

AZ ORSZÁGOS KOMPETENCIAMÉRÉS SORÁN FELVETT SZABADIDŐS SPORTTEVÉKENYSÉGRE IRÁNYULÓ ADATOK ELEMZÉSE ÉS STANDARDJAINAK KÖZLÉSE

Smohai Máté¹, Harsányi Szabolcs Gergő¹, Koltói Lilla¹, Kovács Dóra¹, Kövesdi Andrea¹, Nagybányai-Nagy Olivér¹, Nyitrai Erika¹, Simon Gabriella¹, Takács Nándor¹, Takács Szabolcs¹

Levelező szerző: Smohai Máté (smohai.mate@kre.hu)

Kivonat

Az Országos kompetenciamérés (OKM) évről évre felméri a Magyarországon iskolába járó 6., 8., és 10. osztályos diákok populációjának szövegértését és matematikai eszköztudását. Jelen tanulmány célja a 2017-es mérés sporttevékenységgel kapcsolatos eredményeinek ismertetése. A szerzők ismertetik az iskolai és iskolán kívül, rendszeresen végzett szabadidős sportolási szokások gyakoriságait korosztály, nemi hovatartozás és iskolatípus szerinti bontásban. Legfontosabb eredmények: (1) mindkét nem képviselői körében megállapítható, hogy a 6. osztályban tapasztalt sportolói arány a későbbi évfolyam szinteken nagyjából 10-10-10% mértékű, egyre ereszkedő tendenciát mutat. (2) Iskolatípusok szempontjából pedig az rajzolódik ki, hogy mindhárom évfolyamra vonatkozóan a gimnáziumba járó diákok között kedvezőbb a rendszeres sporttevékenységet folytatók aránya, mint a szakközépiskolába és a szakgimnáziumba járó diákok között. (3) A lányok matematika kompetencia pontszámában mutatkozik meg legkövetkezetesebben a sportolók előnye: egy kivétellel valamennyi iskolatípus összes osztályában felülmúlták a sportolók a nem sportolókat. (4) Az általános iskolába és a hatosztályos gimnáziumba járó lány tanulók körében a sportolók rendre felülmúlták a nem sportoló lányokat matematika és szövegértés kompetencia pontszámában egyaránt.

Kulcsszavak: Országos kompetenciamérés ▪ sport ▪ szabadidős sport ▪ matematika ▪ szövegértés

Abstract

The National Assessment of Basic Competencies (NABC) tests measure the literacy and mathematics skills & and performance of students attending 6th, 8th and 10th grade once a year. The purpose of this study is to demonstrate the results of the national measurement linked to sport activities. The Authors describe the frequency of regular sporting habits outside school and at school by age groups, gender, and type of schools. Highlights: (1) Among both sexes, it can be stated that the 6th grade athlete ratio in the sub-

¹ Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Budapest, 1034, Bécsi út 324.

sequent grades shows a downward trend of about 10-10%. (2) From the point of view of the types of schools, the proportion of regular sports students is by far the most favorable among students attending grammar school. (3) The advantage of athletes is the most consistent in the girls' mathematical scores: with one exception, athletes in all grades and in all types of schools outperform the athletes. (4) Athletic girls at primary schools and six-year high schools outperformed non-athletic girls in both mathematics and literacy competency scores.

Keywords: nationwide competency measurement ▪ sport ▪ exercise ▪ mathematics ▪ literacy

BEVEZETŐ

Az Országos kompetenciamérés azzal, hogy a teljes magyarországi diákság felmérését öleli fel, az egyénfókuszú folyamatok megragadása helyett társadalmi szinten feltett kérdésekre adhat választ. A magyar diákok sporttevékenységével kapcsolatos rendelkezésre álló adatokat ilymódon érdemesnek látszik a társadalomlélektan és a sportszociológia szemüvegén keresztül vizsgálni.

ELMÉLETI BEVEZETŐ

Társadalomlélektan / sportszociológia

“A társadalomlélektan mint interdiszciplináris tudományterület legfontosabb jellemzője, hogy az egyének pszichikai állapotának és viselkedésének megértését társadalmi mátrixba helyezi” (Pikó, 2012). Egyfajta egymásra hatásról van szó: a társadalom alakítja az egyén viselkedését, és az visszahat a társadalomra, hiszen a társadalmi valóságot a benne szereplők alkotják és építik fel. Az egyén és a társadalom kapcsolata igen jelentősen meghatározza a társadalmi valóságot, erős hatással van az egyéni és populációs szintű egészségre. A társadalmi folyamatok szabályszerűségei lényeges támpontot adnak a lelki egészséget befolyásoló tényezők megértéséhez, elemzéséhez (Kopp és mtsai, 2010). Lényeges egészséglélektani momentum és életminőséget alapjaiban meghatározó szempont tehát, hogy az egyének létezése mennyire áll harmóniában az adott társadalmi valósággal, azaz, hogy mennyire jól működnek az egyén és társadalom közötti adaptációs folyamatok.

