés.

A fogyasztói elvárásokat befolyásoló tényezők közül sportszórakoztatási típus esetében leginkább meghatározó az ár és elérhető alternatív szolgáltatások. Debrecen nagyságából adódóan számos lehetőség van a szabadidő eltöltésére különböző fizetési hajlandóságoknak megfelelően.

A sportentitás szolgáltatása során a fogyasztók teljeskörű kiszolgálása az elsődleges cél a személyzet szempontjából, hiszen ez jelent bevételt a klub számára. A szurkolói igények kielégítése közvetlenül a helyszínre érkezés és távozás időtartama alatt valósul meg. A kiszolgálási eszközök közé tartozik többek között az információszolgáltatás, alapszolgáltatás minősége, vendéglátás, hangulatkeltés. Ezen elemek finomításával tovább növelhető a pozitív fogyasztói megítélés, így a sportentításoknak fontos ezen elemekre nagy hangsúlyt fektetni.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

András K. (2003): A sport és az üzlet kapcsolata – elméleti alapok, műhelytanulmány 34., BKÁE Vállalatgazdaságtan Tanszék, Budapest

C. H. Lovelock (1983): Classifying Services to Gain Strategic Marketing Insight, Journal of Marketing, Vol. 47, No. 3, pp. 9-20

Dénes F.(2015): Sportszolgáltatások menedzsmentje – Szöveggyűjtemény, Campus Kiadó, Debrecen

J. C. Sweeney;G. N. Soutar (2001): Consumer-perceived value: the development of a multiple-item scale, Journal of Retailing, Vol. 77 (2) [https://doi.org/10.1016/S0022-4359\(01\)00041-0](https://doi.org/10.1016/S0022-4359(01)00041-0)

Koroknay Zs.; Dénes F. (2018): A debreceni egyetemi atlétikai club labdarúgó szakosztály részvételi sportszolgáltatásának vizsgálata, In: Balogh László (szerk.) Fókuszban az egészség. Debrecen: Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet

Kulcsár N.(2014): Az értékteremtés szerepe a szolgáltató vállalkozások versenyképességében, Vezetéstudomány, XLV. ÉVF. 12. SZÁM pp. 28-37

R. Johnston; G. Clark (2008): Service Operations Management, Pearson Education

Szűcs I.; Szöllősi L.; Felföldi J.; Blaskó B.; Szénásné Ványi N.; Kovács K.; Kurmai V. (2014): Case Study Handbook, Debreceni Egyetem

I1: <http://birosag.hu/allampolgaroknak/civil-szervezetek/civil-szervezetek-nevjegyzeke-kereses> (2019.03.12)

I2: <http://www.deac.hu/hirek/egyeb/636/brletvsrls-indul> (2019.03.12.)

A JÁTÉKOSOK SÉRÜLÉSÉVEL REALIZÁLT VESZTESÉGEK A VERSENYSPORTBAN

THE REALIZED LOSSES BY THE INJURIES OF THE PLAYERS IN THE COMPETITIVE SPORT

SZALÁNCZI ZOLTÁN Msc hallgató
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

By the development of the competitive sports, a lot of money flows in to the sector. Thank to this impact, the value of the players are rising, and they are the most valuable resource what a sports company can have. The injuries are a big threat for these professional clubs, because with the absence of a player not only the sport success is at risk, but also the economic profit is an aspect to consider. The value of the players are a popular issue, but what could be the downside of a players injury? In my study I will analyze the loss generated by an injury in the aspect of human capital, and also the economical deficit what a club realizes, Furthermore I will investigate the statistical results for the incidence of the most common sport injuries.

1. Bevezetés

A versenysport fejlődésével, sok pénz áramlik a szektorba. Ennek a hatásnak köszönhetően a játékosok értéke növekszik, és ők váltak a legértékesebb erőforrássá, amit egy sportvállalat csak birtokolhat. A sérülések nagy veszélyt jelentenek ezekre a professzionális csapatokra, mert a játékos kiesésével nem csak a sportsiker kerül veszélybe, hanem a gazdasági veszteség is egy olyan szempont, amit mérlegelni kell. A játékosok értéke egy népszerű kérdés, de mik lehetnek a sérülések hátrányai? A tanulmányomban elemezni fogom egy sérülés által generált veszteségeket az emberi erőforrás tekintetében, és a vállalkozás által realizált gazdasági deficitet is. Továbbá megvizsgálom a statisztikai eredményeket a leggyakrabban előforduló sérülésekről is.

2. A HR szerepe a sportban

Az elmúlt időszakban az emberi erőforrás szerepe jelentősen megnövekedett értékkel bír mind a gazdasági, mind a társadalmi folyamatokon keresztül. Manapság már az ember vált a legjelentősebb erőforrássá egy szervezet sikeressége és gazdasági eredményessége tekintetében. A fogyasztói és szolgáltatói társadalomban a folyamatosan változó környezet, a felgyorsult folyamatok és még számos egyéb tényező összhatása azt eredményezte, hogy a természeti és gazdasági erőforrásokkal szemben megnőjön az emberi erőforrások szerepe. (Szabó – Berde, 2007)

A modern cégvezetők az alkalmazottaikat a szervezetük egyik legértékesebb vagyontárgyai között tartják számon. A szervezetek sikerében komoly szerepet játszik az, hogy az intellektuális tőkéjét a vállalkozás mennyire hatékonyan képes felhasználni és fejleszteni. A külföldi és hazai kutatási eredményekből látható, hogy az emberi erőforrások és azok menedzselése a szervezeti teljesítmény és a versenyképesség növelésének meghatározó eleme. Az emberi tőke lényegesen nagyobb értékkel bír, mint ha csak a szervezetnél foglalkoztatott emberek csoportjára gondolnánk. Magában foglalja azt az értéket is, amit ők magukkal hoznak a szervezeti siker érdekében. (Dajnoki, 2015).

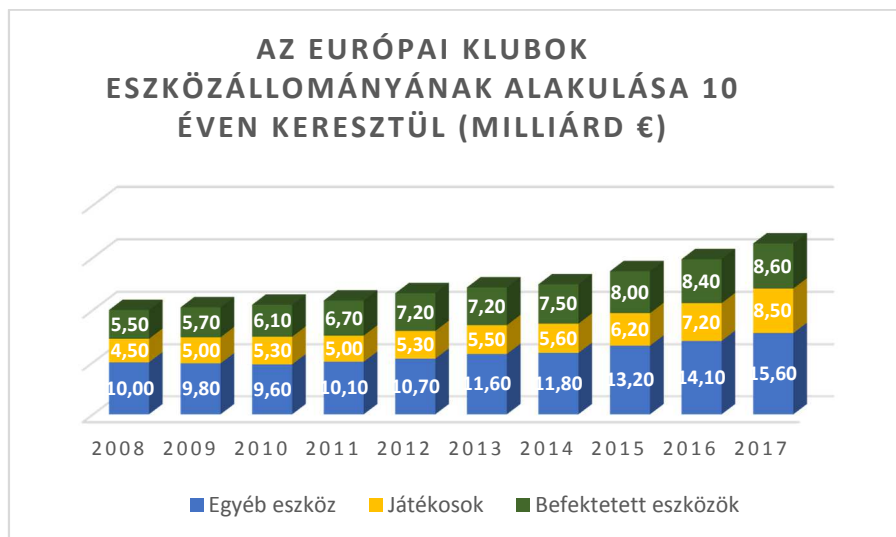
Ahhoz, hogy megértsük, a sportban mekkora szerepe van a megfelelő humán erőforrás kiválasztásának az alábbi idézetet emelném ki. „A HR-nek több köze van a sporthoz, mint gondolnánk, elég csak arra gondolni, hogy a vállalati szférához hasonlóan ma már tudományos módszerekkel történik a tehetségek kiválasztása, az utánpótlás biztosítása - szólalt föl "A HR jelene és jövője a sportéletben" c. kerekasztal beszélgetésen Gubicza Antal, a birkózásban, karatében és sélésben is jelentős vezetői eredményekkel bíró szakember (Paraszt, 2008).”

Manapság a humán erőforrás értékét célszerű komolyan kezelni, hiszen a sport komoly üzletté vált, a mindennapok része lett a látványsportágak megtekintése a televízió vagy egyéb médiumokon keresztül. Ebben a hatalmas üzleti potenciált rejtő üzletágban az emberi tényező különleges értékkel bír, hiszen a sportteljesítmények mögött az emberek állnak. Azok az emberek, akik képesek egy-egy kiemelkedő teljesítmény elérésére, szűkös erőforrásként jelennek meg a sportvállalkozások piacán.

Fontos megjegyezni, hogy egy klubnak minden esetben az az érdeke, hogy emelkedjen a játékos piaci értéke, még akkor is, ha nem tervezi eladni, és nem realizál belőle azonnal bevételt. Ennek az egyik oka, hogy a játékos játékjogának az értékét a számviteli beszámolójukban szerepeltetik az immateriális javak között, ezáltal a forrás oldalon egyúttal tőkét képeznek, míg másrészt a magasabb értékkel bíró játékosok további értéket képviselnek a klubban, hiszen ezek az értékes játékosok azok, akik új fogyasztók érdeklődését felkelthetik, és ezáltal növekedhetnek a vállalat egyéb piacon realizált bevételei (Havran, 2017).

Az UEFA minden évben nyilvánosságra hozza a nemzetközi kupákban szereplő csapatokat működtető vállalatok pénzügyi és sportszakmai adatait (Bácsné, 2017). Ebben a kimutatásban szerepel a vállalatok számviteli mérlege, melyben megtalálható az eszközcsoporthoz együttes és kategóriánkénti értéke. Ha tüzetesebben megnézzük az immateriális javak összetételét, láthatjuk, hogy a vállalatok itt mutatják ki a márkaértéket, indulási jogokat/licencket, közvetítési jogokat és a játékosokkal kapcsolatos vagyoni értékű jogokat. A tanulmány külön foglalkozik a játékosok individuális értékével is.

1. ábra. Az európai klubok eszközállományának alakulása 10 éven keresztül



Forrás: Saját szerkesztés UEFA (2018) alapján

Az alábbi diagramból kiderül, hogy a játékosok értéke az UEFA kimutatása alapján az európai klubok tekintetében folyamatosan növekszik, és jellemzően a teljes eszközérték negyedét teszi ki majd minden évben. Meghatározásra kerültek olyan tényezők, melyek segítik azt, hogy minél pontosabban meg tudjuk ítélni a játékos pénzbeli értékét. Egy részről ezek a tényezők előre meghatározottak, míg másrészt vannak irányított és hozzáadott jellemzők.

Határozott tényezők lehetnek a fizikai és szellemi adottságok, valamint a társadalmi helyzetből származó előnyök és hátrányok, míg a hozzáadott jellemzők közé a médiaképesség, beszédstílus, viselkedés tartozik. (András, 2003). A játékosok értékének a meghatározása ellenben igen nehéz feladat, mert hirtelen értékvesztés is bekövetkezhet, mint például a sérülés, de más fizikai és pszichológiai változások is komoly teljesítmény-ingadozást vonhatnak maguk után (Bácsné 2015b). Pont ezért a játékosok jövőbeni teljesítményét előre jelezni nehéz feladat, így az immateriális javak jövőbeni értékteremtő képességét is szinte lehetetlen előre meghatározni (Havran, 2017).

3. A sportsérülések előfordulása a labdajátékokban

Korábbi nemzetközi vizsgálatok kimutatták, hogy minden hatodik orvosi ellátást igénylő sérülés sportolás közben alakult ki (Bahr és mtsai., 2002). Azonban bizonyos sportágak között lényeges eltérések vannak a sérülések gyakorisága között. Például a kézilabda játékosok átlagosan minden 10. mérkőzésen szenvednek kisebb-nagyobb sérülést, úgy a röplabdázóknál ez a szám lényegesen magasabb. Ők átlagosan minden 100. mérkőzésen sérülnek meg (Fuller és mtsai., 2006). A sérülések súlyosságának tekintetében egy angol vizsgálat kimutatta, hogy a teljes kockázati mutató a labdarúgók között a legmagasabb. Majd ezerszerese a kiemelten magas sérülési kockázatokkal rendelkező foglalkozásokénak. (Drawer - Fuller, 2002). Egy frissebb kutatásban Stubbe és munkatársai (2015) kimutatták 8 holland első osztályú csapat vizsgálatán keresztül a 2009/2010-es szezonban 217 játékos összesen 286 sérülést szenvedett, mely a játékosok 62,7%-át érintette. Az átlagos sérülés előfordulás 6.2 volt 1000 játékorára vetítve. Ebbe beletartoztak az edzések és meccsek is. Ezekből a vizsgálati eredményekből láthatjuk, hogy a sérülés egy olyan komoly faktor az élsportban, melynek nemcsak a sportszakmai sikerekben, hanem a gazdasági működés eredményességben is nagy szerepe van.

4. A játékosok kiesésével realizált veszteségek

Mindannyinak tudjuk, hogy a sérülések nagyon nagy problémát jelentenek a modern sportban és azt is tudjuk, hogy számuk meglehetősen magas. Egyik sportvállalkozás eredményét sem mozdítja el pozitív irányba, ha sérülés hátráltatja azt a személyt, akinek a játékjogával rendelkezik. A korábban említettek szerint negatívan befolyásolja a bevételeket, de valóban tudjuk, hogy valójában mekkora kárt is okoz ez a klub számára?

Több oldalról is megvizsgálhatjuk az adott kérdéskört. Öztürk (2013) szerint két csoportba oszthatjuk a játékos kiesésének költségeit. Meghatározhatunk orvosi költségeket, és olyan költségeket, melyek nem orvosi költségek, de a sérüléshez kapcsolódnak. Mindkét esetben tovább bonthatjuk a csoportot direkt és indirekt költségekre. Direkt költségek esetében ide tartoznak a közvetlen orvosi ellátás költségei, melyek a kivizsgálás, kezelés és az esetleges szövődmények kezelését szolgálják. Ezeknek a számszerűsítéséhez adatokra van szükség a kórházi ellátás hosszáról, vagy a speciális kezelések fajtájáról. Másrészt fontos számba venni azokat az indirekt költségeket is, melyeket a munkából (sportból) való kiesés eredményez. Ebben az esetben a termelési output folyamatokban nem tud részt venni a munkavállaló a sérülés hatására. Az emberi erőforrás megközelítés gyakori eleme a sérülések indirekt költségeinek a kiszámítására, melynek alapja a termelékenység csökkenése. Ez a számítási mód azt veszi alapul, hogy mekkora a visszaesés a termelésben a humán erőforrás kiesésével, egyúttal mekkora a jelenlegi diszkontált értéke az elmaradt bevételnek (Currie, 2000). Azonban ennek a modellnek a gyengesége az, hogy nem veszi figyelembe a munkavállalók helyettesíthetőségét, ami a sportnak jellemző tulajdonsága. Koopmanschap (1995) vizsgálatában már figyelembe veszi az ún. frikciós időszakot, amikor a sérülések direkt költségeit számolja ki. A humán erőforrás oldalú megközelítés is sok kritikát kapott, hiszen ez

a módszer jelentősen alulbecsüli az ember értékét a sportpiacon belül, mert a bérköltések és termelékenység vizsgálata nem számol a munkavállaló valódi hasznosságával a munkaerő-piaci tökéletlenségek miatt. (Öztürk, 2013).

Ahogy a korábbi fejezetekben kifejtettem, egyre nagyobb a labdarúgásban az immateriális javak aránya, és igen nehéz ezekhez pontos értéket rendelni. A sporteredmények jelentős hatással vannak a részvényértékekre, és a tőzsdei reakciók nagysága nagyban függ az eredménytől és a mérkőzés helyszínétől. Renneboog és Vanbrabant (2000) tanulmánya azt vizsgálta, hogy a tőzsdére bejegyzett angol és skót klubok esetében a mérkőzés kimenetelének milyen hatása van a tőzsdei szereplésre. Eredményeik alapján a vereség 1,4 százalékos csökkenést, a döntetlen 0,6 százalékos csökkenést, míg a győzelem 1 százalékos emelkedést eredményezett. Több hasonló kutatás jelent meg a témában amely Allouche és Solez (2015), és Stadtmann (2006) nevéhez fűződik, de mind alapján megállapítható, hogy az árfolyamra gyakorolt hatás pozitív győzelem, vagy egyéb sportsikerek esetén, míg a vereség negatív hatással van a gazdasági értékre.

