
KUTATÁS KÖZBEN

KOVÁCS KLÁRA

A sportolási szokások és a tanulmányi eredményesség egy határmenti régió hallgatóinak körében

Számos hazai kutatási eredmény bizonyította, hogy a sport egyre inkább kiszorul a magyarok, ezen belül a fiatalok életéből, s helyére olyan, főleg inaktív szórakozási, kikapcsolódási és szabadidő-eltöltési szokások és tevékenységek lépnek (pl. internetezés, tv-nézés), amelyek nem képesek kielégíteni az egyén fizikai szükségleteit. Az Eurobarometer adatai (2010) alapján a magyar lakosság 53 százaléka (!) soha nem sportol, rendszeresen mindössze kilenc százalék, hetente legalább egyszer pedig 23 százalék.¹

Ahhoz, hogy minél több hallgató élete szerves részévé váljon a rendszeres sport, fontosnak tartom annak vizsgálatát, hogy milyen hatással van ez életük különböző területeire. Ebben a tanulmányban azt vizsgálom meg, hogy hogyan befolyásolja tanulmányi eredményességüket. Feltételezem, hogy ezekre pozitív hatása van a sportnak. A sportolás mellett megvizsgálom a hallgatók szubjektív jóllétének (boldogságuk és életükkel való elégedettség szintje), az egészség önértékelésének és a rezilienciának (egyfajta ellenálló- és alkalmazkodóképesség a megváltozott körülményekhez) hatását az akadémiai eredményességre.²

A sportolás hatása a tanulmányi eredményességre

A tanulmányi eredményesség vizsgálata a szakirodalomban igencsak sokrétű: egyfelől oktatáspolitikai, oktatás- és nemzetgazdasági szempontból releváns kérdés (a nemzetgazdaság produktivitásának egyik mérőeszköze), másrészt oktatásszociológiai szempontból a társadalmi mobilitás jelzőszámaként fontos. A kutatások nagy részében a tanulmá-

¹ A tanulmány Kovács Klára (2014): A sportolás, mint támogató faktor a felsőoktatásban. A sportolási szokások hatásai magyarországi és romániai hallgatók körében c. doktori értekezésének részét képezi.

² „A kutatás az Európai Unió és Magyarország támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával a TÁMOP 4.2.4.A/2-11-1-2012-0001 azonosító számú „Nemzeti Kiválóság Program – Hazai hallgatói, illetve kutatói személyi támogatást biztosító rendszer kidolgozása és működtetése országos program” című kiemelt projekt keretei között valósult meg.”

► *Educatio* 2015/2. Kovács Klára: *A sportolási szokások és a tanulmányi eredményesség egy határmenti régió hallgatóinak körében*, 130–138. pp.

nyí eredményességet, bizonyos képességeket, készségeket és tudást mérő sztenderdizált teszteken elért pontszámokkal mérik, azonban az eredményesség komplex, sokdimenziós voltát hangsúlyozó kutatók ezt túl szűk értelmezésnek tekintik, s beemelnek olyan eredményességi mutatókat is, mint a továbbtanulási hajlandóság, lemorzsolódással, iskolalátogatással és tanulmányi munkával kapcsolatos attitűdök. A partiumi hallgatók eredményességét vizsgáló korábbi kutatásokban *Pusztai* (2004; 2009) a következő mutatókat használta: tanulmányi többletmunka (például nyelvvizsga, tanulmányi versenyek, TDK, publikációk), a tervezett felsőoktatási tanulmányok időtartama, az iskolai tanulmányok fontosságának tudata, bejutás a felsőoktatásba, továbbtanulási és önképzési hajlandóság (mestereképzésbe és ezután), munkába állással kapcsolatos álláspontok, munkakép, a hallgató saját önképzéséhez való produktív hozzájárulás, morális ítéletalkotó képesség, tanulmányi átlag, az oktatótól kapott elismerés percepciója.

A hazai szakirodalomban alig találunk példát a sportolás és az akadémiai eredményesség közötti kapcsolat vizsgálatára, miközben a nemzetközi, elsősorban angolszász nevelésszociológiai irodalomban nagyon elterjedt ennek az összefüggésnek a vizsgálata. Az összefüggéseket kétféleképpen közelíthetjük meg: milyen tényezők hatására kezd el valaki sportolni (tehát maga a sporttevékenység egy eredményességi mutató), másrészt milyen hatása van a sportnak az akadémiai eredményességre (Eitle & Eitle 2002). Ebben az írásban én is ez utóbbit fogom vizsgálni.

