

# A MOTOROS KÉPESSÉGEK ÉS A TESTÖSSZETÉTEL VIZSGÁLATA 6-8 ÉVES GYERMEKEK KÖRÉBEN

(EXAMINATION OF MOTOR SKILLS AND BODY COMPOSITION IN CHILDREN AGED 6-8)

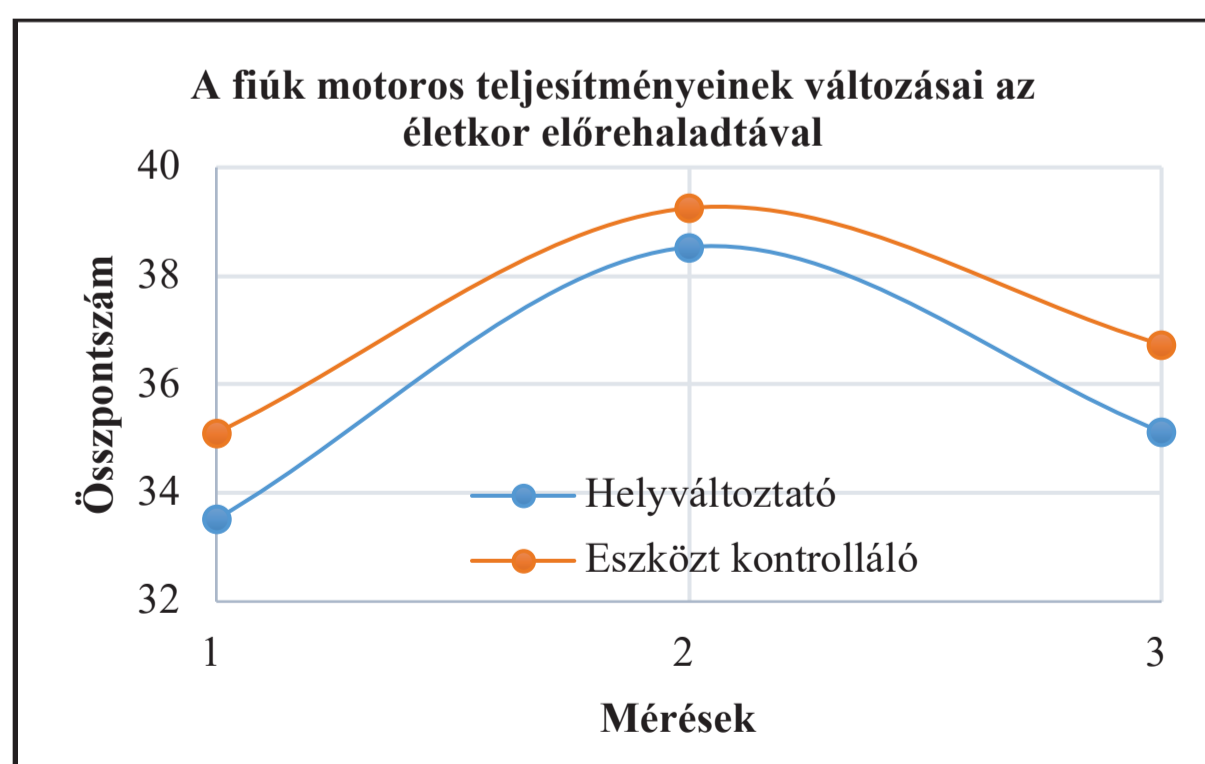
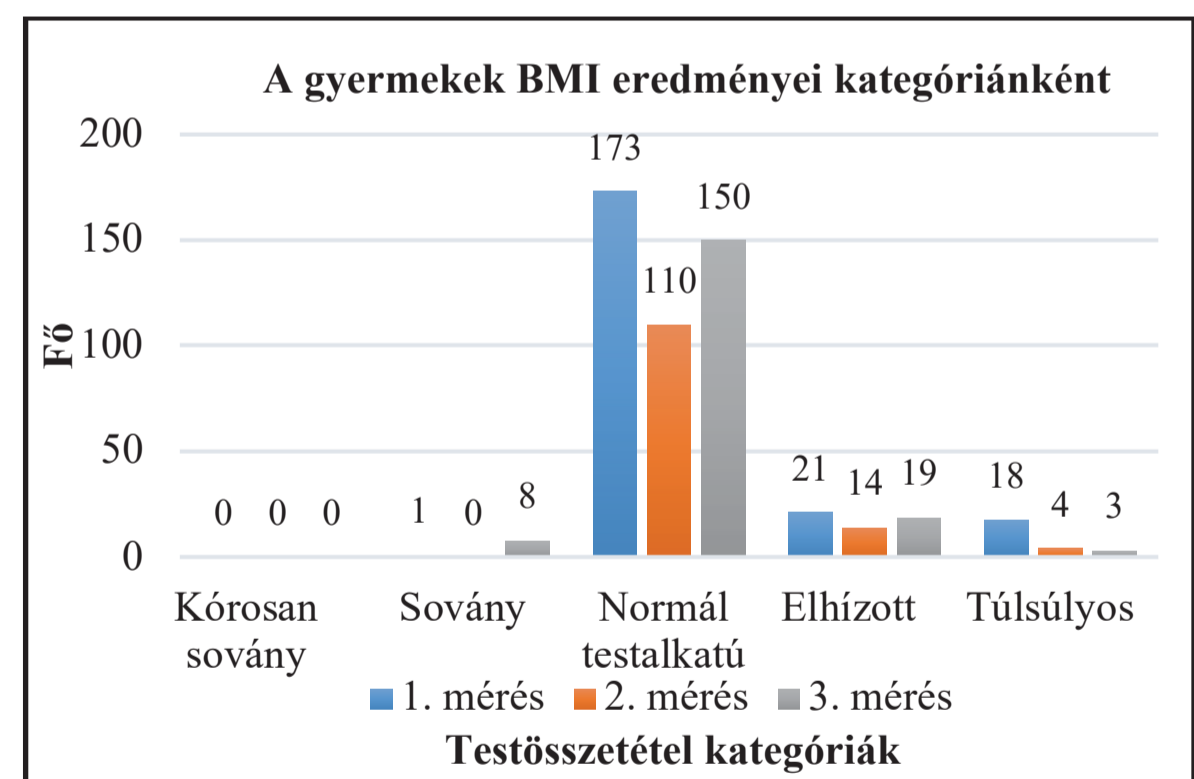