Drawl és Fuller (2002) kiadott tanulmányában a sérülések kockázati tényezőit kapcsolata össze a fenti összefüggésekkel. Véleményük alapján a humán erőforrás menedzsment és a vezetőség feladata, hogy kontrollálja a munkavállalók sérülésekkel kapcsolatos kockázatait, mert egy sportvállalkozás számára a legfontosabb erőforrás a pályán szereplő játékos. Ahogy ezt korábban már tárgyaltuk, a sport területén sokkal jelentősebb veszélyt jelent a sérülés, mint egyéb iparágakban. A legnagyobb problémát az jelenti, ha egy hivatásos klub játékosai nem állnak a szakmai stáb rendelkezésére, és így nem tudnak hozzájárulni sportbéli teljesítményükkel a szakmai és pénzügyi sikerek eléréséhez. Az említett kutatás egy statisztikai alapú kockázatelemzési modellből áll, amely a csapat minőségét, a csapat teljesítményét, a klub bevételét és a klub bérköltéseit vizsgálja az angol bajnokság 1993-1997 közötti időszakában. A modell rávilágított a pozitív korrelációra a négy tényező között, valamint egyértelmű összefüggést talált a sérülések és a klubok sportbéli, valamint pénzügyi teljesítménye között is (Havran, 2017).

A modell alapján, ha sikerül a vezetőségnek a csapat értékét, minőségét valamilyen intézkedéssel növelni, legyen az játékos vásárlás (Bácsné, 2015a; b), vagy nevelés (Bácsné, 2016 a; b), akkor ez felfedezhető lesz a csapat sportteljesítményén is. A sérülések esetében tehát a csapat együttes minősége csökken, ez pedig bevétel csökkenéshez vezethet az elmaradó sporteredményért járó pénzek és nézők elmaradása miatt. A tehetősebb és nagyobb mennyiségű és minőségű kerettel rendelkező klubok esetében ez a hatás kisebb, de a kisebb klubok számára kulcsjátékosaik kiesése nagyobb visszaesést jelenthet. Összességében tehát a sérülések kockázatára oda kell figyelni, a keret méretének és minőségének megtervezésekor. Mindamelllett, hogy a sérülések a sport jellegéből adódóan természetes részei a versengésnek, nem szabad megfélekedezni a sportszakmai veszteségeiről sem. Az előfordulásuk és típusuk mérhető, de a sportszakmai deficit egy ennél lényegesen megfoghatatlanabb téma. Minden játékosnál lehet számítani egy sérülésre, de ha az a csapat meghatározó személyét érinti, akkor a hatása is lényegesen nagyobb lesz a csapat teljesítményére, mely ugyancsak megemeli a gazdasági értelemben vett veszteséget is.

5. Összegzés

A versenysport fejlődésével előtérbe kerül a minőségi emberi erőforrás, mint nehezen pótolható erőforrás. A játékosok értéke növekvő tendenciát mutat, mely nem csak a sportszakmai, hanem a gazdasági sikereket is befolyásolja. Fontos szempont lett a sportvállalkozások számára a megfelelő humán erőforrás menedzsment. Azonban ahogy a versenysport elkezdte feszegetni a fizikai teljesítőképesség határait, úgy fordulnak elő egyre nagyobb számban a sportsérülések. Ezeknek a sérüléseknek az esetében direkt költségként

felmerül a kezelési és rehabilitációs kiadások, míg manapság már indirekt költségeket is realizálhatunk egy-egy sérülés esetében. Ide tartoznak azok a kiadások, melyek közvetlenül nem jelentkeznek, csak az elmaradt sportszakmai sikerek tekintetében, ezáltal komoly bevételi visszaesésekkel együtt jelentkeznek. Zárásul elmondhatom, hogy a mai modern sportban a sérülések elkerülésére tett intézkedések és a klubok játékoskereteinek menedzselése lesz a legfontosabb feladat, ha ilyen ütemben nő a játékosok értéke.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Allouche J.; Solez S. (2005): The Stock Exchange Quotation of English Football Clubs: A Differentiated Analysis of the Share Prices' Fluctuations. Unpublished manuscript, University of Paris.

András K. (2003): A sport és az üzlet kapcsolata – elméleti alapok András Krisztina 34. sz. Műhelytanulmány, HU, ISSN 1786-3031

Bácsné Bába É. (2015a): Szervezeti változások sikeres sportvállalkozások esetében. TAYLOR Gazdálkodás- és Szervezéstudományi Folyóirat: A Virtuális Intézet Közép-Európa kutatására Közleményei: 7. : 3-4. pp. 286-294. , 9 p. (2015)

Bácsné Bába É. (2015b): Examination of the organizational frameworks of sports enterprises in the light of good german practices. APSTRACT – Applied Studies in Agribusiness and Commerce 9 : 1-2 pp. 41-46. , 6 p. (2015)

Bácsné Bába É. (2016a): Szervezeti struktúra jellemzői spanyol labdarúgó kluboknál. Műszaki és Menedzsment Tudományi Közlemények 2016/1.:(1.) Paper 576a1603dab68. 9 p. (2016)

Bácsné Bába É. (2016b): Futballvállalkozások lehetséges szervezeti formái nemzetközi jó gyakorlatok alapján - esettanulmány a Manchester United FC-ről (Az angol példa). TAYLOR: Gazdálkodás- és Szervezéstudományi Folyóirat: A Virtuális Intézet Közép-Európa kutatására Közleményei: 2016/2:(23) pp. 95-102.

Bácsné Bába É. (2017): Magyar futballtársaságok szervezeti kérdései. TAYLOR: Gazdálkodás- és Szervezéstudományi Folyóirat: A Virtuális Intézet Közép-Európa kutatására Közleményei: IX.:(2 (28)) pp. 5-13. (2017)

Bahr, R.; Mechelen, W. (2002): Prevention of sports injuries. M. Kjær, M. Krogsgaard, P. Magnusson, L. Engebretsen, H. Roos, T. Takala & S. L.Y. Woo (eds) Textbook of Sports Medicine. Basic Science and Clinical Aspects of Sports Injury and Physical Activity. pp. 299–314. Blackwell Science, Oxford

Currie G. et al., (2000): Are cost of injury studies useful? Injury Prevention 6:175-176.

Dajnoki K. (2015): A humán erőforrás gazdálkodás gyakorlata. Munkaerőpiaci és HR ismeretek. Debreceni Egyetem, Debrecen, 2015. ISBN: 978-615-80290-1-8

Drawer S.; Fuller CW. (2002): Evaluating the level of injury in english professional football using a risk based assessment process. Br J Sports Med 36:446–51

Fuller CW. et al., (2006): Consensus statement on injury definitions and data collection procedures in studies of football (soccer) injuries. Scand J Med Sci Sports. 16:83 - 92.

Havran, Zs. (2017): A játékosok vásárlásának és képzésének jelentősége a hivatásos labdarúgásban: A közép-kelet-európai és a magyarországi játékospiac sajátosságai. Doktori értekezés, Budapesti Corvinus Egyetem

Koopmanschap M.A., et al., (1995): The friction cost method for measuring indirect costs of disease. J Health Econ p. 14

Öztürk S.; Kilic D. (2013): What is the economic burden of sports injuries? *Eklemler Hastalıkları Cerrahisi*. 24 (2):108–11.

Paraszt I. (2008): Motiválás sportvezetői módszerekkel. In: HR Portál <http://www.hrportal.hu/hr/motivalas-sportvezetoi-modszerekkel-20081126.html> (2018.10.21.)

Renneboog - Van B. (2000): Share price reactions to sporting performances of soccer clubs listed on the London Stock Exchange and the AIM CentER DP 2000-19, University of Tilburg

Stadtmann, G. (2006): Frequent news and pure signals:evidence of a publicly traded football club, *Scottish Journal of Political Economy*,53, 485–504.

Stubbe JH.; M. C. van Beijsterveldt, et al., (2015): Injuries in Professional Male Soccer Players in the Netherlands: A Prospective Cohort Study. *Journal of Athletic Training*: February, Vol. 50, No. 2, pp. 211-216.

Szabó M.; Berde Cs. (2007): Az esélyegyenlőségi emberi erőforrás menedzsment (4EM) tevékenységterületei és feladatai, Campus Kiadó, Debrecen, 24—38. p

UEFA:(2018)https://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/OfficialDocument/uefaorg/Finance/02/59/06/02/2590602_DOWNLOAD.pdf (2019.03.11.)

WELLNES SZOLGÁLTATÁSOK MINŐSÉGE AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓBAN

QUALITY OF WELLBEING SERVICES IN THE NORTH GREAT PLAIN REGION

HIDVÉGI PÉTER egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

BÍRÓ MELINDA egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA egyetemi adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

PUCSOK JÓZSEF egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

TATÁR ANDRÁS egyetemi adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

BÁRDOS KINGA

Dobó István Gimnázium, Eger

Abstract

Wellness is the philosophy of life in everyday life. In a holistic sense, it is also used as a harmony of physical, mental and spiritual abilities, basically means prevention, regeneration, relaxation and fitness. So wellness is also a glossary that reflects a lifestyle. Its essence is that you find your physical and mental balance and maintain your physical fitness. In fact, wellness services have been created for the purpose of bringing people closer to oneself. The research took place between September and December 2018. Of the 166 participants, 94 were women and 72 were men. As a result of the research, respondents are looking for relaxation and relaxation in wellness hotels. Their expectations are related to their age, place of residence and family status.

Bevezetés

A wellness a hétköznapokban is érvényesülő életfilozófia. Holisztikus értelmében, vagyis a fizikai, lelki és szellemi képességek harmóniájaként is használják, alapjában véve a prevenció, regeneráció, relaxáció és a fitness összességét jelenti. A wellness tehát egyben egy fogalomtár, mely egyben egy életmódot tükröz. Lényege, hogy az ember megtalálja testi- lelki egyensúlyát, valamint megőrizze fizikális fittségét. Valójában a wellness szolgáltatások olyan célból jöttek létre, hogy az ember közelebb kerüljön magához, megismerje önmagát. A kutatás 2018 szeptemberétől - decemberéig zajlott. A kutatásban résztvevő 166 főből 94 nő és 72 férfi. A kutatás eredményeként elmondható, hogy a válaszadók a pihenést és a relaxálást keresik a wellness szállodákban. Elvárásaik összefüggésben vannak az életkorukkal, lakóhelyükkel és a családi állapotukkal.

1. Az egészség és a wellness fogalma

Az egészség az egyén szempontjából az egyik legfontosabb – ha nem a legfontosabb – érték, ezért megőrzése az egyén karrierje, gazdasági helyzete, társadalmi státusa szempontjából is

döntő jelentőségű. Egy adott ország jövőbeni fejlődése, gazdasági potenciálja nagyban függ a lakosság egészségi állapotától (Simon-Kiss, 2003). Számptalan egészségdefiníciót ismerünk, döntő többségük valamilyen egészségnorma köré szerveződik. Az Egészségügyi Világszervezet 1946-os definíciója a következőképpen hangzik: „Az egészség a tökéletes fizikai, szellemi és szociális jóllét állapota, és nem csak a betegség, vagy fogyatékoság hiánya.” (WHO,1946). Seedhouse 1986-ban az egészséget egy komplex, plasztikus megközelítésben fogalmazza meg: „Az egészség optimális állapota egyenlő azon feltételek összességével, amelyek megléte esetén az egyén kibontakoztathatja a számára adott lehetőségek teljes körét.” (Seedhouse, 1986). Ez lehetőséget ad arra, hogy egyénileg mást és mást tartsunk egészségnek, de szükséges a feltételek figyelembevétele. Antonovsky (1987) elmélete szerint az egészség gyökereit rendszerszemléletű megközelítésben szükséges vizsgálni. Ennek értelmében az egészség nem egy normális statikus egyensúlyi állapot, sokkal inkább egy aktív, dinamikus önregulációs folyamat. . Insel és Roth (2007) egészség-betegség kontinuum elméletében az egészség fogalom hat kölcsönös dimenzióra épül, ezek az intellektuális, érzelmi, társadalmi, környezeti, szellemi, spirituális, fizikai jólléttényezők. A szerzők egészség-betegség chihotómia helyett a kontinuum felállítását ajánlják, melynek egyik végpontján az egészség, másik végén pedig a betegség áll.

A wellness napjaink egyik meghatározó trendje. A wellness a testi-lelki harmónia, melynek lényege, hogy a külső szépséghez belső szépség és kiegyensúlyozottság is társul (Törőcsik,2014). A wellness csak látszólag új trend, valójában egyidős az emberiséggel, és azzal a törekvéssel, hogy felvegye a harcot önnön esendőségével, javítson fizikális és szellemi fittségén, megelőzze a betegségek kialakulását, egyszóval jobban érezze magát a bőrében. Ilyen törekvések voltak pl. a görögöknél a kalokagatia, mely a test és lélek egységének megteremtésére törekedett, de a holisztikus szemléletmód, vagy a reneszánsz embereszmény is (Hojcska-Szabó,2010).

A wellness egy életszemlélet, ha jobban tetszik egészségtudatos életmód, amely javítja fizikai és lelki egyensúlyunkat, fittségünket. A wellness szó – melyet ilyen formában az ötvenes évek végén írtak le először a tengerentúlon – egyik értelmezése szerint a well-being és a wholeness szavak összevonásából született, míg mások a well-being és a fitness egyesítéséből származtatják, mintegy a betegség (illness) ellenpárjaként (Fodor-Szilágyi, 2014).

„Ha elfogadjuk, hogy a megnevezés, az illness, magyar fordításban betegséget jelentő el-lentéppárjaként, vagyis egészségként értelmezhető, akkor a wellness elsősorban olyan életformát képvisel, amelyben az egyén a test, a lélek és a szellem optimális, harmonikus állapotára törekszik” (Michalkó, 2004).

1.1. A wellness szolgáltatások

A wellness tehát egyben egy fogalomtár, mely egyben egy életmódot tükröz. Lényegében a wellness szolgáltatások olyan célból jöttek létre, hogy az ember közelebb kerüljön magához, megismerje önmagát. Tanácsokat kaphatunk életvitelünkkel kapcsolatban, mely kiterjednek testünkre, táplálkozásunkra, öltözködésünkre, személyiségünkre, ugyanakkor sportolásra, rendszeres mozgásra sarkallnak minket. Egészséges életvitel megtartása a fő cél, s ezen indokból jöttek létre a különféle wellness szolgáltatások.

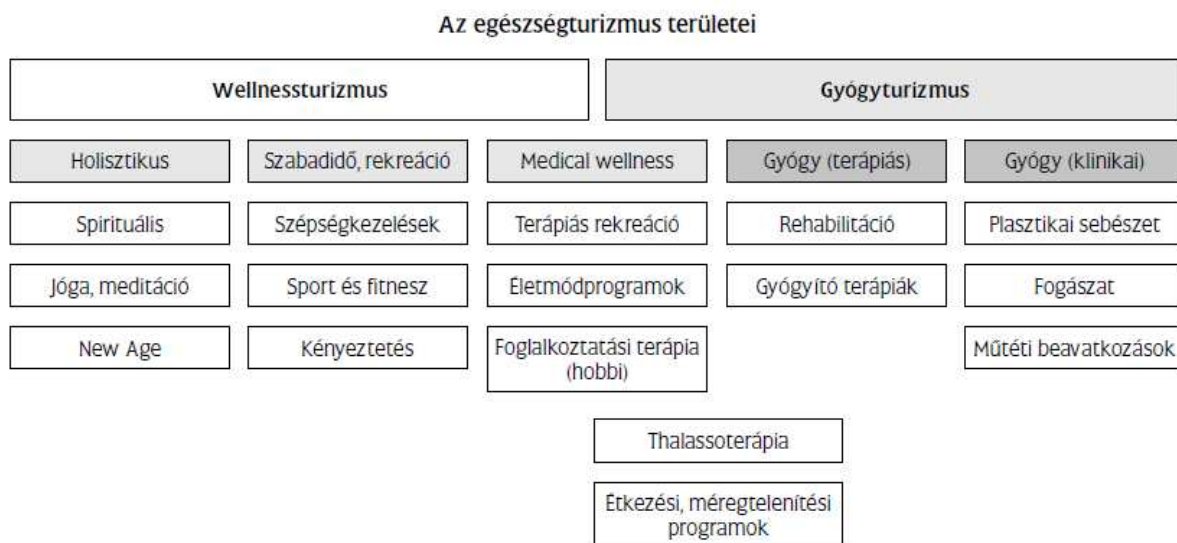
Alapvetően két csoportra lehetne elkülöníteni a wellness szolgáltatásokat. Lehet passzív és aktív tevékenység. A passzív tevékenység az mikor csupán egy ülő, álló, vagy fekvő helyzetben vagyunk huzamosabb ideig, és így élvezzük a wellness szolgáltatásokat. Ez lehet például a masszázs. szauna szintén a wellness szolgáltatások körébe tartozik. Itt is több fajtát ismer már a nagyközönség. Lehet finn, infra, és bioszauna. Ezek nem csupán ellazítanak minket, hanem komoly élettani hatásokkal is rendelkeznek, melyek miatt előszeretettel használnak szaunákat, rekreációs központokban, szabadidő- és egészségügyi központokban egyaránt. Arckezeléseket

és különféle kozmetikai kezeléseket is igénybe vehetünk, melyek szintén fontos szerepet kapnak a wellness szolgáltatások körében és szinte mindegyik wellness központban igénybe vehetőek. Az aktív tevékenységek közé soroljuk az aquafitness-t, ám ennél sokkal tágabb körben értelmezzük ezt. Wellness szolgáltatások köré sorolják már azokat a sportolási illetve mozgási lehetőségeket is, mint például a tenisz illetve a squash-olási lehetőséget is. Emellett a wellness szállodák biztosítanak bowling illetve tekézési lehetőséget, a vidéki szállodák többsége pedig lovaglási, és szervezett túrázási lehetőségeket is. Többnyire ezeket is a wellness szolgáltatások körébe szokták sorolni.

