



# A testnevelés és sport, mint a nevelés egyik leghatékonyabb eszköze

Vizsgálat az Aszódi Javítóintézetben

Szabó Szabolcs Imre PhD hallgató

Pécsi Tudományegyetem

Egészségtudományi Kar

Egészségtudományi Doktori Iskola



# Tájékoztató adatok



**Kutatás helyszíne:** 2170 Aszód, Baross tér 2. Aszódi Javítóintézet, Általános Iskola, Szakiskola és Speciális Szakiskola

**Kutatás időtartama:** 2024. január-2025. március

**Kutatás vezetője:** Szabó Szabolcs Imre PTE ETK EDI

**Témavezető:** Dr. habil Rétsági Erzsébet egyetemi tanár PTE, Dr. Pótó Zsuzsanna adjunktus PTE

**A kutatás tudományterületei:** Sport és egészségtudomány, neveléstudomány, pedagógia, pszichológia

**Kutatásban résztvevők (minta):** 14-20 év közötti javítóintézeti neveltek

**Kutatás típusa:** beavatkozással járó részvételi akciókutatás

**Kutatásetikai engedély száma:** BM/12439-3/2024.

# A képzési sportszakmai program rövid ismertetése

A képzési program összeállításánál figyelembe vettem a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvényben, a 20/2012. (VIII.31.) EMMI rendeletben, a Nemzeti Alaptantervben, valamint a 90123-A/441-5/2022. számú Pedagógiai programban meghatározott iránymutatásokat.

**Beavatkozás terjedelme:** Négy hónap, heti két irányított sportfoglalkozás, 2X45 perc/foglalkozás. **Összes óraszám:** 64 óra.

## Témakörök áttekintő táblázata:

Témakörök	Tervezett óraszám
Gimnasztika	12
Atlétikai jellegű gyakorlatok	12
Sportjátékok	24
Testnevelési játékok	12
Alternatív környezetben űzhető mozgásformák	4
<b>Összes óraszám</b>	<b>64</b>

## Sportfoglalkozások felépítése:

Felosztás	Oktatási anyag	Módszer	Idő
<b>Bevezető rész</b>	Foglalkozás anyagának ismertetése, balesetmegelőzési tájékoztató Bemelegítés (általános és sportágspecifikus, rávezető gyakorlatok)	Verbális ismeretközlés, Ráhangolás, Vizuális ismeretközlés, (bemutatás).	15-20 perc
<b>Fő rész</b>	Témakör oktatása, Játék	Verbális és vizuális ismeretközlés, Magyarázat, Bemutatás, oktatási- elsajátítási tempó differenciálása, végrehajtás vezetése- irányítása, visszaellenőrzés, hibajavítás, gyakoroltatás, fegyelmezés.	60 perc
<b>Levezető rész</b>	Levezető gyakorlatok, nyújtó hatású gyakorlatok Restitúció, megnyugvás, légzőgyakorlatok, relaxáció	irányítás, vezetés, verbális és vizuális ismeretközlés.	10-15 perc

# Konkrét célok a kutatás során

1. Választ keresni arra, hogy a testnevelés és a sport nevelési eszköztára rendelkezik-e olyan pedagógiai és szocializációs értékkel, értékközvetítő hatással, amely a deviáns magatartású fiatalok nevelésében hatékony és eredményes.
2. Tapasztalatokat szerezni arra vonatkozóan, hogy adott nevelési intézményben a kutatást végző testnevelő tanár nevelési, pedagógiai stílusa sikeresen alkalmazható-e speciális nevelési körülmények között.
3. Annak vizsgálata, hogy a nevelőintézetben alkalmazott általános nevelési és pedagógiai módszereket milyen mértékben és hatékonysággal tudja kiegészíteni, segíteni a testnevelés és a sport által kínált nevelési és személyiségformáló hatások.



# Hipotézisek

Feltételezem, hogy a rendszeresen irányított sporttevékenységet végző növendékek vonatkozásában:

1. Pozitív magatartásváltozást indít el.
2. Jobb tanulmányi eredménnyel rendelkeznek, mint a nem sportoló társaik.
3. Magatartásváltozásukkal hozzájárulnak az intézet közösségi életének alakításához, annak konfliktusmentesebb működéséhez.
4. Magatartásuk mentes a rendkívüli eseményektől.



