Az edző pedagógiai és egészségfejlesztő funkciói: elméleti és szakirodalmi keretek

*Kónya Réka**

DOI: 10.21549/NTNY.54.2026.3.6

A hazai és a nemzetközi szakirodalom egyaránt jelzi, hogy az edző tevékenysége nem szűkíthető le a sportági technikai és taktikai tudás átadására. Munkája komplex pedagógiai és egészségfejlesztő funkciókat is magában foglal. Jelen tanulmány narratív szakirodalmi áttekintésre épül, amelyben a kulcsfogalmak (edzői szerepek, pedagógiai hatásmechanizmusok, jóllét, egészségmegőrzés) mentén rendezzük és értelmezzük az elérhető kutatási eredményeket. A tanulmány célja az edző szerepének neveléstudományi értelmezése. Miként működik egyszerre oktatóként, nevelőként, mentorként, facilitátorként és egészségfejlesztő szakemberként, valamint hogyan formálja a tanulási környezetet és a sportolói fejlődés feltételeit. Rámutatunk arra, hogy e szerepek nem egymást kizáró elemek, hanem dinamikusan kiegészítik egymást, és hatásuk megjelenik a sportolói tanulás minőségében, a motiváció fenntartásában, a pszichés jóllétben, a sérülésmegelőzéshez kapcsolódó attitűdökben, valamint a hosszú távú sportági és személyes fejlődésben. Mindez különösen hangsúlyos utánpótláskorban, amikor a teljesítménycélok és a személyiségfejlesztés egyidejű érvényesítése pedagógiai dilemmákat is felvet. Eredményeink hozzájárulhatnak ahhoz, hogy az edzőképzésben a pedagógiai, a kommunikációs és a prevenciós funkciók tudatosabb értelmezést, világosabb kompetenciacélokat és nagyobb szakmai hangsúlyt kapjanak.

Kulcsszavak: edző, pedagógiai szerep, neveléstudomány, prevenció, egészségfejlesztés, sportpedagógia

Bevezetés

A sport világa a nevelés egyik legerősebb, ugyanakkor gyakran alulértékelt színtere. Számos nemzetközi és hazai kutatás is rávilágított arra, hogy a sport mint nevelési színtér kiemelkedő lehetőségeket hordoz, viszont ezek a pedagógiai aspektusok gyakran háttérbe szorulnak az eredménycentrikus szemlélet mellett (Gombocz, 2008; Révész et al., 2013; Bognár, 2023). Az egész rendszer mozgatórugója az edző. Az edző szerepe azonban nem értelmezhető kizárólag a sportági teljesítmény és a technikai-taktikai tudás közvetítése felől, mivel tevékenysége a tanulási környezet alakítására, az értékközvetítésre, a sportolói motivációra és az egészségtudatos életmód támogatására is kiterjed. A témában elérhető szakirodalom széttöredezett, bizonyos területek pedig alulreprezentáltak. Mindez indokolttá teszi egy összegző és rendszerező áttekintés nyújtását, amely támpontot adhat a további kutatások számára. Tanulmányunk ezért bemutató és rendszerező céllal illeszti közös fogalmi keretbe a különböző nézőpontokat.

A téma neveléstudományi szempontból azért is különösen aktuális, mert a kortárs pedagógiai és sportpedagógiai szemlélet egyre nagyobb hangsúlyt helyez az aktív tanulásra, az autonómia támogatására, a reflektivitásra, valamint a biztonságos és támogató tanulási környezet kialakítására (Falus, 2001a; Nahalka, 2013; Oc-

* Doktori hallgató, Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Neveléstudományi Doktori Iskola, az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Sport- és Egészségtudományi Kutatócsoportjának tagja, reka.konya91@gmail.com, https://orcid.org/0009-0003-6735-3898

chino et al., 2014). A tanulmány elméleti kiindulópontja szerint a kortárs pedagógiai szemléletben a tanulás nem passzív befogadásként, hanem aktív, értelmező és társas folyamatként jelenik meg. Ez a konstruktivista tanulásfelfogással is összhangban áll, amely a tanuló előzetes tapasztalatainak, aktivitásának és jelentésalkotásának szerepét hangsúlyozza (Nahalka, 2013). A pozitív pedagógiai megközelítések ehhez kapcsolódva a fejlődési erőforrásokra, a támogató kapcsolatokra, a motiváció fenntartására és a jóllét előmozdítására irányítják a figyelmet (Oláh, 2012). Ezek a szempontok a sport világában is értelmezhetők, ezért az edző szerepének újragondolása szakmai, pedagógiai és egészségfejlesztő szempontból egyaránt indokolttá válik. Különösen fontos ez az utánpótlás-nevelésben, ahol a teljesítménycélok, a személyiségfejlődés és az egészségmagatartás formálása egyszerre vannak jelen (Bognár, 2023; Holt et al., 2016).

Jelen tanulmány célja, hogy neveléstudományi keretben vizsgálja az edző szerepét. Először feltárjuk azokat a funkciókat, amelyeket a sport világában betölt. Ezt követően a mindennapi edzői tevékenység kerül a vizsgálat középpontjába, ahol a nevelési folyamathoz szorosan kapcsolódó pedagógiai szerepek és feladatok bontakoznak ki. A következő lépésben a hangsúly az egészségfejlesztő dimenzióra helyeződik, mivel az edző tevékenysége nem csupán a teljesítmény fokozására irányul, hanem magában foglalja a testi és a lelki egyensúly támogatását, a terhelés és a regeneráció összehangolását, valamint az egészségtudatos életmód előmozdítását is. Ebben az értelemben az egészségfejlesztés az edzői munka egyik lényegi pedagógiai dimenziójaként értelmezhető, amely szorosan összekapcsolódik a sportolói jóllét, a prevenció és a hosszú távú fejlődés támogatásával.

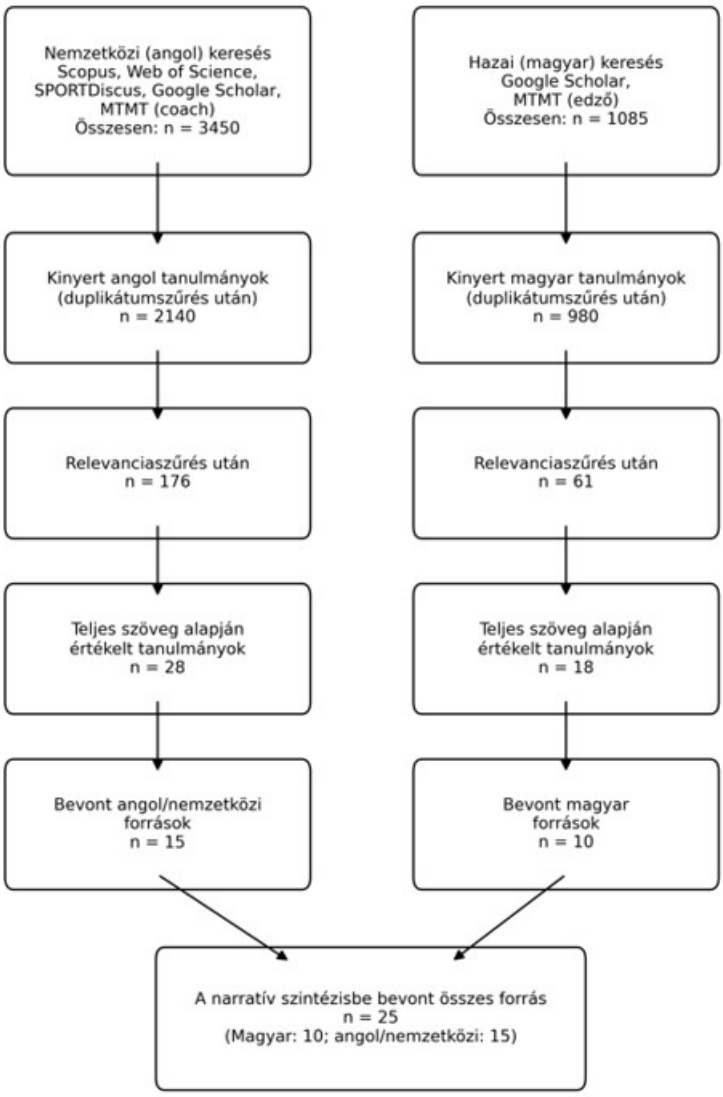
A vizsgálatot az alábbi kérdések vezérlik:

1. Hogyan értelmezhető az edző pedagógiai szerepe a neveléstudomány nézőpontjából?
2. Milyen pedagógiai feladatok és szerepek jelennek meg a mindennapi edzői gyakorlatban?
3. Hogyan támogatja az edző a sportolók egészségtudatos életmódját?