1.2. Az egészségturizmus

A turizmus korunk egyik jelentős ágazata. A turizmusban megfigyelhető fejlődési tendenciák és a hazai adottságok alapján Magyarországon az egészségturizmus tekinthető a legfontosabb turisztikai szegmensnek. az egészségturizmus olyan turisztikai ágazat, melyben „az utazás elsődleges motivációja az egyén egészségi állapotának megőrzése és javítása. Domináns szerepet kap benne a jó egészség fenntartása, a testi-lelki kondicionálás (rekreáció) a betegségek megelőzése (prevenció), a gyógyítás (terápia) és az utókezelés (rehabilitáció) (Győri és mtsai, 2013).

1. ábra: Az egészségturizmus kínálati alrendszerei.



Forrás: Sziva I. 2010.

Az egészségturizmushoz tartozó széleskörű szolgáltatások (a kínálat) alapvetően két részre oszthatók. Az egészségturizmus két legfontosabb része a tradicionális gyógyturizmus (betegeknek ill. konkrét betegségek megelőzésére, döntően kúraszerűen) és a wellness-turizmus (egészségeseknek, relaxáció és rekreáció, általános állapot és közérzet javítására) (Ütőné, 2013). A turisztikai szervezetek és szakértők szerint a turizmuson belül az egészségturisztikai utazások mutatják az egyik legdinamikusabb fejlődést. Az egészség megőrzése, az egészséges környezetben történő relaxáció, a szépségápolás, a test és a lélek „karbantartása” egyre fontosabb motivációvá válik, így a wellness-turizmus iránti kereslet nő.

Magyarországnak óriási az egészségturisztikai potenciálja, amit az itt található nagy gyógyászati intenzitású termálvizek, a környező országok átlagánál fejlettebb, stabilabb egészségügyi intézmények, valamint a javuló elérhetőség jelentenek (Várhelyi, 2012). A modern egészségturizmus legfőbb trendje a komplexitás.

Ma már az egészségturizmus nem elsősorban a vízről és a vízhez kapcsolódó klasszikus kezelésekről szól, hanem az adott igényhez, problémához tartozó komplex megoldás-csomagokról, melyek elsősorban terapeuták által végzett kezeléseket tartalmaznak (Hustiné, 2011).

1.2.3. Az Észak-Alföldi Régió

A régió az ország második legnagyobb területű régiója. Területe 17729 km², amely hazánk területének 19,1%-át teszi ki. Az Észak-Alföld természetföldrajzi képét az Alföld határozza meg, így az agrárium több helyen jó adottságokkal bír. A terület legfontosabb természeti kincsei a nagy kiterjedésű, helyenként kiváló minőségű szántóterület és a termálvíz. Hajdúszoboszló turisztikai teljesítménye a nemzetközi turizmus viszonylatában is jelentősnek mondható, kiterjedt, több országot érintő stabil külpiaccal rendelkezik, és a belföldi turizmusban betöltött szerepe is domináns. Hajdúszoboszló mellett Debrecennek és Nyíregyházának a hazai mellett a nemzetközi, elsősorban a kelet-európai, kelet-közép-európai piacokon betöltött szerepe erősödik a folyamatosan bővülő szolgáltatáskínálata által (Mező-Maczik, 2010).

A gyógy-és wellnessturizmusban is nagy vonzerővel bír a víz, hatása a szervezetre rendkívül összetett. A felhajtó erő csökkenti a gerincre és az ízületekre nehezedő gravitációs nyomást, a benne lévő ásványi anyagok pedig a bőrön keresztül a szervezetbe kerülve fejtik ki pozitív hatásukat. A fürdőgyógyászatban és a wellnessben felhasznált vizek általában melegek az ezekre épülő termálturizmust a gyógy- és wellness-turizmus kiemelkedő szegmensként tartjuk számon.

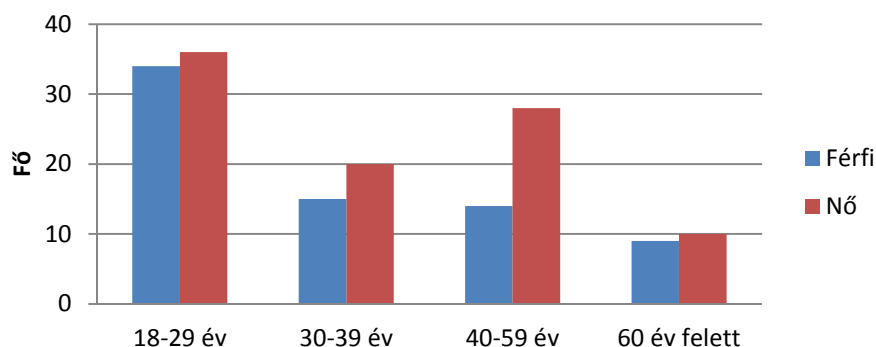
2. A kutatás

A felmérésünkben azt vizsgáltuk, hogyan vélekednek a kutatásban résztvevők a wellness szolgáltatásokról. A kutatás 2018 szeptemberétől - decemberéig zajlott. A kutatás kérdőíves felméréssel zajlott, az Észak-Alföldi régióba érkező szálloda vendégeket kérdeztünk meg, amelyet a válaszadók saját döntésük alapján töltöttek ki. A kérdőív kérdései egyszerű választásos, több választásos, nyílt kérdéseket és Likert skálát is tartalmaztak.

A kutatás során kapott válaszokat kódolás után IBM SPSS Statistics 22 programmal dolgoztuk fel és vizsgáltuk a kutatási hipotéziseinket. Az alapstatisztikai vizsgálatok megtörténtek, kizártuk a hibás vagy nem értelmezhető válaszokat, megvizsgáltuk az egyszerű eloszlási adatokat, a leíró statisztikai mutatókat és középértékeket. Így 166 kutatási választ kaptunk. A cikk terjedelme nem teszi lehetővé az összes eredmény és vizsgálat bemutatását, ezért jelen cikkben arra fókuszálunk, hogy milyen véleménnyel voltak a wellness szolgáltatásokról általában és milyen összefüggéseket mutathatók ki a wellness szolgáltatások igénybevételével kapcsolatban. A cikk elkészítésben végzett statisztikai vizsgálatok típusa alapján gyakorisági-, kereszt-tábla vizsgálat, hipotézis vizsgálat és kétmintás t-próba.

Először azt vizsgáltuk meg, hogy kik azok, akik igénybe vettek bizonyos szolgáltatásokat. A 166 résztvevő megkérdezésével a következő eredményeket kaptuk. A válaszadók 43,4% férfi volt és 56,3% nő. Életkorukat és nemüket vizsgálva az 1. ábrában láthatjuk, hogy a legtöbben mind a két nem részéről a 18-29 év közötti válaszadók voltak.

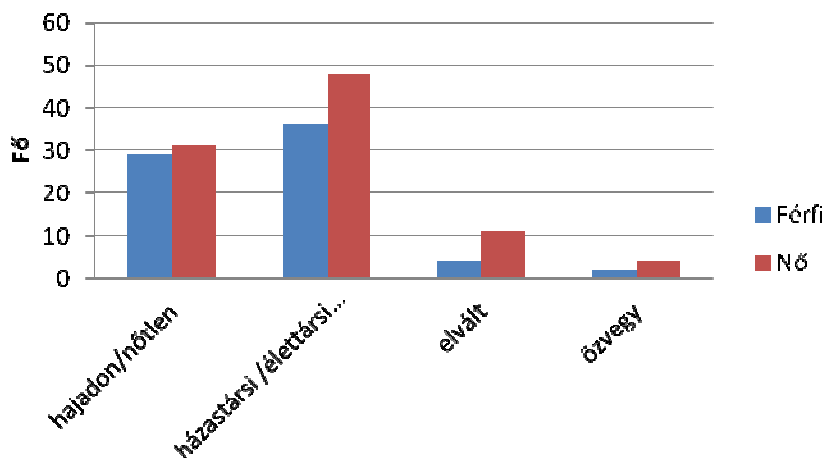
1. ábra. A válaszadók száma és életkori megoszlása a nemek alapján (N= 166 fő)



Forrás: saját szerkesztés

A családi állapotukat tekintve négy csoportot különböztettük meg, a 2. számú diagram alapján a válaszadók közel fele valamilyen párkapcsolatban élt. A családi állapotot tekintve, egyedülállók aránya megközelíti egymást. Az iskolai végzettséget tekintve 1 fő volt csak alacsony végzettségű és a válaszadók 55 % középfokú, míg 44% pedig felsőfokú végzettségű. A házastársi kapcsolatban élők közül 45 felsőfok végzettséggel rendelkeznek és 16 pedig hajadon, 10 pedig elvált. ezzel szemben a középfokú végzettségűek közül 43 hajadon, 5-5 elvált vagy özvegy és 39 pedig házasságban él.

2. ábra. A válaszadók családi állapota és a nemek közötti összefüggés (N=166 fő)

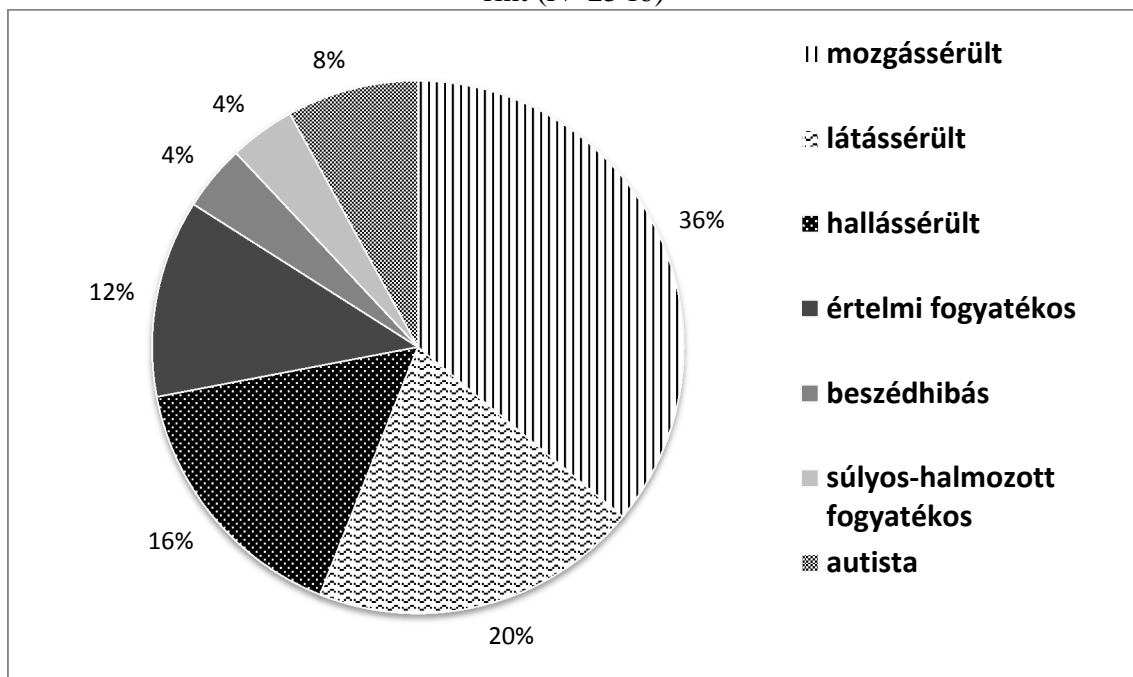


Forrás: saját szerkesztés

A kutatásunk kiterjedt a lakóhelyre is, és megállapítottuk, hogy a válaszadók elsősorban az észak-kelet magyarországi régióból érkeztek, a 20 megyéből 14-t jelöltek meg és 45 % Hajdú-Bihar megyéből érkezett. A lakóhely típusa alapján 77 fő válaszolta, hogy városban lakik, 51, megyeszékhelyen és 12 a fővárosban és 26 valamilyen kisebb településen.

A wellness szolgáltatást résztvevők közül 25 fő válaszolta, hogy valamilyen fogyatékkal élő családtagja van. Ahogy a 3. számú diagram is mutatja, a legtöbben a mozgássérült családtagot jelölték meg. A legkevesebben a beszédhibások és a súlyos fogyatékossgal ló családtagot jelölték meg. Két fő azt válaszolta, hogy autista családtagja van.

3. ábra. A válaszadók családjában élő fogyatékoság típusainak megoszlása százalék szerint (N=25 fő)

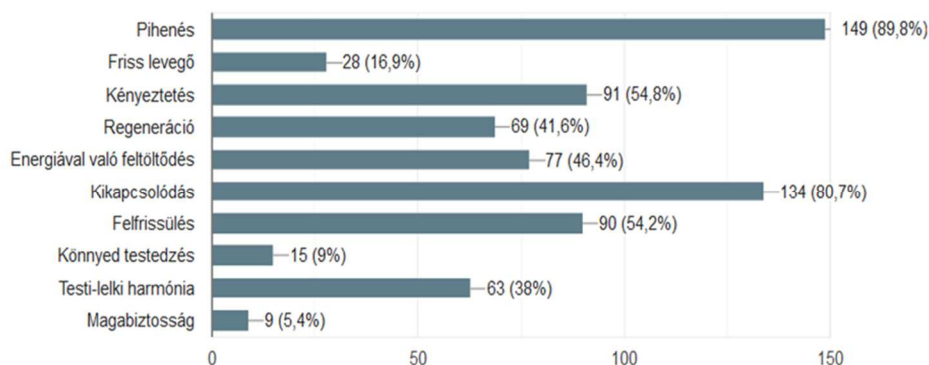


Forrás: saját szerkesztés

Az általános vélekedések a wellnessről összetettek voltak, mivel többet is megjelölhettek a válaszadók. A több választási lehetőséget adó kérdésre, amely szerint mi jut eszükbe először a wellnessről, a 90 % a pihenést jelölte meg majd a kikapcsolódást, ahogy a 4. diagram is mutatja. A legkevésbé a magabiztosság (5%) vagy a könnyed testi edzés (9%) jutott eszükbe. Az energiával való feltöltődés (46 %) vagy a regeneráció (42%) közepes értéket ér el csak.