Kapcsolódó társadalmi szintű jelenségek továbbá a modernizáció, az individualizáció, a globalizáció és az új technológiák előretörése. A modernizáció során olyan alapvető társadalmi változások történtek, melyek az addig egységes világkép, érték- és normarendszer széttöredezettségét vonták maguk után, amely jelentősen érintette az emberek életmódjának, annak a szabályozottságának megváltozását is. Ez a folyamat tekinthető az individualizáció megalapozásának

is. Az individualizáció során az egyén egyre inkább elkülöníti magát másoktól és így határozza meg önmagát (Gurevics, 2003). Ezáltal az egyén és a közösség viszonya megváltozik, gyengül, a társadalmi normák és kötelezettségek fellazulnak. Az így keletkező érték-, kötelezettség- és norma- vákuumot a társadalom tagjai azzal töltik be, amivel szeretnék. A freudi örömelev mentén szóba jönnek ezen a ponton azok a rizikómagatartások (pl. addikciók), amelyek rövid távon jól esnek, élvezetet nyújtanak, hosszú távon azonban bio-pszicho-szociális károkkal járnak. Ennek a folyamatnak a mélyebb megértését kínálja többek között az egzisztenciális pszichológia (Lukas 2009), valamint az önszabályozás időbeli elmélete is (Hall & Fong, 2007).

Annak ellenére, hogy trend szinten mosódnak el az értékek, lazulnak fel a normák és a kötelezettségek, a társadalmi élet bizonyos területein továbbra is jellemző a szilárd értékrend, erős normák és világos kötelezettségek. Ilyen úgymond „értékorientált terület” például a vallás (pl. Bergin, 1991), a katonaság (pl. Dunivin, 1994) és a sport (pl. Pikó, 2005).

A testmozgás, a fizikai aktivitás hiánya egyre súlyosabb társadalmi szintű aggodalomra ad okot (Garrett, Brasure, Schmitz, Schultz, Huber, 2004), egészségügyi (Biddle, 2012; Wilmot és mtsai, 2012), mortalitási (Kopp és Skrabski, 2004) és gazdasági (Ding és mtsai, 2017) szempontból egyaránt. Nem is csak a felnőttek, hanem a fiatalok körében is (Tremblay és mtsai, 2011). A kielégítő fizikai aktivitás elérhető az élsport, a szabadidő sport és a mindennapi életbe ágyazott testmozgás révén (Moran, 2011). Az élsport természetesen a társadalomnak csak azt a szűk szeletét érinti, amely tagjainak (és családjainak) élete dominánsan a sport köré szerveződik. A mindennapi életbe ágyazott testmozgással kapcsolatban ajánljuk Moran és Toner (2011), magyar nyelven pedig Urbán Róbert (2017) egészségpszichológiai könyvét. A tanulmány további részében a szabadidős sporttevékenységgel, annak rendszerességével és összefüggéseivel foglalkozunk mélyrehatóbban.

Serdülőkori szabadidős sporttevékenység

Serdülőkorban a kortársakkal együtt töltött közös tevékenységek kerülnek előtérbe, ami egészségmagatartási szokásaikat is jelentősen befolyásolja (Pikó, 2006). Egészségpszichológiai szempontból bizonyos szabadidős tevékenységek kockáztnövelő hatásúak (hajlamosítanak a dohányzásra, alkohol-és drogfogyasztásra), mások viszont védőhatást fejtenek ki. Az előbbieket közé sorolhatjuk a kortársakkal eltöltött strukturálatlan időt, a fogyasztásorientált tevékenységeket, utóbbiba pedig a kreatív tevékenységeket, a sportot, a vallást és az intellektuális érdeklődést (Pikó, 2005).

Míg a gyermekek életének szerves részét képezi a rendszeres szabadidős mozgás (Kulig, Brener & McManus (2003), a késő serdülőkorban ez csökkenő trendet

mutat (Telama & Yang, 2000). Tehát éppúgy, mint minden egészségmagatartás, a szabadidős sporttevékenység szokása is a késő-gyermekkor, valamint a kora serdülőkor idején alakul ki (Perkins, Jacobs, Barber & Eccles, 2004). Ez magyarázatot ad arra is, hogy a felnőttkori sporttevékenység egyedülállóan és magasan kiemelkedő prediktora a gyermekkori sporttevékenység (Moran & Toner, 2011). A sportnak az életkor előrehaladtával járó elengedése különösen a lányok körében figyelhető meg, amire magyarázatul szolgál egyrészt a testnevelés órákon szerzett több negatív élményből fakadó tanult tehetetlenség és kisebb elkötelezettség, másrészt pedig a sportolás iránt a fiúkéhoz képest mutatott alacsonyabb szintű érdeklődés és bevonódás (Coakley & White, 1992; Ennis, 1996). A fiúk sport iránti fogékonyságára további magyarázatul szolgál a sportszeretet maskulin identitással és az ezzel járó versenyszellemmel és eredménycentrikussággal való összefüggése (Lantz & Schroeder, 1999; Koivula, 1999). Hogy a lányok számára mi hozhatja vissza a sporttevékenység iránti kedvet és elköteleződést? A szülők, mint jó példa csak a fiú gyermekekre vannak hatással (Sallis, Alcaraz, McKenzie, Hovell, 1999), azonban a lányokat jelentősen motiválhatja, ha a közvetlen környezetben néhány kortárs lány is sporttevékenységet folytat (Coakley & White 1992; Keresztes, Pikó, Pluhár, Page, 2008).