Módszer

A tanulmány narratív szakirodalmi áttekintésre épül, amely az edző pedagógiai és egészségfejlesztő szerepeihez kapcsolódó elméleti és empirikus források fogalmi szintű rendszerezésére és értelmezésére irányul. A választott módszertani keret az összefüggések értelmező szintézisét helyezi előtérbe, így lehetőséget teremt a szakirodalom főbb hangsúlyainak összegző bemutatására. Az irodalomválogatás alapját a 2010–2025 között megjelent magyar és angol nyelvű publikációk képezték. A végső narratív szintézisbe kizárólag olyan források kerültek be, amelyek a megadott időintervallumba illeszkedtek, és közvetlenül kapcsolódtak az edző pedagógiai, nevelési vagy egészségfejlesztő funkcióinak értelmezéséhez.

A szakirodalmi keresést két, egymással párhuzamos irányban végeztük: egyrészt nemzetközi, angol nyelvű adatbázisokban, másrészt hazai, magyar nyelvű keresőfelületeken. A keresést a Scopus, Web of Science, ERIC, SportDiscus, Google Scholar és az MTMT adatbázisokban végeztük. Az adatbázisos keresést célzott szerzőkövetéssel és előre-, illetve visszafelé irányuló hivatkozáskövetéssel egészítettük ki. A kulcsszavakat tematikus blokkokban kombináltuk („edző / coach”, „pedagógia / pedagogy”, „nevelés / education”, „egészségfejlesztés / health promotion”, „utánpótlás / youth sport”), a sportpedagógia és a neveléstudomány fogalomkészletéhez igazítva. A keresési és válogatási folyamatot az 1. ábra szemlélteti.



1. ábra: A narratív szakirodalmi válogatás folyamata külön nemzetközi (angol) és hazai (magyar) keresési ágakkal (Forrás: Saját szerkesztés)

A nemzetközi keresési ágban az első találati kör 3450 rekordot eredményezett, amely a duplikátumszűrést követően 2140-re, relevanciaszűrés után 176-ra, teljes szöveg alapján 28-ra szűkült; ezek közül 15 nemzetközi forrás került be a végső szintézisbe. A magyar keresési ágban 1085 találatból a duplikátumszűrés után 980, relevanciaszűrés után 61, teljes szöveg alapján 18 tanulmány maradt, amelyek közül 10 magyar forrás került bevonásra. Így a narratív szintézis összesen 25 forrásra épült.

Beválasztásra azok a források kerültek, amelyek az edző pedagógiai, nevelési és/vagy egészségfejlesztő szerepeit tárgyalják, és érdemben hozzájárulnak a fogalmi keret, a szerepkategóriák értelmezéséhez. Kizárásra kerültek a nem lektorált források. Szintén kizártuk azokat a munkákat, amelyek kizárólag sportágspecifikus technikai, fiziológiai vagy teljesítménydiagnosztikai kérdésekre fókuszáltak, de nem kapcsolódtak közvetlenül az edző pedagógiai, nevelési vagy egészségfejlesztő szerepértelmezéséhez.

A szintézis narratív, tematikus logika mentén történt. Először a pedagógiai szerepek fogalmi térképét rekonstruáltuk, majd ezek gyakorlati megnyilvánulásait és egészségfejlesztő vonatkozásait rendeztük össze. Az elemzés során külön figyelmet fordítottunk arra, hogy a beválogatott források miként értelmezik az edző szere-

pét a pedagógiai funkciók, a tanulási környezet alakítása, az értékközvetítés, az utánpótlás-nevelés, valamint az egészségfejlesztés szempontjából. A kiválasztás során a találatok mennyisége helyett a fogalmi relevancia, a tematikus illeszkedés és a cikk kutatási kérdéseihez való kapcsolódása kapott elsődleges szerepet.

Eredmények

A végső narratív szintézisbe bevont tanulmányokat a Módszer fejezetben meghatározott tematikus logika alapján rendeztük. A főbb tematikus egységek a pedagógiai funkciók, a tanulási környezet alakítása, az értékközvetítés, az utánpótlás-nevelés és az egészségfejlesztés voltak. A bevont tanulmányok főbb jellemzőit az 1. táblázat foglalja össze.

Tematikus egység	Nyelv	Szerző (év)	Fő megállapítás / hozzájárulás
Pedagógiai funkciók	magyar	Bognár (2023)	Az edzői tevékenységet nevelési, tanulásszervezési és értékközvetítő funkciókkal kapcsolja össze.
	angol	Cronin & Armour (2019)	Az edzői gondoskodást pedagógiai viszonyként értelmezi, amely a sportoló támogatásában és a biztonságos kapcsolat kialakításában jelenik meg.
	angol	Lara-Bercial et al. (2017)	Az edzőt multidimenzionális szakmai és pedagógiai szereplőként írja le, ami segíti az edzői funkciók komplex értelmezését.
	angol	Stoszkowski & Collins (2016)	Az edzői tudás forrásait és felhasználását vizsgálja, ezáltal hozzájárul az edző mint reflektív tudásközvetítő értelmezéséhez.
Tanulási környezet alakítása	magyar	Révész (2021)	A tanár-diák kapcsolat testnevelési kontextusú vizsgálatán keresztül támpontot ad a sportbeli pedagógiai kapcsolatok értelmezéséhez.
	magyar	Gyömbér et al. (2016)	A fiatalkori és utánpótlás-sport pszichológiai tényezőit tárgyalja, különösen a motiváció, jóllét és támogató környezet szempontjából.
	angol	Occhino et al. (2014)	Az autonómiatámogató pedagógiai megközelítést a sportedzői gyakorlat egyik fontos tanulásszervezési kereteként értelmezi.
	angol	Smith et al. (2017)	Az edző által létrehozott motivációs környezetet vizsgálja, amely meghatározza a sportolók tanulási élményét és részvételét.
	angol	Larkin et al. (2022)	Az edzésgyakorlatot tanulási környezetként értelmezi, amelyben az edző a sportolói tanulás aktív elősegítője.
	angol	Kinnerk et al. (2024)	Az edzői gyakorlatok tanulást serkentő elemeit emeli ki, különösen a játékosfejlődést támogató edzéshelyzetekben.
Értékközvetítés	magyar	Gombocz & Karainé (2015)	A testi és lelki egészségre nevelés pedagógiai keretéhez kapcsolódva az edzői értékközvetítés tágabb nevelési hátterét erősíti.
	angol	Camiré et al. (2012)	Az edzői filozófiák és stratégiák szerepét mutatja be a sporton túl is hasznosítható életvezetési készségek fejlesztésében.
	angol	Koh et al. (2024)	Az értékek és alapelvek edzői gyakorlatban betöltött szerepét elemzi, kiemelve az érték-vezé-

			relt edzői működést.
	angol	Turnnidge et al. (2014)	A sportban tanult készségek és értékek sporton kívüli élethelyzetekbe történő átvitelének lehetőségeit vizsgálja.
Utánpótlás-nevelés	magyar	Juhász & Kónya (2024)	Ifjúsági kézilabdázók körében vizsgálja az edző-sportoló kapcsolatot, közvetlenül kapcsolódva az utánpótlás-nevelés pedagógiai kérdéseihez.
	magyar	Kovács (2021)	A sportban maradást befolyásoló motivációs, kapcsolati és egészségi tényezőket tárgyalja.
	angol	Holt et al. (2016)	A pozitív ifjúságfejlődést a sport kontextusában értelmezi, hangsúlyozva az edzői támogatás és a társas kapcsolatok szerepét.
	angol	Bateman et al. (2020)	A pozitív ifjúságfejlődést és a serdülők egészségét az edzői és pedagógiai támogatás felől közelíti meg.
	angol	Santos et al. (2017)	Az utánpótlásedzők pozitív ifjúságfejlődésről alkotott nézeteit vizsgálja, az edzői gyakorlat pedagógiai értelmezését támogatva.
Egészségfejlesztés	magyar	Ihász & Rikk (2010)	Az egészségfejlesztés alapfogalmait és gyakorlati keretét adja, amely az edző egészségformáló szerepének értelmezéséhez kapcsolható.
	magyar	Fügedi et al. (2010)	Az egészségi állapot és egészség-magatartás összefüggéseit tárgyalja, ami az egészségtudatos életmód támogatásához nyújt háttérkeretet.
	magyar	Fügedi (2017)	A sport és az egészségfejlesztés pedagógiai aspektusait mutatja be, közvetlenül kapcsolódva az edző egészségfejlesztő funkciójához.
	magyar	Kónya (2023)	Az utánpótláskorú kézilabdázók prevenciós mozgásprogramján keresztül az egészségfejlesztő és preventív edzői felelősséget tárgyalja.
	angol	Wilczyński et al. (2025)	Az edzők szerepét vizsgálja a fiatal sportolók sérülésmegelőzésében, az egészségfejlesztés preventív dimenziójához kapcsolódva.
	angol	Charest & Grandner (2020)	Az alvás, teljesítmény, sérüléskockázat és mentális egészség összefüggéseit mutatja be, az edző életmódformáló szerepéhez kapcsolódva.

