

BUTOR BARBARA

## EGYETEMI HALLGATÓK SPORTOLÁSI ÉS INFORMÁCIÓSZERZÉSI SZOKÁSAI 2010–2023 KÖZÖTT

### SPORTING AND INFORMATION-GATHERING HABITS OF UNIVERSITY STUDENTS BETWEEN 2010 AND 2023

*Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, Neveléstudományi Doktori Iskola, Eger*

#### Absztrakt

Napjainkban előtérbe kerültek az egyetemi hallgatók életmódjával, egészségtudatosságával, sportolási szokásaival foglalkozó tanulmányok. Kutatásunk célja bemutatni az egyetemi hallgatók sportolási, internethasználati és információszerzési szokásaiban 2010 és 2023 között történt változásokat. Kutatásunkban a Szent István Egyetem (majd MATE) gödöllői campusának elsőéves hallgatói vettek részt 2010-ben ( $n = 200$ ), majd 2023-ban ( $n = 198$ ). A mintát alkotó fiatal felnőttek papíralapú kérdőívet töltöttek ki. Az adatelemzéshez a két adatfelvétel közötti különbséget Mann-Whitney U-próbával mutatjuk be. Az eredményekből kiderült, hogy a hallgatók naponta több órát használják az internetet, információik nagy részét is innen szerzik. 2023-ra a 2010-es vizsgálatához képest nőtt a sportoló hallgatók száma, 2023-ban a hallgatók 74,9%-a sportol, ugyanakkor a rendszeresen szabadidős sporttevékenységet végző hallgatók száma csökkent ( $p < 0,05$ ). A 2023-as mérés szerint magasabb a napi 2 óránál többet internetezők száma, viszont mindkét adatfelvételnél a tanulás és a keresés-böngészés volt a legnépszerűbb internetalapú tevékenység. Míg 2010-ben a hallgatók 66,5%-a az internetről tájékozódott a sportolási lehetőségekről, 2023-ban ez már 87,8% ( $p < 0,05$ ). Eredményeink alapján fontosnak tartanák, hogy az egyetem honlapján megjelenjenek a sportolásra vonatkozó információk.

**Kulcsszavak:** *egyetemi hallgatók, sportolási szokások, internethasználat, információszerzés*

## Abstract

In recent times, studies focusing on university students lifestyles, health awareness, and sports habits have come to the forefront. The aim of our research is to present the changes in university students' habits related to sports, internet usage, and information acquisition between 2010 and 2023. First-year students of Szent István University (later MATE) at the Gödöllő campus participated in our research in 2010 (n=200) and again in 2023 (n=198). The young adults in the sample completed a paper-based questionnaire. To analyze the data, we used the Mann-Whitney U test to examine the differences between the two data collections.

The results revealed that students spend several hours daily on the internet, acquiring most of their information from it. Compared to the 2010 survey, the number of students participating in sports increased by 2023, with 74.9% of students engaging in sports activities. However, the number of students participating in regular recreational sports decreased ( $p < 0.05$ ). According to the 2023 measurement, the number of those spending more than 2 hours online daily increased. Nonetheless, in both surveys, studying and searching/browsing were the most popular internet-based activities. While in 2010, 66.5% of students sought information about sports opportunities online, this figure rose to 87.8% in 2023 ( $p < 0.05$ ). Based on our findings, it is considered important to include information related to sports on the university's website.

**Key-words:** *university students, sports habits, internet usage, information acquisition*

## Bevezetés

Az infokommunikációs eszközök robbanásszerű fejlődése és elterjedése az élet számos területére hatást gyakorolt. Megváltoztatta a kommunikációt, az információszerzési, szabadidő-eltöltési szokásokat, valamint az oktatás területét is kihívások elé állította (Pankász, 2016; Varga, 2018).

