

Az Európai Mozgásgyógyászati Mozgalom Budapesten tartott 3. kongresszusának tiszteletére megjelent Ifjúság – Egészség – Sport címmel a Magyar Sporttudományi Füzetek sorozat legújabb kiadványa.

A XI. Sporttudományi Füzet a sportolás hatásának átfogó háttérvizsgálata, mely egy összetett, keresztmetszeti, több mint 3700 magyar, iskoláskorú gyermek és egyetemista részvételével zajlott vizsgálá-

gyermek- és serdülőkor egészségügyi állapotának felmérésére irányuló kutatási előzmények szemléltetésével kezdődik, majd bemutatja a vizsgálati személyeket és alkalmazott módszereket. Az Eredmények fejezetben áttekinthető módon, a tartalomjegyzék mentén haladva az összetett vizsgálat részletei olvashatók. Az alap testméréteken kívül az egészséggel és az életmóddal közvetlen módon

összefüggő eredmények láthatók az antropometriai vizsgálatoknál. A populációs méréseknél használható kvantitatív ultrahangos csontsűrűség mérés nyers adataiból származó életkoronként és nemenként történő összehasonlítása jelenik meg a szöveg mellett színes ábrák és táblázatok keresztül is a következő részben. Hasonló szisztéma jellemzi a kardiovaszkuláris állapotot jellemző szívfrekvencia, szisztolés és diasztolés vérnyomás értékek bemutatását. Az iskolai fittségi próbák sokszínűsége ellenére a különböző motoros képességeket jellemző pályatesztek tájékoztatnak az iskolás gyermekek fittségi állapotáról. Az eredményeket kiegészítik a gyermekek habituális fizikai aktivitási szokásait vizsgáló kérdőív elemzése, valamint az aktivitást objektív módon mérő akcelerométeres vizsgálatok. A fejezet tartalmazza a mindennapos testnevelés bevezetésének első hatásvizsgálatát is, mely életkori összehasonlításokat mutat be a hipoaktív életmód és a testzsírszázalék között.

Külön kiemelendő a kérdőíves felmérés eredményeit bemutató rész, egyrészt a könyvbeni terjedelme, másrészt a sokrétű, összetett szocio-ökonómiai tartalma miatt is. Az eredmények megértését továbbra is nagyon jól szemléltető, színes ábrák segítik. A kérdőíves adatgyűjtés elemzése a családi háttér és életkörülményektől kezdve, a sportolási és szabadidő eltöltési szokásokon át, a káros szenvedélyeket is feltérképező táplálkozási résszel zárul. További egységként jelenik meg a Sport és egészség témakörében végzett kutatási eredmények bemutatása. Az összefüggések megértését segítik a sportolással, a humánbiológiai, fiziológiai mutatókkal, az egészségképpel és a közérzettel kapcsolatos korreláció mintázatok, valamint a faktor-

analízis eredményeit bemutató ábrák az alsós és felsős, középiskolás tanulók illetve az egyetemi hallgatók körében.

A könyv záró fejezete az interdiszciplináris vizsgálat eredményei alapján egy részletes megbeszélést követően, megállapításokat és ajánlásokat is tesz, elsősorban az iskoláskorúak körében mért túlsúly, csökkent fizikai aktivitás, emelkedett vérnyomás, és a nem változatos étkezési szokások tekintetében.

Trájer Emese

MAGYAR SPORTTUDOMÁNYI FÜZETEK – XI.

IFJÚSÁG – EGÉSZSÉG – SPORT

A sportolás hatásának átfogó háttérvizsgálata általános és középiskolások, illetve egyetemisták körében



latot mutat be. A legfrissebb eredményeket vonultatja fel a 7-18 éves gyermekek, illetve közel 300 egyetemi hallgató körében a testösszetétellel, az ultrahangos csontvizsgálattal, a kardiovaszkuláris mutatókkal, az iskolai motoros próbák eredményeivel, a habituális fizikai aktivitással, a táplálkozási szokásokkal, közérzettel és a szocio-ökonómiai helyzettel kapcsolatban.

A tudományos igényességgel szerkesztett, hazai és nemzetközi szakirodalommal ellátott könyv a