

Doktori (PhD) értekezés tézisei

**A MINDENNAPOS TESTNEVELÉS TAPASZTALATAI
AZ ÉSZAK- ALFÖLDI RÉGIÓBAN ÉLŐ HALLGATÓK
EGÉSZSÉGTUDATOSSÁGÁNAK ÉS TANULMÁNYI
EREDMÉNYESSÉGÉNEK TÜKRÉBEN**

Moravecz Marianna

Témavezető: Dr. Nagy Ágoston



DEBRECENI EGYETEM

Humán Tudományok Doktori Iskola

Debrecen, 2021

Az értekezés célkitűzése, a téma körülhatárolása

A fizikai aktivitás testi és lelki egészségre gyakorolt hatása napjainkra az egész világon felértékelődött, a koronavírus-járvány (COVID-19) kitörése és terjedése pedig tovább fokozta az aktív életmód jelentőségét. Megkérdőjelezhetetlenné vált, hogy az egyensúly, a harmónia kialakításának meghatározó eszköze a sport, ami az egészség megőrzéséhez és fejlesztéséhez hozzásegítő érték (WHO, 2017; Pikó & Keresztes, 2007).

Az egészségmagatartásra, az egészséges életmód összetevőire több tényező hat, amelyek közül kiemelkedő faktor az életkor. A gyerekek életének még mindennapi része a mozgás (Sallis, 1993; Keresztes és mtsai, 2003), ez azonban az életkor előrehaladásával folyamatosan háttérbe szorul (Karsai és mtsai, 2013). Fiatal felnőttkorban, az önálló élet kezdetén, a bekövetkező jelentős változások és események hatására még inkább csökken a fizikai aktivitás (Goldscheider és mtsai, 1993; Ádám és mtsai, 2018). Fontos kérdés napjainkban, hogy a felnövekvő nemzedék mennyire lesz alkalmas arra, hogy mind fizikailag, mind szellemileg meghatározó része legyen egy egészséges társadalomnak (Biddle és mtsai, 2009; Seregi és mtsai, 2019). Az oktatási intézményeknek hagyományosan nagy szerepük van az egészséges életmód kialakításában, ezért elengedhetetlen, hogy az iskolákban

értékként jelenjen meg a rendszeres fizikai mozgás, valamint az, hogy az ezzel kapcsolatos pozitív attitűd és elköteleződés a diákokban kialakuljon (Bergier és mtsai, 2014; Csányi, 2010). Ennek fényében az iskolát az egészségtudatos szemlélet formálásának egyik fontos színtereként említhetjük (Hardman & Marshall, 2009; Somhegyi, 2012). A köznevelésben kínálkozó személyiségfejlesztés elemei között fontos érték az egészség megőrzésére és a szabadidő tartalmas eltöltésére való nevelés is (Blackburn, 2006; Csányi & Révész, 2015). Mindez a felsőoktatásra is érvényes, jóllehet sem a pedagógiai, sem az intézményi háttérének kidolgozottsága nem teljes.

Jákó (2012) és Fritz (2019) munkáiban megállapítást nyert, hogy az egészségre jótékonyan ható fizikai mozgás (Health-enhancing physical activity, HEPA) (WHO, 2007) csak akkor válhat rendszeres tevékenységgé egy társadalomban, ha a fiatalok ezt természetesnek érzik, nem pedig kötelező tevékenységnek. Ennek a felfogásbeli irányváltásnak a szükségességét támasztja alá egy hazai kutatás is, amely alapján a fizikai aktivitás életmódbeli alkalmazását a lakóhely, az iskolázottság, a jövedelem és az életkor szempontja mentén nagy biztonsággal meg lehet becsülni (Urbán & Hann, 2003). Ebből következtethető, hogy a formális oktatás világából kilépő fiatal esetében az életmódváltás nem magától értetődő elképzelés. A kockázatokat hordozó magatartásformák egyre

gyakoribbak, ezért feltétlenül szükség van egy általános és hatékony megelőző rendszer kidolgozására, hogy a fiatalok egészségtudatosabban éljenek, és növekedjen a sportolás iránti igényük (Inchley és mtsai, 2020; Németh & Költő, 2011). A mozgás mindennapi jelenlétének megszilárdítását már gyermekkorban el kell kezdeni, ez lehet a kulcs a jövőbeli egészséges életvitel megalapozásának (Bergier és mtsai, 2014). A mindennapos testnevelés fontosságát megerősítik azok a számok is, melyek a magyar felnőtt lakosság elhízás- és túlsúlyadatait mutatják meg. Az Obesity Update 2017 (OECD által közölt) adatai alapján Magyarország a negyedik a világon abban a rangsorban, ahol a felnőtt lakoságnak több mint 30%-a az elhízott kategóriába (obesitas) tartozik. Bár az egészségi állapotunkat számos tényező befolyásolhatja, a legfontosabb maga az egyén (Makai, 2019), azonban az egyén életmódján kívül a szociális környezet szerepe is jelentős a betegségek létrejöttében (Nelson és mtsai, 2006; Ádány, 2008). A társadalmi-gazdasági élettér meghatározó az egyén, valamint a társadalom egészségi állapotában, de az egészség is visszahat a szocioökonómiai státuszra, a makroszintű gazdasági és társadalmi folyamatokra (Barro, 2013). Az egészségi állapot javulása esetén növekedhetnek a képzettségi szintek, ezen túlmenően a jobb egészségi mutató kihat az életminőségre, a humán tőke minőségére, a jövedelmek elosztására, ezáltal az

egészségbe investált beruházások akár a szegénység determináló szerepének megszakításához is hozzájárulhatnak (OECD–WHO, 2003; Szerdahelyi, 2020), ezáltal fontossá vált a vizsgált hátrányos helyzetű észak-alföldi régióban élő fiatal leendő értelmiségiek életében ezen említett környezetnek a feltérképezése.