Serdülők szabadidős sporttevékenysége Magyarországon

A 2004-es Dél-Alföldi Ifjúságkutatásról való beszámolóként Pikó Bettina (2012) nagydoktori értekezésében olvasható, hogy igen nagy méretű hazai serdülő minta (N=1114) esetében iskolán kívüli sport-tevékenységet a résztvevők körülbelül kétharmada (65,6%) űzött hetente legalább egy alkalommal. Ezen belül pedig a fizikai aktivitást a társadalmi helyzetettel hozták összefüggésbe, mégpedig oly módon, hogy a magasabb társadalmi státuszú serdülőkre volt jellemzőbb az iskolán kívüli sporttevékenység. Különösen az anya alacsonyos iskolai végzettsége járt együtt a gyermek fizikai aktivitásának hiányával.

Keresztes, Pluhár, Pikó és Page (2008) egy 548 fős magyar serdülő mintán azt találta, hogy a résztvevők harmada (31,9%-a) nem vesz részt rendszeresen szabadidős sporttevékenységben. Fiúk (30,4%) és lányok (32,9%) közötti különbség minimálisnak bizonyult e téren.

Sporttevékenység pszichológiai vonatkozásai

A rendszeres szabadidős sporttevékenységre szánt idő a hosszú távú egészségmegőrzésben térül meg (Warburton, Nicol & Bredin, 2006), amely a krónikus betegségek nagyobb arányú elkerülésében, jobb egészségi és túlélési mutatókban egyaránt megmutatkozik (Macintyre & Mutrie, 2004). Ám a fizikai egészségen túl, a testmozgás jelentősen hozzájárul a pszichológiai jólléthez (Fox, 1999), a jó közérzethez, a mentális egészséghez (Ahn & Fedewa, 2011), a fizikai fittséghez (Perkins, Jacobs, Barber & Eccles, 2004) és az egészségkárosító magatartások alacsonyabb szintjéhez (Pate, Trost, Levin & Dowda, 2000).

Biddle és Asare (2011) 18 áttekintő tanulmányt vizsgált át, melyek gyermekek és serdülők körében elemezték a fizikai aktivitás hatását egészségpszichológiai változókra, úgy mint önértékelésre, depresszióra, szorongásra és kognitív funkciókra. Meglepően kevés számú minőségi kutatást találtak a témában. Eredményeik szerint az önértékelésre legalább rövid távon kifejezetten jó hatással van a testmozgás. Depresszió és szorongás tekintetében gyenge méretű kedvező hatást találtak. A kognitív funkciókra és iskolai teljesítményre csak a napi szintű testmozgás gyakorol hatást, de az ezzel kapcsolatos eredmények sem konzisztensek. Az egyik legerősebb eredmény a testmozgást nélkülöző életmód negatív irányú kapcsolata volt a mentális egészséggel.

A mentális egészségre jótékony hatással van a fizikai aktivitás. Hazai vonatkozásban Kovács és Perényi (2014) fiatalok körében vizsgálta a sportolás és az egészség – többek között, a mentális egészség kapcsolatát. Eredményeikben kimutatták a sportolás protektív jellegét a mentális jóllét esetében. Arra az eredményre jutottak, hogy a sportolás hozzájárul az egyes jóllét dimenziók magasabb szintjéhez továbbá véd bizonyos depressziós tünetekkel és szerhasználattal (Grezsa és Surányi, 2014; Grezsa és mtsai, 2015) szemben. A fizikai aktivitás és a mentális egészség kapcsolatát meg lehet közelíteni negatív és pozitív szemszögből is. A sportolókat védi a depresszió ellen az életstílusuk a rendszeres testmozgás miatt, valamint a magabiztosságuk, a társadalomtól kapott támogatás és kapcsolatok (Armstrong, Oomen-Early, 2001). A sportolás mentális egészségre gyakorolt pozitív hatását támasztotta alá Vörös (2017) kutatása is, melyben a sportolási hajlandóság és a lelki egészség kapcsolatát vizsgálta. A lelki egészség becslésekor azokat a személyeket/válaszadókat vette figyelembe, akik szubjektív véleményük alapján többnyire vagy mindig boldognak érzik magukat. Megállapította, hogy azon országok lakosai, ahol magasabb a sportoló lakosság aránya, nagyobb valószínűséggel boldogabbak is.

Neuropszichológiai szempontból a rendszeres testmozgás fokozott agyi véráramlást és anyagcserét eredményez (Blakemore, 2003), ami hosszú távon érettebb idegrendszerhez és testi funkciókhoz vezethet, mely a figyelmi és tanulási képességekben (Hillmann, Castelli és Buck, 2005), kognitív teljesítmény növekedésében mutatkozik meg (Földi, 2000; Trudeau és Shephard, 2008). Ezek a képességbeli fejlődési folyamatok nem feltétlenül jelennek meg az iskolai osztályzatokban (Taras, 2005), az erre vonatkozó kutatási tapasztalatok ellentmondásosak (Biddle és Asari, 2011; Rasberry és mtsai, 2011).

