



BUDAKESZI
VÁROS ÖNKORMÁNYZATA

SPORTKONCEPCIÓ
2024–2029.

Budakeszi jövőképeinek jelentős területe a helyi lakosok sportkultúrájának és egészséges életmódjának koncepcionális fejlesztése.

A koncepció kidolgozásának szükségességét indokolja az a tendencia is, amely az utóbbi években látszik kirajzolódni Magyarországon, hogy amíg a hazai versenysport-élsport területén jelentős nemzetközi sikereket érünk el, addig a magyar társadalom, a hazai lakosság egy jelentős része igen rossz egészségi állapotban van.

Budakeszi település földrajzi adottságai alapján szerencsére kiváló és változatos lehetőségeket kínálhat a sportolni vágyó közönség számára.

A sport ma már jelentős üzleti és kiváló kommunikációs lehetőségeket is kínál, mindezzel pedig Budakeszinek is élnie kell. Az önkormányzat által képviselt értékeknek pedig, nemcsak a sportban, hanem azon túlmutatóan is a közjó és a társadalmi jóllét növelésében, a testi és lelki betegségek megelőzésében is meg kell jelenniük, hogy segíteni tudjuk városunk lakosságát egy egészségesebb életszínvonal elérésében.

dr. Győri Ottilia

polgármester

I. Bevezető

Az Európai Sport Charta szerint: „*Sport minden olyan fizikai tevékenység, amely esetenként vagy szervezett formában a fizikai és szellemi erőnlét fejlesztését szolgálja, társadalmi kapcsolatok teremtése vagy különböző szintű versenyeken elérendő eredmények céljából.*”

A sport a magyar kultúra fontos és megkerülhetetlen része, a magyar emberek sport szeretete a versenysportban, valamint a szabadidősport területén is megmutatkozik. A sport fontos értékekkel, hasznos tudással, tapasztalattal látja el az aktív polgárokat, mely a társadalmunk hasznára is válik. A sport kiemelt figyelmet kap a mindenkori magyar kormány terveiben is.

Magyarország Alaptörvényének 70/D §. (1) bekezdése alkotmányos jogként fogalmazza meg az ország területén élőknek a lehető legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez való jogát. Ennek a jognak az érvényesülését szolgálja – többek között – a rendszeres testedzés biztosításának lehetősége.

Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 13. § (1) bekezdésének 15. pontja az önkormányzat feladataként határozza meg a helyi közügyek körében a sport támogatását.

A sport társadalomra gyakorolt pozitív hatása, hogy a sportoló polgárok kitartóbbak, együttműködőbbek, testileg és szellemileg is frissebbek. A sport jótékony hatása szerepet játszik a betegségek megelőzésében, az egészség megtartásában és helyreállításában, köszönhetően a kialakuló erősebb immunrendszernek.

A modern agykutatás eredményei alapján tudjuk, hogy az egyik legfontosabb szervünknek (ami többek között a személyiségünket adja) azzal teszünk jót, ha fizikailag aktívak vagyunk. A folyamatos edzés, az aktív életmód pozitív hatással van a kognitív képességeinkre – kreativitásunkra, koncentrációnkra, stressztűrésünkre, intelligenciánkra -, lassítja a demenciát. Mindemellett szerepet játszik az erkölcsi nevelésében, a jellem- és személyiség-formálásban.

Jól látható, hogy a sportnak széles körű társadalmi és egészségügyi hatása van, ezért az önkormányzat szerepvállalása megkerülhetetlen a lakosság sportolásra való ösztönzésében.

A sport támogatása tehát fontos, valamint törvényben meghatározott feladat. A támogatás mértékéről és módjáról azonban egyik törvényi szabályozás sem dönt. Az önkormányzat adott költségvetésétől és helyzetétől függ, hogy mekkora forrást tud biztosítani a sportfinanszírozásra. A városi sportfejlesztési koncepció (a továbbiakban: Sportkoncepció) feladata, hogy célokat fogalmazzon meg, amelyeknek köszönhetően a sport támogatására fordított anyagi források hatékony felhasználása mérhetővé válik.

Budakeszi Város Önkormányzata jelen Sportkoncepcióval meghatározza a város legfontosabb tennivalóit, amelyeket anyagi lehetőségeinek függvényében maximális mértékben igyekszik véghez vinni. Ezen sportkoncepció célokat fogalmaz meg, és javaslatokat tesz az egyes feladatok még jobb ellátása, illetve az új ötletek megvalósíthatósága érdekében.

Az önkormányzat egyik jelentős célja, hogy minél több budakeszi lakos testi és lelki egészségének megőrzése érdekében rendszeresen és kulturált körülmények között sportolhasson.

Ennek érdekében a város fejleszti a sportolási lehetőségeket, népszerűsíti a sportolást a szabadidősport, a diáksport és versenysport területeire is fókuszálva.