1. táblázat: A narratív szintézisbe bevont tanulmányok fő jellemzői (Forrás: Saját szerkesztés)

Az edzői munka neveléstudományi értelmezése

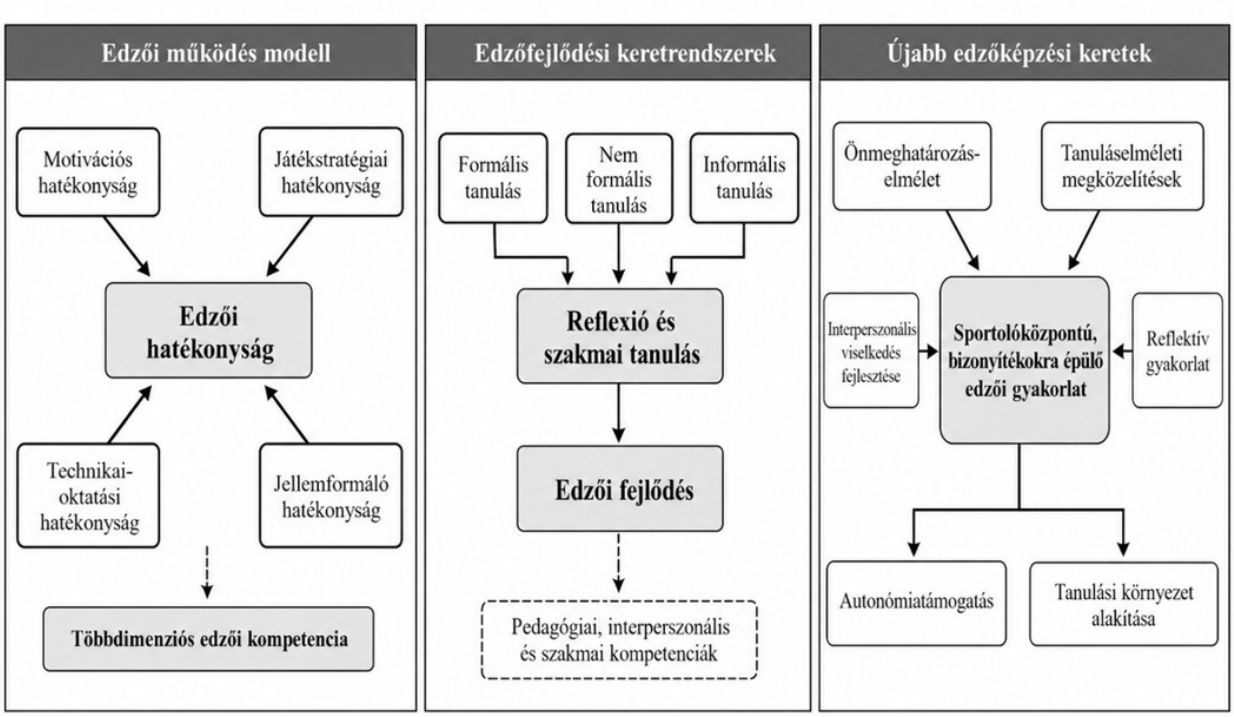
Az edzői munka értelmezése interdiszciplináris, magában foglalja a sportpedagógia, a sportpszichológia és az edzéselmélet szempontjait. A sportpedagógia az edzői tevékenységet nevelési-tanulási folyamatként vizsgálja, amelyben az értékközvetítés, a szocializáció és a személyiségfejlesztés központi jelentőségű (Bognár, 2023). A sportpszichológia ezzel szemben az edzői hatás pszichológiai tényezőire – a motivációra, a tanulási környezetre és a pszichológiai biztonságra – helyezi a hangsúlyt (Gyömbér et al., 2016; Cronin & Armour, 2019). Az edzéselmélet pedig a terhelésszabályozás, a periodizáció és a teljesítményoptimalizálás elméleti keretein keresztül értelmezi az edző feladatait (Bompa & Buzzichelli, 2019).

A nemzetközi szakirodalom a közelmúltban egyre inkább a társadalmi és kulturális kontextusokat is bevonja az edzői munka elemzésébe. North (2017) az edzői tevékenységet a kritikai realizmus és az interdiszciplinaritás mentén értelmezi. Továbbá kutatások kiemelik az edzők társadalmi felelősségét a pozitív ifjúságfejlődés és a

közösségi változások előmozdításában. E megközelítések az edzői munkát szakmai, pedagógiai és társadalmi értelemben egyaránt komplex feladatként értelmezik (Holt et al., 2016; Turnnidge et al., 2014; Bateman et al., 2020). Mindez arra is rámutat, hogy az edző szerepe nem értelmezhető egysíkúan. Az egyes megközelítések eltérő hangsúlyokat helyeznek a teljesítményfejlesztésre, a kapcsolati működésre, a tanulási környezet alakítására vagy éppen a sportoló hosszú távú fejlődésének támogatására.

Mint látható, az edző tevékenysége nem szűkíthető le a sportági kompetenciák – úgymint szakmai ismeretek és gyakorlati készségek – közvetítésére. A sport sajátos szocializációs és tanulási színtér, amelyből számunkra most az edző pedagógiai funkciója kulcsfontosságú. A neveléstudomány az edző tevékenységét a tanári funkciókhoz kapcsolja, hiszen az edző a sportoló fejlődését szervezi, oktatja, neveli és értékorientálja (Bognár, 2023; Falus, 2001). A sport sajátos közegéből adódóan azonban munkája nem korlátozódik a formális oktatás kereteire. A teljesítményorientáció, a versenyhelyzetek és a közösségi élmények olyan pedagógiai feladatokat hoznak létre, amelyek eltérnek az iskolarendszerben megszokott nevelési helyzetektől (Gombocz & Karainé, 2015; Bognár, 2023; Gortva, 2024b).

A nemzetközi szakirodalom az edzőt egyre inkább *multidimenzionális pedagógiai szereplőként* írja le (Lara-Bercial et al., 2017). E sokrétű funkció megértése nélkülözhetetlen az edzői munka komplexitásának feltárásához. E szemlélet részben összhangban áll az edzői tevékenységet vizsgáló újabb nemzetközi modellekkel és edzőfejlődési keretrendszerekkel is, amelyeket a *2. ábra* szemléltet. A hatékony edzői működés modellje (coaching efficacy model) az eredményes edzői tevékenységben a sportági tudás mellett a motivációs, pedagógiai és interperszonális kompetenciák jelentőségét is hangsúlyozza. Az edzőfejlődési keretrendszerek (coach development frameworks) az edző folyamatos szakmai tanulását, reflexióját és interperszonális fejlődését emelik ki (Feltz et al., 1999; Evans et al., 2015). Smith és munkatársai (2023) újabb edzőképzési keretrendszere szintén a sportolóközpontú, tanuláselméleti és bizonyítékokra épülő edzői gyakorlat jelentőségét hangsúlyozza, amely jól kapcsolódik a tanulási környezet alakításához, az autonómiatámogatáshoz és a reflektív edzői működéshez.



2. ábra: Nemzetközi edzői modellek és edzőfejlődési keretrendszerek kapcsolódása az edző neveléstudományi szerepértelmezéséhez (Forrás: Saját szerkesztés Feltz et al., 1999; Evans et al., 2015; Smith et al., 2023 alapján)

A fenti modellek elsősorban az edzői hatékonyság, az edző szakmai fejlődése, az interperszonális működés és a sportolóközpontú tanulás szempontjából közelítik meg az edzői tevékenységet. Az edzői hatékonyság modellje (coaching efficacy model) főként azt emeli ki, hogy az edző eredményessége a sportági-technikai tudáson túl motivációs, stratégiai és kapcsolatépítő kompetenciáin is múlik. Az edzőfejlődési keretrendszerek (*coach development frameworks*) és a sportolóközpontú edzői megközelítés (*athlete-centred coaching*) ehhez képest az edző folyamatos tanulását, reflektív gondolkodását és a sportoló aktív bevonását hangsúlyozzák (Feltz et al., 1999; Evans et al., 2015; Smith et al., 2023). Ugyanakkor e modellek kevésbé bontják ki azt, hogy az edzői működés miként értelmezhető neveléstudományi, egészségfejlesztő és utánpótlás-nevelési keretben. Jelen tanulmány hozzáadott értéke ezért abban ragadható meg, hogy a nemzetközi edzői modellek által kiemelt hatékonysági, fejlődési és sportolóközpontú szempontokat pedagógiai szerepkategóriákba rendezi, és összekapcsolja a tanulásszervezés, az értékközvetítés, a szocializáció, a személyiségfejlesztés és az egészségmagatartás formálásának kérdéseivel. Ez a nézőpont a nemzetközi edzői modellek neveléstudományi kiegészítéseként és pedagógiai értelmezéseként fogható fel. A fogalomtérkép ezért elsősorban értelmezési keretként kezelhető, amely segíti a különböző edzői funkciók közötti kapcsolatok felismerését, és nem kész edzőképzési modellként értelmezendő.