MÓDSZER

Jelen tanulmány az Országos kompetenciamérés² teljes mintáján végzett elemzéseket tartalmazza. A vizsgálathoz az alábbi két kérdést csoportosításra alkalmaztuk:

- Milyen rendszeres, tanórán kívüli foglalkozásokon vesz részt az iskolában?
 - Korrepetáláson, fejlesztő foglalkozáson
 - Tehetséggondozó órákon
 - Iskolai szervezésű szabadidős sportfoglalkozáson
- Jársz-e különórákra, magánórákra iskolán kívül az alábbi tárgyakból?
 - Matematika
 - Idegen nyelv
 - Zene
 - Sport
 - Egyéb

A fenti két kérdésből a „valószínűleg nem sportol rendszeresen”, a „rendszeres sportoló” és a „passzív” csoportokat tudtuk képezni, az első és utolsó kategóriákat akár azonosként kezelve.

Ezek után az elemzéseket nemi hovatartozás, évfolyam és iskolatípus szerint csoportosítottuk és vizsgáltuk – írtuk le.

A vizsgálatok pontos eredményeit, számadatait a táblázatok és adatok mérete miatt egy elkülönített struktúrában, a folyóirat weboldaláról lehet elérni: PSYC_HU³.

Az eredményekhez használt matematikai statisztikai, módszertani háttérrel és tematikus szám két cikke tárgyalja: lásd bővebben magyar nyelven (T. Kárász, 2019b) és angolul (T. Kárász, 2019a).

EREDMÉNYEK

A magyar diák populáción belüli legalább heti rendszerességgel sporttevékenységet űzők vs. nem űzők arányait mutatja az 1. táblázat, nemi hovatartozás, évfolyam és iskolatípus szerinti bontásban. (Lásd 1. táblázat.)

A 1. táblázatból leolvasható, hogy az aktuális magyar diáksokaság fiú tagjainak körében közel 10%-kal kisebb a sport szempontból passzívak aránya (34,8%), mint a lányok között (43,4%). Ez a mértékű eltolódás jelen van a nemek között

² A kompetenciák mérése nem csak 6-8 és 10-es évfolyamon történik, hanem a felsőoktatásban is történtek már erre vonatkozó kísérletek. Ezek tapasztalatairól és eredményeiről lásd (Kiss, 2010), (Kiss, Lerner és Lukács, 2010) vagy (Kiss, 2013) vonatkozó publikációit.

³ <http://www.kre.hu/portal/index.php/kiadvanyok/folyoiratok/psychologia-hungarica-caroliensis.html>

1. táblázat. A legalább heti rendszerességgel szabadidős sporttevékenységet végző diákok gyakoriságai osztály, iskolatípus és nemi eloszlás szerint

	Fiúk				Lányok				N (fő)	
	Sportoló %	Passzív %	Hiányzó adat%	Össz%	Sportoló %	Passzív %	Hiányzó adat%	Össz%	Fiúk	Lányok
	6. osztály									
általános iskola	56,79	26,4	16,81	100	51,35	34,63	14,02	100	41413	40920
8 osztályos gimnázium	65,72	20,24	14,03	100	65,66	23,08	11,26	100	1849	1969
összesen	57,17	26,14	16,69	100	52,01	34,1	13,89	100	43262	42889
általános iskola	47,1	33	19,9	100	39,5	44,84	15,66	100	36981	36867
8. osztály										
6 osztályos gimnázium	56,66	24,87	18,46	100	57,06	28,05	14,89	100	2443	2769
8 osztályos gimnázium	53,17	26,57	20,25	100	53,49	30,17	16,34	100	1680	1989
összesen	47,92	32,25	19,83	100	41,34	43,02	15,64	100	41104	41625
10. osztály										
szakközép-iskola	25,53	57,27	17,21	100	14,84	70,13	15,04	100	9514	5293
szakgimnázium	33,04	52,24	14,71	100	25,67	63	11,33	100	15770	13667
4 osztályos gimnázium	45,04	35,4	19,56	100	39,85	45,93	14,22	100	12270	16975
6 osztályos gimnázium	50,15	29,88	19,97	100	50,47	34,3	15,23	100	2180	2350
8 osztályos gimnázium	48,19	30,46	21,35	100	49,93	34,34	15,73	100	1393	1738
összesen	36,3	46,46	17,24	100	32,76	53,77	13,47	100	41127	40023
Összesen	47,3	34,8	17,9	100	42,26	43,4	14,34	100	125493	124537

minden évfolyamon átvélően. Mindkét nem képviselői körében megállapítható, hogy a 6. osztályban tapasztalt sportolói arány a későbbi évfolyam szinteken nagyjából 10-10-10% mértékű, egyre ereszkedő tendenciát mutat, a passzívák aránya pedig ennyivel emelkedőt. Iskolatípusok szempontjából pedig az rajzolódik ki, hogy a gimnáziumba járó diákok között messze a legkedvezőbb a rendszeres sporttevékenységet folytatók aránya. 6. és 8. osztályosok körében az általános iskolába járókkal történik az összevetés, 10. osztályosok esetében pedig a szakközépiskolai és szakgimnáziumi tanulókkal. A szakgimnáziumi sportúzés nagyjából félfúton helyezkedik el a szakközépiskolai és gimnáziumi sporttevékenység gyakoriság között, a nemi hovatartozás figyelembevételével is. A hiányzó adatok kis mértékben torzíthatják az eredményeket, ám olyan erősek a fentebb megállapított tendenciák, hogy – a hiányzó adatokkal járó bizonytalanságot is figyelembe véve – a valóságot nagy valószínűséggel egész pontosan szemléltetik. Nem valószínű ugyanis, hogy pl. 10. osztályosok körében a fiatalabbakhoz képest lényegesen nagyobb arányban a sportolók hagynák megválaszolatlanul a sportra irányuló kérdést.