# Várható eredmények

A rendszeres részvétel az irányított testnevelés -és sportfoglalkozásokon a résztvevők túlnyomó többségében bizonyítható módon jobb tanulmányi eredményt, pozitív magatartásváltozást eredményez.



# Anyag és módszer

A teljes mintám két független mintából (22-16 fő) áll, akik az Aszódi Javítóintézet nyílt csoportjainak növendékei. A kutatás fajtája: részvételi akciókutatás. Időtartama: négy hónap.

A minta jellemzéséhez leíró statisztikai módszereket átlag, szórás, megoszlási arányszámok, következtetési statisztikai módszereket, és nem paraméteres statisztikai próbákat fogok alkalmazni. Az eredményeket akkor tekintem szignifikánsnak, ha  $p < 0,05$ . Az alkalmazott vizsgálati módszerek lényege az, hogy a kutatás megkezdése előtt felvett és rögzített adatokat a kutatás befejeztével ismételtén ugyanolyan módszerrel és protokoll eljárással rögzítem, majd összehasonlítom a kapott eredményeket. Továbbá, hogy a két minta között van-e különbség ugyanazon változók tekintetében. A kérdőívek összeállításához és összesítéséhez Office, a statisztikai próbák elvégzéséhez SPSS programcsomagot fogok használni.



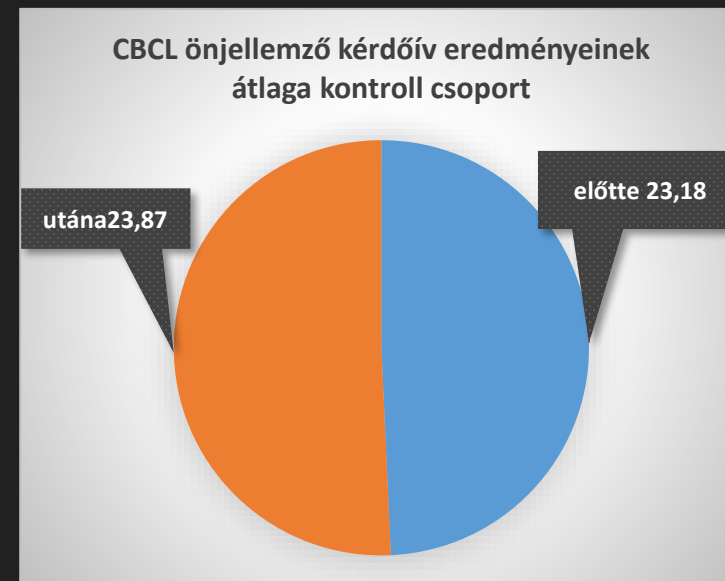
# Alkalmazott kérdőívek

1. Gyermekviselkedési kérdőív (Child Behavior Checklist, CBCL, Achenbach, 1991 ford. Gádoros J., 1996).
2. Harag és düh kifejezési mód skála (Anger Expression Scale, AES, Spielberger, 1985, ford. Oláh A., 1987).
3. Spielberger állapot-vonás szorongás kérdőív, gyermek változat (State – Trait Inventory for Children, STAI-C, Spielberger, C. D., 1973, ford. Sipos K., 1987).
4. Athén inszomnia skála (Athens Insomnia Scale, AIS, Soldatos, 2000, ford. Novák M., 2003).
5. CSAI-2 Sportolói önértékelési lap (Sipos és mtsai 1999)

<b>Eszköz típus</b>	<b>Program előtt</b>	<b>Program után</b>	<b>Téthelyzetben</b>
Gyermekviselkedési kérdőív	igen	igen	nem
Harag és düh kifejezési mód skála	igen	igen	nem
Állapot-vonás szorongás kérdőív	igen	igen	nem
Athén inszomnia skála	igen	igen	nem
CSAI 2 versenyszorongás kérdőív	nem	nem	igen
Tanulmányi eredmény	igen	igen	nem