A mindennapos testnevelés bevezetéséhez (2012), valamint a hozzá kapcsolódó paradigmaváltáshoz fűződő várakozások csak részben teljesültek: a diákok szív- és keringési rendszere, állóképessége javult, de az obesitas elleni küzdelemben még nem sikerült javulást elérni. Fontos tény, hogy ezen területen a táplálkozás szerepe egyenértékű a testmozgással, ami tudatos egészségviselkedést feltételezne. Ezzel párhuzamosan a szülői minta és a fogyasztási szokások változása is vitathatatlan (Szerdahelyi, 2020). A mindennapos testnevelés szerepének neveléstudományi vizsgálatáról szóló eddig megjelent publikációk még csak a kezdeti tapasztalatokat tudták feldolgozni (Vári és mtsai, 2012; Fintor, 2018; Nagy és mtsai, 2018; Müller és mtsai, 2018; Moravec, 2018). Fintor (2016) észak-alföldi régióban végzett kutatási eredményei szerint a tanulók jelentős hányada örült a mindennapos testnevelésnek, hiszen 95%-uk szereti a tantárgyat, valamint az iskolavezetők és a szülők is szükségesnek látták a bevezetését (Urbinné, 2018). Fintor vizsgálta, hogy milyen összefüggés áll fenn az

egészségtudatos viselkedés és a mindennapos testnevelés között. Rámutatott, hogy ez jótékony hatással van a diákok tanórán kívüli sporttevékenységére, ami az élethosszig tartó sportszocializációban a későbbi életük során (a tanulmányok befejeztével) is jelentőséggel bír (Fintor, 2019).

Ezekből a hazai és nemzetközi eredményekből kiindulva indítottam el vizsgálatomat. A hátrányos helyzetű régióban élő fiatalok egészségi szintjének emelése stratégiai fontosságú mind az egyén, a társadalom és a gazdaság mikro- és makrokörnyezete tekintetében. Az egészséges életmódhoz (mozgás, táplálkozás, mentális jóllét) fűződő pozitív attitűdök kialakítása hosszútávon befektetésként is értelmezhető. A megfelelő életkorban és adekvát módszerekkel megalapozott egészségbefektetés nemcsak egyéni, hanem nemzetgazdasági szinten is „profitot termelhet”. A mai egyetemisták a közeljövő munkavállalói és családalapítói, így nem mindegy, hogy mekkora „egészségtőkét” gyűjtenek további életükre. 2016 szeptemberében léptek be a felsőoktatásba azok a fiatalok, akik már személyes tapasztalattal bírnak a mindennapos testnevelés gyakorlati megvalósulásáról. Az egyetemi korosztály egészségmagatartását, tanulmányi eredményességét többen vizsgálták már hazánkban (Nagy, 2010; Kovács, 2015; Vajda és mtsai, 2018; Müller és mtsai, 2018; Pfau és mtsai, 2019). A korábbi kutatáshoz képest jelen

vizsgálat témája újszerű aspektusnak számít, mivel komprehenzív szemlélet szerinti mikro-, mezo-, makroszintek vizsgálata állt a kutatás fókuszában. Központi kérdése, hogy milyen mikro- (egyéni), mezo- (családi és iskolai, pedagógiai), makro- (társadalmi) tényezők befolyásolják a hallgatók fizikai aktivitását, egészségmagatartását, tanulmányi eredményességét, s ebben (amennyiben van) milyen szerep jut a mindennapos testnevelésnek, mint esetleges egészségtőke-befektetésnek.

Az elemzés arra is választ keresett, hogy a felsőoktatásban mely tényezőket (pedagógus- vagy kortársszerepek, élménycentrikusság, az intézmény infrastruktúrája) lehet kiemelni a mindennapos testnevelés gyakorlatából, amelyek a hallgatók egészségtudatosabb életmódját támogatják. Neveléstudományi megközelítésből nézve a kutatás elsősorban arra keresi a választ, hogy milyen környezeti, társadalmi, társas és egyéni tényezők játszanak szerepet az észak-alföldi hallgatók egészségmagatartásában (preventív és kockázati) és tanulmányi eredményességében, valamint lehet-e a mindennapos testnevelés szerepét „hozzáadott értéként” tekinteni ezen eredményességi mutatók szempontjából. Ennek megfelelően vizsgálat a következő kutatási kérdéskörök köré épült.

Az alkalmazott módszerekről

A kutatás célja tehát annak felderítése volt, hogy a 2012. szeptember 1-től bevezetett mindennapos testnevelés hogyan változtatta meg a felsőoktatásba belépő hallgatók egészségmagatartását, fizikai aktivitáshoz fűződő attitűdjét, s ez milyen hatással volt tanulmányi eredményességükre. Az elemzéshez a Nyíregyházi Egyetemen és a Debreceni Egyetemen végzett reprezentatív adatfelvétel adatait használtuk fel. A vizsgált tényezők közül legfontosabbak a hallgatók szocioökonómiai státusa, illetve a tanulmányi és nem tanulmányi eredményesség, ezen belül pedig az egészségmagatartási jellemzők. A vizsgálat a Debreceni Egyetem és a Nyíregyházi Egyetem (a mindennapos testnevelésben részt vett, 2015 után érettségizett) elsőéves hallgatók (elégedett, kevésbé elégedett, rossz tapasztalattal bíró, valamint az egyáltalán nem elégedettek véleménycsoportja), valamint az idősebb (a mindennapos testnevelésben részt nem vett) egyetemisták véleményeinek összehasonlítására épül. A cél annak vizsgálata volt, hogy a kutatás mely területein (egészségmagatartási dimenziók [dohányzási szokások, alkoholfogyasztás, drogfogyasztás, fizikai aktivitás, táplálkozás, mentális jóllét] és tanulmányi eredményesség) egyeznek, és miben különböznek a két korosztály hallgatóinak válaszreakciói. Az elemzés során a

további lehetséges hatótényezők befolyásának kontrollálására törekedtem. Az adatfelvétel online önkitöltős kérdőív segítségével történt két hullámban. Az első hullám 2018 májusa és 2019 februárja között zajlott, a második 2019 szeptembere és novembere között. Az online kérdőív az EvaSys rendszerén keresztül került felprogramozásra. A kérdőív linkjét a vizsgálatba bevont egyetemek kari dékáni hivatalai osztották meg a Neptun levelező rendszerén keresztül, teljes körű kikérdezést célozva meg. A kitöltés anonim módon, önkéntes alapon történt. A kérdőívre (adattisztítás után) összesen 1521 értékelhető válaszadó reagált. A reprezentativitás elérésének érdekében a mintát az alappopuláció sajátosságai mentén súlyoztuk.