Az eredmények nem konzisztensek a sportolás és az eredményesség közötti kapcsolat tekintetében (főként a középiskola felső tagozatán és a felsőoktatásban tanulók esetében): egyes vizsgálatok a sport pozitív (*Hartmann*, 2008; *Field*, *Diego & Sanders*, 2001; *Castelli*, *Hillman*, *Buck & Erwin*, 2007), mások pedig a negatív (*Purdy*, *Eitzen & Hufnagel*, 1982; *Maloney & McCormick*, 1993) hatására hívják fel a figyelmet, míg vannak olyan kutatások, amelyek nem találtak összefüggést e két változó között (*Fisher*, *Juszczak* és *Friedman*, 1996; *Melnick*, *Sabo* és *Vanfossen*, 1992).

A sportolás, rendszeres fizikai aktivitás pozitív hatása leginkább a személyiségre gyakorolt hatásban érhető tetten. A fejlődésmodell elmélet szerint a sport fejleszti a személyiséget azáltal, hogy megtanít a kemény munka tiszteletére, a kitartásra, fejleszt számos képességet, növeli az önbizalmat, fejleszti a szociális kompetenciákat, kialakít pozitív szokásokat, értékeket, normákat, növeli az iskolai részvételt, s segíti a tanulók jobb teljesítményét az élet más területén is, hozzájárulva ezzel tanulmányi eredményességükhöz is (*Brohm*, 2002; *Miller*, *Melnick*, *Barnes*, *Farrell & Sabo*, 2007; *Singh* é. n.).

Azok a kutatási eredmények, melyekben a szerzők nem találtak szignifikáns összefüggést a sportolás és az akadémiai eredményesség között (Eitle & Eitle, 2002; *Fisher & mtsai*, 1996; *Melnick & mtsai*, 1992) megerősítik *Coleman* társadalmi tőke elméletét (1961). *Coleman* szerint az olyan extrakurrikuláris tevékenységek, mint a sport hozzájárulnak a sportoló fiatalok elfogadásához, s szerepeik, tekintélyük megerősítéséhez társaik körében, illetve a sport népszerűségének köszönhetően szorosabb kapcsolatba kerülnek tanáraikkal, szüleikkel. Így növekszik társadalmi tőkéjük, s ez pozitívan hat tanulmányi eredményességükre is. Ez egy ún. zéró összegű helyzetet teremt. Ugyanis a sport energiákat vesz el a tanulástól, ráadásul az iskolák is fontos szerepet tulajdonítanak sportolók teljesítményének, hiszen ez az ő sikerük is, ezért a sportolás, a sporteredmények hangsúlyozásával ők is hozzájárulnak a tanulmányi eredmények romlásához (Eitle & Eitle, 2002; *Miller & mtsai*, 2007). Ezt bizonyítja *Hauser & Lueptow* (1978) kutatása is.

A sportolás negatív vagy semleges hatásának további oka a társadalmi háttértényezők befolyásoló ereje az eredményességi mutatókra. Ehhez kapcsolódóan a kutatási eredmények azt bizonyítják, hogy a tehetséges, de hátrányos helyzetű sportolók (például az afroamerikaiak), akik talán épp kiemelkedő sporttevékenységüknek köszönhetően, sportösztöndíjjal tanulnak és sportolnak az adott egyetemen/főiskolán, hátrányos helyzetükből kifolyólag rosszabbul teljesítenek a tanulmányaik során (sokszor már a középiskolában is) (Eitle & Eitle, 2002; Eitzen & Purdy, 1986; Melnick & Mtsai, 1992; Maloney & McCormick, 1993; Sellers, 1992; Upthegrove, Roscigno & Zubrinsky, 1999).