II. Jogsabályi háttér

2004. évi I. törvény a sportról

VII. Fejezet

AZ ÁLLAM ÉS A HELYI ÖNKORMÁNYZATOK SPORTTAL KAPCSOLATOS FELADATAI

Állami feladatok és ellátásuk szervezeti rendszere

49. § A sport társadalmilag hasznos céljainak megvalósítása érdekében az állam:

- a) meghatározza a szervezett formában történő sporttevékenység gyakorlásának jogszabályi feltételeit,
- b) gondoskodik – a nemzeti köznevelésről szóló törvényben meghatározottak szerint – a mindennapos testnevelés feltételeinek megteremtéséről a köznevelésben, továbbá közreműködik ezek biztosításában a felsőoktatási intézményekben és a felsőoktatási kollégiumokban,

- c) elősegíti az egészséges életmód és a szabadidősport gyakorlása feltételeinek megteremtését,
- d) az e törvényben, a költségvetési törvényben, az államháztartás működésére vonatkozó jogszabályokban, valamint az állami sportcélú támogatásokról szóló kormányrendeletben meghatározottak szerint – elsősorban a sportfejlesztési programokon alapuló támogatás előtérbe helyezésével, pályázati úton történő források rendelkezésre bocsátásával – részt vesz a versenysport, az utánpótlás-nevelés, az iskolai és diáksport, az egyetemi-főiskolai sport, a szabadidősport és a fogyatékosok sportja, valamint a helyi önkormányzatok által ellátott sportfeladatok finanszírozásában,
- e) az esélyegyenlőség jegyében támogatja a gyermek- és ifjúsági sportot, a nők és a családok sportját, a hátrányos helyzetű társadalmi csoportok, valamint a fogyatékosok sportját,
- f) korlátozza a sport önvészélyeztető, káros megnyilvánulását és ellenőrzi a doppingtilalom betartását,
- g) ösztönzi a sportpiac kialakulását és működését,
- h) a környezet- és természetvédelmi, egészségügyi és az esélyegyenlőséget biztosító egyéb követelmények figyelembevételével sportrendezvények lebonyolítására alkalmas létesítményeket hoz létre a létesítményfejlesztés tervezése és végrehajtása során a sportvilágesemények (olimpia, Paralimpia, Siketlimpia, világbajnokságok, Európa-bajnokságok) és kiemelt sportdiplomáciai események (nemzetközi sportszövetségi, sporttudományi kongresszusok) megrendezésére is alkalmas sportinfrastruktúra kialakításának lehetőségére is figyelemmel,
- i) gondoskodik az állami tulajdonban lévő sportlétesítmények fenntartásától, fejlesztéséről és rendeltetésszerű hasznosításáról,
- j) elősegíti a nem állami tulajdonban lévő sportlétesítmények építését, karbantartását, korszerűsítését, akadálymentesítését, illetve fejlesztését,
- k) gondoskodik a sportrendezvényeken a közbiztonságról, hozzájárul a sportrendezvények biztonságos lebonyolításához,
- l) részt vesz a sporttal kapcsolatos nemzetközi együttműködésben,

- m) támogatja az olimpiai, a paralimpiai és siketlimpiai mozgalmat, Magyarország sportolójának részvételét az olimpiákon, paralimpiákon, és siketlimpiákon és más, az épek és fogyatékosok sportjának kiemelkedő jelentőségű nemzetközi sportversenyein,
- n) támogatja a sportszakember-képzést és a sporttal kapcsolatos tudományos tevékenységet, elősegíti a testkulturális felsőoktatás feltételeinek biztosítását,
- o) fenntartja a sportegészségügy állami intézményeit és országos hálózatát, támogatja a sportorvosi tevékenységet,
- p) biztosítja a nemzeti sportinformációs rendszer működésének feltételeit,
- q) támogatja a testkultúra fejlesztését szolgáló és sporttudományi képzést.

A helyi önkormányzatok sporttal kapcsolatos feladatai

55. § (1) A települési önkormányzat - figyelemmel a sport hosszú távú fejlesztési koncepciójára

- a) meghatározza a helyi sportfejlesztési koncepciót, és gondoskodik annak megvalósításáról,
- b) az a) pontban foglalt célkitűzéseivel összhangban együttműködik a helyi sportszervezetekkel, sportszövetségekkel,
- c) fenntartja és működteti a tulajdonát képező sportlétesítményeket,
- d) * támogatja az iskolai testnevelés és sporttevékenység gyakorlása feltételeinek megteremtését.

(2) * A települési önkormányzat az (1) bekezdésben foglaltakon kívül támogatja az iskolai sportkörök működéséhez, vagy az ezek feladatait ellátó diáksport-egyesületek feladatainak zavartalan ellátásához szükséges feltételek megteremtését.