A kérdőív öt nagyobb blokkból tevődött össze. Az első blokkban a kitöltő szociodemográfiai adatainak lekérdezése történt meg. A második kérdésblokk fókuszában az általános egészséggel kapcsolatos attitűdök feltárása állt (önértékelt egészségi és edzettségi állapot, jóllét, egészséggel kapcsolatos értékek, család sportmúltja, sportrendezvények látogatása). A harmadik kérdésblokk az egészségmagatartásra irányult, ideértve a sportolás típusát és szintjét, a sportolás hiányát és annak esetleges okait, a sportolás mögött álló faktorokat, szórakozási szokásokat, alvást és diétát. A negyedik kérdésblokk az egészségtudatosságra (önminősített

egészségtudatosság, önmonitorozás, változtatással kapcsolatos szokások) vonatkozott. Az ötödik kérdésblokk célja az egészségfejlesztés vizsgálata (a mindennapos testnevelés esetleges szerepének jelenléte a kitöltő életében és az ezzel kapcsolatos attitűdök, az egyetem által biztosított egészségfejlesztési lehetőségek). A kérdőív hatodik kérdésblokkja pedig a tanulmányi eredményességgel kapcsolatos kérdéseket tartalmazza (középiskolai és egyetemi tanulmányi eredmények, óralátogatás, tanulmányi kiválóság, tanulással kapcsolatos jövőtervek).

A kutatás a fentiek alapján vizsgálja a szocio-kulturális, szocio-demográfiai tényezőket, az évfolyamok, a nemek, a településformák, a szülők iskolai végzettségének változói mentén értelmezi az adatokat. Hangsúlyozandó, hogy a mindennapos testnevelés szerepének feltárása csak közvetítő tényező bevonásával lehetséges, mivel a vizsgált hallgatók aktuálisan nem vesznek részt a programban. Ez a közvetítő tényező feltételezésem szerint a jelenlegi sportolás, s ennek viszonylatában térképezem fel az észak-alföldi régió vizsgálatba bevont hallgatóinak egészségmagatartási szokásait és tanulmányi eredményességét. A disszertációban hatásfelmérés nem történt, hiszen a kialakult adatbázis ok-okozati összefüggések feltárására és változások nyomon követésére nem ad lehetőséget. Összefüggések vizsgálatára

került sor, amelyek elősegíthetik, hogy a sportban jártas szakemberek, az oktatáspolitikusok megismerjék a mindennapos testnevelés gyakorlatának esetleges befolyásoló szerepét a felsőoktatás területén. Ennek megfelelően elemzésemben egyaránt használok egy- és többváltozós elemzési módszereket, így gyakorisági táblákat, kereszttáblákat és csoportátlagokat; variancia-analízist, lineáris regresszió-analízist, bináris logisztikus regresszió-analízist, valamint multidimenziós skálázást készítettem. Ennek megfelelően a vizsgálat a következő kutatási kérdéskörök köré épült.

Az eredmények tézisszerű felsorolása

Első hipotézisemben feltételeztem, hogy Bourdieu tőkeelmélete (1999) alapján a nem és a társadalmi háttér jelentős befolyást gyakorol a mindennapos testnevelés megítélésére, amely szerint a férfiak és a magasabb társadalmi státuszú (jobb kulturális és gazdasági tőkével rendelkező) tanulói csoportok kedvezőbb attitűddel rendelkeznek a mindennapos testneveléssel kapcsolatban (Fintor, 2019; Hamar és Karsai, 2008; Keresztes, 2015; Szemes és mtsai, 2016). A vizsgálati eredmények alapján ezen hipotézis részben megerősíthető. A mindennapos testneveléssel kapcsolatos értékeléseket a megkérdezett neme valóban befolyásolja, a szakirodalomban jelzett összefüggés kimutatható: a férfiak

kedvezőbb véleményeket fogalmaznak meg. A hipotézis másik eleme azonban nem nyert bizonyítást. Vizsgálati mintánkra nézve nem érvényesül Bourdieu tőkeelmélete. Az általam vizsgált hallgatói populációra vonatkozó eredményeim szerint a szülők iskolázottságának (a megkérdezett kulturális tőkéjének), a vagyoni helyzetnek, illetve az arról kialakított perpcciónak nincs érdemi befolyása a mindennapi testnevelés megítélésére. Utóbbi szempont még akkor sem nyer megerősítést, ha e dimenziókat összevontan, egyetlen, a társadalmi státuszt megközelítően leíró változó hatásaként vizsgálom. A megkérdezett neme azonban nem minden társadalmi rétegben okoz eltéréseket a program megítélésében: leginkább a kedvezőtlenebb rétegekben jellemző, hogy a férfiak kedvezőbben nyilatkoznak, mint a nők. A gazdasági és a kulturális tőke szerepe még akkor sem bontakozik ki, ha az elemzést nem korlátozom az egyetemre járók vizsgálatára, ugyanis várakozásommal ellentétben az egyébként kisebb kulturális tőkével rendelkező középiskolások véleménye kedvezőbb a mindennapos testneveléssel kapcsolatban, és ez a szülők iskolázottságától függetlenül alakul.

Második hipotézisemben feltételeztem, hogy (a fenti tényezőkön túl) a mindennapos testneveléssel kapcsolatos véleményeket a középiskolai testnevelő tanár hozzáállásával, a program egészségre gyakorolt pozitív hatásával

(hasznosságával), illetve a testnevelésórák gyakorlati tapasztalatával (tartalmával) kapcsolatban kialakított attitűdök határozzák meg. Az eredmények alapján hipotézisem ebben az esetben is részben igazolódott be. Igazolást nyert, hogy a mindennapos testnevelés megítélése mögött eltérő indoklások húzódnak meg, melyek véleménycsoportonként különböznek egymástól. Azt feltételeztem, hogy a pedagógusok személye, a tanári hozzáállás hatása mind az elégedettek, mind pedig az elégedetlenek körében fontos magyarázószempont lesz: a programmal elégedetlenek a tanárral is elégedetlenek, a programmal elégedettek pedig a tanárral is elégedettek lesznek. Az elégedettek körében valóban látható a vélt együttjárás, azonban az elégedetlenek, a markáns, elítélő véleményeket megfogalmazók esetében ez nem lényeges szempont. Feltételeztem továbbá, hogy a testnevelésórák hasznossága a programmal elégedettek, a tartalommal kapcsolatos kritikák pedig a programmal elégedetlenek körében lesz hangsúlyosabb magyarázószempont: előbbi csoportban feltételezésem teljesült, utóbbiban viszont csak a markánsan elítélők körében jellemző ez a gondolkodás. Ugyanakkor a mindennapos testneveléssel elégedetlenek véleményét még egy szempont érdemben tudja befolyásolni: ez pedig a testnevelésórák körülményeinek megítélése. Jellemző kritika az infrastrukturális hiányosságokra

vonatkozott: több osztály sportolt együtt egy tornateremben, nem volt hely/idő a testnevelésóra utáni zuhanyzásra, tisztálkodásra. A másik oldal (a programmal elégedettek) szerint a testnevelésórák kiváló közösségsszervező erővel bírtak: ezeken az órákon mindenki jól érezte magát, ahol összekovácsolódhatott a közösség. Ez a tény, egyezést mutat korábbi fókuszcsoporthoz vizsgálatainkkal, melyben a középiskolai és a felsőoktatási egészségmagatartással kapcsolatban a diákok kiemelt fontosságúnak tartották az oktatási intézmény sportinfrastrukturáját, a tanári attitűdöt, és legnagyobb értéként a középiskolai mindennapos testnevelés közösségteremtő erejét emelték ki (Moravec, 2019).