A sport, a jóllét és az eredményesség összekapcsolódása

A sportolás és a tanulmányi eredményesség összefüggéseit vizsgáló kutatások eltérő eredményei mögött meghúzódó okok bemutatásában a szerzők javasolják a különböző közvetítő mechanizmusok beemelését az elemzésekbe. Ezek alapján én is vizsgálom a szubjektív jóllét, a reziliencia és az egészség önértékelésének hatását. A sport, a szubjektív jóllét és az eredményesség közötti összefüggések két szempontból vizsgálhatók: egyes munkák abból a feltételezésből indulnak ki, hogy a sportnak pozitív hatása van a szubjektív jóllétre, illetve ennek egyes dimenzióira (pszichológiai, fizikai, szociális), s ennek következményei a jobb tanulmányi eredmények. A másik megközelítés szerint a jobb tanulmányi eredmények, az iskolában, a tanulmányok során tapasztalt sikerek növelhetik a szubjektív jóllét (boldogság, étellel való elégedettség), s az ehhez kapcsolódó egyéb tényezők, mint például az önbizalom, az egészség önértékelésének szintjét (Mechanic & Hansell, 1987; Ye, Mei, & Liu, 2012).

Kutatási kérdések és módszerek

A fejlődési modell elmélet alapján azt feltétezem, hogy a sportolók, s leginkább a szabadidejükben sportoló egyetemisták olyan készségekre, képességekre, pozitív tulajdonságokra tesznek szert a sport révén, melyek hozzájárulnak eredményességükhöz társadalmi háttérüktől függően. Coleman elmélete alapján azt feltétezem, hogy a versenysportolók esetében negatív hatása van a sportolásnak a tanulmányi eredményességre. Noha a kérdések egy részére a különböző társadalmi szinteken már születtek válaszok (igaz, egymásnak ellentétes eredmények is), de hangsúlyozni kell, hogy jelen tanulmány egy speciális társadalmi csoportban, egyetemisták körében fogja feltárni ezeket az összefüggéseket.

Az elemzéshez a HERD kutatás kérdőíves felméréséből származó adatbázist használtam fel. A felmérésre 2012 tavaszán került sor, a kérdőíveket kérdezőbiztosok segítségével 2728 fő töltötte ki a partiumi régió felsőoktatási intézményeiben. Az elemzésbe nem került be a kárpátaljai minta kis elemszáma miatt, így a végső elemszám 2619 fő. A minta karonkénti reprezentativitását súlyozással biztosítottuk.

Az eredményesség és sportolási szokások kapcsolatának vizsgálatakor Pusztai (2004) munkái alapján komplex eredménymutatót szerkesztettünk, melyben hat komponens és 11 dimenzió kapott teret. Minden komponens mögött összetett tartalmak rejtőznek, s

minden hallgató 0–12 pontot gyűjthetett össze. A komponensek nem azonos súllyal szerepelnek az összevont mutatóban, az összetett tartalom miatt belső súlyozás történt az előkészítés során.³

Eredmények

A sportolás gyakorisága, a sport fontossága faktorok és a versenysportolók változója (1 – versenysportoló sportegyesületben, 0 – nem versenysportoló sportklubban) mentén klasztereket hoztam létre.⁴ A klaszteranalízis során négy csoport különült el: az első csoportba kerültek a *versenysportolók*, a másodikba a *nem sportolók*, a harmadikba a leginkább fizikai és mentális egészség-megőrzésért mozgó *szabadidő sportolók*, a negyedikbe pedig közösségi, társaságért mozgó *alkalmi sportolók*.

Az sportolási szokások mentén kialakított csoportok tagjai közötti különbségeket a tanulmányi eredményesség egyes dimenzióiban variancia-elemzéssel vizsgáltam meg. A félbehagyott tanulmányok száma, a kari átlaghoz viszonyított vizsgahatékonyság és a napi órákra készülés változók kivételével minden más komponensben, s az összeredményesség mutatóban is szignifikáns különbségeket találtam az egyes csoportok hallgatói között. Két komponens kivételével a verseny- és szabadidő sportolók érték el a legmagasabb pontszámokat, ami azt bizonyítja, hogy a sportolás rendszeres formája hozzájárul a hallgatók tanulmányi eredményességéhez, ezzel alátámasztva a fejlődési modell elméletet. A versenysportolók vesznek részt a leginkább extrakurrikuláris tevékenységekben, ami jól mutatja kiváló szervezőképességüket, hiszen a sportolás és a tanulás mellett még van energiájuk és idejük más, tanulmányokhoz kapcsolódó tevékenységekre is. A versenysportolók tekinthetők összességben is a legeredményesebbeknek, hiszen ők érték el a komplex eredményességi mutatóban a legmagasabb pontszámot, akárcsak az egyik legfontosabb mutató, a továbbtanulási hajlandóság is a leginkább rájuk jellemző. Ez alátámasztja *Pikó és Keresztes* (2007) eredményeit, mely szerint a sportoló fiatalokra inkább jellemző az, hogy jövőorientáltabbak. Azt, hogy a versenysportolók tisztábban és céltudatosabban tekintenek jövőjükbe, az is alátámasztja, hogy elkötelezettebbek a munka iránt. Ez a sportolás, mint tevékenység jelleméből is fakadhat, s szintén megerősíti a fejlődésmodell elméletet, hiszen a sport megtanít a kemény munkára, s arra, hogy végezzük el a ránk bízott feladatokat. Így feltételezésem nem igazolódott: a versenysportolók számos változó mentén eredményesebbek nem sportoló, alkalmi sportoló, sőt szabadidő sportoló társaiknál.