A mai egyetemisták, a Z generáció tagjai már kétségkívül az internetgeneráció (Guld, 2022). Ők már digitális bennszülöttek, korán találkoznak a számítógéppel, majd a köznevelésben, felsőoktatásban rendszeresen használják az internetet (Stohl, 2021). Kutatásokból kiderül, hogy ez a generáció több órát használja naponta az infokommunikációs eszközöket. Az internet segítségével kommunikálnak, társalognak barátaikkal, és információik nagy részét is innen szerzik (Pankász, 2016; Varga, 2018). A gyors információszerzést és a felhasználóbarát oldalakat preferálják (Selwyn, 2007; Stohl, 2021). A mai egyetemisták

élete már elképzelhetetlen okostelefon, iPod, táblagép nélkül, amelyeken keresztül az internet segítségével lehetőségük nyílik a folyamatos online jelenlétre, információszerzésre és -megosztásra (Selwyn, 2007; Székely-Szabó, 2016).

Az infokommunikációs forradalom a fiatalok szabadidő-eltöltési szokásait is átalakította. Az internetezés kiszorította a többi szabadidős tevékenységet, így a sportolást is (Sipos, Varga, Egervári, 2015). Több tanulmány azt mutatta be, hogy a korral egyre kevesebben sportolnak, holott egyre többet tudnak a jótékony hatásairól (Kith és mtsai., 2014; Kosztin-Balaton, 2021). Az egyetemi hallgatóknak 2008-ban 38%-a sportolt, 2012-re 35%-ra esett vissza ez a szám. 2016-ra 36% volt, vagyis a csökkenés megállt (Székely, Szabó, 2016). 2019-ben Vida vizsgálata 21%-os sportolói eredményt mutatott (Vida, 2019). Más tanulmányok ugyanebben az évben 60%-os sportolási arányt kaptak (Pfau, 2017, Kosztin-Balaton, 2021). Több kutatásból (Földesiné-Gál-Dóczy, 2008; Mikulán-Keresztes-Pikó, 2010) is kiderül tehát, hogy a 18–25 éves korosztály fizikai aktivitása a korábbi évekhez viszonyítva jelentősen csökken, rendszeres testedzés iránti igénye folyamatosan romlik. Vizsgálatok alapján elmondható, hogy az egyetemi hallgatók keveset mozognak, sportolnak, a sportolási hajlandóságuk és a sportolók száma is alacsony (Bárdos-Kraiciné Szokoly, 2018; Almásy-R. Fedor, 2021; Kosztin-Balaton, 2021). Általános és középiskolában még kötelező a testnevelés, ott rendszeresen mozognak a fiatalok, de egyetemre érve a diákok nagy része időhiányra, tanulásra, munkára hivatkozva abbahagyja a rendszeres sportolást (Kaj és mtsai., 2015). A fiatalok nagy része szinte csak a kötelező testnevelésórán végez fizikai aktivitást. Ez még ugyan nem elengedő az egészségük megőrzéséhez, de célja a mozgásformák megismertetése, megszerettetése a hallgatókkal, hogy a továbbiakban a szabadidejükben többször is sportoljanak (Kovács, 2015, 2016). Számos online sportolási lehetőség, applikáció is létezik, amelyekkel szintén sokan „sportolnak”.

Elmondható, hogy a mai fiataloknak bent kell maradni az információs körforgásban, ha lépést akarnak tartani a korral, és hozzá akarnak jutni a számukra fontos tartalmakhoz, így az egyetemük sportolási lehetőségeihez is (Tari, 2010, 2011). Megfelelő megszólításuk rendkívül fontos feladat az iskolák számára.