Harmadik hipotézisemben feltételeztem, hogy a mindennapos testnevelésnek a hallgatói sportaktivitásra gyakorolt hatása nem, vagy alig érzékelhető abban az esetben, ha más mintaadó ágensek (mint például a család és kortársak) hatását is vizsgáljuk. Jelen hipotézis megerősíthető. Feltételeztem, hogy Bandura szociális tanulás elméletét (1989) támasztja alá hipotézisem, miszerint a sportaktivitás aránya akkor lesz magasabb, ha „sportoló” közegeből érkezik valaki, és erre a hatásra a mindennapos testnevelés (mint iskolai szocializációs, mintaadó közeg) csak rásegítő hatással bír (Ács és mtsai, 2011; Kósa, 2006). Eredményeim szerint a mozgásgazdag életmód esélyét ugyan növeli, ha valakinek a

családjában, illetve kortárs csoportjában is ez a jellemző magatartás, de ezt az összefüggést a mindennapos testnevelésben való részvétel nem, vagy csak kiegészítésképpen befolyásolja. Abban a korcsoportban, ahol nem volt kötelező a mindennapos testnevelésben való részvétel, a programhoz való (önkéntes vagy intézményi) csatlakozás a családi befolyás szerepét biztosította. A fiatalok szocializációjában az önnevelés és a nevelés egyforma értékű szereppel bír, az időszerű szocializációs helyszíneken szerzett tapasztalatok és ismeretek beépítése által (Rétsági, 2015). A kortárs csoportok szerepe is felértékelődött a családtagok mellett a szocializációban (Somlai, 1997). Mintaadóvá válnak a barátok, ezért fontos, hogy ezekben a kohorsz csoportokban megjelenjen-e a sport, mint értékkel bíró szabadidős aktivitás (Földesiné és mtsai, 2010).

Negyedik hipotézisemben feltételeztem azt, hogy az egészségmagatartás különböző dimenzióiban (fizikai és mentális egészségi állapot, kockázati tényezők és táplálkozás) a mindennapos testnevelésben részt vettek kedvezőbb mutatókkal jellemezhetők, mint azok, akik nem vettek részt a programban. Grossman (1972, 1999, 2004) elméletére alapozva a formális iskolázottság, mint a tudástőkébe történt befektetés mennyisége pozitívan befolyásolja az egészségtőkét (H4a). Ez az összefüggés elsősorban azoknál a hallgatónál

figyelhető meg, akik alapvetően elégedettek voltak a középiskolai mindennapos testneveléssel (H4b) (Bognár és mtsai, 2005). A kockázat-index (tehát ami a dohányzásra, alkoholfogyasztásra, drog kipróbálására vonatkozik) magasabb (azaz nagyobb kockázatot, nagyobb előfordulási gyakoriságot mutat) a mindennapos testnevelésben részt vett hallgatói csoportban. Itt azonban vélhetően nem arról van szó, hogy azok, akik mindennap részt vettek testnevelésórán, nagyobb arányban fordulnak az egészségkárosító magatartásformák felé, hanem arról, hogy e tevékenységek szorosan összefüggenek az életkorral (a fiatalabb korosztályok nagyobb veszélyeztetettsége, idősebbek több lehetősége a kábítószer kipróbálása terén), illetve a (nappali tagozatos) egyetemista életmóddal. A kohorsz hatás meghatározó szereppel bír a fiatalok családhoz való viszonyára, az alternatív viselkedési módok kialakulására és a nemek közötti kapcsolatokra (Rétsági, 2015). A hipotézis kiindulópontját tehát elvettem: a mindennapos testnevelésben való részvétel önmagában nem eredményez kedvezőbb egészségmagatartási jellemzőket, abban az esetben sem, ha a programról alapvetően pozitív véleménye alakul ki a résztvevőknek. Ugyanakkor ez nem jelenti azt, hogy a mindennapos testnevelés befolyásoló szerep nélkül maradna. A legerősebb befolyásoló ereje a fizikai aktivitásnak van: minél mozgásgazdagabb életmódot él valaki,

annál kedvezőbb a fizikai, lelki közérzete. Közel ugyanakkora befolyást gyakorol a társadalmi státusz és az egészséges táplálkozás: minél magasabb státuszú valaki, illetve (önmagá szerint) egészségesen táplálkozik, annál inkább kedvezőbb a lelki-fizikai közérzete. Egy „nagyságrenddel” kisebb, de szignifikáns hatása van annak, hogy a megkérdezett éri-e kortárs impulzus a sportolással kapcsolatban (ha igen, ez kedvező hatással van a fizikai-lelki közérzetére), illetve mennyi időt. Az elemzés azt mutatta, hogy míg a programban nem résztvevők esetében a mozgásgazdag életmód kevésbé, az életvitel kiegészítő jellemzői inkább hozzájárulnak fizikai-lelki kiegyensúlyozottságukhoz; addig a programban résztvevők számára a fizikai aktivitás „eleme” fontos befolyásoló tényező marad ebben a tekintetben. Ez a befolyás – főleg, ha a sportolás közösségi élménnyel is ötvöződik – a nők esetében felértékelődik. Nagy előnyt jelent az egyén számára az, ha egy közösség tagjaként vesz részt a sporttevékenységben, hiszen ez a hallgatói és a pszichológiai jóllét egyéni dimenzióinak javulásához, a társas és érzelmi fejlődéshez is hozzájárulhat. Pozitívan alakíthatja a szociális készségeket, a külső megjelenést, a tanulmányi teljesítményt, segíthet a pozíciókat elfogadni a csapatban (Taliaferro és mtsai, 2010; Kovács, 2014).