A 3. ábra az edző központi fogalma köré rendezi a neveléstudományból levezetett szerepkategóriákat. Középpontjában az edző mint ernyőfogalom áll, körülötte pedig a szerepkategóriák jelennek meg. A felsorolás sorrendje nem jelez hierarchiát vagy fontossági sorrendet. A szerepkategóriák egymással átfedésben működő funkciókat jelölnek, amelyek a különböző elméleti megközelítésekben eltérő hangsúllyal jelenhetnek meg. A kategóriák részletes tartalmát és példáit a következő fejezetek bontják ki. A térkép célja egységes fogalomkészlet adása és gyors tájékozódás segítése.



3. ábra: Az edzők szerepkategóriáinak fogalomtérképe a 2010–2025 közötti szakirodalom szintézise alapján (Forrás: Saját szerkesztés)

Az edzői szerepkategóriák

A neveléstudományban meghatározott pedagógiai szerepek jól átültethetők az edzői tevékenység értelmezésére is. Az edző a sportági teljesítmény fejlesztése mellett komplex nevelési és szocializációs feladatokat is ellát. A tanári és az edzői szerepek közötti párhuzamok rávilágítanak arra, hogy a sportban az edző a tudás közvetítője, a személyiség formálója, a közösség építője és a sportolók mentális támasza is egyben (Gombocz, 1996; Cronin & Armour, 2019; Bognár, 2023). A szerepkategóriák ugyanakkor nem mereven elkülönülő funkciók. Az edzői gyakorlatban ezek egymással átfedésben, egymást kiegészítve, az adott életkori, sportági és pedagógiai kontextustól függően jelennek meg.

A 2. táblázat jól szemlélteti, hogy hogyan jelennek meg a klasszikus pedagógiai szerepek az edzői munkában, és miként egészítik ki egymást az elméleti (neveléstudományi) és a gyakorlati (edzői) dimenziók. Ez az összevetés segít megérteni az edzői munka interdiszciplináris jellegét. A táblázatban szereplő kategóriák hierarchikus sorrend helyett olyan értelmezési keretet adnak, amely segíti az edzői szerepek pedagógiai újraértelmezését.

Neveléstudományi/ pedagógiai szerep	Edzői megfelelő	Magyarázat
Tudásközvetítő / oktató	Sportági tudás, készségek, technikák és taktikai elemek átadója	Az edző tanítja a mozgásformákat, szabályokat, játékhelyzeteket.
Nevelő	Erkölcsi és társadalmi normák közvetítője	Az edző formálja a fegyelmet, felelősségvállalást, fair play-t, kitartást.
Példakép / modell	Személyes viselkedésével mintát adó edző	A sportoló követi az edző viselkedését, kommunikációját, hozzáállását.
Facilitátor	Tanulási környezet megteremtője	Az edző demokratikus légkört alakít ki, önállóságra, döntéshozatalra ösztönöz.
Mentor / támogató	Sportolók személyes fejlődését	Motivál, bátorít, segít a sportoló pályafutásának és élet-

	kísérő edző	vezetésének alakításában.
Diagnosztikus szerep	Képességek, fejlődési szintek felmérője	Az edző figyeli a sportolók állapotát, erőnlétét, képességeit, és ezekhez igazítja a munkát.
Értékelő	Teljesítményt mérő és visszajelzést adó edző	Az edző folyamatosan értékeli a sportoló előrehaladását, fejlődését.
Szervező / menedzser	Edzések, versenyek, csapatmunka szervezője	Az edző koordinálja az edzések menetét, versenyprogramot, közösségi folyamatokat.
Kommunikátor	Sportolókkal, szülőkkel, klubbal kapcsolatot tartó edző	Az edző kommunikál a sportolóval, családdal, sportági szervezetekkel.
Innovátor	Új módszerek, edzésformák bevezetője	Az edző reflektív szakember, aki korszerű pedagógiai és sporttudományos módszereket alkalmaz.

2. táblázat: Az edző szerepkategóriái a neveléstudomány tükrében (Forrás: Saját szerkesztés)

A következőkben a táblázatban bemutatott szerepek közül néhány kiemelt dimenziót részletesen is áttekintünk. Az egyik alapvető szerepkategória az edző mint *tudásközvetítő/ oktató*, amely a sportági tudás, a mozgáskészségek és a technikai-taktikai elemek közvetítésében nyilvánul meg. A neveléstudományi diskurzus az edző tanítói funkcióit szoros párhuzamba állítja az iskolai oktatással, különösen az instrukciók megfogalmazása, a differenciált tanulásszervezés és a folyamatos visszajelzés biztosítása tekintetében (Gombocz, 2008; Stoszkowski & Collins, 2016; Gortva, 2024a). A kortárs pedagógiai szemlélet felől nézve ez a szerep az ismeretátadás mellett olyan tanulási helyzetek kialakítását is jelenti, amelyek támogatják a sportolók aktív részvételét, önálló gondolkodását és reflektív fejlődését.

Az edző emellett *mentor*ként is funkcionál, aki személyre szabott támogatást nyújt a sportoló fejlődési útjának alakításában, elősegíti az erőforrások felismerését és mozgósítását, valamint irányt mutat a sportpálya és az életvezetés kérdéseiben egyaránt. Ez a dimenzió túlmutat a sportági kereteken, hiszen a sportolók számára az edző gyakran a legközvetlenebb felnőtt példakép (Camiré et al., 2012; Cronin & Armour, 2019). A mentori funkció különösen az utánpótlás-nevelésben bír kiemelt jelentőséggel, ahol az edző támogatása a teljesítmény alakulásán túl az önértékelésre, a motivációra és az életvezetési minták formálódására is hatást gyakorolhat.

A neveléstudomány az edzőt továbbá *facilitátor*ként is értelmezi, aki olyan tanulási környezetet alakít ki, amelyben a sportolók aktív részvétellel, tapasztalati úton sajátítják el a tudást és az értékeket. A facilitátori szerep elsősorban a tanulási folyamat demokratizálását, a sportolói autonómia fejlesztését és az önálló döntéshozatal támogatását szolgálja (Occhino et al., 2014). Emellett az edző választási lehetőséget kínál, magyarázatokat ad, és strukturált támogatást nyújt a sportolóknak. E szerep különösen jól mutatja, hogy az edző pedagógiai működése a direkt irányítás mellett a sportolók bevonását és aktív tanulásuk támogatását is magában foglalja.

A pedagógiai feladatok fontos dimenziója az *értékközvetítés* és a *példamutatás*. Az edző nevelő munkájában a verbális közlések mellett saját viselkedésének mintázatai is formáló erővel bírnak. A sportoló a mindennapi edzéshelyzetekben az edző attitűdjén, kommunikációján és döntésein keresztül tanulja meg, mit jelent a tisztességes versenyzés, a szabályok tisztelete, illetve a csapatért való felelősségvállalás (Bábosik, 1999; Camiré et al., 2012; Koh et al., 2024). Ebben az értelemben az edző a tudás közvetítése mellett a normák, attitűdök és interakciós minták alakításában is meghatározó szerepet tölt be.

Elmondható tehát, hogy az edző neveléstudományi perspektívában komplex szereprendszerben működő pedagógiai aktor, aki egyidejűleg tanít, nevel, motivál, értékeket közvetít, ami által támogatja a sportolók testi-lelki fejlődését (Juhász & Kónya, 2024). A szerepkategóriák ilyen értelmezése arra utal, hogy az edzői munka pedagógiai minőségét az határozza meg, miként kapcsolódnak össze ezek a szerepek a mindennapi gyakorlatban.

Az edzői tevékenység pedagógiai feladatai

Az edző pedagógiai szerepkategóriáinak és funkcióinak neveléstudományi értelmezése elméleti keretet biztosított ahhoz, hogy az edzőt ne pusztán a szakmai tudás közvetítőjeként, hanem komplex nevelési és szocializációs tényezőként lássuk. Ugyanakkor e szerepek és funkciók sajátos módon öltenek testet a gyakorlatban. Az edző pedagógiai szerepeihez szorosan kapcsolódnak azok a feladatkörök, amelyek a mindennapi edzői munkában a sportolók tanulási és nevelési folyamatának alakítását szolgálják. Ebben az összefüggésben az edzői tevékenység pedagógiai feladatai a sportági tudás átadása mellett a tanulási környezet tudatos alakítására, a sportolói részvétel ösztönzésére és a fejlődést támogató interakciók megszervezésére is kiterjednek.