Azonban a versenysportolók esetében részben igazolódott *Coleman* (1961) társadalmi tőke elmélete a sportoló fiatalokra vonatkozóan, mely szerint a sportolás és az eredményesség összefüggései esetükben egy zéró-összegű egyenlethez vezet: bár a sportolás révén számos képességet, készséget és társadalmi tőkét sajátítanak el, de az edzésekre, versenyekre fordított idő elveszi az energiákat a tanulástól, ezért nem biztos, hogy eredményesebbek lesznek a sportoló középiskolások. A versenysportoló egyetemisták esetében azt láthatjuk, hogy valószínűleg az edzések, versenyek miatti kötelezettségek okán legkevesebbet készülnek az órákra (bár nem szignifikáns különbség), s inkább elfogadják az úgynevezett „könnyebb utat” a követelmények teljesítéséhez, azaz a normaszegő viselkedést a tanulmányok

³ A komplex eredményességi mutatót Prof. Pusztai Gabriellával készítettük el, s a XIII. Országos Neveléstudományi Konferencia általa vezetett szimpóziumban szereplő előadók ezt használták fel előadásuk elkészítéséhez.

⁴ Köszönettel tartozom Marián Bélának, akitől segítséget kaptam a klaszteranalízisben.

során (puskázást, lesést, vagy egyéb csalást). Ez azért is meglepő, mert a fair play jelensége épp a sport világából ered, s elvárható lenne a sportolóktól, hogy ha sportolás közben tisztességesen játszanak, nem csalnak, akkor ezt az élet más területén is követendő magatartásformának tartják. Ennek ellenére ennek ellenkezőjét tapasztalhatjuk versenysportolóinknál.

A szabadidő sportolók egy dimenzió mentén sem értek el legrosszabb eredményt, viszont ők tartják a leginkább értelmesnek a tanulmányokat és tartják be az akadémiai normákat, náluk a legmagasabb a tanulás és az órákra készülés intenzitása (bár ez utóbbi nem szignifikáns). Így egyértelműen igazolódott szabadidő sportolóink esetében a fejlődési modell elméletének érvényessége. Eredményeim, mely szerint a sportolásnak pozitív hatása a tanulmányi eredményességre, összhangban állnak *Hartman* (2008), *Field & mtsai* (2001), *Castelli & mtsai* (2007), *Brohm* (2002), *Miller & mtsai* (2007) korábbi kutatási eredményeivel.

Meg kell említeni az alkalmi sportolók kiemelkedő eredményét az óralátogatás gyakorisága és a tanulmányi önbizalom tekintetében. Lehetséges, hogy épp az óralátogatással töltött nagyobb időmennyiség miatt nem tudnak elegendő időt szakítani a rendszeres testedzésre. Az, hogy nagyobb arányban vesznek részt az előadásokon, szemináriumokon hozzájárul ahhoz, hogy nagyobb fokú önbizalommal rendelkeznek a tanulmányi feladatok elvégzésére vonatkozóan.

A nem sportoló hallgatók egyértelműen eredménytelenebbek sportoló társaiknál. A szignifikáns különbséget mutató változók közül a tanulmányi normákhoz való hozzáálláson kívül minden másban ők érték el a legrosszabb eredményeket, s összességében is, a komplex eredményességi mutatóban is náluk látható a legalacsonyabb pontszám. Különösen alacsony pontszámot értek el a munkavégzési affinitás tekintetében, de rájuk jellemző a legkevésbé, hogy szeretnének továbbtanulni, hogy értelmesnek látják tanulmányaikat és az, hogy a foglalkoznak extrakurrikuláris tevékenységekkel.