Ötödik hipotézisemben feltételeztem, hogy a kedvezőbb egészségmagatartási mutatókat a személyes értékrend is befolyásolja, amely alapján a „nyitott” (Perényi 2010a, 2010b, 2011), egyéni autonóm értékrendet követő hallgatókra inkább jellemző, a materialista értékvilágú hallgatókra kevésbé jellemző az egészségtudatos életmód (Pluhár és mtsai 2004; Pikó, 2008). A hipotézis összességében megerősíthető. A hallgatók esetében a materiális értékrend elfogadása együtt jár bizonyos egészségkárosító tevékenységek gyakorlásával is, emiatt pedig e hallgatói csoportra kevésbé jellemző az egészségtudatos életmód. A hipotézis elfogadása melletti további érv, hogy a szakirodalom megállapításaival szinkronban a materiális értékrend elfogadása negatív kapcsolatot mutat a fizikai aktivitással. A sportaktivitás és az értékorientáció kapcsolatát tekintve a mintába került hallgatók leginkább az egyéni autonómiát képviselő, „nyitott” vagy posztmateriális értékdimenzióval tudnak azonosulni, amely egyezést mutat a korábbi kutatási adatokkal (Kovács, 2013; Perényi, 2008). A második a materiális javak fontossága, a harmadik pedig a tradicionális értékeké. A hallgatók egyes szocio-demográfiai és tanulmányi csoportjai között nincs érdemi különbség a posztmateriális értékrend elfogadásában. A legtöbb különbség a materiális értékek fontosságához köthető. Azok, akik részt vettek a mindennapos

testnevelésben, valamivel fontosabbnak tartják a materiális értékeket, mint azok, akik nem. Bár a különbség kicsi, de szignifikáns eltérés mutatkozik a posztmateriális dimenziót megjelenítő értékek esetében – azok, akik részt vettek, valamivel fontosabbnak tartják ezt az értékdimenziót. Az értékek fontossága nem különbözik abból a szempontból, hogy a megkérdezettek sportolnak-e, illetve, ha igen, milyen szinten űzik saját sportágukat. Olyan összetett hatásmechanizmusról beszélhetek az értékorientációk vizsgálata kapcsán, ami a végső konklúziók levonásakor elővigyázatosságra int, hiszen az elemzés során ok-okozati összefüggéseket nem mutathatók fel. A vizsgálati mintáról azonban elmondható, hogy a mindennapos testnevelés bevezetése óta eltelt időszakot nézve még nincs kimutatható szerepe a hallgatók fizikai aktivitásában és értékrendszerében.

Végül **hatodik hipotézisemben** feltételeztem, hogy a tanulmányi eredményesség tekintetében nem mutatható ki szignifikáns különbség a mindennapos testneveléssel való elégedettség alapján kialakított véleménycsoportok tagjai között, még a társadalmi háttérváltozók kontrollálása mellett sem. Az eredmények alapján a középiskolai és az egyetemi eredményesség – amennyiben ezeket a tanulmányi átlagokkal operacionalizáljuk – nem mutat szignifikáns kapcsolatot a mindennapos testneveléssel kapcsolatban kialakított

véleményekkel. Abban az esetben, ha az eredményesség fogalmát kissé kitágítjuk, és a hallgatók ambíciózusságát, kiválóságát vizsgáljuk, akkor gyenge, de szignifikáns kapcsolatra derül fény: a középiskolai programmal kapcsolatban kritikusabb hallgatók valamivel eredményesebb felsőoktatási pályát járnak be. Hatodik hipotézisem tehát csak részben igazolódott be: az eredményesség és a mindennapos testneveléssel kapcsolatos vélemények között kismértékű összefüggés figyelhető meg. Bár az érdemjegyekre nincs hatással a mindennapos testnevelés kapcsán kialakult vélemény, az egyetemi hallgatói kiválóság néhány ismervével – és így összességében a kiválósággal – kapcsolatban áll. A kiválósági itemek közül három eset, a középfokú nyelvvizsga, idegen nyelvű önéletrajz, tanulmányi ösztöndíj birtoklása mutat szignifikáns kapcsolatot. Minél kedvezőtlenebb a vélemény, annál kevésbé számíthatunk tehát a kiválóság e néhány ismervének teljesülésére.

A kutatás eredményei a kutatás elméleti háttereként a disszertációban bemutatott OECD 2012 és az általam kialakított, a *mindennapos testnevelés tapasztalatai alapján felépített Jéghegy-modell keretrendszerében* is interpretálhatóak. Kutatási eredményeim értelmezése során az alacsony teljesítmény és iskolai kudarc ún. Jéghegy-konceptiójának felépülési szintjei alapján (OECD, 2012)

szeretnék javaslatokat megfogalmazni a lemorzsolódás elkerülése érdekében az eredményességet akár nem tanulmányi (egészségtudatosság), akár tanulmányi területen értelmezve. A modell felépítése, egymásra épülése segítséget nyújthat az oktatás- és sportpolitika irányításában jártas szakemberek számára az implementációs folyamat finomításához, a megfogalmazásra került problémák kiküszöböléséhez is, amennyiben figyelembe vennék a mindennapos testneveléssel kapcsolatos attitűdök kiváltó okait.

A **Jéghegy-modellt** (OECD, 2012) alapul véve az 1. szinten az *oktatás- és sportpolitika* pozitív és negatív hatást is gyakorolhat az eredményességre az oktatással kapcsolatos irányelvek, törvények által. Az oktatáspolitikai irányelvek alapjaiban meghatározzák az intézmények működés módját és működési lehetőségeit, ideértve a felsőoktatási intézményeket. Jelen esetben a mindennapos testnevelés bevezetése elsősorban és tényszerűen az alap- és középfokú oktatási szintekre vonatkoztatva érvényes, hiszen ezeken a szinteken jelenik meg kötelező érvénnyel a rendelet. Ugyanakkor az ebben az időszakban átélt tapasztalatok egyéni szinten továbbra is jelen vannak, s az alap- és középfokú oktatási szinteken magasabb arányban jelenlévő sporttevékenység hatása a felsőoktatási évek alatt is megtestesülhet, mind

pozitív, mind negatív irányban (akár a sporttevékenység és egészségtudatosabb életvitel folytatásán, akár ennek mellőzésén keresztül, amely az egyéni szinteken ölt testet). Ugyan a disszertáció célja nem ezen szint konkrét vizsgálata volt, egyértelmű azonban, hogy az oktatás és sportpolitikai szint erős alapot képezett a disszertáció hipotéziseinek vizsgálatához, hiszen ez tette lehetővé a kutatási kérdések megfogalmazását és a hipotézisek felállítását. Egyes kutatók (Edvy, 2021) az egyes intézmények egyedi lehetőségeihez alkalmazkodva a felsőoktatásban is elengedhetetlennek tartják a kötelező testnevelés egységes törvényi bevezetését.