Az oktatásnak lépést kell tartania a változásokkal. Az egészségvédő aktív életmód kialakításának alapvető feltétele, hogy a társadalmi élet legfontosabb színterein, ahol a fiatalok az idejük jelentős részét töltik, mindenkinek lehetősége legyen az egyetem infrastruktúráját, sportolási lehetőségeit szervezett keretek között, megfelelő szakemberekkel rendszeresen használni. Az egyetemek felelőssége nagy, még utoljára itt van arra lehetőség, hogy a rendszeres fizikai aktivitás beépüljön a hallgatók életébe (Földesiné, 1994; Kovács, 2015), figyelembe véve a megváltozott hallgatói igényeket, elvárásokat, információszerzési szokásaikat. Az IKT-eszközök fejlődése, elterjedése lehetővé teszi, hogy segítségükkel az adott tantárgyat és a tantárgyról szükséges információkat megszerezzék, megismerjék a

hallgatók. A hazai szakirodalom áttanulmányozása után elmondható, hogy az egyetemi hallgatók egyetemi sportolására vonatkozó információszerzésre még nem került sor.

Mindezek alapján kutatásunk célja bemutatni, az egyetemi hallgatók sportolási, internethasználati és információszerzési szokásaiban 2010 és 2023 között történt változásokat.

## Anyag és módszerek

### *Mintavétel*

A kutatás mintájába a Szent István Egyetem (majd MATE) gödöllői campusának az egyetemi képzést megkezdő, elsőéves hallgatói kerültek 2010-ben ( $n = 200$ ), majd 2023-ban ( $n = 196$ ), akik számára kötelező volt a testnevelés.

|      | nem (fő) |     | kor (év, fő) |    |    |     | származás (fő) |      |     | iskola (fő) |           |       |
|------|----------|-----|--------------|----|----|-----|----------------|------|-----|-------------|-----------|-------|
| Év   | férfi    | nő  | 18           | 19 | 20 | 20+ | város          | falu | Bp. | gimnázium   | szakközép | egyéb |
| 2010 | 82       | 118 | 47           | 86 | 33 | 34  | 101            | 53   | 45  | 146         | 52        | 9     |
| 2023 | 122      | 74  | 6            | 60 | 63 | 71  | 98             | 67   | 23  | 129         | 47        | 20    |

1. táblázat: Demográfiai adatok

### *Adatfelvétel*

Az adatfeldolgozás során az írásbeli kikérdezés módszerét alkalmaztuk. A kérdőívet személyesen, anonim módon töltötték ki a hallgatók. 2023-ban ugyanazt a kérdőívet használtuk, mint a 2010-es adatfelvételnél.

A kérdőívben 25 zárt kérdést tettünk fel a hallgatóknak, melyek 3 csoportra oszthatók:

1. általános információk (4 kérdés, nem, életkor, származás, végzettség);
2. sporttal kapcsolatos információk (6 kérdés, rendszeresség, mikor, hol kezdte, sportágválasztást mi befolyásolta);
3. internettel, információszerzéssel kapcsolatos információk (15 kérdés, internethasználat ideje, helye, módja, tartalma).

### *Adatfeldolgozás*

Az adatfeldolgozás során IBM SPSS Statistics 29.0.2.0 programmal dolgoztunk, melynek során leíró statisztikát és különbözőségvizsgálatot használtunk. Az adatelemzéshez a két adatfelvétel közötti különbséget Mann-Whitney U-próbával mutatjuk be ( $p < 0,05$ ).

## Eredmények

2010-ben a sportoló hallgatók aránya 57,5%, a nem sportolóké 42,5% volt. 2023-ban erre a kérdésre 74,9% igen és 25,1% nem válasz érkezett ( $p < 0,001$ ). A legnépszerűbb sportágak 2010-ben és 2023-ban is a fiúknál a foci, a kondicionálás, a küzdősportok, lányoknál az aerobik, a tánc, a lovaglás, a röplabda voltak. A sportolást az egyetem alatt 2010-ben a hallgatók 7,9%-a kezdte, ez 2023-ban 20,7%-ra emelkedett ( $p < 0,0017$ ). A sportolás rendszerességében is történt változás a két megkérdezés között. A 2023-as eredményekből kiderül, hogy a heti egyszer sportolók száma emelkedett, míg a naponta sportolók száma csökkent ( $p < 0,05$ ).

|      | naponta | heti 2-3x | heti 1x | más  |
|------|---------|-----------|---------|------|
| 2010 | 20%     | 56,5%     | 19,1%   | 4,3% |
| 2023 | 14,4%   | 54,8%     | 28,1%   | 2,7% |

2. táblázat: Hányszor sportol hetente?