De vajon a fenti összefüggések akkor is megmaradnak, ha más társadalmi tényezők hatását is megvizsgáljuk a komplex eredményességi mutatóra? A szubjektív jóllét, a reziliencia, az egészség percepciója és a legfontosabb társadalmi háttérváltozók beemelésével is megmarad az összefüggés a sportolási szokások és az akadémiai eredményesség között? S ha igen, akkor is pozitív lesz ez a hatás? E kérdések megválaszolásához többlépcsős lineáris regressziót végeztem.⁵ A regressziós együtthatókat az alábbi, 1. táblázat tartalmazza.

1. táblázat: A sportolási szokások, a reziliencia, az egészség önértékelése, a szubjektív jóllét és a társadalmi háttérváltozók hatása a tanulmányi eredményességre (Béta regressziós együtthatók).

	Béta 1. modell	Béta 2. modell	Béta 3. modell
Versenysportolók	,114*	,065*	,072*
Szabadidő sportolók	,156*	,113*	,103*
Alkalmi sportolók	,045	,019	,023
Reziliencia		,253*	,266*
Egészség önértékelése		,034	,033
Szubjektív jóllét		-,066*	-,080*
Nem (0 - nő, 1 - férfi)			-,077*

⁵ Referenciacsoport: nem sportolók

Ország (Magyarország 0 – nem, 1 – igen)			,010
A szülők iskolai végzettsége			,071*
Subjektív anyagi helyzet			-,037
Objektív anyagi helyzet			,044

* $p \leq 0,05$

Forrás: HERD 2012

A regressziós modell eredményei azt mutatják, hogy a fent felsorolt változók bevonása mellett is megmarad a verseny- és szabadidő sport pozitív hatása az akadémiai eredményességre, de az alkalmi sportnak viszont már nincs szignifikáns hatása, tehát a sportolás első két formája bír csak befolyásoló erővel. Ez a pozitív hatás bár a szubjektív jóllét, reziliencia és az egészség önértékelése változók bevonásával csökkent, de a társadalmi háttérváltozók beemelésével is megmaradt, a versenysporté pedig újra növekedett. A szabadidősportnak, a reziliencia után, van a legnagyobb hatása az utolsó regressziós modellben, tehát ismét bebizonyosodott a szabadidő sport kiemelten fontos pozitív befolyásoló ereje.

A rezilienciának van a legerősebb, pozitív hatása a tanulmányi eredményességre. Ami azt mutatja, hogy minél magasabb ennek szintje, minél inkább úgy érzik a hallgatók, hogy ellenállóak és képesek megküzdeni a mindennapi stresszel, gondokkal, annál inkább lesznek eredményesek tanulmányaikat tekintve. A reziliencia egyfajta magasabb önbizalomszintet és magabiztosságot jelent, így eredményeim alátámasztják *Ayyash - Abdo & Sanchez - Ruiz* (2012) és *Tremblay & mtsai* (2000) korábbi eredményeit, mely szerint a hatékony stresszkezelési módszerek, az önbizalom és az egészség hozzájárul a tanulmányi eredményességhez, a sportolás pedig ezekhez.

Ugyanakkor ezekkel és *Quinn & Duckworth* (2007) értékeivel ellentétes az a meglepő eredmény, hogy a szubjektív jóllét csökkenti az eredményességet: minél boldogabbak és elégedettebbek életükkel a hallgatók, annál kevésbé eredményesek. Ha a sportolás tényezőjét is bevonjuk, akkor közvetett, ámde ellentétes hatást kapunk: a sportoló hallgatók szubjektív jóllétének szintje magasabb nem sportoló társaikénál (tehát itt pozitív hatást láthatunk) (*Kovács*, 2013), de a szubjektív jóllét negatív hatással van az akadémiai eredményességre. Így a szubjektív jólléten keresztül a sportolás csökkentheti az eredményességet, de mivel a verseny- és szabadidő sport közvetlenül is befolyásolja ezt, ezért pozitív hatása erőteljesebb.

Sem a gazdasági tőkének, sem az országnak nincs befolyásoló ereje a hallgatók tanulmányi eredményességére, a társadalmi háttérváltozók közül a nemnek és a szülők iskolai végzettségének van hatása. A férfiak szignifikánsan rosszabbul teljesítenek a nőkhöz viszonyítva, ami összhangban van *Fényes* (2010), *Fényes & Pusztai* (2006) korábbi, a régióban készült kutatási eredményeivel. A szülők iskolai végzettségének növekedésével a partiumi hallgatók jobban teljesítenek és összességében eredményesebbek.