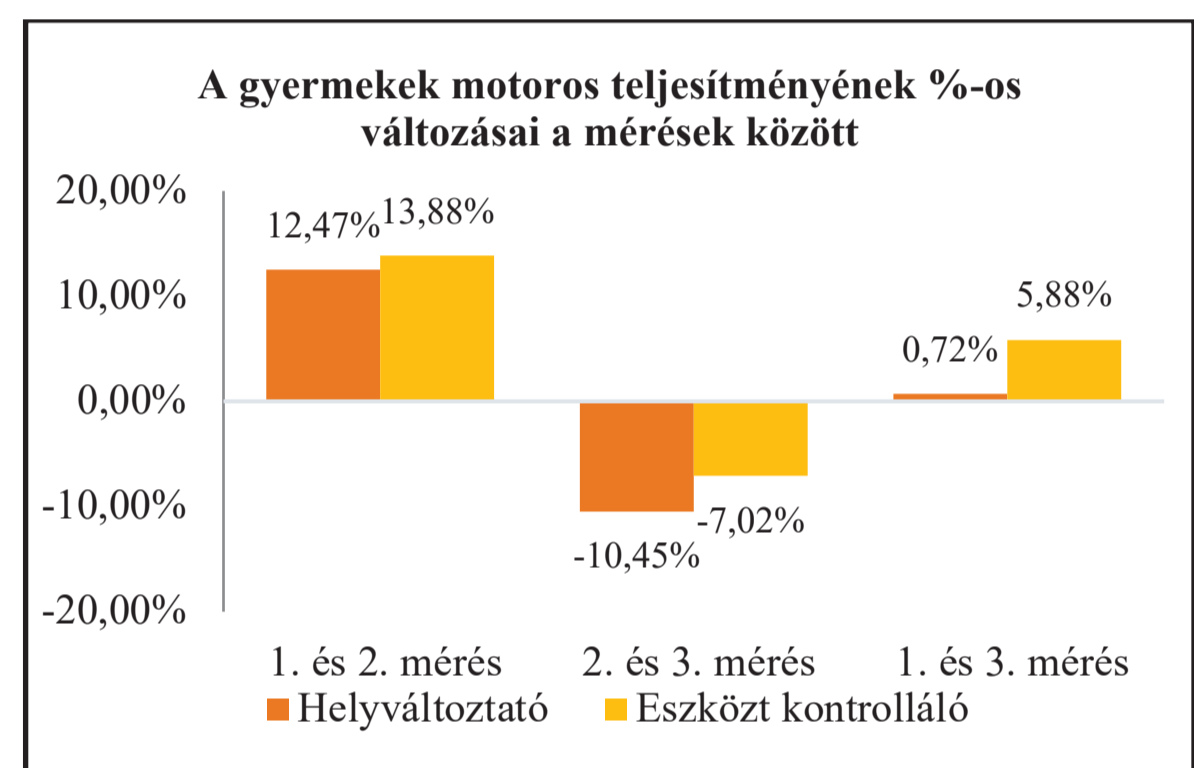
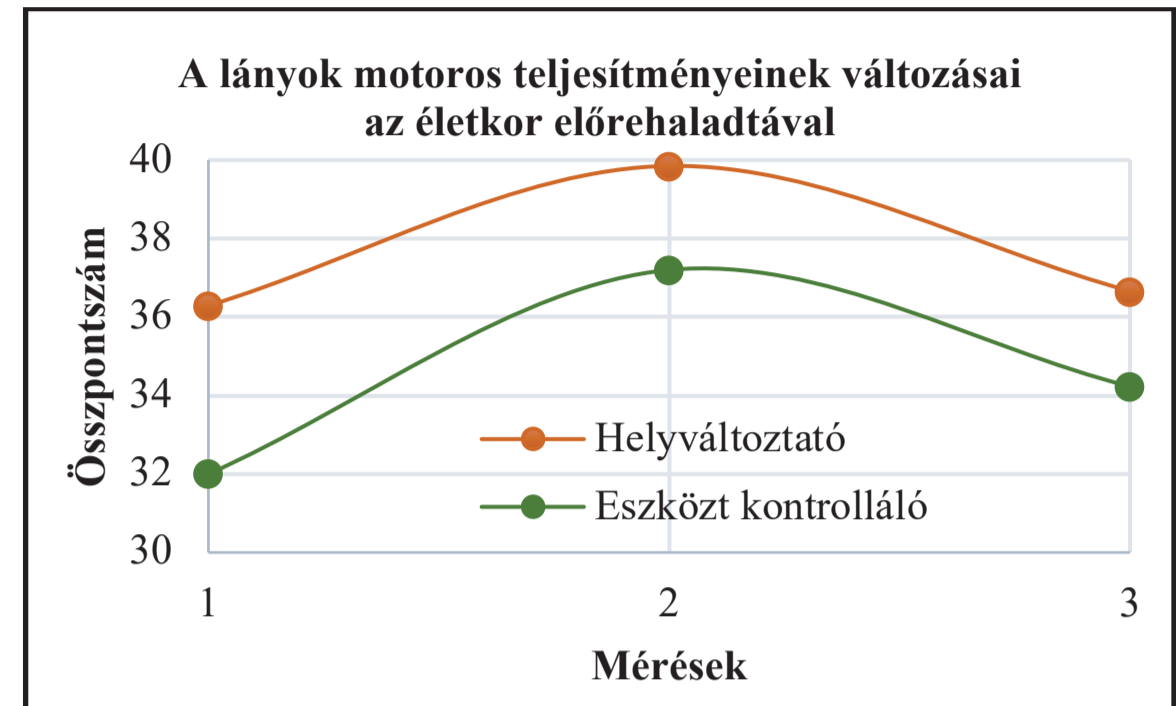
Készítette: Domokos Tímea