A kinek vagy minek a hatására kezdték el az adott sportágat kérdésünknel 2023-ra az iskola, testnevelő hatására válaszban történt enyhe javulás.

|      | barát | iskola, testnevelő | szülő | hirdetés |
|------|-------|--------------------|-------|----------|
| 2010 | 54,5% | 11,6%              | 27,7% | 6,3%     |
| 2023 | 48,6% | 19,7%              | 26,8% | 4,9%     |

3. táblázat: Minek, kinek a hatására kezdte a sportolást?

Következő kérdésünk arra vonatkozott, hogy milyen keretek közt sportolnak a hallgatók, 2010-ben 38,7% válaszolta, hogy egyesületben, 27,9%, hogy iskolai keretek között, 33,3%, hogy máshol sportol. 2023-ban 32,6% volt az egyesületben, 31,2% az iskolai keretek között, 36,2% a máshol sportolók aránya ( $p < 0,05$ ). Enyhe emelkedést az iskolai keretek között és a máshol válaszokban találtunk.

Már 2010-ben is mindenkinek volt laptopja és internet-hozzáférése, és naponta 85,9% használta ezeket. 39,4% 2 órát, 36,4% kevesebbet, 24,2% 2 óránál többet internetezett. 2023-ban is mindenkinek van laptopja (már okostelefon is) és internet-hozzáférése. Legtöbben otthon interneteznek. Naponta a hallgatók 81,1%-a használja. Napi 2 órát 35,4%, 2 óránál többet 55,9%, 2 óránál kevesebbet 8,7% internetezik. Jelentős emelkedést a 2 óránál többet internetezők számában tapasztaltunk. Mindkét mintavételnél a tanulás és a keresés-böngészés volt a legnépszerűbb, a játék és a munka kevésbé.

|      | keresés, böngészés | tanulás | munka | játék | Más  |
|------|--------------------|---------|-------|-------|------|
| 2010 | 84,4%              | 78,9%   | 16,5% | 22,5% | 5,5% |
| 2023 | 77,6%              | 90,3%   | 27,6% | 38,8% | 3,6% |

4. táblázat: Mire használja az internetet?

Az egyetem honlapját mindkét mintavételnél megnézte szinte mindenki, 2023-ban a hallgatók 84%-a. A legtöbben a tananyagot, majd a híreket, információkat és a szolgáltatásokat tekintették meg.

Egyetemi sportágválasztásukat 2010-ben 50,3%-nál az addigi sporttevékenység, 39,7%-nál a barátok, 7,9%-nál, hogy olvasott róla a honlapon, és 2,1%-nál, hogy nem kerül sokba befolyásolta. 2023-ban nem történt jelentős változás ebben a kérdésben. 2010-ben a hallgatók több mint fele, 66,5%-a az internetről tájékozódott a sportolási lehetőségekről, míg a reklám, szórólap alapján 26,4%, a helyi újságban 3,8%. 2023-ban viszont 87,8%-ra nőtt azok száma, akik az internetről tájékozódnak a különféle sportolási lehetőségekről ( $p < 0,05$ ).

Mindkét mintavételnél a tanulók 90%-a azt válaszolta, hogy fontosnak tartaná, hogy legyenek információk a sportolási lehetőségekről az egyetem honlapján, és igénybe vennék az ott kínált szolgáltatásokat, lehetőségeket.