Összegzés

Kutatásom során arra kerestem a választ, hogy milyen hatással vannak a sportolási szokások (verseny-, szabadidő és alkalmi sport) a hallgatók eredményességére. Két eredményességi komponens kivételével a verseny- és szabadidő sportolók érték el a legmagasabb pontszámokat, ami azt bizonyítja, hogy a sportolás rendszeres formája hozzájárul a hall-

gatók tanulmányi eredményességéhez, ezzel alátámasztva a fejlődésmodell elméletet. A komplex eredményességi mutatóra gyakorolt társadalmi tényezők közül a rezilienciának van a legnagyobb hatása, s témánk szempontjából igencsak fontos, hogy ezután a szabadidősport befolyásoló ereje a legmagasabb, szintén pozitív hatása van a versenysportnak a hagyományos társadalmi háttérváltozóknak kontrollálása mellett. Meglepő eredmény, hogy a szubjektív jóllétnek negatív hatása van az akadémiai eredményességre.

IRODALOM

- AYYASH-ABDO, H. és SÁNCHEZ-RUIZ, M. J. (2012): Subjective well-being and its relationship with academic achievement and multilinguality among Lebanese university students. *International Journal of Psychology*, vol. 3. pp. 192—202.
- BROHM, B. A. (2002): Linking Extracurricular Programming to Academic Achievement: Who Benefits and Why? *Sociology of Education*, No.1. pp. 69—95.
- CASSELLI, D. M., HILLMAN, Ch. H., BUCK, S. M. & ERWIN, H. E. (2007): Physical Fitness and Academic Achievement in Third- and Fifth-Grade Students. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, No. 29. pp. 239—252.
- COLEMAN, J. S. (1961): *The Adolescent Society*. The Free Press, New York
- EITLE, MN. T. & EITLE, D. J. (2002): Race, Cultural Capital, and the Educational Effects of Participation in Sports. *Sociology of Education*, No. 2. pp. 123—146.
- EITZEN, S. D. & PURDY, D. A. (1986): The Academic Preparation and Achievement of Black and White Collegiate Athletes. *Journal of Sport & Social Issues*, No.10. pp. 15—29.
- FÉNYES, H. (2010): *A nemi sajátosságok különbségének vizsgálata az oktatásban. A nők hátrányainak felszámolódása?* Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen.
- FÉNYES, H. & PUSZTAI, G. (2006): Férfiak hátránya a felsőoktatásban egy regionális minta tükrében. *Szociológiai Szemle*, No.1.pp. 40—59.
- FIELD, T., DIEGO, M. & SANDERS, C. E. (2001): Exercise is positively related to adolescents' relationships and academics. *Adolescence*, No,36. pp. 105—110.
- FISCHER, M., JUSZCZAK, L. & FRIEDMAN, S. B. (1996): Sports participation in an urban high school: academic and psychologic correlates. *Journal of Adolescence Health*, No.5. pp. 329—34.
- HARTMANN, D. (2008): *High School Sports Participation and Educational Attainment: Recognizing, Assessing, and Utilizing the Relationship*. Report to the LA84 Foundation. LA84 Foundation. Forrás: <http://www.la84foundation.org/9arr/ResearchReports/HighSchoolSportsParticipation.pdf>. Utolsó látogatás: 2013. 05. 13.
- HAUSER, W. & LUEPTOW, L. (1978). Participation in athletics and academic achievement: a replication and extension. *The Sociological Quarterly*, No.19. pp. 304—309.
- KOVÁCS, K. (2013): Boldogító mozgás? A sportolás hatása a partiumi hallgatók szubjektív jóllétére, rezilienciájára és egészségének önértékelésére. *Kapocs* No.2. pp.2-13.
- MALONEY, M. T. & McCORMICK, R. E. (1993): An Examination of the Role That Intercollegiate Athletic Participation Plays in Academic Achievement: Athletes' Feats in the Classroom. *The Journal of Human Resources*, No.3.pp. 555—570.
- MELNICK, M. J., SABO, D. F. & VANFOSSEN, B. (1992): Educational effects of interscholastic athletic participation on African-American and Hispanic youth. *Adolescence*, No.27.pp. 295—308.
- MECHANIC, D. & HANSELL, S. (1987): Adolescent Competence, Psychological Well-Being, and Self-Assessed Physical Health. *Journal of Health and Social Behavior*, No.4. pp. 364—374.
- MILLER, K. E., MELNICK, M. J., BARNES, G. M., FARRELL, M. P. &