Erről a szintről továbblépve az **2. Iskolai tényezők / Kontextuális intézményi tényezők szintjén** alakíthatják a képet a struktúra és források - pl. sport-infrastrukturális fejlesztéssel - mind a köz-, mind a felsőoktatás területén, kapcsolatépítéssel a helyi sportszervezetekkel, sportlétesítményekkel, valamint a szokások és gyakorlat szempontjából is. pl. a túlsúlyos órarend lazításával, a tanári pálya presztízsének növelésével. A legújabb eredmények szerint a nemzetközi iránymutatások alapján javasolt minimum aktivitási szint nem elegendő az inaktív időtöltés csökkentésére (Trájer és mtsai, 2021). Ezért fontos lenne az iskolai keretek között szervezett rekreációs sportszakkörök működtetése, amelyeknek nem a versenyeztetés, hanem az egészségfejlesztés, az aktív

szabadidő-eltöltésre ösztönző, élményközpontú mozgásigény kielégítése a fő célja. Az ilyen programok segíthetik a sport élményalapú megközelítését (Szabó & Brokovits, 2014). Bár a mindennapos testnevelés (elméleti szinten) lehetőséget ad a sportolás gyakoriságának és intenzitásának növelésére, s ezáltal az egészségtudatos életstílus kialakítására és elmélyítésére, az eredmények alapján a mindennapos testnevelés bevezetése önmagában nem elégséges ahhoz, hogy növeljük a fiatalok egészségtudatosságát, s kellően redukáljuk körükben az egészségkockázati magatartások gyakoriságát, miközben a sportolási gyakoriságot magasabb szinten tartjuk. Ennek háttérében az áll, hogy az egyéni magatartást nem pusztán az intézményi tényezők alakítják, hanem egyéb egyéni és környezeti (mikrorendszer szintű) tényezők együttesen, amelyek a Jéghegy-modell magasabb szintjein helyezkednek el. Ugyanakkor jelen kutatásban nem tértem ki a felsőoktatási intézmény konkrét sport- és egészségfejlesztési irányelveire és intézménypolitikájára, ugyanakkor intézményi szintű változóként sor került a sportinfrastruktúra szerepének vizsgálatára.

A 3. Háttér szint / Individuális tényezők szintje bonyolult megközelítést igényel a mindennapos testnevelés percepciójának szempontjából. Habár Fintor (2016) észak-alföldi régió általános iskoláiban végzett kutatási eredményei

szerint a diákok döntő többsége örömmel fogadta, valamint a szülők, a tanárok és az intézményvezetők szükségesnek látták a bevezetését (Urbinné, 2018), a diákok lelkesedése a kor előrehaladtával, a szülők, intézményvezetők aktivitása pedig a felmerülő problémák (teremhiány, túlszűfoltosság a testnevelők óraszámának növekedése miatt) okán csökkent. Az egészség és a pozitív tapasztalatok megerősítése céljából biztosítani lehetne az iskolán kívüli szabadidős sportolási lehetőségeket, főként természetes helyszíneken (parkok, erdők), valamint sport-, közösségi-, és rekreációs létesítményekben. A kutatás alapján látható, hogy önmagában a mindennapos testnevelés tapasztalata nem elégséges a hosszútávú egészségtudatos életvitel fenntartásához, hiszen ezeket a tapasztalatokat egyéb tényezők felülírhatják, s hatása nem, vagy alig érzékelhető, abban az esetben, ha más mintaadó ágensek (mint például a család és kortársak) hatását is vizsgáljuk. Ráadásul a negatív irányba tendáló tapasztalatok (például a testnevelő személye, viselkedés, értékelési filozófiái stb.) tovább gátolhatják az egészségtudatosságra való aktív törekvést. Éppen ezért az implementációnál figyelembe kell venni azt is, hogy az előbb említett intézményi szint szereplői jelentős hatással lehetnek a személyre mind jelen szint, mint a magasabb szintek vonatkozásában.

Amennyiben az előző fokozatokon pozitív tapasztalatok, minták, attitűdök alakulnak ki, úgy lehet arra esély, hogy a **4. Viselkedés szinten/ Egészségtudatosság szinten** a tanuló/ hallgató az elkötelezettséget (egészségtőke-gyarápítást) és nem a devianciát (egészségtőke-pazarlást) vállalja mind a tanulás, mind az egészségtudatosság irányában. Jelen szint jól látható és mérhető területeket (és aktuális sajátosságokat) ölel fel, így kutatásom hipotézisei és eredményei is jól illeszkednek ehhez a szinthez. Az előző, háttér szint megfelelő alapot adott a mindennapos testneveléssel kapcsolatos alapvető attitűdök múltbeli gyökereinek feltárásához, jelen szint az aktuális, felsőoktatási tanulmányok melletti (amikor a mindennapos testnevelés már egy múltbeli eseményként regisztrálható) magatartásokra fókuszált, lehetővé téve az aktuális egészségmagatartási szokások feltárását, amelynek sajátosságai a korábbi, a mindennapos testnevelés bevezetését megelőző időszak kutatási eredményeihez hasonló trendekre világítanak rá. Látható, hogy bár a háttér szint a felszín alatt van, s nehezebben megragadható területeket integrál, hatása azonban nehezen felülírható.

Egymásra épülő, az alrendszernek egymást erősítő hatásai által jutunk el az egyén eredményességéhez, az **5. Oktatási teljesítményhez / Tanulmányi eredményesség szintje**. Ez tehát a jéghegy teteje, ahol az alsóbb szintek sajátosságai és

tapasztalatai csúcsosodnak. Ráadásul maga a tanulmányi eredményesség egy szűkebben értelmezhető fogalmi keret, sajátosságaiból fakadóan elkülönítendő a nem-tanulmányi eredményességi faktoroktól, mint az egészségtudatosság és sport. Ezen faktorok között azonban természetesen összefüggés feltételezhető, s a nem-tanulmányi eredményességi tényezők, a korábbi szintekhez hasonlóan, pozitív és negatív irányba is tolhatják a tanulmányi eredményességet az egyéni sajátosságok függvényében. A kutatás eredményei e szint vonatkozásában azt mutatják, hogy az eredményesség és a mindennapos testneveléssel kapcsolatos vélemények között kismértékű összefüggés figyelhető meg. Bár az érdemjegyekre nincs hatással a mindennapos testnevelés kapcsán kialakult vélemény, de ha a hallgatók ambíciózusságát, kiválóságát vizsgáljuk, akkor gyenge, de szignifikáns kapcsolatra derül fény. A mindennapos testnevelés megítélése és a Kiválósági-index között csekély mértékű, de szignifikáns fordított irányú kapcsolat van. Eredményeink alapján a köznevelésből a felsőoktatásba érkező, a mindennapos testnevelés iránti negatív attitűddel bíró „tanulás irányultságú” hallgatók szemléletét az egyetem évei alatt már nehezen lehet „sport irányultságú” attitűddé formálni. Ez egyezést mutat Lenténé (2017) kutatásával. A vizsgálat relevanciája abban mutatkozik

meg, miszerint az implementációs folyamat gyakorlatában erőteljesebben kellene hangsúlyozni a rendszeres fizikai aktivitás tanulmányokra ható pozitívumait. Ezáltal azok a fiatalok, akik szerint ma még dönteniük kell a sport, illetve a tanulás között, rámutathatna arra a tényre, hogy a szabadidősport céljával űzött sportolás pozitívan hathat a tanulmányi vagy akár később a munkaerőpiaci teljesítményre is (Bocsi és mtsai, 2018).