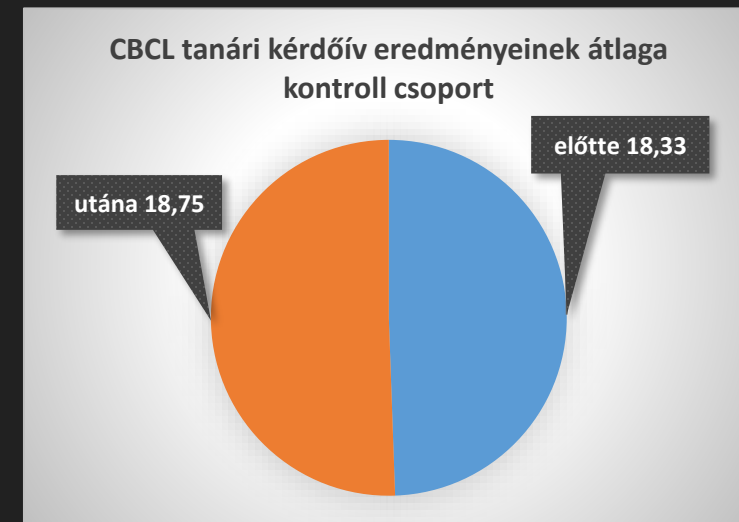
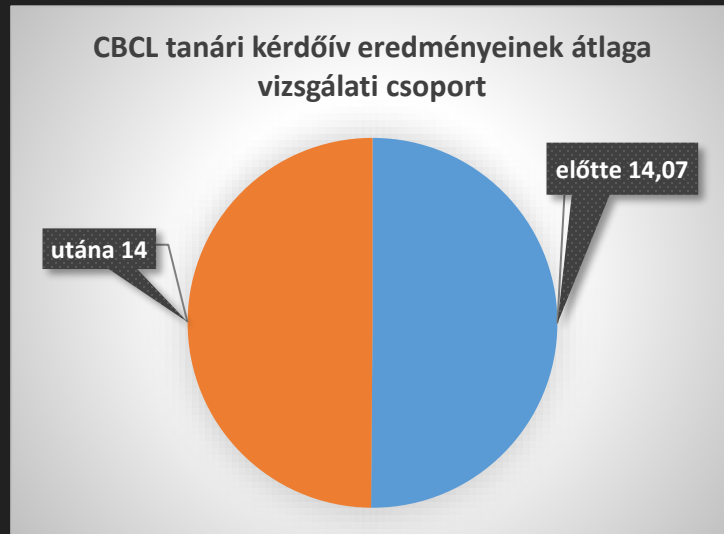


# Gyermekviselkedési kérdőív eredmények



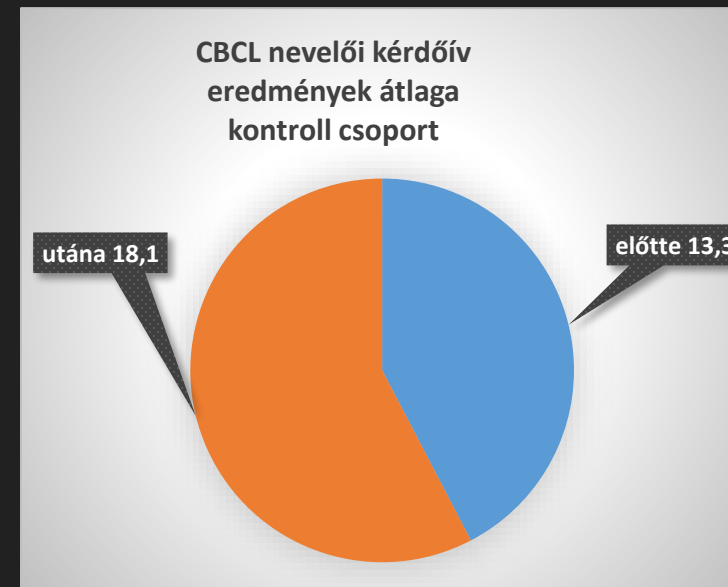
CBCL gyermekviselkedési kérdőív önjellemző változat			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
22,7	17,8	23,1	23,8
értékpont változás		értékpont változás	
4,9 csökkenés		0,7 növekedés	

# Gyermekviselkedési kérdőív eredmények



CBCL gyermekviselkedési kérdőív tanári változat			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
14,07	14	18,3	18,7
értékpont változás		értékpont változás	
0,7 csökkenés		0,4 növekedés	