## Megbeszélés

Kutatásunkban a Szent István Egyetem (majd MATE) gödöllői campusának elsőéves hallgatói vettek részt. Vizsgáltuk a sportolási, internetezési és információszerezési szokásaikban 2010 és 2023 között történt változásokat. Az eredményekből kiderült, hogy 2023-ra a 2010-es vizsgálathoz képest nőtt a sportoló hallgatók száma. A kapott eredmények megegyeznek azon hazai kutatások eredményeivel, amelyek szintén javulást tapasztaltak a hallgatók sportolási gyakoriságával kapcsolatban (Pfau, 2017, Kosztin–Balatoni, 2021). A sportolás rendszerességét vizsgálva is más felmérésekkel hasonló eredményt kaptunk, miszerint az egyetemi hallgatók többnyire szinte csak a kötelező testnevelésórán végeznek sporttevékenységet (Kovács, 2016). Az óráik, órarendjük, munka és egyéb elfoglaltságok miatt nem marad idejük a sportra.

Mindkét adatfelvételnél mindenkinek volt laptopja és internet-hozzáférése. Naponta 2 óránál többet töltenek az internetet böngészve. Vizsgálatunk eredményei alapján elmondható, hogy hallgatók legfőbb információforrása 2023-ban is az internet, innen szerzik be a számukra fontos információk nagy részét is. Eredményeink ebben a kérdésben is megegyeznek más szerzők tanulmányaival, miszerint a Z generáció naponta több órát

internetezik, és ez a legfőbb információforrása is (Pankász, 2016; Varga, 2018; Stohl, 2021). Ezen változás az okostelefonok elterjedésének köszönhető, mivel így egész nap online tudnak lenni a fiatalok. Az egyetem honlapjáról tájékozódnak a különféle tartalmakról, szolgáltatásokról, így a sportolási lehetőségekről is. A hallgatók 90%-a válaszolta, hogy fontosnak tartaná, hogy legyen az egyeteme honlapján naprakész információ a sportolási lehetőségekről, oktatókról, helyszínekről, eseményekről. Állításuk szerint igénybe vennék az ott kínált lehetőségeket.

Eredményeink alapján javasoljuk az egyetemeken a testnevelés kötelező jellegének megtartását és minél több (2,4) félévre emelését, valamint a testnevelés C tárgy lehetőségét felsőbb éves hallgatóknak. Valamint javasoljuk az egyetemi hallgatók fizikai aktivitásának javítása érdekében, hogy a testneveléssel, sportolással, szabadidős sportrendezvényekkel, eseményekkel, versenyekkel kapcsolatos információk azon a felületen és olyan módon legyenek feltüntetve, amelyet a hallgatók a legtöbbet használnak, és amelyre odafigyelnek. Ilyen például az egyetemek honlapja és a könnyen elérhető közösségi média színterei. 2015-ben megvizsgáltuk az egyetemek honlapját, de sajnos eredményink azt mutatták, hogy nehezen, több lépésben érhetőek el ezen információk, holott a Z generáció a gyors elérhetőséget, a letisztult honlapokat preferálja. Vannak egyetemek, melyek meg sem jelenítik a testnevelést, sportot. További kutatásban megvizsgáljuk, mennyit javultak a magyarországi egyetemek honlapjai a testnevelésre, sportolásra vonatkozó információk megjelenítésének tükrében. Valamint interjúk keretében megkérdezzük a MATE testnevelő tanárait, hogy véleményük szerint milyen változások történtek az egyetemen a Z generáció megjelenésével a testnevelésben, a hallgatók hozzáállásban, az elvárásaikban, a hallgatókkal való kommunikációban és az információk átadásában.