Tehát összegzésképp elmondhatjuk, hogy az alulról építkező rendszerszintek egymásra épülő, együttes hatása érvényesül az eredményesség, akár egészségtudatosság (Kovács, 2015), akár tanulmányi (Doron, 2013), illetve az esetleges iskolai kudarc, végső soron a lemorzsolódás estében is (OECD, 2012). Ez a végső eredményesség aztán befolyással bír mikroszinten magára az egyénre, a személyiségre, visszahat mezoszinten az alsóbb szintekre (család, iskola) végül makroszinten magára a társadalomra is.

Eredményeim összegzéseként elmondható, hogy a kedvező fejlődési irány ellenére átlagosan még mindig alacsony a fiatalok fizikai aktivitási szintje. A kvalitatív előkutatási minta esetében a növekvő iskolai terhek, a továbbtanuláshoz kapcsolódó többlet-elfoglaltságok, valamint az anyagiak hiánya is megjelent, mely arra kényszeríti a hallgatók egy részét, hogy a tanulás mellett diákmunkát végezzenek, ami

szintén a sportolásra és a tanulásra fordítható időt csökkenti. Napjainkban a sportolás lehetőségeit az anyagi, illetve a társadalmi helyzet is befolyásolja (Borraccino és mtsai, 2009): a szociálisan hátrányos helyzetűeknek például nincsenek meg az anyagi feltételeik ahhoz, hogy fizetős sportszolgáltatásban részesüljenek. Az ingyenes iskolai sportszakkörök enyhíthetnének ezen a problémán. Másrészt egyértelmű, hogy a fiatalok életében az aktivitás motivációja főként a szórakozás, a társas együttlét és nem a teljesítmény (Perényi, 2014), ezért a versenysporton túl a tömegsport-lehetőségeket is növelni kellene. A társas fizikai aktivitás támogatása meghatározó lehet, hiszen a kortársak, a szülők és tanárok példája pozitív hatással bír a fiatalok fizikai aktivitás iránti attitűdjeire (Bauman és mtsai, 2012). Berki (2020) csapat- és egyéni sportolókat vizsgálva megállapította, hogy az összetartozás lehet a kulcsa a sport iránti elköteleződésnek, hiszen az egyéni sportágak képviselői az összetartozás érzésének hiánya miatt hamarabb néznek más elfoglaltság után, ez pedig a sportból való lemorzsolódást is eredményezheti.

A kutatás újszerűsége abban rejlik, hogy a mindennapos testnevelés szerepének tükrében vizsgálja a sport egyértelmű határain túlmutató értéktranszfer hatását a sportolási aktivitásban rendszeresen részt vevő és a fizikailag passzív

hallgatók életstílusában és tanulmányi eredményességében. Nem a konkrét megvalósulási helyszínt, a köznevelést, hanem az onnan továbblépő fiatalok életterét, a felsőoktatást feltérképezve. Az általam vizsgált területet ebből a szempontból, ebben a korosztályban még nem vizsgálták, így talán „első kézből” lehet láttelepet adni arról, hogy a hátrányos helyzetű régióban élő hallgatók életében az új implementációs folyamat szerepe kimutatható-e tanulmányi és nem tanulmányi eredményesség szempontjából. A kutatásban vizsgált fő kérdés, miszerint lehet-e a mindennapos testnevelés szerepét „hozzáadott értéként” tekinteni a hallgatók életstílusában és tanulmányi eredményességében, tekintetében megállapítható, hogy ez a szerep csak abban az esetben jelenik meg, ha a családból mint elsődleges szocializációs színterről hozott alapvető értékek az egészséges életmód irányába mutatnak. A mindennapos testnevelés csupán a most felnövekvő fiatalok számára jelenthet szemléletváltást. A szemléletmód, az értékpreferenciák megváltoztatása nagyon mély társadalmi és kulturális múltba ütközik, és több generáción keresztül kell érvényre jutnia, mire szerepe érvényre juthat. A válaszul kapott eredmények a későbbiekben a rendszerfejlesztés érdekében kiemelt relevanciával bírhatnak.



Nyilvántartási szám: DEENK/256/2021.PL
Tárgy: PhD Publikációs Lista

Jelölt: Moravec Marianna

Doktori Iskola: Humán Tudományok Doktori Iskola

MTMT azonosító: 10058535

A PhD értekezés alapjául szolgáló közlemények

Magyar nyelvű könyvrészletek (2)

1. **Moravec, M.**, Nagy, Z., Rábai, D., Szabó, D., Kovács, K.: Intézményi hatás a Kárpát-medencei felsőoktatási intézmények szabadidős sportprogramjaiban és versenysportjában.
In: Prevenció, intervenció és kompenzáció. Szerk.: Hideg Gabriella, Simándi Szilvia, Virág Irén, Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen, 152-163, 2020, (Hera évkönyvek ; 7.) ISBN: 9789633188576
2. Kovács, K., **Moravec, M.**: A felsőoktatási intézmények szerepe a hallgatók élethosszig tartó sportszocializációjában - egészségfejlesztési jó gyakorlatok a Kárpát-medencében.
In: Oktatás, gazdaság, társadalom. Szerk.: Juhász Erika, Endrődy Orsolya, Magyar Nevelés- és Oktatókutatók Egyesülete, Budapest, 540-558, 2019, (HERA évkönyvek, ISSN 2064-6755 ; 6.) ISBN: 9786155657030

Magyar nyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (4)

3. Kovács, K., **Moravec, M.**, Nagy, Z., Szabó, D., Rábai, D.: Az intézményi hatás és modelljeinek vizsgálata közép-kelet-európai felsőoktatási intézmények sportjában.
Neveléstudomány. 3, 32-56, 2020. EISSN: 2063-9546.
DOI: <http://dx.doi.org/10.21549/NTNY.30.2020.3.3>
4. **Moravec, M.**, Kovács, K. E.: Az iskolán kívüli sport és tanulmányi eredményesség a tantárgyi attitűdök függvényében.
Magyar Sporttud. Szle. 20, 14-19, 2019. ISSN: 1586-5428.
5. **Moravec, M.**: Tanulmányi eredményesség az iskolán kívüli sportfoglalkozások függvényében (2016-os OKM adatok alapján).
Képzés és gyakorlat. 17 (3-4), 77-86, 2019. ISSN: 1589-519X.
DOI: <http://dx.doi.org/10.17165/TP.2019.3-4.6>
6. Kovács, K., **Moravec, M.**, Nagy, Á.: Vélemények a mindennapos testnevelésről a felsőoktatásban résztvevő hallgatók és oktatók szemszögéből.
Új Pedagóg. Szle. 69 (3-4), 87-99, 2019. ISSN: 1215-1807.