Az egyik alapvető pedagógiai feladat *az edzés* mint *tanulási-tanítási folyamat megszervezése*, amelyben az edző pedagógusként építi fel a képzés menetét, figyelembe véve a sportolók életkori sajátosságait, fejlettségi szintjét és motivációját (Báthory, 1985; Falus, 2001a; Gombocz, 2005; Révész, 2021). Emellett a tanulási folyamat eredményességét nagymértékben befolyásolja az edző által alkalmazott oktatási módszerek sokszínűsége, a differenciálás képessége, valamint a megfelelő visszajelzések biztosítása. Kutatások szerint a motivációs klíma és a visszajelzési stílus döntő szerepet játszik a sportolók tanulási élményében (Smith et al., 2017; Kovács, 2021). Továbbá a tapasztalt edzők úgy alakítják a feladatokat, hogy azok illeszkedjenek a sportolók aktuális képességeihez, ezzel egyéni fejlődési utakat nyitva (Santos et al., 2017). A kortárs pedagógiai szemlélet felől nézve mindez arra utal, hogy az edző szerepe a tanulási folyamat irányítása mellett a sportolók aktív részvételét támogató helyzetek kialakítására is kiterjed. A hatékony tanulást az átgondolt edzésfelépítés segíti elő, amely változatos feladatokra, támogató gyakorlási környezetre, valamint a reflexió és a visszajelzés tudatos alkalmazására épül (Korthagen, 1993; Larkin et al., 2022; Kinnerk et al., 2024). A pedagógiai feladatok között ezért kiemelt helyet kap az autonómia támogatása, a sportolók bevonása a tanulási folyamatba, valamint az olyan edzői kommunikáció és szervezés, amely elősegíti az önálló döntéshozatalt, a reflektív gondolkodást és a belső motiváció fenntartását (Smith et al., 2017). Ez különösen fontos az utánpótlásban, ahol a sportolók fejlődése egyszerre teljesítménybeli, személyiségbeli és szociális dimenzióban zajlik (Bognár, 2023).

Az utánpótlásedzők tevékenységrendszere

Az utánpótlásedzőkre két területen hárul különösen nagy felelősség: nevelőként és példaképként. Az edző az utánpótlásban szakmai irányítóként és pedagógiai szereplőként is működik, közvetlen kapcsolata révén formálva a sportolók értékeit, viselkedésmintáit és életvezetési szokásait (Camiré et al., 2012; Bognár, 2023). Az utánpótláskorosztály fejlődése egyszerre zajlik sportági teljesítményben, személyiségfejlődésben, értékrendben és társas kapcsolatokban, amely folyamatban az edző meghatározó szerepet tölt be. Az edzői tevékenység ebben az életszakaszban túlmutat a sportági tudás és készségek közvetítésén. Aktívan hozzájárul a fiatal sportolók erkölcsi, szociális és attitűdbeli fejlődéséhez (Bábosik, 1999; Falus, 2004).

Az edző mint nevelő

Az utánpótlásedzők által irányított sportélet a család és az iskola mellett meghatározó szerepet játszik a fiatalok szocializációjában. A sportklub mint nevelési tér sajátos pedagógiai funkcióval bír. Itt az edző az, aki kijelöli a kereteket és a normákat, amelyek a közös munka alapját képezik. Ez a nevelői szerep az egyéni fejlődés mellett a csapat egészére is kiterjed, hiszen a sportolók a mindennapi edzés- és versenyhelyzetekben tapasztalják meg a közösségi normák működését.

Az utánpótlásban az *edző nevelői feladatai* jelentősen eltérnek a felnőttekkel dolgozó edzők tevékenységétől. A fiatal sportolók identitása, értékrendje és társas kompetenciái még formálódnak, ezért az edző a sportági tudás közvetítése mellett a személyiségfejlődés aktív alakítója is. Az utánpótlásedző munkája ezért fokozott pedagógiai érzékenységet kíván. Ezzel szemben a felnőtt sportolóknál ezek a területek jellemzően stabilabbak, így az edzői munka hangsúlya inkább a teljesítmény fenntartásán és maximalizálásán van, a nevelési dimenzió másodlagos szerepet tölt be.

Az utánpótlásedző nevelői funkciója közösségformáló jelleggel is bír. Az edzésmunka során a fegyelem, a szabálykövetés, az együttműködés és a csapatszellem olyan alapértékekként jelennek meg, amelyek a sportoló személyiségét hosszú távon formálják. A nevelői tevékenység így egyszerre irányul a sportolói magatartásminták kialakítására és a közösségi identitás erősítésére (Gombocz, 1996; Bognár, 2023). A nevelői szerep tehát nem választható el a mindennapi edzői gyakorlat szervezésétől, mivel a normák és az értékek közvetítése az edzéshelyzetekben, a szabályok érvényesítésében és a közös tapasztalatok feldolgozásában valósul meg.

Míg a felnőtt sportolókkal dolgozó edzők kapcsolata sokszor partneri jellegű, az utánpótlásban az edző gyakran második pedagógusként, sőt egyes helyzetekben „pót-szülőként" van jelen (Elekes, 2006). Az ifjúsági sport szakirodalma emellett az edzőt a szülők és a kortársak mellett a pozitív fejlődés egyik kulcsszereplőjeként írja le (Fraser-Thomas et al., 2005; Holt et al., 2016). A sportolókkal való intenzív, mindennapos kapcsolat révén az edző döntései, kommunikációja és magatartása közvetlen nevelő hatást gyakorolnak. A nevelési folyamat formális tanterv helyett a sporttevékenységbe ágyazva, a mindennapi helyzetek során zajlik. Ez teszi az edző nevelői szerepét különösen jelentőssé az utánpótlásban, ahol a mindennapi interakciók és a visszatérő helyzetek hosszú távon is befolyásolhatják a sportolók értékrendjét, viselkedését és közösségi működését.

Az edző mint példakép

Az utánpótláskorú sportolók számára az edző szakmai irányítóként és felnőtt mintaként is jelen van, akinek magatartása, értékrendje és döntései közvetlen hatással vannak a sportolói identitás alakulására. A fiatal sportolók a mindennapi edzéshelyzetekben, a versenyek során és a hétköznapi kommunikációban folyamatosan megfigyelik és követik edzőjük viselkedését, így az edző implicit módon modellként szolgál számukra (Camiré et al., 2012). A példaképszerep pedagógiai jelentősége abban érhető tetten, hogy a sportolók tanulását az edző verbális instrukciói és mindennapi viselkedésének mintázatai egyaránt alakítják.

A *példaképszerep* az utánpótlásban különösen hangsúlyos, mivel a serdülőkorú sportolók értékrendje és életvezetési mintái még nem szilárdultak meg. Az edző mint modell a sportági teljesítményhez kapcsolódó attitűdökben – a kitartásban, a fegyelmezettségben és a fair play tiszteletében –, valamint az életvezetés tágabb területein is meghatározóvá válik. A sportolók az edző viselkedésén keresztül tanulhatják meg, hogyan kell kezelni a sikert és a kudarcot, miként lehet konstruktívan együttműködni másokkal, illetve milyen módon valósítható meg a közösségért való felelősségvállalás (Bognár, 2023). Ebben az értelemben az edző példamutatása a személyiségfejlődésre és a társas viselkedés alakulására is hatással van.

Az edző példamutatása abban is megnyilvánul, hogy miként alakítja ki a mindennapi edzéskultúrát. A pontos, következetes munkavégzés, a tiszteletteljes kommunikáció, valamint a szabályok betartatásának módja mind olyan tényezők, amelyek normaként rögzülnek a sportolók szemében. Az edző személyisége és értékorientációja így a sportteljesítményen túl hosszú távon a sportolók társas kapcsolataira és életvezetésére is kihat (Cronin & Armour, 2019). A példamutatás ezért az edzői munka olyan rejtettebb, mégis meghatározó dimenziója, amely a mindennapi interakciókban folyamatosan formálja a sportolók gondolkodását és viselkedését.

Nemzetközi kutatások hangsúlyozzák, hogy az edző példaképszerepe kiemelt tényező a pozitív ifjúságfejlődésben (Camiré et al., 2012; Holt et al., 2016). Az edzői viselkedés és értékközvetítés révén a sport olyan tanulási színtérré válik, amelyben a sportolók életvezetési készségeket, társas kompetenciákat és felelősségtudatot sajátítanak el, amelyek a sporton kívüli életterületeken is hasznosíthatók (Petitpas et al., 2005). Ez különösen az utánpótlásban bír nagy jelentőséggel, ahol az edző személye a sportolók számára gyakran a legközvetlenebb, rendszeresen jelen lévő felnőtt mintát jelenti.