- SABO, D. (2007): Untangling the Links among Athletic Involvement, Gender, Race, and Adolescent Academic Outcomes. *Social Sport Journal*, No.2. pp. 178–193.
- PIKÓ, B. & KERESZTES, N. (2007). *Sport, lélek, egészség*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- PURDY, D. A., EITZEN, S. D. & HUFNAGEL, R. (1982): Are Athletes also Students? The Educational Attainment of College Athletes. *Social Problems*, No.4. pp. 439—448.
- PUSZTAI, G. (2004): *Iskola és közösség felekezeti középiskolások az ezredfordulón*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- PUSZTAI, G. (2009): *A társadalmi tőke és az iskola*. Új Mandátum Kiadó, Budapest.
- QUINN, P. D. & DUCKWORTH, A. L. (2007): *Happiness and Academic Achievement: Evidence for Reciprocal Causality*. Forrás: <http://www.sas.upenn.edu/~duckwort/images/Microsoft%20Word%20-%20Poster%20Text.060807.pdf>. Utolsó látogatás: 2013. 05. 12.
- SELLERS, R. M. (1992): Articles Racial Differences in the Predictors for Academic Achievement of Student-Athletes in Division I Revenue Producing Sports. *Sociology of Sport Journal*, No.1.pp. 48—59.
- TREMBLAY, M. S., INMAN, W. J. & WILLMS, D. J. (2000): The Relationship Between Physical Activity, Self-Esteem, and Academic Achievement in 12-Year-Old Children. *Pediatric Exercise Science*, No.12. pp. 312—323.
- UPTHEGROVE, T. R., ROSCIGNO, V. J. & ZUBRINSKY, C. C. (1999): Big Money Collegiate Sports: Racial Concentration, Contradictory Pressures, and Academic Performance. *Social Science Quarterly*, No.4.pp. 718—737.
- YE, Y., MEI, W. & LIU, Y. (2012): Effect of Academic Comparisons on the Subjective Well-Being of Chinese Secondary School Students. *Social Behavior and Personality*, No.8. pp. 1233—1238.

Dokumentumok:

- European Commission (2010): *Special Eurobarometer 344: Sport and Physical Activity*. Forrás: http://ec.europa.eu/sport/library/documents/d/ebs_334_en.pdf. Utolsó látogatás: 2013. 04. 03.

1. számú melléklet

Melléklet: Az eredményességi komponensek és az összeredményességi mutató átlagai a sportolási szokások mentén kialakított hallgatói csoportokban (N=2619).

	Versenysportolók	Nem sportolók	Rendszeres szabadidő sportolók	Alkalmi/társak kedvéért sportolók
Félbehagyott tanulmányok száma (0-10)	0,09	0,07	0,09	0,05
Értelmesek a tanulmányok (0-4)*	3,39	3,17	3,45	3,4
Képes elvégezni a tanulmányi feladatokat (0-5)*	3,8	3,5	3,85	3,9
A tanulmányi tevékenységek és az extrakurrikuláris munka iránti elkötelezettség (0-13)*	3,2	2,68	3,12	3,12
A tanulás intenzitása a kari átlagokhoz viszonyítva (0-1)*	0,46	0,41	0,48	0,46
Az órák látogatása a kari átlagokhoz viszonyítva (0-1)*	0,37	0,33	0,34	0,43
Vizsgahatékonyság a kari átlagokhoz viszonyítva (0-1)	0,46	0,39	0,4	0,42
Az órákra készülés intenzitása naponta a kari átlagokhoz viszonyítva (0-1)	0,35	0,38	0,39	0,38
Az akadémiai normákhoz közelítő hallgatói munkavégzés (-53-4)*	-17,25	-14,07	-13,07	-17,13
A munkavégzés iránti affinitás (0-8)*	2,69	1,84	2,22	2,15
Továbbtanulási hajlandóság (0-3)*	1,16	0,92	1,11	1,13
Komplex eredményesség mutató (0-12)*	5,46	4,78	5,45	5,38

* $p \leq 0,05$

Forrás: HERD 2012