Magyar nyelvű tudományos közlemények külföldi folyóiratban (2)

7. **Moravec, M.**: Egészségfejlesztés a közoktatástól az egyetemig fókuszcsoporthoz vizsgálatok tükrében.
PedActa. 8 (1), 71-80, 2018. ISSN: 2248-3527.
8. Kovács, K., Lenténé Puskás, A., **Moravec, M.**, Rábai, D., Bácsné Bába, É.: A sportolás intézményi különbségei hazai és határon túli kisebbségi magyar felsőoktatási intézményekben.
PedActa. 7 (2), 19-34, 2017. ISSN: 2248-3527.

Idegnyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (2)

9. Kovács, K., Rábai, D., **Moravec, M.**: How does institutional environment effects impact students' sporting habits in Central and Eastern Europe?
Hung. Educ. Res. J. 9 (1), 128-131, 2019. ISSN: 2062-9605.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1556/063.9.2019.1.13>
10. Kovács, K., Lenténé Puskás, A., **Moravec, M.**, Rábai, D., Bácsné Bába, É.: Institutional Environment of Students' Sports Activities in Central Europe.
Hung. Educ. Res. J. 8 (2), 50-68, 2018. ISSN: 2062-9605.
DOI: <http://dx.doi.org/10.14413/HERJ/8/2/5>

Idegnyelvű tudományos közlemények külföldi folyóiratban (3)

11. Kovács, K., **Moravec, M.**, Nagy, Z., Rábai, D., Szabó, D.: The Institutional Effect on Leisure Time- and Competitive Sports at the Higher Education Colleges and Universities in the Carpathian Basin.
Baltic J. Health Phys. Activ. 12 (Spec.), 1-19, 2020. ISSN: 2080-1297.
DOI: <http://dx.doi.org/10.29359/BJHPA.12.Spec.Iss1.06>
12. **Moravec, M.**: Levels of Public and Higher Education in Health Promotion in the Light of Focus Group Studies.
GeoSport Soc. 11 (2), 76-85, 2019. ISSN: 2393-1353.
DOI: <http://dx.doi.org/10.30892/gss.1103-050>
13. **Moravec, M.**, Nagy, Á.: Study Success as a Function of Out-of-School Sports Activities (Based on OKM 2016 database).
Studia UBB Educatio Artis Gymn. 64 (2), 5-16, 2019. ISSN: 1453-4223.
DOI: [http://dx.doi.org/10.24193/subbeag.64\(2\).10](http://dx.doi.org/10.24193/subbeag.64(2).10)

Magyar nyelvű absztrakt kiadványok (3)

14. **Moravec, M.**, Nagy, Z., Rábai, D., Szabó, D., Kovács, K.: Kárpát-medencei felsőoktatási intézmények sportkonceptjainak összehasonlító elemzése.
Magyar Sporttud. Szle. 85 (3), 71-72, 2020. ISSN: 1586-5428.





15. **Moravec, M.**: Sportolás és értékpreferencia összefüggésének vizsgálata a mindennapos testnevelés szerepének tükrében.
In: Család a nevelés és az oktatás fókuszában: Absztraktkötet: XX. Országos Neveléstudományi Konferencia, Debrecen, 2020. november 5-7.. Szerk.: Engler Ágnes, Rébay Magdolna, Tóth Dorina Anna, MTA Pedagógiai Tudományos Bizottság : Debreceni Egyetem BTK Nevelés- és Művelődéstudományi Intézet : Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért, Debrecen, 223, 2020. ISBN: 9789634902584
16. **Moravec, M.**, Rábai, D., Kovács, K., Bácsné Bába, É., Lenténé Puskás, A.: A sportolási szokások intézményi háttere hazai és határon túli kisebbségi magyar egyetemeken/főiskolákon.
Magy. Sporttud. Szle. 19 (75), 66-67, 2018. ISSN: 1586-5428.

További közlemények

Magyar nyelvű könyvrészletek (1)

17. Vajda, I., Major, Z., **Moravec, M.**, Pásztorné Batta, K., Vajda, T., Vajda, F. V., Oláh, D., Nagy, A.: A testkultúra és az egészségmagatartás vizsgálata a nyíregyházi egyetem hallgatói körében.
In: Elméleti és gyakorlati kutatások a Nyíregyházi Egyetemen. Szerk.: Kerülő Judit, Nyíregyházi Egyetem, Nyíregyháza, 175-192, 2018, (Acta Academiae Nyiregyhaziensis, ISSN 2416-2981 ; 2) ISBN: 9786155545795

Idegen nyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (1)

18. Vajda, I., Major, Z., **Moravec, M.**, Pásztorné Batta, K., Vajda, T., Vajda, F. V., Oláh, D., Nagy, A.: Study on physical activity and health behaviour among students at the University of Nyíregyháza.
Magy. Sporttud. Szle. 19 (2), 22-26, 2018. ISSN: 1586-5428.





Magyar nyelvű absztrakt kiadványok (1)

19. Kovács, K., **Moravec, M.**, Nagy, Z., Rábai, D., Szabó, D.: Intézményi hatás a Kárpát-medencei egyetemek szabadidő- és versenysportjában.

In: Tanulás és innováció a digitális korban : Absztraktkötet. Szerk.: Kozma Tamás, Juhász Erika, Tóth Péter, Magyar Nevelés- és Oktatókutatók Egyesülete, Budapest, 28, 2020.

ISBN: 9786155657085

A DEENK a Jelölt által az iDEa Tudóstérbe feltöltött adatok bibliográfiai és tudománymetriai ellenőrzését a tudományos adatbázisok és a Journal Citation Reports Impact Factor lista alapján elvégezte.

Debrecen, 2021.05.06.