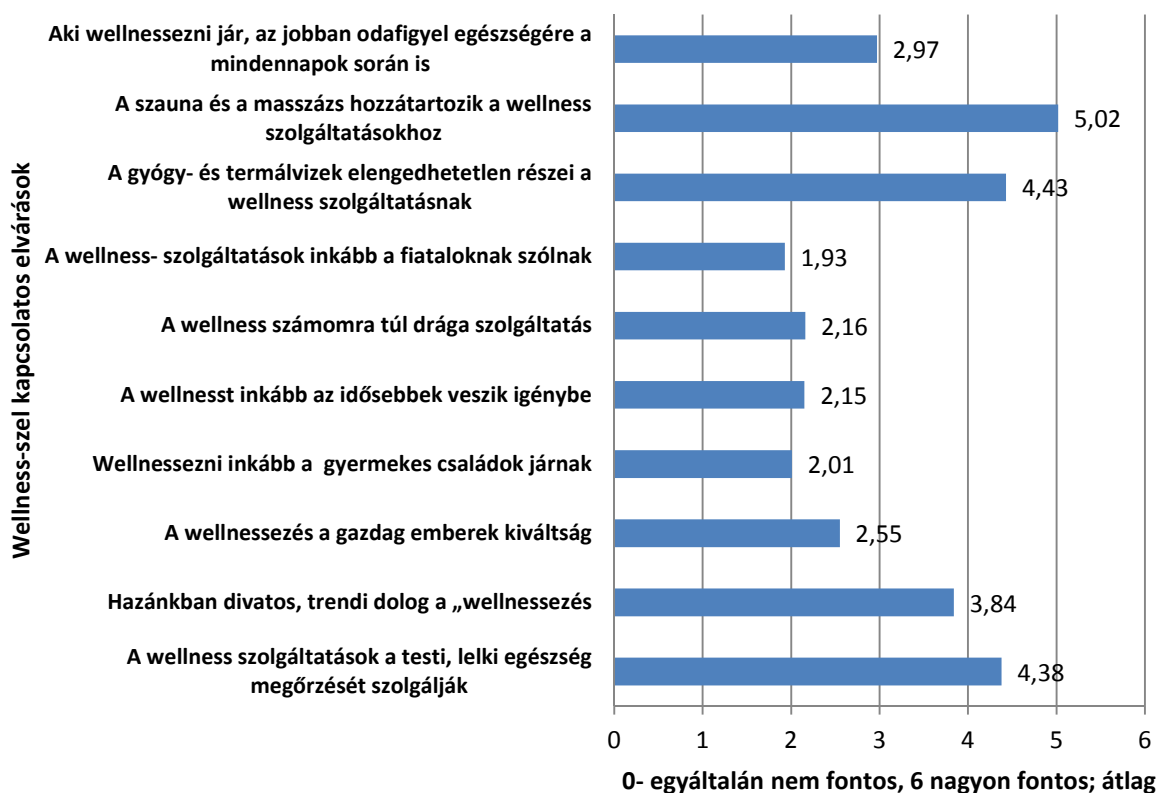
Arra a kérdésre, hogy milyen állításokat tartanak igazak a wellnessre egy hatfokú skálán kellett jellemezniük. Ahogy az 5. számú diagramban látható az átlagok alapján, a válaszadók véleménye elég megosztott a kérdésben. A legmagasabb érték (átlag =5,02) szerint leginkább igaznak azt tartják, hogy a szauna és a masszázs is a része a wellnessnek és a gyógy és a termálvizek fontos részét adják a wellnessnek (átlag= 4,43). Ettől alig tér el az a vélekedés, mely szerint a testi és lelki egészségmegőrzése a célja wellness szolgáltatásnak (átlag = 4,38).

4. ábra. A válaszadók véleménye a wellness szerepéről az említett válaszok számában és összesített százalékában (N= 166 fő)



Forrás: saját szerkesztés

5. ábra. A válaszadók vélekedése a wellness szolgáltatásokkal kapcsolatos elvárásokról (N=166 fő, átlag)

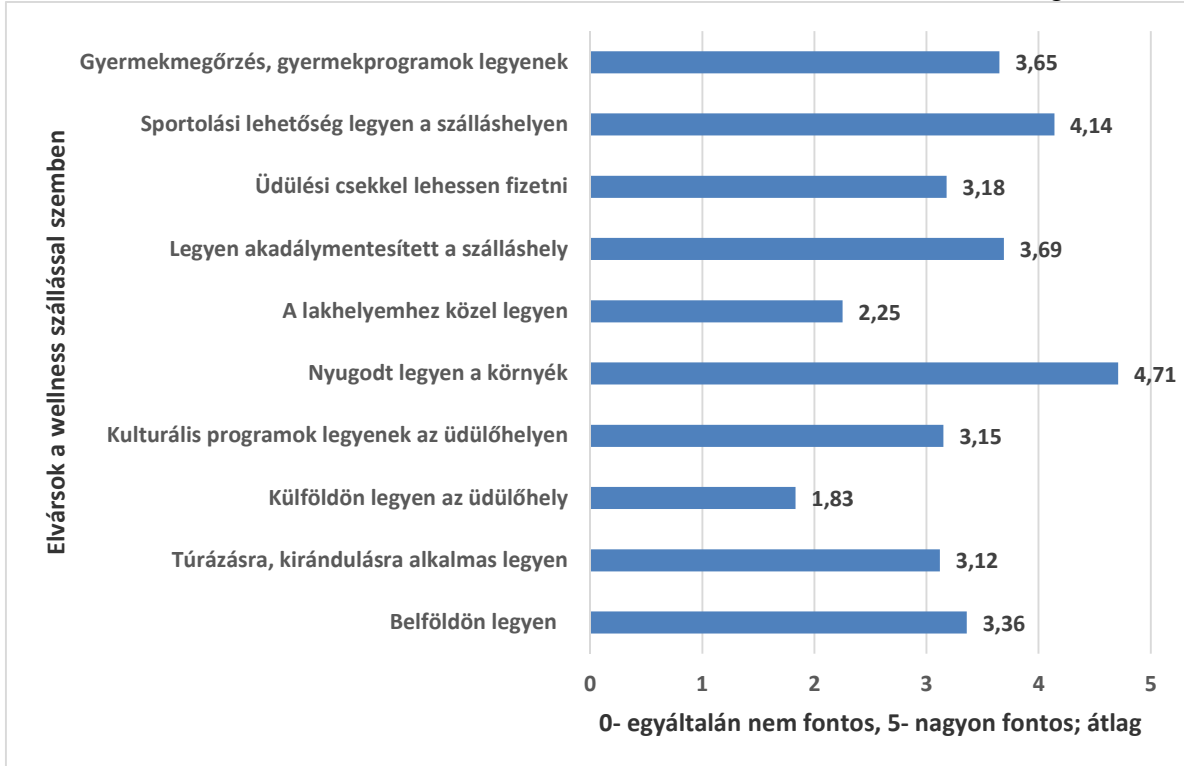


Forrás: saját szerkesztés

Ehhez kapcsolódva adódott a kérdés, hogy mennyire fontosak az egyes tényezők a wellness helyének a kiválasztásában. Vagyis mennyire van összhangban ez a kérdés az elvárással, erre a kérdésre egy 0-5 közötti Likert skálát használtunk.

Ahogy a 6. számú diagram mutatja, szintén az átlagokat megjelölve, azt látjuk, hogy a válaszadók már kevésbé voltak optimisták és ezért a legmagasabb átlag is csak 4,71 a nyugodt környék, vagyis a pihenést helyezték első helyre. Ezt követi ellentétben az előző kérdésben megfogalmazott állítással, fontosnak tartják a sportolási lehetőséget a szálláshelyen. Feltételezzük, hogy azért adták meg ezt a választ, mert amennyiben elvárásként fogalmazódik meg bennük, hogy valamilyen gyógy vagy fürdő lehetőség is legyen, akkor a sportolásnak ítélik meg az úszást vagy a wellness fürdőt is. Bár a válaszadóknak csak 15 % állította, hogy valamilyen fogyatékkal ér, mégis a harmadik helyre került fontosság sorrendjében az, hogy legyen akadálymentesség (átlag = 3,69). Ezt éppen csak 4 százalékkal követi az az állítás, hogy legyen valamilyen gyermekfelügyelet. Ennek az elvárásnak a valószínűsíthető oka lehet, hogy a 166 válaszadó közül 84 valamilyen párkapcsolatban él, esetleg elvált, tehát rendelkezik gyermekkel vagy tervez.

6. ábra. Elvárások a wellness szállással szemben (N=166 fő, átlag)



Forrás: saját szerkesztés

Hogy az állításunkat igazoljuk, meg vizsgáltuk a válaszadók és a családi állapot közötti kapcsolatot és szoros összefüggést kaptunk a családi állapot és aközött, hogy mennyire fontosak a fent felsorolt tényezők a wellness hely megválasztása között. A vizsgálathoz kétmintás t-próbát választottunk, és a cikk terjedelmi keretei miatt itt nem tüntetjük fel sem az F-szabadságfokot, sem vizsgált próbastatisztikai értékeket, csak az értelmezni kívánt t-értékeket. A nyugodt környék ($t=0,912$, $p=0,05$) és a sportolási lehetőség ($t=0,886$, $p=0,05$) és a családi állapot között található így összefüggés.

Hasonló összefüggést kerestünk az életkor és a wellness elvárások között. A vizsgálat alapján az életkor és az elvárások között is találtunk összefüggést, bár nem olyan erőset, mint a családi állapot között. A szignifikancia szintje 95% jelen esetben is. A gyermek megőrzés ($t=0,677$) és az akadálymentesség ($t=0,650$) között találtunk kapcsolatot az életkorral, bár ezek inkább közepesen erős kapcsolatot mutatnak.

Végül megvizsgáltuk a lakóhely típusa alapján is, hogy találunk-e valamilyen kapcsolatot az elvárásokkal. Bár nem feltételeztünk köztük szoros kapcsolatot a nyugodt környék ($t=0,664$, $p=0,05$) és a kulturális programok ($t=0,605$, $p=0,05$) esetében igenis van kapcsolat a válaszadók lakóhelye és az elvárások között. Ezek a kapcsolatok sem erősek, de a több értékkel összehasonlítva jelentős tényezőnek mondhatóak.

Összegzés

E kutatásunk alapján elmondható, hogy a wellness üdülésekben érdekelt válaszadók többsége valamilyen párkapcsolatban él és középkorú, akik inkább a pihenést és a relaxálást keresik ezeken a szállásokon, és inkább a gyógyfürdővel, termálvízzel rendelkező helyeket részesítik előnyben. Elvárásaik összefüggésben vannak az életkorukkal, lakóhelyükkel és a családi állapotukkal. Ezek alapján a wellnessre leginkább nyitott vendég az, aki középkorú, városi lakos,

és a kérdőívben megkérdezettek alapján Hajdú-Bihar megyéből érkezett. A legfontosabb elvárásuk a nyugodt környék, a sportolási lehetőség, valamint a családosoknak a gyermekmegőrzés és az akadálymentesség, a kisgyermek miatt. A szabadidejükben lakóhelytől függően szeretnének kulturális programokat is nézni és nyugodt környezetben pihenni.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

Felhasznált irodalom:

Antonovsky Aaron (1987): *Unraveling the Mystery of Health*. Jossey-Bass, San Francisco. In: Hidvégi Péter (2015): Munkahelyi egészségfejlesztés lehetősége a Vám-és Pénzügyőrség és a Rendészeti szak-középiskolák oktatóinak empirikus vizsgálata alapján.

Fodor Mónika, Szilágyi Tibor Pál. (2014): A wellness, mint egészségmegőrző projekt lehetőségei a régiók fejlesztésében fogyasztói primer adatok tükrében. *Vállalkozásfejlesztés a XXI. században*. Budapest. 281-290.o

Győri Ferenc., Hézsóné Böröcz Andrea, Kiss Gábor, Lehmann-Dobó Andrea Meszlényi-Lenhardt Emese, Balogh László. (2013): *Wellnes-sport és egészségturizmus*. TÁMOP-4.1.2.E-13/1/KONV-2013-0011

Hustiné Béres Klára (2011): *Fürdők és az egészségturizmus közgazdaságtana*. TÁMOP-4.1.2 A1 és a TÁMOP-4.1.2 A2.

Hojcska Ágnes Erzsébet, Szabó Zoltán (2010): *Fizioterápia az Egészségturizmusban*, Oktatási segédlet. 10-17.o.

Insel Paul and Roth Walter (2007): *Core Concepts in Health. Brief Update*. McGraw-Hill Humanities, New York.

Mező Ferenc, Maczik Erika (2010): Fókuszban az egészségturizmus: lehetséges kitörési pont az Észak-alföldi régióban. *Polgári szemle*. 6.évf. 4. szám.

Michalkó Gábor. (2004): *A turizmuselmélet alapjai*. Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár.

Seedhouse, David. *Health (1986): The Foundations for Achievement*. John Wiley, Chichester. In: . Hidvégi Péter (2015): Munkahelyi egészségfejlesztés lehetősége a Vám-és Pénzügyőrség és a Rendészeti szakközépiskolák oktatóinak empirikus vizsgálata alapján.. Doktori disszertáció.

Simon–Kiss Gábor. (2003): Az egészség nagyobb érték annál, hogy csak orvosokra bizzuk. *Egészségügyi menedzsment*, 13 (1): 89–91.

Sziva Ivett (2010): *Turisztikai desztinációk versenyképességének értelmezése és elemzése*. Doktori értekezés. Vállalatgazdaságtani Intézet.

Törőcsik Mária (2014): *Generációk fogyasztói magatartása, marketing-következmények*, Dr. Törőcsik Marketing Inspiráció. In: Árpási, Z. : *A Dél-Alföldi Régió Imázsának elemzése: Fejlesztési lehetőségek a régióban a wellnessturisztikai szolgáltatások piacán*. Magyar Marketing Szövetség.

Ütőné Visi Judit (2013): *Egészségföldrajz*. Eszterházy Károly Főiskola

World Health Organisation. *Constitution*, Genova.1946.

Várhelyi Tamás (2012): *A modern egészségturizmus és menedzsmentje*. In: Boros Sz., Mondok A., Várhelyi T. (2012): *Az egészségturizmus szolgáltatásai és menedzsmentje*. Szolnoki Főiskola.

AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓ FITNESZTERMEIBEN DOLGOZÓK KÉPESÍTÉSÉNEK ÖSSZEHASONLÍTÓ ELEMZÉSE

ANALYSIS OF FITNESS COACH'S AND INSTRUCTOR'S CERTIFICATIONS IN THE
NORTH GREAT PLAIN REGION

PUCSOK JÓZSEF MÁRTON egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

LENTÉNE PUSKÁS ANDREA igazgató-helyettes, egyetemi adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

HIDVÉGI PÉTER egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

TATÁR ANDRÁS egyetemi adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

BÍRÓ MELINDA habilitált egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

ABSTRACT

It is a fact that the level of coach's certifications plays a significant role in the overall qualifications of a fitness center. We found only a limited number of references in the topic mentioned above, especially at the North Great Plain Region.

We aimed to analyze the differences and similarities in the level of certification of fitness coaches regionally and nationwide too. We would like to know what is the most frequent type of certification. Is there any noticeable trends, in various levels of certifications. What kind of actions need to be taken, to improve the situation.

We investigated secondary data by (Bartha, 2018) regarding level of certifications in Hungary. Also, our questionnaire was analyzed to identify any trends between nationwide and regional data.

We found very similar results and trends when analyzing nationwide and regional data. We suggest it would be beneficial to involve more coaches with a university diploma in the fitness sector. So-called OKJ certifications need to be revised to improve the quality of these certifications.

1. Bevezetés

A sport és fizikai aktivitás a lakosság egészségi állapotára, sportfogyasztási szokásaira, általánosságban az egészséggazdaságra gyakorolt hatásának vizsgálata több szempontú elemzést igényel (Müller – Bácsné, 2018; Pfau et al., 2019). A rekreáció és sport mind keresleti mind a kínálati oldalának alapos vizsgálatára van szükség. A sportfogyasztási szokásokat a trendeken kívül (Müller et al., 2013; 2017) jelentősen befolyásolja egy-egy fitnesszterem által nyújtott szolgáltatás szakmai színvonala, a sportszakember személye. A szakmai színvonal egyik legfontosabb mérőszáma az edzők, oktatók szakmai képzettsége, végzettsége (Pfau et al., 2018). Az egyes órák, foglalkozások népszerűsége, látogatottsága szorosan összefügg az ott dolgozók szakmai kompetenciáinak szintjével. A fitnesszterem személyi feltételeit vizsgáló tudományos igényű munkák száma Magyarországon igen korlátozott. A szakmai kompetenciák és képzettség szerepe az edzői munka hatékonyságában című dolgozat a fitnessz iparban dolgozók szakmai felkészültségét, óralátogatottsági statisztikáit a klubok gazdasági sikerével és fenntarthatóságával párhuzamban vizsgálta (Bartha, 2016a; 2016b). Az edzők szakmai

felkészültségének a képzés és továbbképzés egyaránt létfontosságú eleme. A sportklubok, vállalkozások sikerének, hatékonyságának egyik megbízható mérőszáma, az ott dolgozó edzők, oktatók felkészültsége, képzettsége. A szakmai kompetenciák megléte az edzők kiválasztásának fontos eleme, a különböző képzések és továbbképzések elősegítik a magas szintű szakmai munkát.