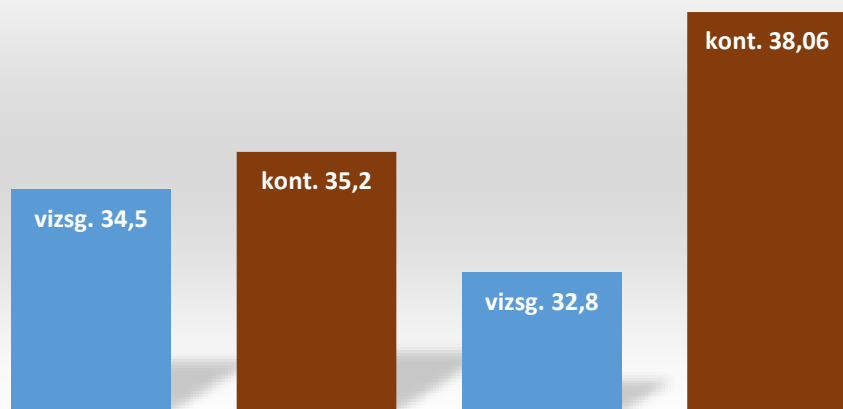
# Gyermekviselkedési kérdőív eredmény



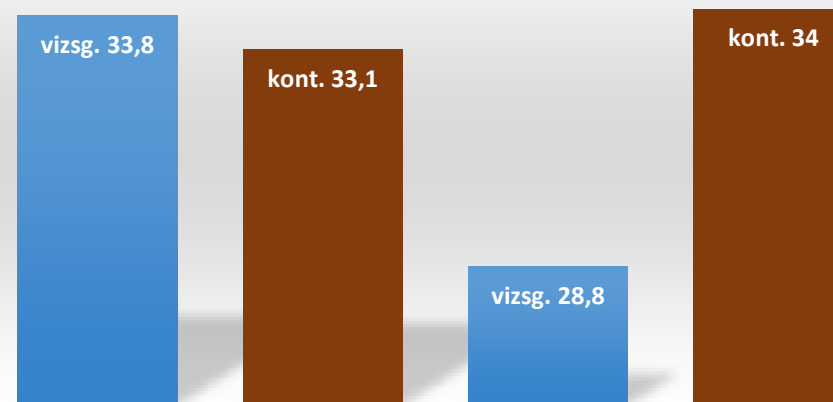
CBCL gyermekviselkedési kérdőív nevelői változat			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
16,1	11,2	13,3	18,1
értékpont változás		értékpont változás	
4,9 csökkenés		4,8 növekedés	

# Állapot és vonás szorongás eredmények

Állapot szorongás átlagértékek teljes minta



Vonás szorongás átlagértékek teljes minta



STAI-S Állapotszorongás

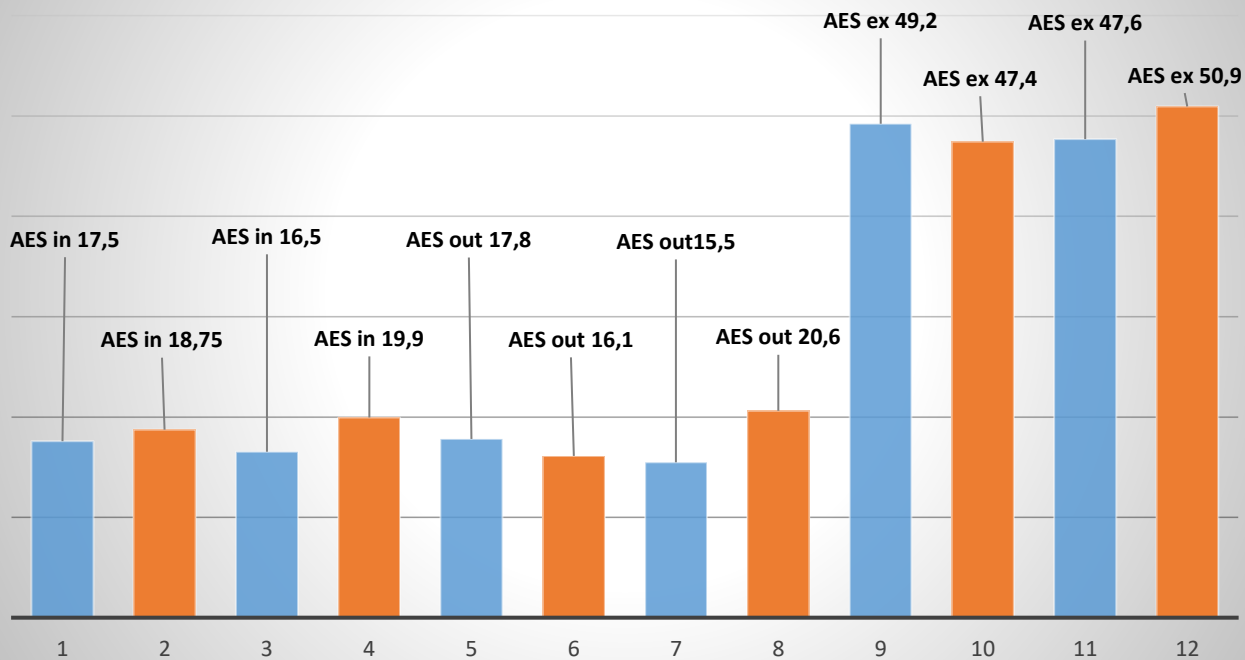
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
34,5	32,8	35,2	38,06
értékpont változás		értékpont változás	
1,7 csökkenés		2,86 növekedés	