Az edző egészségfejlesztő feladatai és felelőssége

Az edző munkájának egyik legfontosabb, ugyanakkor gyakran alábecsült dimenziója az *egészségfejlesztés*. A sportkörnyezet a teljesítmény fokozása mellett a testi-lelki egészség fejlesztésének és megőrzésének egyik fontos színtere is. A neveléstudományi értelmezés szerint az egészség komplex bio-pszicho-szociális állapotként fogható fel, amely túlmutat a betegség hiányán, és szorosan összefügg az életminőséggel, a társadalmi részvétellel és a személyes jólléttel (WHO, 1986; Fügedi, 2017). Az edző egészségfejlesztő funkciójának pedagógiai aspektusa az érték- és szokásformálás folyamatában érhető tetten. Ahogyan Arisztotelész klasszikus gondolata is rámutat: *„az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége”* (Fügedi, 2017). Ebből következően az edző egészségfejlesztő szakemberként a fizikai teljesítmény fejlesztése mellett hozzájárul a sportolók életvezetési szokásainak, egészségmagatartásának és értékorientációjának alakításához is (Elekes, 2006). Ebben az értelemben az egészségfejlesztés az edzői munka pedagógiai dimenziójaként értelmezhető, mivel a mindennapi edzéshelyzetekben formálja a sportolók döntéseit, attitűdjeit és önszabályozó működését.

A tréner egészségfejlesztő szerepköre kiterjed a sérülések megelőzésére, a testi-lelki egészség támogatására és a biztonságos, támogató edzéslégkör kialakítására is (Kónya, 2023). A nemzetközi szakirodalom kiemeli, hogy az edző egészségfejlesztő funkciója különösen hangsúlyos az utánpótláskorosztályban, ahol a sportolói jóllét és a teljesítmény közötti egyensúly biztosítása meghatározó nevelési feladat (Wilczyński et al., 2025). Az edző szerepe itt különösen érzékeny, mivel a fiatal sportolók egészségmagatartása, terheléshez való viszonya és segítségkérési mintái még formálódóban vannak. A 21. századi pedagógiai szemlélet az egészségfejlesztő szerepkört is átalakítja. Az egészségre nevelés ebben a keretben a szabályok, tiltások vagy előírások közvetítésén túl olyan tanulási folyamatot jelent, amelyben a sportoló fokozatosan képessé válik saját testi-lelki állapotának értelmezésére, a terhelés jeleinek felismerésére és felelős döntések meghozatalára. Ez az edző részéről a direkt irányításon túl támogató, párbeszédre épülő és sportolóközpontú interakciós stílust kíván. Az egészségfejlesztő edzői munka így szorosan kapcsolódik az autonómiatámogatáshoz, az egészségműveltség fejlesztéséhez, a biztonságos jelzéskultúra kialakításához és a pozitív tanulási környezet megteremtéséhez.

Az egészségfejlesztés *preventív* dimenziója a sérülések megelőzésében, a túlterhelés elkerülésében és a regeneráció tudatos támogatásában ragadható meg. Az edző feladata, hogy a sportolók életkori sajátosságainak, terhelhetőségének és fejlődési ütemének figyelembevételével alakítsa ki a terhelés és a pihenés egyensúlyát. Ez egyszerre támogatja a sportági teljesítmény fenntarthatóságát, a sportolói pályafutás biztonságát és az egészség hosszú távú megőrzését (Ihász & Rikk, 2010; Fügedi et al., 2010; Kónya, 2023). A prevenció ebben a keretben az edzésmunka tudatos, pedagógiailag is reflektált szervezésének részeként jelenik meg. Ugyanakkor az egészségfejlesztő szerep gyakorlati megvalósítása nem problémamentes. Az utánpótlássportban gyakran egyszerre vannak jelen a teljesítménykényszerek, a versenyeredményekhez kötődő elvárások és a hosszú távú sportolói jóllét szempontjai. Ez pedagógiai feszültséget eredményezhet. Az edzőnek úgy kell támogatnia a teljesítményfejlődést, hogy közben ne sérüljön a sportoló testi-lelki biztonsága, autonómiája és hosszú távú

egészségmagatartása. Ebből következően az egészségfejlesztő szerep szakmai tudást és reflektív pedagógiai döntéshozatalt egyaránt feltételez.

Az egészségfejlesztő szerep nem korlátozódik a fizikai dimenzióra. Az edző *lelki* támogatóként olyan biztonságos edzéslégkört teremt, amely elősegíti a sportolók mentális jóllétét, motivációját és kitartását. A nemzetközi szakirodalom egyre nagyobb hangsúlyt helyez a pszichológiai biztonság és a pozitív nevelési környezet fontosságára, amely hozzájárul a sportolók önbizalmának és rezilienciájának fejlesztéséhez (Camiré et al., 2012; Cronin & Armour, 2019). Különösen lényeges, hogy a sportolók olyan közegben dolgozhassanak, ahol a fáradtság, a fájdalom, a bizonytalanság vagy a túlterhelés jelzése a felelős önszabályozás részeként értelmeződik.

Az edző egészségfejlesztő munkájának súlypontjai az *életmódelemek*: *a táplálkozás*, *a hidratálás és az alvás*. Feladata, hogy következetesen hangsúlyozza a rendszeres, minőségi étkezés, az edzéshez és versenyhez igazított tápanyagbevitel, valamint a megfelelő folyadékpótlás fontosságát. Ugyanilyen alap a pihentető alvás. Az alváshigiéné magában foglalja a következetes lefekvési rutint, a kevesebb esti képernyőidőt, illetve az életkorhoz igazított alvásidőt. A sportolók egészségműveltségének fejlesztését az edző megoldhatja olyan formában is, hogy közérthetően magyarázza az edzés–pihenés–táplálkozás–alvás összefüggéseit; egyszerű önmonitorozási eszközöket vezet be (edzés-/alvásnapló, jóllét-skálák); ismerteti a sérülés vagy a rosszullét korai jelzéseit, és olyan klímát alakít ki, ahol „szólni biztonságos” (Charest & Grandner, 2020; Walsh et al., 2021; Dubé et al., 2022; Hecht et al., 2023; Racinais et al., 2023; Amawi et al., 2024). E tevékenység pedagógiai értéke abban ragadható meg, hogy az edző a sportolók egészségértésének és önálló döntéshozatalának fejlődését is támogatja.

Az edző egészségfejlesztő feladatainak társadalmi dimenziója is kiemelkedő. A sportközegben szerzett tapasztalatok a sportkarrier mellett a sportolók életvezetését és társadalmi beilleszkedését is formálják. A pozitív ifjúságfejlődés (Positive Youth Development, PYD) koncepciója szerint az edzői viselkedés és értékközvetítés révén a sport olyan tanulási színtérré válhat, amelyben a sportolók társas kompetenciákat, felelősségtudatot és egészségtudatos életvezetési készségeket sajátítanak el, amelyek a sporton kívüli életterületeken is hasznosíthatók (Fraser-Thomas et al., 2005; Holt et al., 2016). Ez különösen fontos, mivel az edző egészségfejlesztő szerepe az edzésidőn túl a sportolók hétköznapi döntéseinek és hosszabb távú életvezetésének alakulására is hatással lehet.

Az edző egészségfejlesztő szakemberként olyan pedagógiai aktorként értelmezhető, aki a sportolói jóllétet komplex módon támogatja. Tevékenysége magában foglalja a fizikai egészség védelmét a preventív és az edzéselméleti eljárások révén (WHO, 1986; Fügedi, 2017; Kónya, 2023), a pszichológiai biztonság és a motiváció fenntartását a megfelelő edzéskörnyezet kialakításával (Gyömbér et al., 2016; Cronin & Armour, 2019), valamint a társadalmi értékek és az életvezetési normák közvetítését a nevelés folyamatába ágyazva (Bábosik, 1999). A három dimenzió egymást erősítő, egységes rendszerként jelenik meg, amelyben az edző tevékenysége a sportolói jóllét és fejlődés kulcstényezőjévé válik. Mindez ugyanakkor feltételezi azt is, hogy az edző felismerje saját kompetenciahatárait, és szükség esetén más szakemberek (dietetikus, sportpszichológus, gyógytornász vagy orvos) bevonását is kezdeményezze.