Az egyik legátfogóbb ilyen jellegű forrásmunka Bartha Éva Judit 2018-as doktori disszertációja. A szerző a csoportos edzés, mint fitness szolgáltatás keresleti és kínálati elemzése címmel a hazai fitnessztermek fogyasztóinak magatartását és a kínálati oldal jellemzőit igen részletesen vizsgálta. A kutató diplomamunkájában három kutatási célkitűzést határozott meg. Az első a hazai fitnessz szektor fogyasztói edzészátogatási szokásait, a második a fitnessz szektor fogyasztóit edzésen való részvételre ösztönző faktorokat, a harmadik a fitnessztermek választását befolyásoló szempontokat tárta fel. Saját dolgozatunk témája is ehhez kapcsolódik, hiszen a fitnessztermek személyi feltételei, az ott dolgozók szakmai felkészültsége döntő jelentőségű egy-egy létesítmény választásakor.

A fitnessztermek működtetése, üzemeltetése igen sokrétű feladat. Az adminisztratív, pénzügyi, sportszakmai feladatok ellátása szakképzett munkaerőt igényel. A sportszakmai területen dolgozóknak is szerteágazó feladatokat kell ellátniuk. Az első lépés a lehetséges vendégkör igényeinek felmérése, ami alapján ki lehet alakítani a szolgáltatások palettáját. Az órarend megtervezése kulcsfontosságú a későbbi siker szempontjából. Az egyes óratípusok megtervezése tudatosan felépített folyamat része kell, hogy legyen. Értelemszerűen egy sokoldalúan képzett sportszakember gárda segítségével többféle óratípust is lehet kínálni, ezzel a vendégek szélesebb körének igényeit is ki lehet elégíteni. Az órák megtartásán túl a vendégek igényeinek kiszolgálása, a napi működtetési, üzemeltetési feladatok ellátása szakképzett edzők, oktatók, instruktorok munkáját igényli (Bartha et al., 2018; Müller, 2015; Müller – Rácz, 2011). A Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet kutatócsoportja által, 2018 második felében lefolytatott kérdőíves kutatás is alátámasztotta azt a feltételezést, hogy a személyi feltételek megléte vagy hiánya döntően befolyásolja egy-egy sportlétesítmény üzemeltetésének sikerét (Bartha, 2018a; 2018b).

2. Célkitűzés, kérdésfeltevés

Kutatásunk célja felmérni az Észak-Alföldi régió, közelebbről Hajdú-Bihar és Szabolcs-Szatmár-Bereg megye fitnessztermekének személyi feltételeit. Továbbá az országos és a régiós adatok felhasználásával összehasonlító elemzést kívánunk készíteni a fitnessztermekben dolgozók képesítésének szintjéről, színvonaláról. A meglévő adatok alapján ajánlásokat szeretnénk megfogalmazni a szolgáltatások színvonalának emelése érdekében. Arra keressük a választ, hogy a képesítések melyik szegmensében van szükség további erősítésre, mely területeken mondható kielégítőnek a helyzet. Arra kerestük a választ, vajon a végzettséggel kapcsolatos hiányosságok orvoslására milyen intézkedésekre van szükség.

3. Kutatási kérdések

1. Országos szinten a fitnessztermekben dolgozó edzők és oktatók milyen képesítéssel, képzettséggel rendelkeznek, ezek közül melyik van túlsúlyban?
2. Az Észak-Alföldi régiót (Hajdú-Bihar és Szabolcs-Szatmár-Bereg megye) tekintve mely végzettségek dominálnak?
3. Az országos és régiós adatok tekintetében milyen azonosságok, különbségek, esetleges trendek figyelhetők meg?
4. A képzettségbeli hiányosságok orvoslására milyen intézkedésekre lenne szükség?

4. Módszerek

4.1 Szekunder adat- és információgyűjtés

Dolgoztunkban Bartha ph.d értekezésének már meglévő szekunder jellegű adatsorát hasonlítottuk össze saját azonos évből származó primer kérdőíves adatainkkal. A doktori disszertáció debreceni és országos kitekintést is nyújt tekinthető reprezentatívnak, hiszen összesen 1014 fő válaszolt, ebből 753 sportoló (fogyasztó), 261 fő edző válaszait dolgozza fel. Az edzők számára készített kérdőív három részből állt. Az általunk is vizsgált tényezőkre az általános részben kérdeztek rá. A demográfiai adatok (nem, életkor, végzettség) mellett a munkavégzést meghatározó jellemzők (munkaidő, munkavégzési forma, szakmai tapasztalat) is felmérésre kerültek. A képesítésre, a nemek arányára, a személyes tapasztalat szintjére (években kifejezve), a munkaviszony típusára vonatkozó adatsorok széles körű elemzésre biztosítanak lehetőséget. A szerző a nagy elemszámra tekintettel a strukturált kérdőíves megkérdezés módszerét alkalmazta, így az adatok kódolása, elemzése majd értelmezése is leegyszerűsödik (Malhotra, 2008). A hazai régiók eltérő sajátosságai miatt célszerű az egyes régiókban akár a meglévő, országos eredményeket újraértelmezni, másrészt a régiók között összehasonlító vizsgálatokat végezni. Olyan egzakt, tudományosan megalapozott felmérésekre van szükség, amely a sportfogyasztási szokásokat, és annak az egészséggazdaságra gyakorolt hatását vizsgálja. Nem, vagy alig áll rendelkezésre olyan hazai és nemzetközi összehasonlító elemzés, melyből következtetést lehetne levonni, hogy a sportszakember-képzés területen hol állunk és merre tartunk. Ezt a hiányt igyekszünk pótolni. A kérdőív összeállításánál fő szempont volt, hogy összhangba legyen a fenti pályázati célkitűzésekkel.

4.2 Primer adat- és információgyűjtés

Saját kérdőívünket, melyet a létesítmények üzemeltetői töltöttek ki, negyven Hajdú-Bihar és Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei fitneszterem adatait tartalmazza. A kérdések a létesítmények alapadataira, a termék felszereltségére, az óratípusokra, a személyi feltételekre, a szolgáltatások fajtáira és típusaira fókuszáltak. Jelen dolgozatunkhoz az edzői képesítés fontosságára és a személyi feltételekhez tartozó adatsorokat használtuk és elemeztük. A válaszadók, összesen 143 fő, a testnevelő, szakedző, gyógytornász, OKJ-s sportoktató, sportedző és instruktorképzésűek közül választhattak.

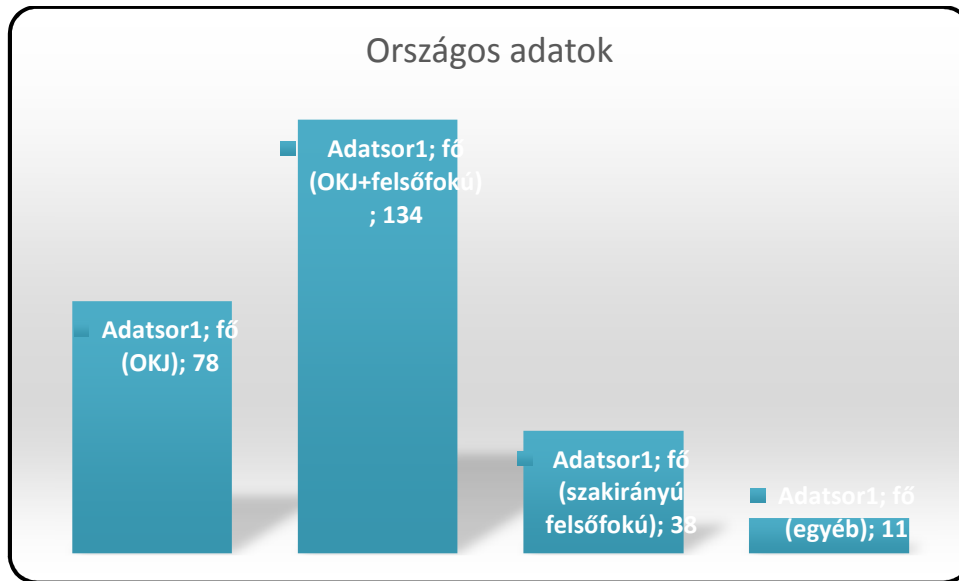
Végül a 261 fő szekunder jellegű illetve a 40 régiós fitneszterem edzői képesítésére vonatkozó primer jellegű adatait dolgoztuk fel. Az adatok begyűjtése online és személyes megkeresések útján történt.

5. Eredmények

A doktori disszertáció adatait elemezve, az edzők és oktatók nemi arányait tekintve a 261 fő tekintetében a nők jelentős túlsúllyal képviselték magukat. Csaknem négyszer annyi (207) hölgy dolgozik a fitnesz világában, mint férfi, különösen igaz ez a csoportos, aerobik jellegű foglalkozások esetén. A vizsgált minta túlnyomó többsége (207 fő) 45 főnél fiatalabb, 63 százalékuk több mint három, 102 fő több mint öt éve dolgozik a szakmájában. A megkérdezettek mindössze 37 százaléka dolgozik teljes munkaidőben.

Az edzői képesítést tekintve előzetes feltételezéseinket alátámasztva, országosan a legnagyobb arányban, 81 százalékban, OKJ-s végzettségű edzők dolgoznak. A szakirányú felsőfokú (főiskola, egyetem) diplomával rendelkezők aránya csak 14 százalék (1. ábra).

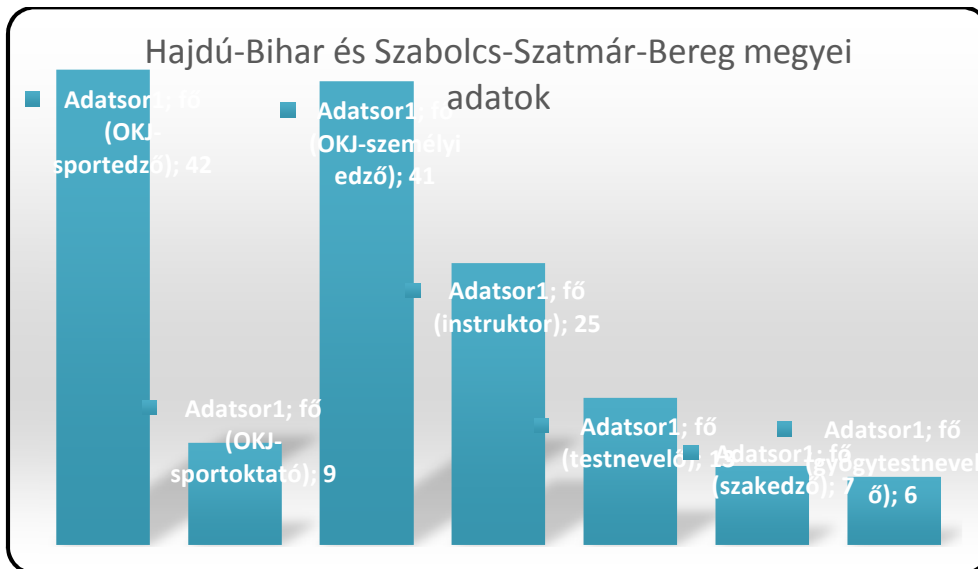
1. ábra. Edzői képesítések megoszlása, országosan



Forrás: Bartha, 2018 alapján saját szerkesztés

Saját kérdőívünkben az országos irányvonallal szinte teljesen egyező adatokat kaptunk. Összesen 143 edző, oktató adatait dolgoztuk fel, a válaszadók 81 százaléka alap- vagy középfokú végzettségű (OKJ-s, instruktor). A szakirányú diplomával rendelkezők aránya 18 százalék, ezek nagyobb része testnevelő tanár örvendtes, hogy további 7 szakedző és 6 gyógytestnevelő is tevékenykedik a vizsgált régióban (2. ábra).

2. ábra. Edzői képesítések megoszlása az Észak-Alföldi régióban



Forrás: Saját szerkesztés, 2019

6. Következtetések

Az OKJ-s képzések túlsúlya egyértelmű a fitnessstermek edzői, oktatói körében. Ez a tendencia országosan és az Észak-Alföldi régiót tekintve is szembetűnő. A felsőfokú végzettségűeken belül a szakirányú (sportos) képesítéssel rendelkezők aránya mind országosan, mind régiósan igen alacsony, 20 százalék alatti. Pedig a testnevelő tanárok, gyógytestnevelők

és szakedzők biztosítékai lehetnének a megfelelő szakmai színvonalnak, melyet egy korábbi kutatás is igazol, hogy ezek a szakemberek bevonhatóak lennének a turizmus vagy rekreáció területén is (Müller et al., 2010; 2011). Ennek ellenére kevés tanár dolgozik akár rész munkaidőben, fitness termekben. A diplomásoknál magas a pályaelhagyók aránya, a gyógytestnevelő és különösen a szakedzői képzés az utóbbi időszakban látványosan visszaszorult. Ha az országos és régiós adatokat vesszük, figyelembe vannak pozitív folyamatokra utaló jelek is. Az OKJ-s képzési területen belül, magasabb a középfokú végzettséget adó sportedző, személyi edző, fitness-wellness instruktorképesítéssel rendelkezők száma. Sokan az egyetemi, főiskolai diploma megszerzése után fognak neki valamilyen OKJ-s képzésnek.

Az OKJ-s képzések elsődlegessége elvitathatatlan, rengeteg intézmény, cég kínál ilyen típusú tanfolyamokat. Az elburjánzás sokszor a színvonal rovására megy, természetesen vannak kivételek. A magyar sportélet régi „adóssága” az OKJ-s képzési terület felülvizsgálata, valós minőségi kritériumrendszer kidolgozása és érvényesítése. Jó irány lehet egyes sportági szakszövetségek (vízilabda, kézilabda, labdarúgás) önálló képzési rendszereinek továbbfejlesztése, összehangolása (Szlamka, 2016).

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bartha É. J. (2016a): Szakmai kompetenciák és képzettség szerepe az edzői munka hatékonyságában. Taylor: gazdálkodás- és szervezéstudományi folyóirat. 8. évfolyam. 4., 35-44.
- Bartha É. J. (2016b): A fitness ipar gazdasági és társadalmi jelentősége. Sokszínű Sporttudomány, Magyar Sporttudományi Társaság, 24-35, Budapest.
- Bartha É. J. (2018a): A csoportos edzés, mint fitness szolgáltatás keresleti és kínálati elemzése. Doktori értekezés. Debreceni Egyetem, Ihrig Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola.
- Bartha É. J.; Müller A.; Bácsné Bába É. (2018): A Fitness Fogyasztók sportlétesítmény – választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint. Selye E-Studies 9 : 1 pp. 4-12. Paper: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limitstart=0&order=date&dir=DESC , 9 p. (2018.10.11.)
- Bartha É. J. (2018b): A csoportos edzés, mint fitness szolgáltatás keresleti és kínálati elemzése. Doktori értekezés tézisei. Debreceni Egyetem, Ihrig Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola.
- Malhotra N.K. (2008): Marketingkutatás. Akadémiai kiadó, Budapest.
- Mülle A.; Bácsné Bába É. (2018):Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. Létavértes, Magyarország : Létavértes SC '97 Egyesület (2018) , 96 p.ISBN: 9786150031897
- Müller A.; Seres J.; Széles-Kovács Gy.; Kristonné Dr. Makos M.; Váczi P. (2011): A testnevelő tanárok munkaerőpiaci szerepe az egészségturizmus területén. Rekreacio.eu 1. : 1. pp. 20-26. , 7 p. (2011).
- Müller A.; Seres J.; Széles - Kovács Gy.; Kristonné Dr. Bakos M.; Váczi P. (2010): Az animátorok szerepe az egészségturizmus területén. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 37 pp. 75-86. , 12 p. (2010)
- Müller A.; Bíró M.; Hídvégi P.; Váczi P.; Plachy J.; Juhász I.; Hajdú P.; Seres J. (2013): Fitness trendek a rekreációban. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Noca Series: Sectio Sport 40 pp. 25-34. , 10 p. (2013)
- Müller A.; Bíró M.; Bodolai M.; Hídvégi P.; Váczi P.; Dávid L.; Szántó Á. (2017): A 2016-os fitness trendek helye és szerepe a rekreációban. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Noca Series: Sectio Sport 44 pp. 91-102. , 12 p. (2017)

Müller A.; Rácz I. (2011): Aerobik és fitnesz irányzatok, Dialóg Campus Kiadó.