A rendszeres szabadidős sporttevékenységet űző és az ebből a szempontból passzív diákok matematika és szövegértés teljesítményeivel kapcsolatos eredmények kerülnek kibontásra az alábbiakban.

6. osztályban a sportoló lányok matematika teljesítménye felülmúlja a passzív lányokét (iskolatípustól függetlenül). Fiúk körében ilyen jellegű eltérés a gimnáziumba járók között nem mutatkozik, viszont az általános iskolába járók között igen, szintén a sportolók javára.

A gimnáziumba járó 6. osztályos sportolók szövegértésben nem múlták felül a passzívakat. Általános iskolába járó 6. osztályosok körében azonban elmondható, hogy a sportolók átlagosan jobb teljesítményt értek el, mint a sport szempontjából passzív tanulórsaik. Ez az eredmény egyaránt vonatkozik fiúkra és lányokra, ám a lányok esetében nagyobb a különbség a sportolók javára.

A 8. osztályos lányok körében elmondható, hogy a sportoló lányok matematika teljesítménye felülmúlja a passzívakét, minden iskolatípusban. Fiúk körében nem ennyire egyértelmű a helyzet: az általános iskolába és a 8. osztályos gimnáziumba járó fiúk esetében nem mutatkozik előny a sportolóokra vonatkozóan, de a 6. osztályos gimnáziumba járók körében igen.

A 4. ábra a következő eredményeket szemlélteti. 8. osztályos szövegértés pontszámokban az általános iskolás és 6. osztályos gimnazista tanulók (fiúk és lányok egyaránt) körében a sportolók a passzívakhoz képest jobb átlagos teljesítményt értek el. 8. osztályos gimnáziumra vonatkozóan nem jött ki ennyire határozottan körvonalazódó különbség.

10. osztályos fiúk körében a legtöbb iskolatípus esetében nincs különbség a sportoló és passzív tanulók matematika átlagpontszámát illetően. Kivételt egyedül a szakközépiskola képez, amelyen belül a sportolók átlagos matematika kompetenciája alulmúlja a nem sportolókéét. Hasonló módon, a lányok körében egye-

dül a szakközépiskolában nem múlják felül a sportolók a passzív tanulókat matematika kompetencia pontszám tekintetében.

A 10. osztályos fiúk szövegértés pontszámainál, ugyanúgy, mint a a szakközépiskolába járó fiúk matematika teljesítményei esetében, itt is megállapítható, hogy a sport szempontjából passzív tanulóké felülmúlja a rendszeresen sportolókéét. Ez a különbség a szakgimnáziumba járó fiúk esetében is fennál (a matematikai eredményekkel szemben). A szakközépiskolákban mért különbség különösen nagynek bizonyult a passzív diákok javára. A gimnáziumba járó fiúk között gyakorlatilag egy szinten teljesítettek (átlagosan) a sportolók és a passzívak.

A 10. osztályos lányok körében megállapítható, hogy a 4 és 6 osztályos gimnáziumba járó sportolók átlagosan a passzívaknál jobb eredményt értek el a szövegértési kompetencia feladatban. A 8 osztályos gimnáziumba és a szakgimnáziumba járók esetében ez a különbség nem áll fenn. A szakközépiskolások körében pedig a passzívak értek el jobb eredményt a sportolókhöz képest.

A sportolók és passzív tanulók matematika és szövegértés pontszámainak összes összevetése (nemek, osztályok és iskolatípusok összes kombinatív szintjén) során kapott fő eredményeit összegzi a 2. táblázat.

DISZKUSSZIÓ

Mindent összevetve, eredményeink két fő téma köré szerveződnek: a hetente legalább egy alkalommal sporttevékenységet űzők aránya a különböző évfolyamokban és iskolatípusokban, valamint a rendszeresen sportoló és passzív tanulók kompetencia mérésből származó eredményeinek összehasonlítása. A szabadidős sporttevékenységgel összefüggő, összességében pozitív irányú kompetencia szint mögött több tényező is állhat. A neuropszichológiai szempont (Blakemore, 2003; Hillmann, Castelli és Buck, 2005; Földi, 2000; Trudeau és Shephard, 2008) mellett a stressz-elméleti megközelítés alapján feltételezhető, hogy a rendszeres sporttevékenység próbára teszi és fejleszti a pszichológiai alkalmazkodó készséget és kitartást, a rezilienciát, és ezek legalább hosszabb távon minden bizonnyal előnyt jelentenek a tanulásban és a legkülönbözőbb teljesítmény helyzetekben. Végül, de nem utolsó sorban, az, hogy egy diák szabadidejében sportolni jár, strukturálja az idejét, ami az egészséges életvezetés egy fontos eleme. Például az a tanuló, akinek fontos sportversenye van szombat reggel, nagyobb valószínűséggel kerüli a péntek esti éjszakázást, és tartózkodik a hangulatjavító szerektől. Jelen kutatásban a sportolók arányát illetően a fiú és lány diákokra egyaránt érvényesen megállapíthatjuk, hogy a 6. osztályban tapasztalt sportolói arány a későbbi évfolyam szinteken nagyjából 10-10-10% mértékű, egyre ereszkedő tendenciát mutat. Iskolatípusok szempontjából pedig az rajzolódik ki, hogy mindhárom évfolyamra vonatkozóan a gimnáziumba járó diákok kö-