STAI-T Vonásszorongás

vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
33,8	28,8	33,1	34
értékpont változás		értékpont változás	
5 csökkenés		0,9 növekedés	

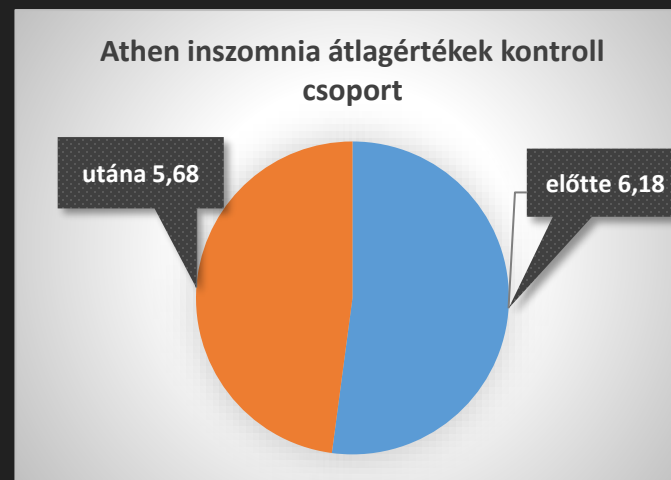
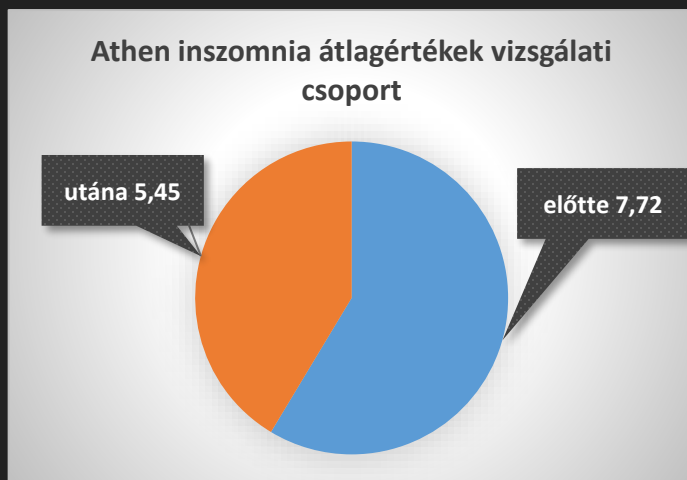
# Harag és düh kifejezési mód skála eredménye