Mentor: Vári Beáta

**A vizsgálat célja, indoklása:** Egy gyermek az iskolában kezd el szervezett keretek között ismerkedni a mozgással. Magyarországon heti öt testnevelés óra során sajátíthatják el a diákok a különböző sportágak alapjait, és fejleszthetik képességeiket. Korunk egyik társadalmi problémája a gyermekkori elhízás, így fontosak az egészségközpontú vizsgálatok, hiszen az állapotuk feltérképezése, visszaadja a növekvő generációk egészségügyi helyzetét. Kutatásunk során 6-8 éves szegedi kisiskolások érési folyamatait, motoros teljesítményük fejlődését és testösszetételük változásait vizsgáltuk. Feltételezéseink között szerepelt, hogy a gyermekek motoros teljesítménye az életkor előrehaladtával javulni fog, a lányok a helyváltató, míg a fiúk az eszközt kontrolláló feladatokban teljesítenek jobban, illetve, hogy a gyermekek az eszközt kontrolláló feladatokban nagyobb javulást érnek el, mint a helyváltatókban. Úgy véltük, hogy a legtöbb gyermek a „normál” testalkatú kategóriába tartozik és ez a vizsgálati időszak végéig nem változik, valamint a „túlsúlyos” és az „elhízott” testösszetételi kategóriába tartozó gyermekek teljesítménye a motoros tesztekben gyengébb, mint a társaiké.

**Vizsgálati anyag és módszer:** A kutatás során TGMD-2 tesztekkel és testösszetételi vizsgálatokkal mértük fel a gyermekeket három féléven keresztül három mérés alkalmával (2018-2019-ben), az első évfolyam őszi és tavaszi félévében, valamint a 2. évfolyam őszi félévében. Az első mérésen a TGMD-2 tesztek helyváltató feladataiban 161 fő, az eszközt kontrolláló feladatokban 147 fő és a testösszetétel mérésen 212 fő vett részt. A második mérésen a helyváltató és eszközt kontrolláló feladatokban is 227 fő, a testösszetétel mérésen 134 fővel dolgoztunk. A harmadik mérésen a helyváltató feladatokban 211 fő, az eszközt kontrolláló feladatokban 219 fő, a testösszetétel mérésen 176 fő volt jelen. Az eredményeket adatlapon, majd elektronikusan is rögzítettük.

**Eredmények:** Az eredmények alapján megállapítható az a tény, miszerint a fiúk jobban teljesítettek mindhárom mérés alkalmával az eszközt kontrolláló feladatokban, mint a helyváltatókban, a lányok pedig fordítva, illetve az eszközt kontrolláló feladatokban nagyobb a fejlődés mértéke, mint a helyváltató feladatokban. A testösszetétel mérések eredményei kimutatták, hogy a legtöbb gyermek a BMI értékeit tekintve normál testalkatúnak minősül és arányában a többi kategóriába is ugyanannyi gyermek tartozik mindhárom mérés során.



A BMI érték és a motoros teljesítmény összefüggésében az állapítható meg, hogy minimális különbség mutatható ki a sovány/normál és az elhízott/túlsúlyos BMI kategóriába tartozó gyermekek között, de konkrét kijelentést nem tehetünk ezzel kapcsolatban, mert a teljesítményt befolyásoló tényezők tekintetében, összetettebb vizsgálatot kell végezni.

**Következtetések:** Elmondható, hogy a reprezentatívabb eredmények érdekében a TGMD-2 tesztek mérésein alkalmazni kell olyan eszközöket, melyek segítségével objektívabb megítélés valósulhat meg, továbbá, hogy a testösszetételt csak kisebb részeire (testzsír százalék, izommennyiség) bontva lehet kölcsönhatásba hozni a teljesítménnyel.

A vizsgálat az EFOP-5.2.2-17-2017-00035 pályázat keretében valósult meg.