2. táblázat: Sportoló és nem sportoló diákok kompetencia pontszám átlagainak összehasonlításai az osztály-iskolai típus-nem változók legkülönbözőbb szint-kombinációin

Osztály	Iskolatípus	Fiúk				Lányok			
		Matematika		Szövegértés		Matematika		Szövegértés	
		sportlók	passzívok	sportlók	passzívok	sportlók	passzívok	sportlók	passzívok
6.	általános iskola	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	8 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
8.	általános iskola	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	6 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
10.	8 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	szakközépiskola	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
10.	szakgimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	4 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	6 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív
	8 osztályos gimnázium	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív	aktív

Jelmagyarázat:

: átfedő konfidencia intervallumok, tehát nincs számottevő különbség a sportlók és passzívok között az adott osztályba, adott iskolatípusba járó adott nemű tanulók között az adott kompetenciában (matematika vagy szövegértés) elért átlageredményben

: nem átfedő konfidencia intervallumok, az adott csoportba tartozók magasabb pontot érnek el az adott kompetenciában, mint a sportolás szempontból különböző társaik

: nem átfedő konfidencia intervallumok, az adott csoportba tartozók alacsonyabb pontot érnek el az adott kompetenciában, mint a sportolás szempontból különböző társaik

zött kedvezőbb a rendszeres sporttevékenységet folytatók aránya, mint a szak-középiskolába és a szakgimnáziumba járó diákok között.

A kompetencia mérés során kapott pontszámok mentén a sportolók vs. nem sportolók összehasonlítása összességében azzal a konklúzióval zárható le, hogy a hetente legalább egy alkalommal végzett szabadidős sporttevékenység nem mutatkozik meg látványosan magasabb szintű kompetenciamérési eredményekben. Azonban a sportoló magyar tanulók több összehasonlítás során múlják felül a passzívakat, mint fordítva. A különböző osztály, iskolatípus és nemi hovatartozás szerinti bontásból fakadó 40 elemzésből 18 esetben a sportolók múlják felül a passzívakat, és 5 esetben a passzívak a sportolókat. A maradék 17 esetben nem mutatkozott különbség a két csoport között.

A lányok matematika kompetencia pontszámában mutatkozik meg legkövetkezetesebben a sportolók előnye: iskolatípustól függetlenül, mindhárom évfolyamon felülmúlták a sportolók a passzívokat, egyedüli kivételt képeztek e tekintetben a 10. osztályos szakközépiskolások, ahol nem mutatkozott számottevő különbség.

Megemlítendő még, hogy az általános iskolába és a hatosztályos gimnáziumba járó lány tanulók körében a sportolók rendre felülmúlták a nem sportoló lányokat matematika és szövegértés kompetencia pontszámában egyaránt.

További kiemelendő összegzett eredmény, hogy a fiúk körében a sporttevékenységgel járó matematika és szövegértés teljesítményt illető előnyök a két fiatalabb korosztályban (6. és 8. osztályban) mutatkoznak meg következetesen (10 összevető elemzésből 4 mutat különbséget a aktívak javára, 1 a passzívak javára, 5-nél nincs eltérés). A 10. osztályosok körében a sportolók előnye már nem csak eltűnik, de szakközépiskolai és szakgimnáziumi kontextusban hátránnyá válik: 10 összehasonlításból 3 a passzívak javára mutat fölényt, a többinél nincs eltérés. Ennek magyarázata további vizsgálatokat igényel.

Megemlítendő az Országos kompetenciamérés sportrovatára vonatkozó korlátok is. A differenciálatlan sportúzési szokásfelmérés korlátozza a sportolás és a kognitív képességek közötti összefüggés pontos megragadását, hiszen ugyanúgy a sportoló csoportba kerülnek megkülönböztetés nélkül pl. a heti tíz edzésre járó vízilabda válogatott kerettagok a heti egy strukturálatlan futball edzésre járókkal. Érdemes a sportolókat alcsoportokra, vagy ún. klaszterekre osztani, azaz egy személy-orientált módszertant követni (Bergman, Vargha, & Kövi, 2017), hasonlóan ahhoz, ahogyan a személyiségpszichológiában a személyiség típusok modern klasszifikációit elemzik (Surányi, Hitchcock, Hittner, Vargha, & Urbán, 2013; Kövi és mtsai, 2019). Továbbá óvakodnunk kell az ok-okozati kapcsolatok kijelentésétől, ugyanis attól még, hogy összességében a sportolók kompetencia pontszámai jobbnak tűnnek a nem sportolóknál, nem bizonyított, hogy a sporttevékenység okozná ezt az amúgy fontos eltérést. A jobb megértéshez utánkövetéses vizsgálat lenne ideális, vagy legalább több irányú elemzés olyan adatokkal, mint hogy melyik tanuló mit sportol, mióta, milyen rendszerességgel.