AES kérdőív átlageredmények, teljes minta



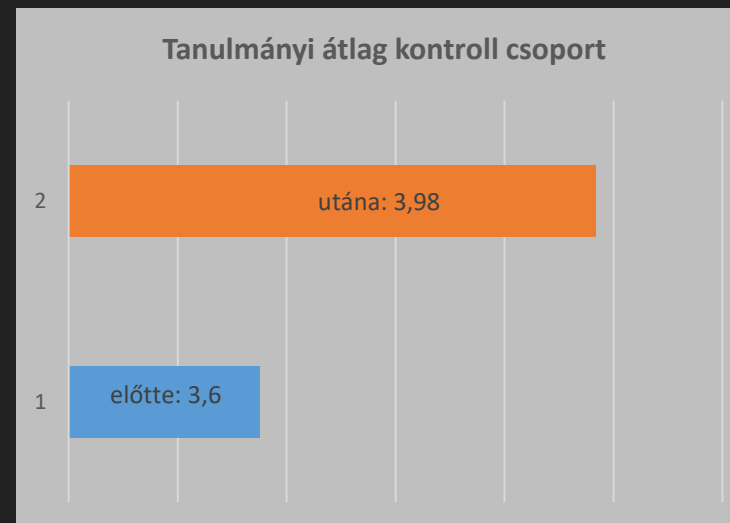
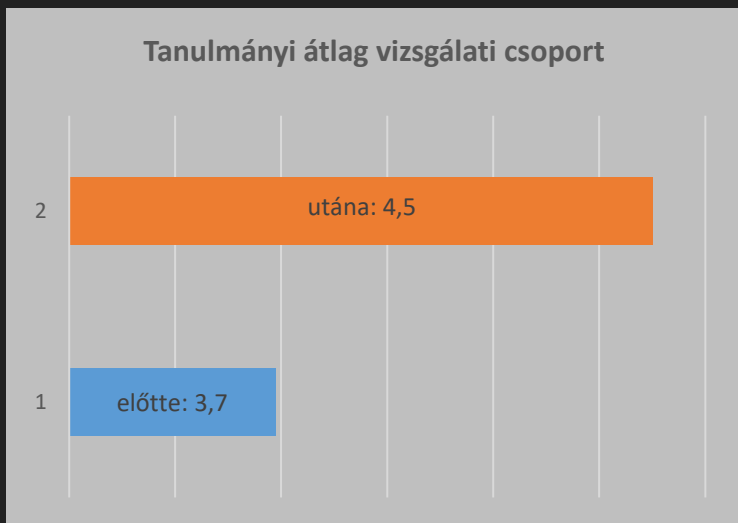
A/EX			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
49,2	47,6	47,4	50,9
értékpont változás		értékpont változás	
1,6 csökkenés		3,5 növekedés	

# Athén inszomnia értékek



Athen inszomnia			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
7,7	5,4	6,1	5,6
értékpont változás		értékpont változás	
2,3 csökkenés		0,5 csökkenés	

# Tanulmányi átlag változása



Tanulmányi átlag			
vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
3,7	4,5	3,6	3,9
értékpont változás		értékpont változás	
0,8 növekedés		0,3 növekedés	

# Rendkívüli események számbeli alakulása

Szökések száma vizsgálati csoport



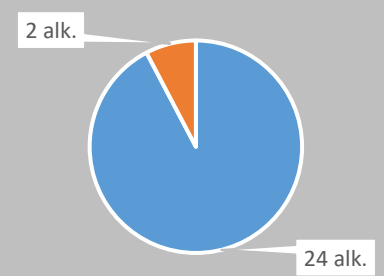
Szökések száma kontroll csoport



Erőszakos cselekmény vizsgálati csoport



Erőszakos cselekmény kontroll csoport



Szökések száma

vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
3	1	8	9
értékpont változás		értékpont változás	
2 csökkenés		1 növekedés	