Müller A. (2015): Fitnesz alapismeretek. In: Fitness-wellness és táplálkozás terápiaelmélete és gyakorlata, Szerk: Melczer Csaba, Pécsi Tudományegyetem, 2015.

C. Pfau, Z. Bács, V. Fenyves, É. Bácsné Bába: Szabadidő sportszolgáltatások értékelési lehetőségei – Felsőoktatási környezetbe adaptálva. International Journal of Engineering and Management Sciences (IJEMS) Vol. 3. (2018). No. 4 DOI: 10.21791/IJEMS.2018.4.14. <http://ijems.lib.unideb.hu/file/9/5b3c9aeabf281/szerzo/10.21791IJEMS.2018.4.14..pdf>

Szlamka E. (2016): Empirikus kutatás a sportszakmai képesítési rendszerről – II. rész. Neveléstudomány, 2016/4.

A SPORT ÉS WELLNESS ELEMEEK MEGJELENÉSE AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓ HÁROM-, NÉGY- ÉS ÖTCSILLAGOS SZÁLLODÁINAK KÍNÁLATÁBAN

THE APPEARANCE OF SPORT AND WELLNESS ELEMENTS IN THE OFFER OF THREE, FOUR AND FIVE STAR HOTELS IN THE NORTH GREAT PLAIN REGION

LENTÉNÉ PUSKÁS ANDREA adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

TATÁR ANDRÁS adjunktus

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

LENTE LAJOS testnevelőtanár

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

PUCSOK JÓZSEF MÁRTON egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

BIRÓ MELINDA egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

HIDVÉGI PÉTER egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet

ABSTRACT

Tourism is one of the most dynamically growing sectors in the world. One of the most significant tourism products of Hungary and the Northern Great Plain region is health tourism. In our research, we examined the offer of wellness and sports services of 39 hotels in the Northern Great Plain region, broken down by the classification of these hotels. The results show that wellness elements are present in most of the hotels (84.6%), which is an element of competitiveness. Many hotels also include the word wellness in their name, which can be used in the promotion. At 35.9% of hotels, leisure sports are also on offer, this kind of sports service is greatly demanded by health-conscious consumers. The development of wellness and sports services can provide prevention and health retention for the consumers during their stay, besides delivering fun and entertainment.

1. Bevezetés

A turizmus napjaink egyik leggyorsabban fejlődő ágazata. Meghatározó szerepe van a gazdaság dinamizálásában, a gazdasági növekedés élénkítésében, a gazdasági egyensúly javításában, így jelentősége hazánkban is egyre meghatározóbb (Darabos, 2015). Hozzájárulhat az elmaradott térségek gazdasági felzárkózásához, természeti-, kulturális értékeik megőrzéséhez, hasznosításához és a lakosság életkörülményeinek javításához egyaránt (Michalkó – Rácz, 2011; Dobay et al., 2017; Müller et al., 2018a; 2018b). Hazánk Európában népszerű turisztikai desztináció. Az egészségturizmusunkat versenyképes szolgáltatások jellemzik, melyekben a természetes gyógytényezők, azok között is a termálvíz adottságokon alapuló fürdők jelentős szerepet töltenek be. A szállodák szolgáltatásaiban megjelenő kínálati elemek között a wellness és sport, népszerűsége töretlen.

Napjaink felgyorsult világában egyre hangsúlyosabb szerepet kap az egészségmegőrzés, mely nemcsak a táplálkozásban, a rendszeres testmozgásban, hanem a szabadidő kulturált, élményekben gazdag eltöltésében is kifejezésre jut (Révész et al., 2015). A kiegyensúlyozott,

egészségtudatosabb életre való törekvés hatására az egészségturisztikai szolgáltatások kínálata is bővül, mely hatással van a wellness- és gyógyszállodák környezetében lévő, programot vagy látnivalót kínálni tudó térségek fejlődésére.

Hazánk turizmusában az egészségturizmus régóta fejlesztési prioritásként szerepel. Az Új Széchenyi terv (2011) Gyógyító Magyarország-Egészségipari programja rögzíti a fejlesztés két pólusát, az egészségiparra épülő turizmus fejlesztését, valamint a termál-egészségipar fejlesztését. A magyar egészségturizmus egy olyan márka, mely nem csak a belföldi, de nagyon sok külföldi turista számára is vonzerőtényezőt jelent a desztinációválasztás motivációjában (Sörös, 2013; Müller et al., 2011; Lengyel, 2016; Müller, 2018).

A turizmus az Észak- Alföldi régió egyik zászlóshajója, hiszen a régió adottságai - több, mint 200 meleg vizű kút, jelentős termál- és gyógyvízkészlet - több település számára jó esélyt jelenthet a turisztikai desztinációk versenyében. Éppen ezért a gyógyvizes fürdőkre épülő egészség-, gyógy- és wellness turizmus a régió turisztikai termékeiként jelennek meg.

A turisztikai attrakciók közül a termálvízre alapozott fürdőfejlesztések sikerességéről több hazai turisztikai régiót érintő kutatás is beszámol, ahol a vízfelület növelésén túl az élményelem, vagy wellness és sportszolgáltatások bővítése is a fejlesztés központi részét képezte (Bozóti, 2015; Bakucz et al., 2016), mely a magasabb vendéglégedettséget eredményezte (Kerényi et al., 2009; Müller et al., 2009; Müller – Szabó, 2009; Barta et al., 2011; Müller et al., 2016). Az Észak-Alföldi régió egészségturisztikai márkázhatóságának egyik központi eleme a régióban található fürdőkre alapozott, jól beazonosítható brand (Kerényi et al., 2010; Lengyel, 2015a) Az Észak-Alföldi régiót érintő hazai kutatások is kiemelik a régió egészségturisztikai adottságán alapuló termékfejlesztés jelentőségét, melyben a fürdőfejlesztések szintén központi helyet foglalnak el (Müller – Könyves, 2006; Müller – Kórik, 2009; Molnár et al., 2010; Lövei – Kalmár, 2017; Darabos – Nagy, 2018). A sikerek hátterében a minőségfejlesztés is áll, hiszen a minőségi kínálat bővítése a versenyképesség egyik eleme a turizmusfejlesztésben (Go – Govers, 2000; Rulle et al., 2010) de a fürdőfejlesztésben is.

2. Irodalmi áttekintés

A turizmus gazdaságélénkítő hatása vitathatatlan, hiszen több más nemzetgazdasági ág teljesítményéhez is hozzájárul. Dominánsan azonban a legszorosabb kapcsolata a szálláshelyszolgáltatás, vendéglátás nemzetgazdasági ággal van, melynek részesedése a teljes hazai GDP-ből 1,6%-ot tett ki 2007-ben. Amennyiben az Észak-Alföldi régiót hasonlítjuk az országos átlaghoz, úgy kedvezőbb képet kapunk, hiszen a régióban ez az arány 1,8% volt. Az Észak-Alföldi régió gazdaságában tehát a turizmus, mint nemzetgazdasági ág az országos átlaghoz képest magasabb jelentőséggel bír (Mező – Maczik, 2010).

2017. július végén 3411 kereskedelmi szálláshelyet regisztráltak hazánkban, ahol több mint 98 ezer szoba és 352 ezer férőhely biztosította a turisták fogadásának feltételeit. 2017. július 31-én 1094 db működő szálloda 62 ezer szobával és az összes kereskedelmi szálláshelyi férőhely 43%-ával (151 ezer férőhellyel) biztosította a turisták szálláshely igényeit. A működő szálláshelyek és férőhelyeinek száma kismértékben emelkedett 2016 azonos időpontjához képest. A működő szállodák száma 2010 óta közel 200-zal nőtt, ami a férőhelyek számának 22%-os emelkedést jelentette. A szálláshely bővítést a növekvő kereslet tette szükségessé, hiszen a hazai és nemzetközi turizmus volumene is növekedett és növekszik töretlenül.

A 2018-as évben a KSH adatai alapján a kereskedelmi szálláshelyek 12,5 millió vendéget (5,2 %-kal többet) és 30,9 millió vendégéjszakát regisztráltak, amely 3,8 százalékkal magasabb volt az előző időszakhoz képest. A külföldi vendégek 2,4 százalékkal, a belföldi vendégek 5,3 százalékkal több vendégéjszakát töltöttek el hazánkban (KSH, 2019).

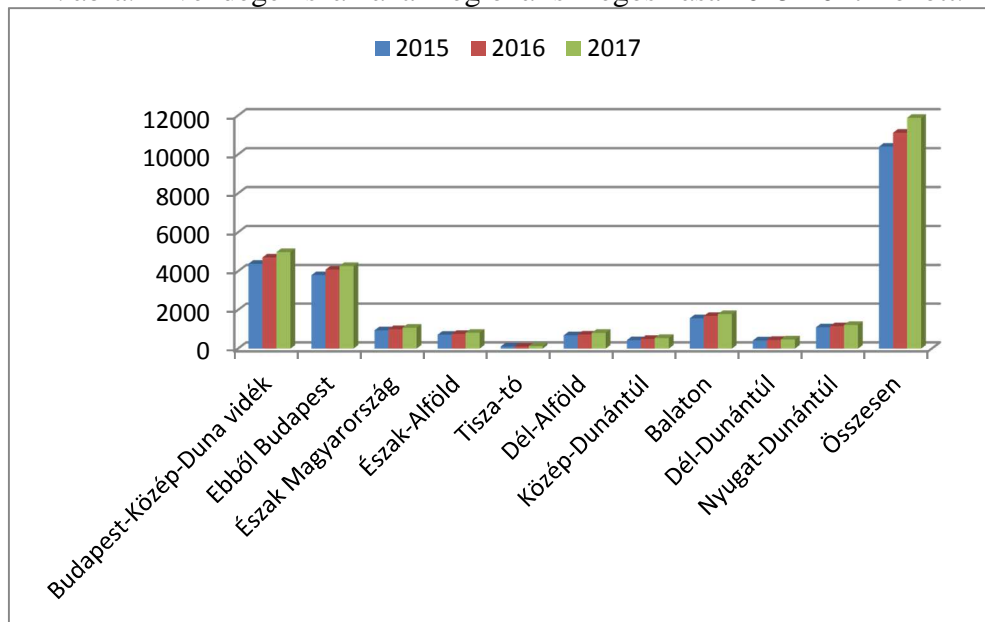
A KSH adatai alapján a magyar lakosság 50%-a vett részt legalább egy alkalommal belföldi turisztikai célú többnapos utazáson 2017-ben. A legnépszerűbbek a rövidebb, 1–3 éjszakás

utazások voltak, melyet a turisták 42%-a vette igénybe, ennél hosszabb időtartamú utazást a turisták csupán 25%-a tett. 2017-ben a lakosság 14 millió utazás során mintegy 58 millió napot töltött el többnapos utazáson, 0,4%-kal, illetve 1,8%-kal kevesebbet, mint 2016-ban. A kereskedelmi szálláshelyek közül 2017-ben is a szállodák voltak a legnépszerűbbek, ahol az eltöltött idő aránya 30-ról 32%-ra emelkedett (KSH, 2017).

Az elmúlt években bár ingadozó mértékű, de pozitív tendencia figyelhető meg a külföldi beutazásokat illetően. A 2010-ről 2017-re, a hét év alatt 38%-kal nőtt a külföldi beutazások száma, ezen belül az egynapos utazásoké 29%-kal, a többnapos utaké 66%-kal növekedett. (KSH, 2017).

Az 1. ábra szemlélteti a vendégek számának regionális megoszlásának alakulását 2015 és 2017 között. Az adatok azt mutatták, hogy Budapest és Közép-Dunavidék, Balaton, Nyugat-Dunántúl és Észak-Magyarország után az Észak-Alföldi régió az 5. legtöbb vendéget realizáló turisztikai régió. 2015-2017 között az Észak-Alföldi régióba érkező vendégek száma folyamatos keresletbővülést realizált.

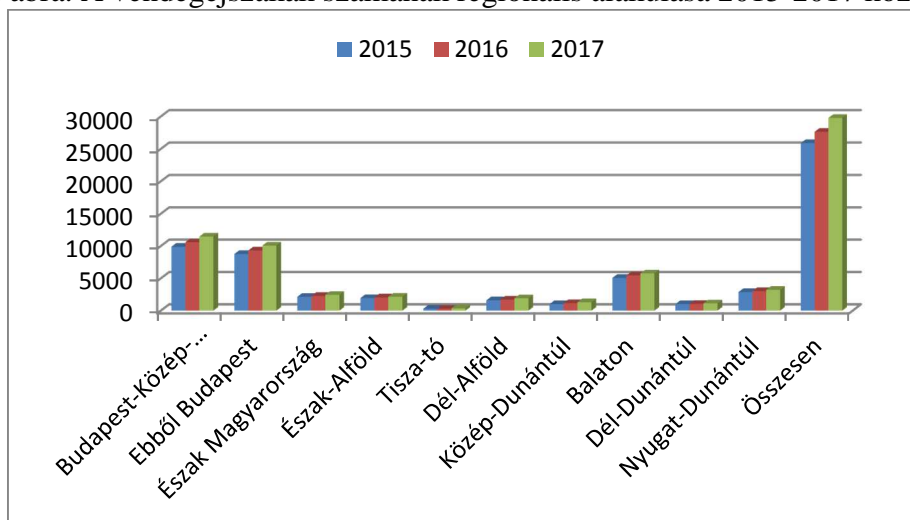
1. ábra. A vendégek számának regionális megoszlása 2015-2017 között.



Forrás: KSH alapján saját szerkesztés, 2019

A vendégéjszakák számának alakulását és annak regionális különbségeit 2015-2017 között a 2. ábra mutatja. Megállapítható, hogy ebben a mutatószámokban is az 5. helyen áll a régió, hasonlóan a vendégek számának alakulásához. Az Észak-Alföldi régióban 2015-ről - 2017-re a vendégéjszakák száma szintén növekedést mutatott.

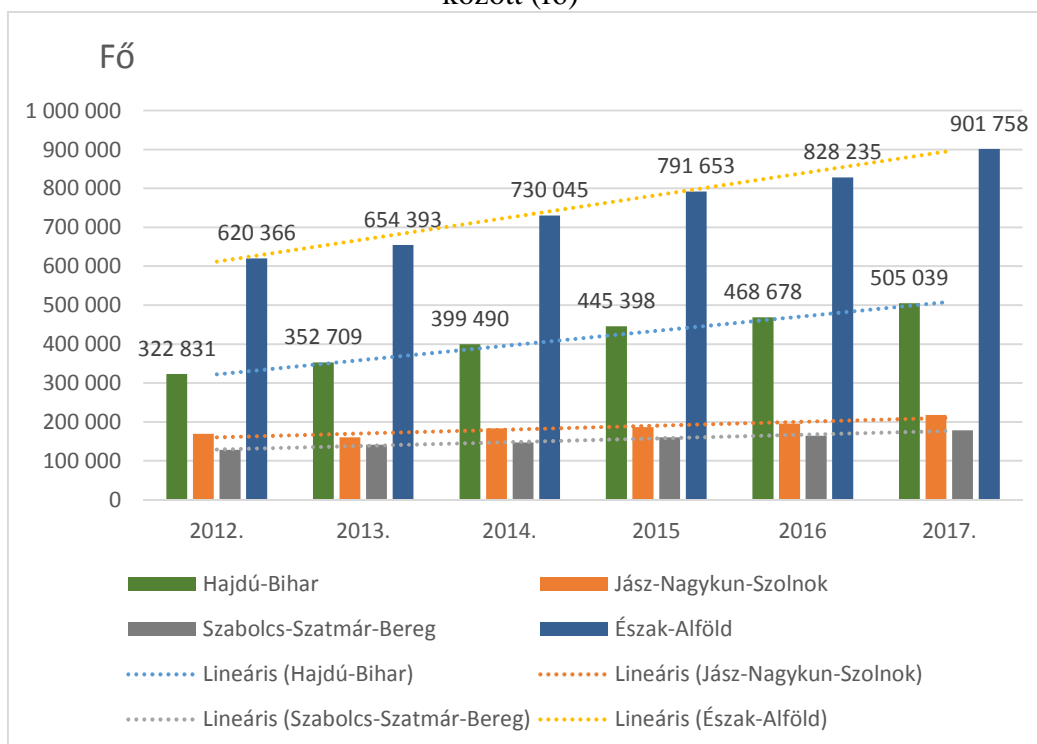
2. ábra. A vendégejszakák számának regionális alakulása 2015-2017 között.