Összegzés és következtetések

Tanulmányunk kísérletet tesz arra, hogy a témában szétszórtan megjelenő, részben hézagos szakirodalmat közös fogalmi keretbe rendezze, és egy áttekintő fogalomtérképen felvillantsa az edző pedagógiai szerepeit. A tanulmány elsődleges hozzájárulása abban ragadható meg, hogy neveléstudományi nézőpontból, rendszerező módon kapcsolja össze az edző oktatói, nevelői, mentori, facilitátori és egészségfejlesztő funkcióit. A bevezetőben megfogalmazott kérdésekre a következő válaszokat kaptuk:

1. Hogyan értelmezhető az edző pedagógiai szerepe a neveléstudomány nézőpontjából?
   A neveléstudományi szemlélet lehetővé teszi, hogy az edzőt multidimenzionális pedagógusként értsük meg, akinek tevékenysége az oktatás, a nevelés, a mentori támogatás és az egészségfejlesztés metszéspontjában helyezkedik el (Gombocz, 2008; Bognár, 2023). Ez a megközelítés különösen hangsúlyos az utánpótlás-korosztályban, ahol a sportteljesítmény kibontakozása szoros összefüggésben áll a személyiség formálódásával. Az edző pedagógiai szerepe így olyan összetett működésként írható le, amelyben a tanulási környezet alakítása, az értékközvetítés és a sportolói fejlődés támogatása egymással szorosan összekapcsolódik.
2. Milyen pedagógiai feladatok és szerepek jelennek meg a mindennapi edzői gyakorlatban?
   Pedagógiai értelemben a tréner tevékenysége több, egymással összefonódó szerepet foglal magában: tudást közvetít, nevel és értéket ad át, példát mutat, közösséget formál, valamint mentális támogatást is nyújt sportolóinak. Ezek a funkciók szorosan összekapcsolódnak a mindennapi edzői gyakorlat feladataival, amelyek az edzés megszervezésétől és a tanulási-tanítási folyamat irányításától kezdve az értékközvetítésen, a közösségépítésen és a szocializáció elősegítésén át a testi-lelki egészség támogatásáig terjednek. A sport így olyan sajátos nevelési közegként értelmezhető, amelyben a résztvevők sportolóként és emberként is fejlődnek, s ebben az edző kulcsszerepet játszik (Falus, 2001b; Bognár, 2023). A tanulmányban bemutatott szerepkategóriák azt is jelzik, hogy az edzői munka pedagógiai minősége e szerepek mindennapi gyakorlatban megvalósuló együttműködésén alapul.
   Az utánpótlásedzők tevékenysége a sportági felkészítésen túl a nevelés és a példamutatás kiemelt dimenzióit is magában foglalja. A fiatal sportolók számára az edző egyaránt jelenti a sportági tudás közvetítőjét, a közösségi normák alakítóját és az értékek hordozóját. A nevelői és a példaképszerep különösen ebben az életkori szakaszban meghatározó. Az utánpótlásban az edző munkája ezért fokozott pedagógiai érzékenységet kíván, mivel a sportolók fejlődése teljesítménybeli, személyiségbeli és szociális értelemben egyszerre zajlik.
3. Hogyan támogatja az edző a sportolók egészségtudatos életmódját?
   Az edző egészségfejlesztő szerepe a bio-pszicho-szociális szemléletre épül: a teljesítmény fejlesztése mellett értékeket és szokásokat is formál. Preventív módon szervezi a terhelés és a pihenés egyensúlyát, a sérülésmegelőzést és a tudatos regenerációt, miközben biztonságos, támogató edzésklímát teremt a mentális jóllét, a motiváció és a kitartás érdekében. Következetesen integrálja az életmódelemeket (táplálkozás, hidratálás, alvás) a mindennapi munkába, és fejleszti a sportolók egészségműveltségét (közérthető magyarázatok, egyszerű önmonitorozás, korai jelzések felismerése). Ebben az értelemben az egészségfejlesztés az edzői munka pedagógiai dimenziójaként is értelmezhető, mivel a sportolók döntéseinek, attitűdjeinek és önszabályozó működésének formálásán keresztül fejti ki hatását.

A gyakorlatban az edző legfontosabb feladatai a tanulási klíma tudatos alakítása, a differenciált feladatkijelölés és a következetes visszajelzés olyan módon, amely egyszerre segíti a sportolói autonómiát és jóllétet, miközben a prevenció – a terhelés-pihenés egyensúlya, a sérülés-megelőzés és a biztonságos edzéskultúra – a hosszú távú fejlődés szükséges feltétele. Az edző ebben a keretben „kapuőr”: felismeri a kompetenciahatárokat, és szükség esetén szakemberekhez irányít (dietetikust, gyógytornászt, sportpszichológust, orvost von be).

A jövőbeni kutatások célja lehet, hogy megtaláljuk az optimális pedagógiai és egészségfejlesztő beavatkozásokat az életkori sajátosságokhoz igazítva. Fontos a hosszú távú hatások pontosabb feltárása is: Hogyan alakul a sportolói jóllét, a sportban maradás és a sérülési kockázat hónapok, sőt évek alatt? Érdemes vizsgálni a digitális eszközök és platformok szerepét, mert az egyszerű jóllét-skálák, az edzésnaplók és a hordható eszközök

segíthetnek a terhelés-pihenés egyensúlyának követésében, és javíthatják az edző, a sportoló és a szülő közötti kommunikációt is. Terveink között egy intervenciós vizsgálat szerepel, amelyben egy általunk kigondolt egészségfejlesztő/prevenciós edzőképzési modult szeretnénk tesztelni. Az ilyen típusú kutatások közvetlenül javíthatják az edzői gyakorlatot, és hozzájárulhatnak az edzőképzés fejlesztéséhez is.

Tanulmányunk narratív áttekintés, következtetései ennek megfelelően csak korlátozottan általánosíthatók. A források kiválasztása és súlyozása szükségszerűen szerzői döntés, amely kisebb torzítást is eredményezhet. Ugyanakkor a narratív szintézis lehetőséget adott arra, hogy az edző pedagógiai és egészségfejlesztő funkcióit egységes értelmezési keretben kapcsoljuk össze, és ezzel kiindulópontot adjunk a további elméleti és empirikus kutatásokhoz.

Irodalom

1. Amawi, A., Alwattar, H. & Alshareef, A. (2024). Junior athletes' nutritional demands: A narrative review of consumption and prevalence of eating disorders. *Frontiers in Nutrition*, *11*, 1390204. https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1390204
2. Bábosik, I. (1999). *A nevelés elmélete és gyakorlata*. Nemzeti Tankönyvkiadó.
3. Bateman, J. E., Morgan, K. & Jones, M. I. (2020). Coach education and positive youth development as a means of improving adolescent health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(21), 7944. https://doi.org/10.3390/ijerph17217944
4. Báthory, Z. (1985). *Tanítás és tanulás*. Tankönyvkiadó.
5. Bompa, T. O. & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
6. Bognár, J. (2023). *Sportpedagógia*. Krea-Fitt Kft.
7. Camiré, M., Trudel, P. & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *The Sport Psychologist*, *26*(2), 243–260. https://doi.org/10.1123/tsp.26.2.243
8. Charest, J. & Grandner, M. A. (2020). Sleep and athletic performance: Impacts on physical performance, mental performance, injury risk and recovery, and mental health. *Sleep Medicine Clinics*, *15*(1), 41–57. https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2019.11.005
9. Cronin, C. & Armour, K. (2019). *Care in sport coaching: Pedagogical cases*. Routledge.
10. Dubé, A., Gouws, C. & Breukelman, G. (2022). Effects of hypohydration and fluid balance in athletes' cognitive performance: A systematic review. *African Health Sciences*, *22*(1), 367–376. https://doi.org/10.4314/ahs.v22i1.45
11. Elekes, A. (2006). *Egészségpedagógia*. Semmelweis Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar.
12. Evans, M. B., McGuckin, M., Gainforth, H. L., Bruner, M. W. & Côté, J. (2015). Coach development programmes to improve interpersonal coach behaviours: A systematic review using the RE-AIM framework. *British Journal of Sports Medicine*, *49*(13), 871–877. https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094634
13. Falus, I. (2001a). Pedagógus mesterség – pedagógiai tudás. *Iskolakultúra*, *11*(2), 21–28.