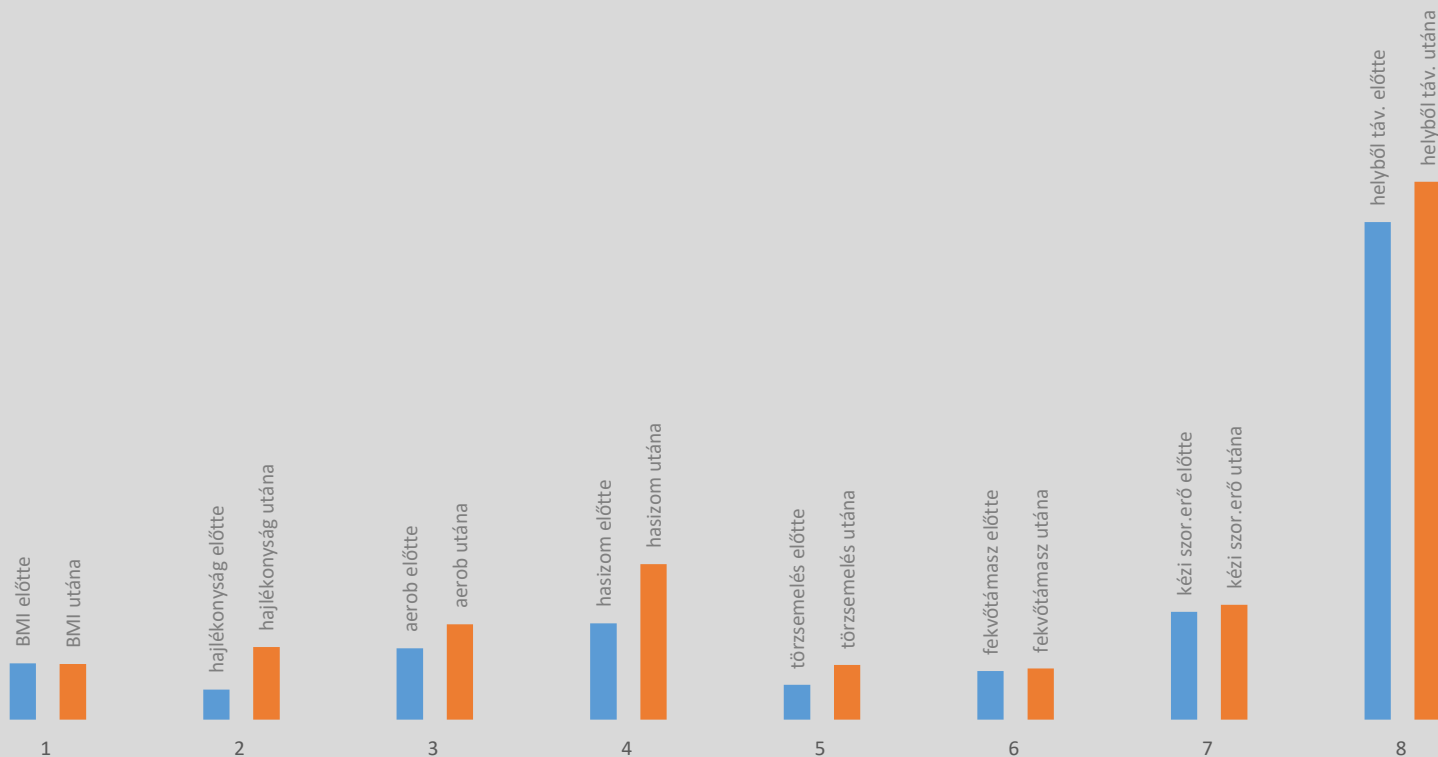
Erőszakos cselekmények

vizsgálati csoport		kontroll csoport	
előtte	utána	előtte	utána
12	0	24	2
értékpont változás		értékpont változás	
12 csökkenés		22 csökkenés	



# NETFIT eredmények (vizsgálati csoport)

## NETFIT EREDMÉNYEK



NETFIT	
vizsgálati csoport	
előtte	utána
46,25	55,73
fittségi értékpont változás	
9,48 növekedés	

# Téthelyzetben AFI 140 Erőnléti verseny 2024. május

Gyakorlatok:

1. Húzódkodás 25 ismétlés
2. Kiállítás 40 kg. 50 ismétlés
3. Fekvőtámaszban karhajlítás-nyújtás 50 ismétlés
4. Felugrás 40 cm-es számolyra 50 ismétlés
5. Ablaktörő 50 ismétlés
6. Kettlebell szakítás 50 ismétlés
7. Húzódkodás 25 ismétlés

CSAI-2 sportolói szorongás					
vizsgálati csoport			kontroll csoport		
kognitív sz.	szom. sz.	önbiza lom	kognitív v sz.	szom. sz.	önbiza lom
174	169	278	147	178	275



# Feltételezett és elsődleges eredmények

Hipotézisek	H1 Pozitív magatartásváltozás	H2 Jobb tanulmányi eredmény	H3 Konfliktusmentesebb intézeti élet	H4 Rendkívüli eseményektől mentes magatartás
Elsődleges bizonyítás	Igen	Igen	Igen	Igen

# Felhasznált irodalom

## 1. Percel-Forintos Dóra:

- Kérdőívek, becslőskálák a klinikai pszichológiában, Semmelweis kiadó Budapest 2018.

## 2. Saját források:

- Kutatási terv 2023.

- Képzési terv 2024.

- AFI 140 versenykiírás 2024.

Köszönöm a figyelmet