Forrás: KSH alapján saját szerkesztés, 2019

Az Észak-Alföldi régióban található szálláshelyeinek vendégforgalmi adatainak alakulását elemezve megállapítható, hogy 2010-óta a régióban a kereskedelmi szálláshelyeken realizálódott vendégek száma folyamatos növekedést mutat, mely a lineáris trend vonalra illeszkedést mutat (3. ábra). Ez a növekvő trend mutatja az Észak-Alföldi régió, mint turisztikai desztináció iránti növekvő keresletet. A régióban Hajdú-Bihar megye a leginkább keresett úti cél, melyet a kereskedelmi szálláshelyek növekvő vendégforgalma is igazol.

3. ábra. Az Észak-Alföldi régió kereskedelmi szálláshelyeinek vendégforgalma 2012-2017 között (fő)



Forrás: KSH alapján saját szerkesztés, 2019

3. Anyag és módszer

Kutatásunk során az Észak-Alföldi régióban megtalálható három-, négy- és öt csillagos szállodák körében végeztünk kérdőíves felmérést. A rendelkezésre álló adatbázis alapján valamennyi szálloda részére (45 db) kiküldésre került a szállodák fitness és wellness szolgáltatási elemeit felmérő, általunk összeállított kérdőív. A válaszadási hajlandóság 86,6%-os volt, a megkérdezett szállodák közül 39 küldte vissza a kiküldött kérdőívet. Kutatásunk során arra kerestük a választ, hogy különböző minősítéssel (csillag alapján történt besorolás) szállodák milyen egészségmegőrzést szolgáló wellness és sportszolgáltatásokat nyújtanak a vendégek számára. Az adatok feldolgozása SPSS statisztikai programmal történt, az alapstatisztikán túl chi2 próbát alkalmaztunk az összefüggések vizsgálatára.

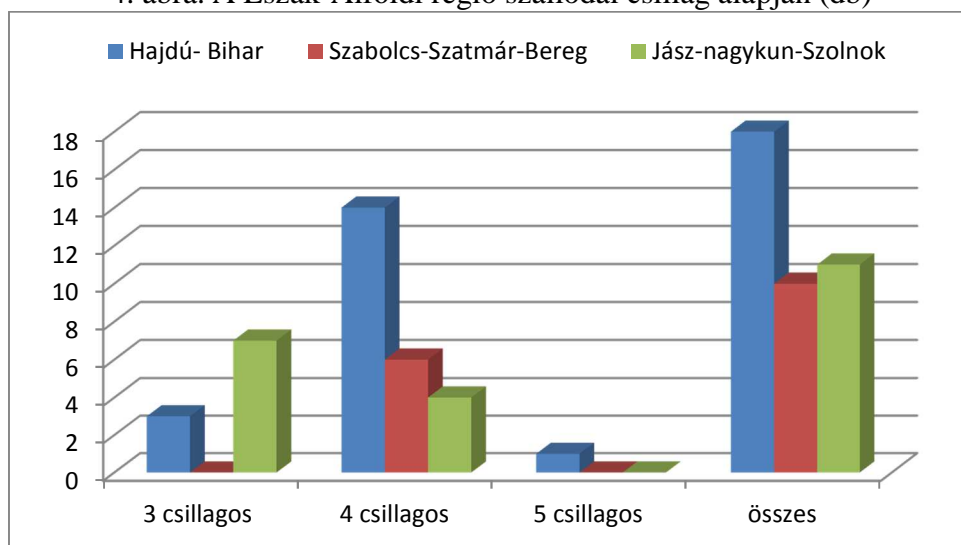
4. Eredmények

A kereskedelmi szálláshelyek osztályba sorolásáról szóló 54/2003-as GKM, módosított IKIM rendelet meghatározta a wellness szállodák kötelező kínálati elemeinek minimális számát, valamint arról is rendelkezett, hogy a wellness szállodák kínálati elemei között hányféle sportprogramnak kell szerepelnie. Tekintettel arra, hogy a legalább 4féle sportprogram közül az egyiknek aerobics jellegű tréningnek kellett lenni, ez maga után vonta azt, hogy a wellness besorolással rendelkező szállodák programkínálatában megjelentek a sportprogramok, valamint az előírásoknak megfelelően fitnesstermet alakítottak ki (Müller et al. 2005, Borbély-Müller 2008).

A rendelet megszűnését követően az új besorolás szerint ma már nem regisztrálnak wellness szállodákat, csupán a minőségi kritériumok alapján a csillag szerinti besorolásnak kell megfelelni.

Korunk egészségtudatos fogyasztóinak fogyasztási trendjeit követve a szálláshelyek versenyképességét a wellness kínálati elemek megléte és sokszínűsége növeli. (Müller et al., 2005; Müller – Kerényi, 2009; Sörös et al., 2012; Csirmaz – Pető, 2015). Az Észak-Alföldi régióban található szállodák közül 39 esetben vizsgáltuk a kínálati elemeket. Az eredmények azt mutatták, hogy a magasabb minősítéssel rendelkező szállodák a másik két megyéhez képest Hajdú-Bihar megyében szignifikánsan felülreprezentáltak ($\chi^2=7,34$, $p=0,09$), a vizsgált 39 szálloda közül 18 ebben a megyében található (4. ábra).

4. ábra. A Észak-Alföldi régió szállodái csillag alapján (db)



Forrás: KSH alapján saját szerkesztés, 2019

Tekintettel arra, hogy a régióban egészségturizmus meghatározó szerepet játszik és az ehhez kapcsolódó wellness-és gyógy szolgáltatások igen meghatározó vonzerőt képviselnek, így kíváncsiak voltunk arra, hogy hány szálloda használja ki az egészségturisztikai márkaértéket (Mosonyi et al., 2013; Kerényi et al., 2010) és hányan érvényesítik azt az elnevezésükben is. Az 1. táblázat alapján látható, hogy az általunk vizsgált szállodák 23,1%-nál (9db) a szálloda elnevezésében a wellness szó előfordul, ezek közül a 3 csillagos szállodák 28,6%-a (4 db), míg a 4 csillagos szállodák 20,55-a (5 db) nyilatkozta ugyanezt. Ez alapján megállapítható, hogy ezek a szállodák élnek azzal a lehetőséggel, hogy a brendépítést a regionális, vagy hazai egészségturisztikai márkához kapcsolják (Mosonyi et al., 2013). Ehhez hasonlóan azt is megvizsgáltuk, hogy a gyógy elnevezés szerepel-e a vizsgált szállodák elnevezésében.

Az eredmények azt mutatták, hogy a szállodák 15,4%-a (6 db) elnevezésében szerepel, ezek közül a 3 csillagos szállodák esetében 28,6% (4 db), 4 csillagos szállodák 8,3%-a (2 db) nyilatkozta ugyanezt (1. táblázat).

1. táblázat. Wellness és gyógy elnevezés – csillag szerinti besorolás

	3 csillagos	4 csillagos	5 csillagos	összesen
A szálloda elnevezésében szerepel a wellness szó	28,6 % (4 db)	20,55 % (5 db)	0,0% (0 db)	23,1% (9 db)
A szálloda elnevezésében szerepel a gyógy- szó	28,6% (4 db)	8,3%-a (2 db)	0,0% (0 db)	15,4% (6 db)

Forrás: Saját vizsgálat alapján, 2019

Az általunk vizsgált szállodák 84%-a (33 db) rendelkezik wellness kínálati elemekkel, amelyek az egészségtudatos vendégek számára a testi-lelki és szociális jó közérzet állapotát tudják biztosítani. Az eredmények alapján látható, hogy a 4 csillagos szállodák közül többen biztosítanak wellness szolgáltatást a vendégeknek, mint a 3 csillagos szállodák, ugyanakkor mind a két kategóriában vannak olyan szállodák is, amelyekben egyáltalán nincsenek ilyen jellegű szolgáltatások. (2. táblázat).

2. táblázat. Wellness szolgáltatások – csillag szerinti besorolás

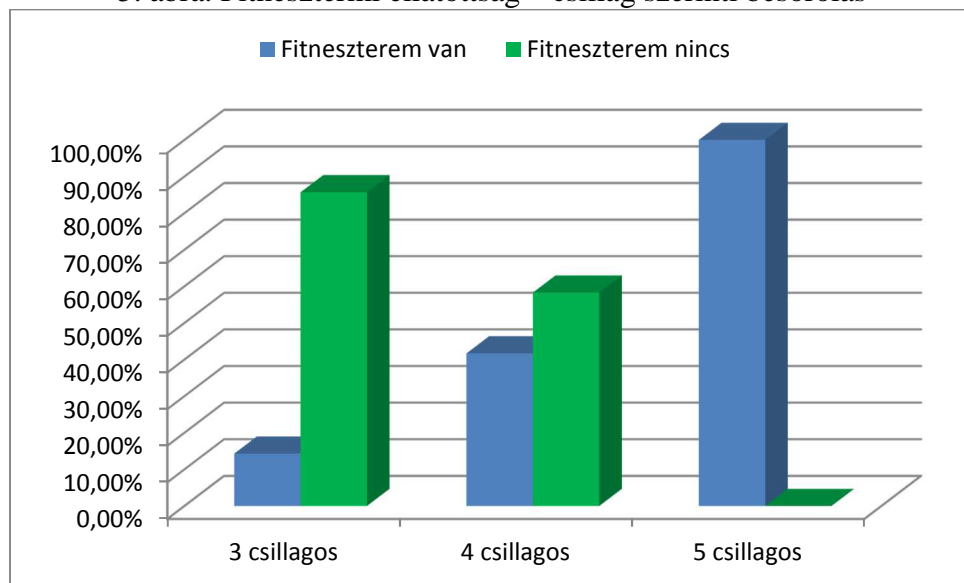
		Hány csillagos a szálloda		
		3 csillagos	4 csillagos	5 csillagos
Rendelkezik-e a szálloda wellness szolgáltatásokkal?	Igen	71,4% (10 db)	91, 7% (22 db)	100 % (1 db)
	Nem	28, 6% (4 db)	8,3% (2 db)	0,0% (0 db)

Forrás: Saját vizsgálat alapján, 2019

A wellness koncepció testi egészség fejlesztéséhez kapcsolódó szolgáltatása nem szezonális, egész évben biztosított kínálati elem. Vizsgáltuk csillag szerinti besorolás alapján, hogy a régió szállodái rendelkeznek-e fitnessteremmel. Az eredmények azt mutatták, hogy a vizsgált szállodák mindössze 33,4 %-a, több, mint fele pedig nem rendelkezik fitnessteremmel (66,6%), ami valószínűsíthetően összefügg az 54/2003-as GKM, módosított IKIM rendelet megszűnésével. Többségében a wellness besorolású szállodákban találhatóak meg ezek a vendégek számára ingyenesen igénybe vehető szállodán belüli testedzési, aktív kikapcsolódási lehetőségek. Csillag szerinti besorolás alapján megvizsgáltuk a régió szállodáit annak érdekében, hogy rávilágítsunk a rendelkezésre álló testedzési lehetőségekre. Az eredmények

azt mutatták, hogy a 4 csillagos szállodák 41,7%-a, a 3 csillagos szállodáknak csupán 14,3%-a rendelkezik fitneszteremmel és biztosította ezt a lehetőséget vendégeinek (5. ábra).

5. ábra. Fitnesztermi ellátottság – csillag szerinti besorolás



Forrás: Saját vizsgálat alapján, 2019

A fitneszteremmel rendelkező szállodákban a terem mérete jellemzően 25-30 nm² nagyságú, amelyben általában 4-5 különböző típusú gép található. Ettől csak a nagyobb alapterületű termek esetében van eltérés, ahol 9-10 db gép áll a vendégek rendelkezésére. Arra is kíváncsiak voltunk, hogy hány darab és milyen típusú gépekkel van felszerelve a fitneszterem. Az eredmények azt mutatták, hogy a 3 csillagos szállodák fitnesztermében általában 3, de van olyan szálloda is, ahol 5 fitneszgép található. A 4 csillagos szállodák esetében az tapasztaltuk, hogy jellemzően 4-5 géppel felszereltek, ugyanakkor volt két olyan 4 csillagos szálloda is, ahol 9 db fitneszgép áll a vendégek rendelkezésére.

A gépek típusára vonatkozóan az eredmények rávilágítottak arra, hogy a megkérdezett szállodákban elsősorban kardiogépek állnak a vendégek rendelkezésére. A leggyakrabban előforduló futópálya mellett - amely a 4 csillagos szállodák 81,8%-ban, míg minden fitneszteremmel rendelkező 3 és 5 csillagos szállodában biztosítva van - az ellipszis tréner, taposógép azok az eszközök, amelyek megtalálhatóak még. Több szálloda fitnesztermében van erőfejlesztő gép is, vagy éppen rendelkezésre állnak szabadsúlyok is. Az általunk vizsgált 3, 4 és 5 csillagos szállodák 39%-a nem alkalmaz a fitneszteremben sportszakembert, a fitneszterem lévő gépeket a vendégek önállóan használhatják. Korábban a wellness szállodáknak kötelezően a sport területére szakosodott szakembert (testnevelő, edző) is alkalmazniuk kellett (Müller-Könyves, 2006; Müller et al., 2008). Annak következtében, hogy az új rendszer ezt nem írja elő kötelezően, a humánerőforrás magas költségvonzata miatt a szállodák nem is alkalmaznak erre a célra szakembert.

A rekreációs trendek azt mutatják, hogy napjaink egészségtudatos fogyasztóinak fontos a rendszeres testmozgás, melyet üdülésük alatt is szeretnének végezni. Korábbi vizsgálatunk során felmértük a régió megyéiben található szállodák szabadidősport kínálatát. Az eredmények azt mutatták, hogy Hajdú-Bihar megyében található a legtöbb szálloda, melyek szabadidősport kínálatában a legnépszerűbbek a jóga, aerobic, kerékpár túra és a vízi tréning voltak (Lenténé et al., 2018).

A szabadidő sportolásra a 3 csillagos szállodák 35,7%-a a 4 csillagosok 37,5%-a biztosít lehetőséget a vendégeinek. A szabadidős sporttal kapcsolatos elvárás, hogy szórakoztató,

élménycentrikus legyen és a különböző célcsoportok elvárásainak megfelelően széles mozgásrepertoár legyen kialakítva. Kíváncsiak voltunk arra, hogy a régió szállodái biztosítanak-e a szállodán belül szabadidős sportolási lehetőséget, keleti vagy aerobic jellegű mozgásprogramot a vendégek számára. Az eredmények azt mutatták, hogy a 3 csillagos szállodák közül mindössze 5 (35,7%), míg a 4 csillagos szállodák közül 9 (37,5%) olyat találtunk, amelyeknek kínálati elemei között szerepelnek az ilyen típusú mozgásprogramok, nagyobb arányban vannak azonban azok (64,3% és 62,5%), ahol nincsenek ilyen jellegű szabadidős sportszolgáltatások (3. táblázat).

3. táblázat. Szabadidő sportolási lehetőség, keleti vagy aerobic jellegű mozgásprogram – csillag szerinti besorolás

		Hány csillagos a szálloda		
		3 csillagos	4 csillagos	5 csillagos
Van-e a szállodában szabadidő sportolási lehetőség, keleti vagy aerobic jellegű mozgásprogram?	Van	35,7% (5 db)	37,5% (9 db)	0,0% (0 db)
	Nincs	64,3% (9 db)	62,5% (15 db)	100,0% (1 db)

Forrás: Saját vizsgálat alapján, 2019

A régió 4 csillagos szállodáinak szolgáltatási palettáján a jóga, a taichi, vízi aerobic és egyéb vízi tréning szerepel, mint sportolási lehetőség, emellett a szállodák kínálatában a gyalogtúra, kerékpártúra és a tenisz is megjelenik. A sportkínálatban szerepelnek azok az outdoor sportok, melyek rossz idő esetén is programot kínálnak a vendégek számára az egészség megőrzésére és a motorikus képességeik fejlesztésére. A természeti sportok palettáján azok a ciklikus sportok jelennek meg, melyek a szép természeti környezetben életkortól függetlenül űzhetőek és alkalmasak a kardiorespiratorikus állóképesség fejlesztésére, ezáltal egészségvédő szerepük meghatározó. A thai chi és a jóga megjelenése a programok sorában azt mutatja, hogy napjainkban a spiritualitás, a stressz-oldó módszerek (Lengyel, 2015b) szintén elterjedtek az üdülés alatt vagy a rekreációban egyaránt. Sajnos ez csak csekély számú szállodára jellemző. Kutatásunk rávilágított arra, hogy a dinamikusabb, aerobic jellegű mozgások jellemzően nem szerepelnek a kínálati elemek között. Ezek az eredmények a fitness trendeknek megfelelő képet mutatták, azaz a természetben zajló life-time jellegű ciklikus sportok, vagy az élményt nyújtó sportok és szabadidős programok a népszerűek (Müller et al., 2011a; Dobay – Bendíková, 2014; Müller, 2015; Gödény et al., 2018). A gyógyászati céllal utazó vendégek körében Müller és társai 2018-ban végeztek kutatást, melynek eredményei szerint a rehabilitáció alatt leggyakrabban igénybe vett szabadidős sportszolgáltatások között a gyalogtúra, tenisz szerepelt, mely sportokat a wellness és gyógyturizmusban megjelenő célcsoportok is igényelnek (Müller et al., 2018 c).