14. Falus, I. (2001b). A gyakorlat pedagógiája. In Golnhofer, E. & Nahalka, I. (Eds.), *A pedagógusok pedagógiája* (pp. 15–27). Nemzeti Tankönyvkiadó.
15. Falus, I. (2001). Gondolkodás és cselekvés a pedagógus tevékenységében. In Báthory, Z. & Falus, I. (Eds.), *Tanulmányok a neveléstudomány köréből* (pp. 213–234). Osiris Kiadó.
16. Falus, I. (2004). A pedagógussá válás folyamata. *Educatio*, *13*(3), 359–374.
17. Fraser-Thomas, J. L., Côté, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *10*(1), 19–40. https://doi.org/10.1080/1740898042000334890
18. Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. E. & Sullivan, P. J. (1999). A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Educational Psychology*, *91*(4), 765–776. https://doi.org/10.1037/0022-0663.91.4.765
19. Fügedi, B. (2017). A sport és az egészségfejlesztés pedagógiai aspektusai. In *Neveléstudományi kutatások* (pp. 145–163). Líceum Kiadó.
20. Fügedi, B., Nagyváradi, K., & Kocsis, Cs.-né. (2010). Egészségi állapot és egészségmagatartás vizsgálata aktív korú munkavállalók körében. *Egészségfejlesztés*, *51*(5–6), 21–29.
21. Gombocz, J. (1996). Nevelői pályák párhuzamai. *Kalokagathia*, *1–2*, 106–119.
22. Gombocz, J. (2005). A sportegyesület a nevelés helyszíne. *Magyar Edző*, *1*, 27–36.
23. Gombocz, J. (2008). *Sportolók nevelése: A pedagógia és a sportpedagógia alapkérdései*. ÖTM.
24. Gombocz, J. & Karainé, O. (2015). A testi és lelki egészségre nevelés. In Kormos, J. & Pálvölgyi, F. (Eds.), *A köznevelés céljai és fejlesztési területei a Nemzeti alaptanterv szemléletének tükrében* (pp. 121–139). PPKE BTK.
25. Gortva, J. (2024a). Mikrotörténet és tantárgyi integráció, avagy a helytörténeti kutatások felhasználása a köznevelésben. In Lubinszky, M. & Ludnikné Pálfi, D. (Eds.), *A jövő pedagógiája: A XV. Országos Tanítani Konferencia előadásainak szerkesztett változata* (pp. 127–137). Miskolci Egyetemi Kiadó.
26. Gortva, J. (2024b). Labdarúgás és olimpizmus. *Acta Universitatis, Sectio Sport*, *55*, 5–20. https://doi.org/10.33040/ActaUnivEszterhazySport.2025.55.5
27. Gyömbér, N., Kovács, K. & Ruzics, É. (2016). *Gyereklélek sportcipőben: Fiatalkori és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek*. Noran Libro.
28. Hecht, C., Bank, N., Cook, B. & Mistovich, R. J. (2023). Nutritional recommendations for the young athlete: Current concept review. *Journal of the Pediatric Orthopaedic Society of North America*, *5*(1). https://doi.org/10.55275/JPOSNA-2023-599
29. Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L. & Tamminen, K. A. (2016). A grounded theory of positive youth development through sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *9*(1), 1–24. https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1165875
30. Ihász, F. & Rikk, J. (2010). *Egészségfejlesztés*. Szerzői kiadás.
31. Juhász, I. & Kónya, R. (2024). Edző–sportoló kapcsolat jellemzői ifjúsági kézilabdázók körében: Fókuszban a beválás. *Acta Universitatis de Carolo Eszterházy Nominatae. Sectio Sport*, *55*, 57–74.

32. Kidman, L. (2005). *Athlete-centred coaching: Developing inspired and inspiring people*. IPC Print Resources.
33. Kinnerk, P., Kearney, P. E., Harvey, S. & Carson, H. J. (2024). High performance team sport coaches' perspectives of their use of in-session core coaching practices to stimulate player learning. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/13573322.2023.2235588
34. Koh, K. T., Komar, J., Tarkington, N. & Tan, E. S. R. (2024). The effects of values and principles in sports coach education course designed to promote values-driven coaching styles. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *19*(6), 2272–2285. https://doi.org/10.1177/17479541241266975
35. Kónya, R. (2023). Utánpótláskorú leány-kézilabdázók prevenciós mozgásprogramja. *Acta Universitatis de Carolo Eszterházy Nominatae. Sectio Sport*, *52*, 23–36.
36. Korthagen, F. A. J. (1993). Two modes of reflection. *Teaching and Teacher Education*, *9*(3), 317–326. https://doi.org/10.1016/0742-051X(93)90046-3
37. Kovács, K. E. (2021). A sportperzisztencia vizsgálata az egészség, kapcsolati háló, motiváció és tanulmányi eredményesség függvényében. *Iskolakultúra*, *31*(5), 55–71. https://doi.org/10.14232/ISKKULT.2021.05.55
38. Lara-Bercial, S., North, J., Hämäläinen, K., Oltmanns, K., Minkhorst, J. & Petrovic, L. (2017). *The European sport coaching framework*. Human Kinetics.
39. Larkin, P., Barkell, J. & O'Connor, D. (2022). The practice environment—How coaches may promote athlete learning. *Frontiers in Sports and Active Living*, *4*, 957086. https://doi.org/10.3389/fspor.2022.957086
40. Nahalka, I. (2013). Konstruktivizmus és nevelés. *Neveléstudomány: Oktatás – Kutatás – Innováció*, *1*(4), 21–33.
41. North, J. (2017). *Sport coaching research and practice: Ontology, interdisciplinarity and critical realism*. Routledge.
42. Occhino, J. L., Mallett, C. J., Rynne, S. B. & Carlisle, K. N. (2014). Autonomy-supportive pedagogical approach to sports coaching: Research, challenges and opportunities. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *9*(2), 401–415. https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.2.401
43. Oláh, A. (2012). *A pozitív pszichológia világa*. Akadémiai Kiadó.
44. Petitpas, A. J., Cornelius, A. E., Van Raalte, J. L. & Jones, T. (2005). A framework for planning youth sport programs that foster psychosocial development. *The Sport Psychologist*, *19*(1), 63–80.
45. Racinais, S., Hosokawa, Y., Akama, T., Bermon, S., Bigard, X., Casa, D. J., Grundstein, A., Massey, A., Migliorini, A., Mountjoy, M., Nikolic, N., Pitsiladis, Y. P., Schobersberger, W., Steinacker1, J. M., Yamasawa, F., Zideman, D. A., Engebretsen, L. & Budgett, R. (2023). IOC consensus statement on recommendations and regulations for sport events in the heat. *British Journal of Sports Medicine*, *57*(1), 8–25. https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-105942
46. Révész, L. (2021). A tanár-diák kapcsolat jellemzői a testnevelésben. *Magyar Pedagógia*, *121*(1), 3–23. https://doi.org/10.17670/MPed.2021.1.3
47. Révész, L., Bognár, J., Csáki, I. & Trzaskoma-Bicsérdy, G. (2013). Az edző–sportoló kapcsolat vizsgálata az úszás sportágban. *Magyar Pedagógia*, *113*(1), 53–72.

48. Santos, F., Camiré, M., MacDonald, D. J., Campos, H., Conceição, M. & Silva, A. (2017). Youth sport coaches' perspective on positive youth development and its worth in mainstream coach education courses. *International Sport Coaching Journal*, *4*(1), 38–46. https://doi.org/10.1123/iscj.2016-0092

49. Smith, N., Quested, E., Appleton, P. R. & Duda, J. L. (2017). Observing the coach-created motivational environment across training and competition in youth sport. *Journal of Sports Sciences*, *35*(2), 149–158. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1159714

50. Smith, K., Burns, C., O'Neill, C., Duggan, J. D., Winkelman, N., Wilkie, M. & Coughlan, E. K. (2023). How to coach: A review of theoretical approaches for the development of a novel coach education framework. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *18*(2), 594–608. https://doi.org/10.1177/17479541221136222

51. Stoszkowski, J. & Collins, D. (2016). Sources, topics and use of knowledge by coaches. *Journal of Sports Sciences*, *34*(9), 794–802. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1072279

52. Turnnidge, J., Côté, J. & Hancock, D. J. (2014). Positive youth development from sport to life: Explicit or implicit transfer? *Quest*, *66*(2), 203–217. https://doi.org/10.1080/00336297.2013.867275

53. Walsh, N. P., Halson, S. L., Sargent, C., Roach, G. D., Nédélec, M., Gupta, L., Leeder J., Fullagar, H. H., Coutts, A. J., Edwards, B. J., Pullinger, S. A., Robertson, C. M., Burniston, J. G., Lastella, M., Le Meur, Y., Hausswirth, Ch., Bender, A. M., Grandner, M. A. & Samuels, C. H. (2021). Sleep and the athlete: Narrative review and 2021 expert consensus recommendations. *British Journal of Sports Medicine*, *55*(7), 356–368. https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102025

54. Wilczyński, M., Demuth, A., Pawlus, B., Seweryn, P. & Czarnocka-Cieciura, M. (2025). The role of coaches in sports injury prevention among youth athletes: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Medicine*, *14*(6), 1768. https://doi.org/10.3390/jcm14061768

55. World Health Organization. (1986). *Ottawa charter for health promotion*. World Health Organization.

The Coach's Pedagogical and Health-promoting Functions: Theoretical and Literature Review Frameworks

Both Hungarian and international literature indicate that coaching cannot be reduced to the transmission of sport-specific technical and tactical knowledge; rather, it also encompasses complex pedagogical and health-promotion functions. This study is based on a narrative literature review in which we organize and interpret available research findings around key concepts (coaching roles, pedagogical mechanisms of influence, well-being, and prevention). The aim of the paper is to provide an educational-science interpretation of the coach's role: how coaches function simultaneously as instructors, educators, mentors, facilitators, and health-promotion professionals, and how they shape the learning environment and the conditions for athletes' development. We argue that these roles are not mutually exclusive; instead, they dynamically complement one another. Their impact is reflected in the quality of athletes' learning, the maintenance of motivation, psychological well-being, attitudes related to injury prevention, and long-term sport-specific and personal development. This is particularly salient in youth sport, where pursuing performance goals and fostering personality development at the same time can also raise pedagogical dilemmas. Our findings may contribute to a more conscious interpretation of pedagogical, communication, and prevention functions in coach education, supported by clearer competence goals and greater professional emphasis.

Keywords: coach, pedagogical role, educational sciences, prevention, health promotion, sport pedagogy