## **Felhasznált irodalom**

- Almási, Cs., & Fedor, R. (2021). A fizikai aktivitás és sporttevékenység hatása a tanulók egészségi állapotára és szubjektív egészségérzetére. *Életmód és Egészségszociológiai Interdiszciplináris Kutatások II. Jövőformáló Tudomány – Generációk Egymásért*, 5–21.
- Bárdos, Gy., & Kraiciné Szokoly, M. (2018). Egészség, életmód, egészségfejlesztés a felsőoktatás szemszögéből. *Neveléstudomány*, 2018 (2).  
<https://doi.org/10.21549/NTNY.22.2018.2.1>
- Földesiné Szabó, Gy., Gál, A., & Dóczi, T. (2008). Társadalmi riport a sportról 2008. Magyar Sporttudományi Társaság.
- Földesiné Szabó, Gy. szerk. (1994). *A magyar felsőoktatás testnevelése és sportja (1993-1994)*. Bp. Magyar Testnevelési Egyetem.

- Guld, Á. (2022). A Z generáció médiahasználata. Libri Könyvkiadó.
- Kaj M., Tékus É., Juhász I., StompK., & Wilhelm M. (2015). Changes in physical fitness of Hungarian college students in the last fifteen years, *Acta Biologica Hungarica*, 66, (3), 270–281.  
<https://doi.org/10.1556/018.66.2015.3.3>
- Kith, N., Csernoch, L., & Balatoni, I. (2014). Sport habits in North Eastern Hungary. *Journal of Health Sciences*, 4(13), 46–59.
- Kosztin, N., & Balatoni, I. (2021). Magyarországi egyetemek hallgatóinak sportolási szokásai: Áttekintő irodalmi elemzés. *Acta Medicinae et Sociológica*, 12(33).  
<https://doi.org/10.19055/ams.2021.11/30/6>
- Kovács K. (2015). A sportolás, mit támogató faktor a felsőoktatásban. CHERD, Debrecen.
- Kovács K. (2016). Szabadidő-eltöltés és sportolás a nyíregyházi fiatalok körében. *Acta MedSoc* 7, 123. <https://doi.org/10.19055/ams.2016.7/20-21/6>
- Mikulán, R., Keresztes, N., & Pikó, B. (2010). A sport, mint védőfaktor: fizikai aktivitás, egészség, káros szenvedélyek. In Pikó Bettina (szerk.), *Védőfaktorok nyomában: A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban*, 89–112. L'Harmattan.
- Pankász, B. (2016). Online oktatási környezet és IKT összehasonlító vizsgálata a felsőoktatásban. Doktori (PhD) értekezés. Pécs
- Pfau, C. (2017). A szabadidősport szervezési sajátosságai a felsőoktatásban (doktori értekezés). Debreceni Egyetem.
- Selwyn, N. (2007). The use of computer technology in university teaching and learning: A critical perspective. *Journal of Computer Assisted Learning*, 23(2), 83–94.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2729.2006.00204.x>
- Székely, L., & Szabó, A. (2016). Magyar Ifjúság Kutatás: Ezek a mai magyar fiatalok. Új Nemzedék Központ.
- Sipos A. M., Varga K., Egervári D. (2015). NET! Mindenekfelett? Kompetenciák a digitális univerzumban, Pécsi Tudományegyetem, Pécs. <https://doi.org/10.15170/KPVK.2015.00003>
- Stohl, R. (2021). „Így neveld a sárkányodat!": A Z generáció képzési és tanulási szokásairól. *Vezetés, felkészítés*, 2021(2), 116–127. <https://doi.org/10.35926/HSZ.2021.2.9>
- Tari, A. (2010). Y generáció. Jaffa Kiadó.
- Tari, A. (2011). Z generáció. Tercium Kiadó.
- Varga, A. (2018). IKT-eszköz-használati szokások vizsgálata testnevelés szakos hallgatók körében. *ACTA Universitatis, Sectio Sport*, Tom. XLV.
- Vida, J., & Fest, S. (2019). A főiskolai hallgatók életmódja és sporttal kapcsolatos szokásaik. *Különleges bánásmód*, 5(2), 19–27. <https://doi.org/10.18458/KB.2019.2.19>

Levelező szerző:

Butor Barbara

butorbarbi@gmail.com