5. Konklúzió

Az Észak- Alföldi régió számára a turizmus, az egészségturisztikai termékfejlesztés fontos. A szolgáltatások fejlesztésében a minőséget (Czeplédi, 2011) és a minőségi kínálatfejlesztést hangsúlyozza több kutatás (Bácsné et al., 2018; Müller et al., 2018c). A jó adottságokra alapozva a fejlesztéssel folyamatos turisztikai kereslet bővülését tapasztalhatjuk, mely különösen fontos tekintettel arra, hogy a régió kereskedelmi szálláshelyeinél 2010-óta a vendégek számának folyamatos növekedése realizálható. A kínálati elemek fejlesztése során ugyanakkor a minőségi paramétereket is figyelembe kell venni, hiszen a szolgáltatások extenzív és intenzív fejlesztése együtt jelenti a turizmusban a versenyképességet. A wellness és sport kínálat dominánsan jelenik meg az Észak-Alföldi régió szállodáiban, mint kiegészítő

szolgáltatások, így a humánerőforrás fejlesztés területén az animátorok alkalmazása (Borbély – Müller, 2008; Müller, 2009) lehet egy jó megoldás a programok menedzselésére. Ezen szolgáltatások bővítését indokolják napjaink rekreációs trendjei, melyek alapján az látszik, hogy az egészségtudatos fogyasztók számára fontos a rendszeres testmozgás, melyet üdülésük alatt is szeretnének végezni. Az egészségturizmus szolgáltatóinak nem csak a rekreációs (Müller et al., 2011b) és wellness trendeket (Csörgő et al., 2013) kell követni, de a fejlett információtechnológiai trendeket is, azaz fontos az online megjelenés a marketing kommunikációban, a korszerű weboldalak, mobil alkalmazások, vagy akár a közösségi média jelenlét, melyet a fogyasztók igénylik és használják is az utazással kapcsolatban (Ráthonyi, 2013; Ráthonyi et al., 2016; Ráthonyi - Ráthonyi-Ódor, 2017). Több egészségturisztikai kutatás igazolta, hogy a vendégek a desztinációba utazás előtt az internetről szereznek információt, vagy az ismerősöktől, mely befolyásolja a desztinációválasztást (Müller et al., 2016).

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Bakucz M.; Bozóti A.; Kincses Á.; Póto Zs.; Tóth G. (2016): Nyugat-Dunántúl Gyógy- és termálfürdőire vonatkozó keresleti elemzés. In: Fürdőtelepülések versenyképességi vizsgálata néhány magyar és Közép-európai régióban. (szerk: Bakucz Márta-tegzes Andrea). 2016. Pécsi Tudományegyetem, Pécs. 188. p. ISBN: 978-963-429-056-8.

Bácsné B. É.; Pfau Ch.; Dajnoki K.; Müller A. (2018): Examining the quality parameters of sports services. In: Jaromír, Šimonek; Beáta, Dobay (szerk.) Sport science in motion: proceedings from the scientific conference. Športová veda v pohybe: recenzovaný zborník vedeckých a odborných prác z konferencie. Mozgásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról. Komárno, Szlovákia: Univerzita J. Selyeho, (2018) pp. 236-243. , 8 p.

Barta G.; Pálinkás R.; Müller A. (2011): The Role of the Saliris Thermal Spa's bath in the tourism and recreation. In: Acta Academiae Agriensis Nova Series Tom-Sectio Sport 38. kötet. 5-13.p.

Borbély A.; Müller A. (2008): A testi-lelki harmónia összefüggései és módszertana. Valóság-Térkép-6. PEM tanulmányok (Kiadja: a Professzorok az Európai Magyarországért Egyesület, Bp. szerkeszti: dr. Koncz István) 211.p.

Bozóti A. (2015): Kis települések- új fürdők versenyképességének vizsgálata regionális összehasonlításban. Fürdővárosok, Történelmi ismeretterjesztő Társulat egyesület, Budapest. ISBN: 978-963-89727-4-3, pp.203-217.

Czeglédi L. (2011): Minőségmenedzsment. Eger, Magyarország: EKF (2011), 127 p.

Csirmaz É.; Pető K. (2015): International Trends in Recreational and Wellness Tourism. Procedia Economics and Finance 32 pp. 755-762. , 8 p.

Csörgő T.; Bíró M.; Kopákné Plachy J.; Müller A. (2013): Masszázsterápia hatásának vizsgálata hatvan év feletti nők körében. Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport 40 pp. 5-16. , 12 p.

Darabos É.; Nagy T. O. (2018): Turisztikai célú támogatások szerepe az Észak - Alföld Régió fejlődésében. International Journal of Engineering and Management Sciences 3: 4 pp. 365-376. , 12 p.

Darabos É. (2015): A turizmus szerepe a világgazdaságban, a szektorban foglalkoztatottak számának, bérének alakulása Magyarországon. Acta Oeconomica Universitatis Selye 4: 1 pp. 42-50. , 9 p.

- Dobay B.; Müller A.; Elena B. (2017). Adult Health in Terms of Selected Lifestyle Factor. *Disputationes Scientifcae Universitatis Chatolicae in Ruzomberok* 17: 4 pp. 32-39. , 8 p.
- Go F.; Govers R. (2000): Integrated quality mangement for tourist destinations: a european perspective on achieving competitiveness. *Tourism management*. Vol. 21. No. 1. pp. 9-22.p.
- Gödény N.; Bíró M.; Lenténé P. A.; Lente L.; Müller A. (2018): A fogyasztói szokások és trendek változásának vizsgálata a fitness területén.In: Balogh, László (szerk.) Fókuszban az egészség. Debrecen, Magyarország: Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet, (2018) pp. 9-18. , 10 p.
- Kerényi E.; Müller A.; Könyves E.; Lázárné Fodor I.; Mosonyi A. (2010): Turisztikai márka és termékfejlesztés lehetőségei az egészségturizmusban az Észak-magyarországi és az Észak-alföldi régiókban. *Acta Academiae Agriensis*. XXX.VII. 67.-73.p.
- Kerényi E.; Müller A.; Szabó R.; Mosonyi A. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal and Experiences bath according the guest's satisfaction. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció*. Mátraháza, Magyarország (2009) pp. 56-67. , 12 p.
- Központi Statisztikai Hivatal (2017): Helyzetkép a turizmus, vendéglátás ágazatról, 2017. <http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/jeltur/jeltur17.pdf> (2019.02.01.)
- Központi Statisztikai Hivatal http://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_eves/i_oga011b.html (2019.02.01.)
- Központi Statisztikai Hivatal (2019): <http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/gyor/ksz/ksz1811.html> (2019.02.01.)
- Lengyel A. (2015a): Magyarország egészségturisztikai desztinációként való márkázása: aszinkronitási problémák .*Economica* 8: 1 pp. 68-73., 6 p.
- Lengyel A. (2015b): Mindfulness and sustainability: utilizing the tourism context *Journal of Sustainable Development* 8: 9 pp. 35-51. , 17 p. (2015)
- Lengyel A. (2016): Tourism, meditation, sustainability. *Apstract - Applied Studies in Agribusiness and Commerce* 10: 1 pp. 81-92. , 12 p.
- Lenténé P. A.; Bíró M.; Dobay B.; Pucsek J. M. (2018): The supply elements and services of leisure sports in the Northern Great Plain Region of Hungary. *Mozgásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról*. Komárno, Szlovákia : Univerzita J. Selyeho, (2018) 324 p.
- Lövei-Kalmár K. (2017): A fürdők jelentősége az Észak-Alföldi Régió egészségturizmusának fejlesztésében. *Köztes Európa: Társadalomtudományi Folyóirat: A Vikek Közleményei* 9: 1-2 pp. 205-213. , 9 p.
- Mező F.; Maczike E. (2010): Fókuszban az egészségturizmus: lehetséges kitörési pont az Észak-Alföldi régióban. In. *Polgári szemle*.5. évf. 4. szám. <https://polgariszemle.hu/archivum/54-2010-augusztus-6-evfolyam-4-szam/394-fokuszb-an-egeszsegturizmus-lehetseges-kitoeresi-pont-az-eszak-alfoldi-regioban>.
- Michalkó G.; Rácz T. (2011): Egészségturizmus és életminőség magyarországon: fejezetek az egészség, az utazás és a jól (l)ét magyarországi összefüggéseiről. Budapest, MTA. *Földrajztudományi Kutatóintézet*. 179.p.
- Molnár Cs. Kincses Á.; Tóth G (2010): A fürdőfejlesztések hatásai Kelet-Magyarországon–Hajdúszoboszló, Mezőkövesd és Orosháza összehasonlítása. In: *Turizmus Bulletin*. XIII.évf.4.szám. 20-32.p.
- Mosonyi A.; Lengyel A.; Müller A. (2013): Branding potential of spas in the Northern Plain and the Mid-Transdanubian Regions. In. *Apstract*. Vol.4-5.num. 2013. http://ageconsearch.umn.edu/bitstream/187514/2/13_Mosoni.pdf. (2019.01.12.)

Müller A.; Balatoni I.; Csernoch L.; Bács Z.; Bíró M.; Bendíková E.; Pesti A.; Bácsné B. É. (2018a): Asztmás betegek életminőségének változása komplex rehabilitációs kezelés után. *ORVOSI HETILAP* 159: 27 pp. 1103-1112. , 10 p. (2018)

Müller A.; Ráthonyi G.; Bíró M.; Ráthonyi-Odor K.; Bács Z.; Ács P.; Hegyi G.; Bácsné B. É. (2018b): The effect of complex climate therapy on rehabilitation results of elderly asthmatic and chronic obstructive airways disease (COPD) patients. *European Journal of Integrative Medicine* 20 pp. 106-114. , 9 p.

Müller A.; Pfau Ch.; Gabnai Z.; Bácsné B. É.; Borbély A.; Pető K. (2018c): A gyógy-, wellness- és sportszolgáltatások fejlesztési lehetőségei a gyógyturizmusban egy hazai kutatás tükrében. *International Journal of Engineering and Management Sciences* 3: 4 pp. 101-114. , 14 p.

Müller A.; Könyves E.; Szabó R. (2005): A wellness-turizmus sokszínű kínálatának bemutatása. *Iskolai testnevelés és sport – elméleti módszertani és információs szaklap* 27. pp. 29-34., 6 p.

Müller A.; Szabó R. (2009): Analysis of Agárd, Komárom and Papa's Thermal Bath, According the Guest's satisfaction. In: *Acta Academiae Pedagogicae Agriensis. XXXVI. Sectio Sport. Sport, életmód, egészség. Az Eszterházy Károly Főiskola tudományos közleményei. Szerkesztő: Honfi László.* 89-101.p.

Müller A.; Szabó R.; Kerényi E.; Mosonyi A. (2009): Fürdő kutatás a Közép-dunántúli régióban. In: *Acta Academiae Pedagogicae Agriensis. XXXVI.* 65-77.p.

Müller A.; Kórik V. (2009): Az Észak-alföldi fürdők szerepe a turizmusban és a rekreációban. In: *Economica* 2. szám. 58-72.p.

Müller A.; Kerényi E. (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.) *Egészségügyi marketing és telekommunikáció. Mátraháza, Magyarország (2009)* pp. 11-19. , 9 p.

Müller A.; Kerényi E.; Könyves E (2011a): Effect of climate therapy and rehabilitation in Mátra Medical Institute Applied Studies in Agribusiness and Commerce. *APSTRACT - Applied Studies in Agribusiness and Commerce* 5: 3-4 pp. 39-42. , 4 p.

Müller A.; Széles-Kovács Gy.; Seres J.; Kristonné Bakos M. (2011b): Főiskolai hallgatók rekreációs tevékenységei. *Rekreacio.EU* 1. : 4. pp. 31-34. , 4 p.

Müller A. (2018): Health tourism in Hungary. In: Jaromír, Šimonek; Beáta, Dobay (szerk.) *Sport science in motion: proceedings from the scientific conference. Športová veda v pohybe: recenzovaný zborník vedeckých a odborných prác z konferencie. Mozgásban a sporttudomány: válogatott tanulmányok a konferenciáról.* Komárno, Szlovákia: Univerzita J. Selyeho, (2018) pp. 8-15., 8 p.

Müller A.; Barcsák B., Boda E. J. (2016): Health tourism the cavebath of Miskolctapolca. In: György, Juhász; Enikő, Korcsmáros; Erika, Huszárik (szerk.) *Korszerű szemlélet a tudományban és az oktatásban. Gazdaságtudományi szekció: Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Univerzity J. Selyeho – 2016 „Súčasné aspekty vedy a vzdelávania”. Sekcie ekonomických vied.* Komárno, Szlovákia: Selye János Egyetem, (2016) pp. 233-245. , 13 p.

Müller A.; Könyves E. (2006): Az egészségturizmus lehetőségei az Észak-Alföldi régióban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 33 pp. 132-143. , 12 p.

Müller A. (2009): Gyakorlati útmutató az animátorok számára. In: Várhelyi, Tamás (szerk.) *Világtrédek a turizmus-iparban: Az egészségturizmus nemzetközi gyakorlata.* Szolnok, Magyarország: Szolnoki Főiskola Műszaki és Mezőgazdasági Fakultás, pp. 93-139. , 47 p.

Müller A.; Bácsné B. É. (2018): Az egészséges életmód és a sport kapcsolata. *Létavértes, Magyarország: Létavértes SC '97 Egyesület* (2018), 96 p.

MTÜ A MAGYARORSZÁGI A KERESKEDELMI SZÁLLÁHELYEK 2017-ES FŐBB EREDMÉNYEI https://mtu.gov.hu/documents/prod/Kereskedelmi_szallashelyek_adatai_20 (2019.01.11.)

- Ráthonyi G. (2013): Influence of social media on tourism – especially among students of the University of Debrecen. *Abstract - Applied Studies In Agribusiness And Commerce* 7(1), 105-112.
- Ráthonyi G.; Ráthonyi-Odor K. (2017): Innovatív mobiltechnológiai megoldások a turizmusban, *Acta Carolus Robertus* 7: 2 pp. 161-180.
- Ráthonyi G.; Ráthonyi-Odor K.; Müller A. (2016b): Turisták közösségi média használata az utazás során. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport* 43: Különszám pp. 213-233., 21 p. 17_1. pdf
- Révész L.; Müller A.; Herpainé L. J.; Boda E.; Bíró M. (2015): A rekreáció elmélete és módszertana 1. A rekreáció kialakulása, története. A rekreáció felosztása. Készült: a TÁMOP-4.1.2. E-15/1/Konv-2015-0001 "3. misszió" Sport és tudomány a társadalomért Kelet Magyarországon projekt keretében. EKF Líceum Kiadó. ISBN 978-615-5621-06-2
- Rulle, M.; Hoffmann W.; Kraft K. (2010): *Erfolgstrategien im Gesundheitstourismus. Analyse zur Erwartung und Zufriedenheit von Gästen.* Berlin: Erich Schmidt Verlag GmbH & Co. KG.
- Sörös A., Pető K., Csipkés M. (2012): Examining life quality in Hajdúszoboszló Tourist Area, with a particular focus on health conditions, *Agrárinformatika / Journal Of Agricultural Informatics* 3: (1) pp. 1-9.
- Sörös A. (2013): Az egészségturizmus hatása az életminőségre Hajdúszoboszlón. Doktori értekezés. Debreceni Egyetem, Ihring Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományi Doktori Iskola, Debrecen. 158. p.