Minden esetre fontos megállapítani és kiemelni, hogy az évről évre elvégzett Országos kompetenciamérés egyedülálló lehetőséget ad arra, hogy a társadalmi szintű, sőt akár a nemekre, korosztályokra vagy az iskolatípusokra vonatkozó sporttevékenység – trendek jól megragadhatóak legyenek a jövőben. Többek között jól vizsgálhatóvá válik a sportolók vs. passzív diákok arányainak hosszú távú alakulása a törvénymódosításokkal, sport-világi változásokkal, nemi szerep-változásokkal, oktatási törvénymódosításokkal összefüggésben.

BIBLIOGRÁFIA

- Ahn, S., & Fedewa, A. L. (2011). A meta-analysis of the relationship between children's physical activity and mental health. *Journal of pediatric psychology, 36*(4), 385-397.
- Armstrong, S., Oomen-Early, J., (2001). Social connectedness, self-esteem, and depression symptomatology among collegiate athletes versus nonathletes. *Journal of American College Health 57* (5), 521–526.
- Bergin, A. E. (1991). Values and religious issues in psychotherapy and mental health. *American psychologist, 46*(4), 394.
- Bergman, L. R., Vargha, A., & Kövi, Z. (2017). Revitalizing the typological approach: Some methods for finding types. *Journal for Person-Oriented Research, 3*(1), 49-62.
- Biddle, S. J., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. *British journal of sports medicine, 45*(11), 886-895.
- Blakemore, C. L. (2003). Movement is essential to learning. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 74*(9), 22-25.
- Coakley, J., & White, A. (1992). Making decisions: Gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of sport journal, 9*(1), 20-35.
- Ding, D., Kolbe-Alexander, T., Nguyen, B., Katzmarzyk, P. T., Pratt, M., & Lawson, K. D. (2017). The economic burden of physical inactivity: a systematic review and critical appraisal. *Br J Sports Med, 51*(19), 1392-1409.
- Dunivin, K. O. (1994). Military culture: Change and continuity. *Armed Forces & Society, 20*(4), 531-547.
- Ennis, C. D. (1996). Students' Experiences in Sport-Based Physical Education: More Than] Apologies are Necessary. *Quest, 48*(4), 453-456.
- Fodorné Földi R. (2000). *Hiperaktivitás és tanulási zavarok*. Volán Humán Oktató és Szolgáltató Rt., Budapest.
- Fox, K. R. (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public health nutrition, 2*(3a), 411-418.
- Garrett, N. A., Brasure, M., Schmitz, K. H., Schultz, M. M., & Huber, M. R. (2004). Physical inactivity: direct cost to a health plan. *American journal of preventive medicine, 27*(4), 304-309.
- Grezsa, F., Mírnics, Zs., Vargha, A., Kövi, Zs., Rózsa, S., Vass, Z. & Koós, T. (2015). Iskolás- és serdülőkorúak droghasználata: kockázati és védő faktorok egy reprezentatív vizsgálat tükrében. *Menetlőki és Pszichoszomatika, 16*(4): 297-329.

- Greza, F., Surányi, Zs. (2014). *Fiatalok szerhasználata. Kiadvány Szülőknek és Pedagógusoknak*. Nemzeti Család és Szociálpolitikai Intézet, Budapest. 1-91.
- Gurevics, A. (2003). *Az individuum a középkorban*. Atlantisz Könyvkiadó, Budapest.
- Hall, P. A., & Fong, G. T. (2007). Temporal self-regulation theory: A model for individual health behavior. *Health Psychology Review, 1*(1), 6-52.
- Hillman, C. H., Castelli, D. M., & Buck, S. M. (2005). Aerobic fitness and neurocognitive function in healthy preadolescent children. *Medicine & science in sports & exercise, 37*(11), 1967-1974.
- Keresztes, N., Piko, B. F., Pluhar, Z. F., & Page, R. M. (2008). Social influences in sports activity among adolescents. *The journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 128*(1), 21-25.
- Kiss P. (2013). Pályakezdők munkával való elégedettségének meghatározói. In: Garai O. és Veroszta Zs. (szerk.) *Frissdiplomások 2011*. Budapest: Educatio. 265-291. o.
- Kiss P. (2010, szerk.). *Kompetenciamérés a felsőoktatásban*. Budapest: Educatio.
- Kiss P., Lerner N. és Lukács F. (2010) Kompetenciavizsgálatok módszertana, első tapasztalatok. In: Kiss P. (szerk.) *Kompetenciamérés a felsőoktatásban*. Budapest: Educatio.
- Koivula, N. (1999). Sport Participation: Differences in Motivation and Actual. *Journal of Sport Behavior, 22*(3), 360-380.
- Kopp, M., & Skrabski, Á. (2008). Nők és férfiak egészségi állapota Magyarországon. *Szerepváltozások: Jelentés a nők és férfiak helyzetéről*, 117-36. Letöltve 2018.12.8. http://www.tarsadalomkutatás.hu/kkk.php?TPUBL-A-882/publikaciok/tpubl_a_882.pdf
- Kopp, M. S., Thege, B. K., Balog, P., Stauder, A., Salavecz, G., Rózsa, S., ... & Ádám, S. (2010). Measures of stress in epidemiological research. *Journal of Psychosomatic Research, 69*(2), 211-225.
- Kovács K., Perényi Sz. (2014). A sportolás és egészség. Kapcsolatok a fiatalok fizikai, mentális és szociális jóllétének szubjektív szintjével. (Sport Activity and Health. Relationships with Youth's Subjective level of Physical, Mental and Social Well-being). In: Nagy Ádám, Székely Levente (szerk): *Másodkézből. Magyar Ifjúság 2012*. Budapest: Kutatópont. 245-262.
- Kövi, Z., Aluja, A., Glicksohn, J., Blanch, A., Morizot, J., Wang, W., ... & Desrichard, O. (2019). Cross-country analysis of alternative five factor personality trait profiles. *Personality and Individual Differences, 143*, 7-12.
- Kulig, K., Brener, N. D., & McManus, T. (2003). Sexual activity and substance use among adolescents by category of physical activity plus team sports participation. *Archives of pediatrics & adolescent medicine, 157*(9), 905-912.
- Lantz, C. D., & Schroeder, P. J. (1999). Endorsement of masculine and feminine gender roles: Differences between participation in and identification with the athletic role. *Journal of Sport Behavior, 22*(4), 545-557.
- Lukas, E. (2009). *Szabadság és Identitás*. Budapest: Jel Kiadó.
- Macintyre, S., & Mutrie, N. (2004). Socio-economic differences in cardiovascular disease and physical activity: stereotypes and reality. *The journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 124*(2), 66-69.
- Moran, A. P. (2012). *Sport and exercise psychology: A critical introduction*. Routledge.
- Pate, R. R., Trost, S. G., Levin, S., & Dowda, M. (2000). Sports participation and health-related behaviors among US youth. *Archives of pediatrics & adolescent medicine, 154*(9), 904-911.

- Perkins, D. F., Jacobs, J. E., Barber, B. L., & Eccles, J. S. (2004). Childhood and adolescent sports participation as predictors of participation in sports and physical fitness activities during young adulthood. *Youth & Society, 35*(4), 495-520.
- Pikó, B. (2005). Középisikolás fiatalok szabadidő-struktúrája, értékattitűdjé és egészségmagatartása. *Szociológiai Szemle, 15*, 88–99.
- Pikó, B. (2006). Az életmód elemei: szabadidő és az egészségmagatartás. In K. Barabás (Szerk.), *Egészségfejlesztés: Alapismeretek pedagógusok számára*. Budapest: Medicina Könyvkiadó, 272-277.
- Pikó, B. (2012). *Fiatalok lelki egészsége és problémaviselkedése a rizikó- és protektív elmélet, a pozitív pszichológia és a társadalomlélektan tükrében*. Akadémiai Doktori Értekezés.
- Raspberry, C. N., Lee, S. M., Robin, L., Laris, B. A., Russell, L. A., Coyle, K. K., & Nihiser, A. J. (2011). The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance: a systematic review of the literature. *Preventive medicine, 52*, S10-S20.
- Sallis, J. F., Alcaraz, J. E., McKenzie, T. L., & Hovell, M. F. (1999). Predictors of change in children's physical activity over 20 months: variations by gender and level of adiposity. *American journal of preventive medicine, 16*(3), 222-229.
- Surányi, Zs., Hitchcock, D. B., Hittner, J. B., Vargha, A., Urbán, R. (2013). Different types of sensation seeking: A new person-oriented approach in sensation seeking research. *International Journal of Behavioral Development. 37*(3), 74-285.
- Taras, H. (2005). Physical activity and student performance at school. *Journal of school health, 75*(6), 214-218.
- Telama, R. & Yang, X. (2000). Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 32*(9), 1617-1622.
- Tremblay, M. S., LeBlanc, A. G., Kho, M. E., Saunders, T. J., Larouche, R., Colley, R. C., ... & Gorber, S. C. (2011). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. *International journal of behavioral nutrition and physical activity, 8*(1), 98.
- Trudeau, F., & Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 5*(1), 10.
- Urbán, R. (2017). *Az egészségpszichológia alapjai*. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Vörös T. (2017). A sportolási hajlandóság növelésében rejlő lehetőségek Kelet-Közép-Európa társadalmi-gazdasági fejlődése tükrében. *Tér és Társadalom, 31*(2), 83–103.
- Warburton, D. E., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *Canadian medical association journal, 174*(6), 801-809.
- Wilmot, E. G., Edwardson, C. L., Achana, F. A., Davies, M. J., Gorely, T., Gray, L. J., ... & Biddle, S. J. (2012). Sedentary time in adults and the association with diabetes, cardiovascular disease and death: systematic review and meta-analysis. *Diabetologia, 55*, 2895–2905

E tematikus szám hivatkozott cikkei

- T. Kárász, J. (2019a). Estimation methods on standard error of different statistical parameters. *Psychologia Hungarica Carolien-sis*.
- T. Kárász, J. (2019b). Hibabeicslési eljárások véletlen jelenségek paramétereinek beicslésére. *Psychologia Hungarica Carolien-sis*.