(3) A vármegyei és a fővárosi önkormányzat az (1)-(2) bekezdésben foglaltakon túl sportszervezési feladatai körében: *

- a) segíti a területén tevékenykedő sportszövetségek működésének alapvető feltételeit,
- b) közreműködik a sportszakemberek képzésében és továbbképzésében,

c) * segíti a sportági és iskolai területi verseny rendszerek kialakítását, illetve az e körbe tartozó sportrendezvények lebonyolítását,

d) adottságainak megfelelően részt vesz a nemzetközi sportkapcsolatokban,

e) * f) közreműködik a sport népszerűsítésében, a mozgásgazdag életmóddal kapcsolatos sporttudományos felvilágosító tevékenység szervezésében,

g) közreműködik a sportorvosi tevékenység feltételeinek biztosításában.

(4) A megyei jogú városi önkormányzat illetékességi területén - adottságainak megfelelően - ellátja a (3) bekezdésben meghatározott feladatokat.

(5) * A helyi önkormányzatok - figyelemmel a 49. § d) pontjában foglaltakra is - a sporttal kapcsolatos feladataik ellátásához a költségvetési törvényben és más, a sport állami támogatásáról rendelkező jogszabályok szerinti támogatásokban részesülnek.

(6) Az e törvényben meghatározott feladatai alapján a tízezernél több lakosú helyi önkormányzatok rendeletben állapítják meg a helyi adottságoknak megfelelően a sporttal kapcsolatos részletes feladatokat és kötelezettségeket, valamint a költségvetésükből a sportra fordítandó összeget.

III. A sportkoncepció elvei

Ezen koncepció célkitűzéseket és az ezekhez tartozó feladatokat tartalmazza. Mindezek olyan elemek, amelyeket az önkormányzat - költségvetése adta lehetőségeihez mérten - iránymutatónak tart döntéseiben a sportot érintően.

A dokumentummal mindenki számára egyértelművé szeretné tenni Budakeszi város önkormányzata, hogy a testkultúra az egyetemes kultúra része. Az egészségvédelem, a rekreáció fontos eszköze, valamint a szabadidő eltöltésének társadalmilag is hasznos módja. Az ifjúság nevelésében és erkölcsi normák kialakításában is nagy szerepet tölt be. A fizikai fejlesztés, jellem és személyiségfejlesztés terén megkerülhetetlen elem.

A sport az esélyegyenlőség kiteljesedéséhez és a tolerancia fejlődéséhez is nagymértékben hozzájárul. Lehetőséget teremt a tisztességes játék szellemiségének terjesztéséhez és a káros szenvedélyek elleni harcból jelentősen kiveszi a részét.

IV. Az Önkormányzat sporttal kapcsolatos általános feladatai

Budakeszi Város Önkormányzata, figyelembe véve a magyar sport hosszú távú fejlesztési koncepcióját:

- meghatározza a helyi sportfejlesztési koncepciót és a helyi sportszervezetek képviselőit bevonva gondoskodik annak betartásáról,
- a Sportkoncepció célkitűzéseivel összhangban, a városi sportreferensen keresztül együttműködik a helyi sportszervezetekkel, sportegyesületekkel és támogatja tevékenységüket,
- fenntartja és üzemelteti a tulajdonát képező sportlétesítményeket,
- a lehetőségeihez mérten igyekszik minden korosztálynak ingyenes sportolási lehetőséget biztosítani évente legalább egy alkalommal
- a lehetőségekhez képest támogatja a nemzetközi sportkapcsolatok kialakítását
- közreműködik a sport népszerűsítésében, elismerve ezzel a sportolás prevencióos szerepét az egészség megőrzésében
- a fenntartóval és intézményvezetőkkel együttműködve támogatja az óvodai és iskolai testnevelés és sporttevékenység feltételeinek megteremtését.

V. Helyzetértékelés

1. Helyzetkép Budakeszi sportéletéről

A város legutóbb 2007. évben készített Sportkoncepciója óta nagyon megváltoztak a helyi viszonyok a sport tekintetében. Ennek tükrében nagyon fontos, hogy egy reális képet alkossunk a város sportéletéről.

A legnagyobb változást a városi létesítmények fejlesztése hozta. A Széchenyi István Általános Iskola Knáb János utcai intézményének udvarán egy rekortán borítású

multifunkciós sportpálya épült. A Nagy Sándor József Gimnázium udvarán az addig beton kézilabdapálya is új borítást kapott.

A nagyobb volumenű fejlesztések, amelyek a város sportéletében változást eredményeztek a 2018-as műfüves labdarúgó pálya építésével kezdődtek. Ezt a kezdeményezést követte a szintén a Budakeszi Sportpályán kialakított 400 méteres futókör, valamint egy szabadidős kültéri fitnesspark. Ehhez hasonló a Budakeszi Vállalkozói Park területén is létesült.

A közoktatási intézmények fejlesztése a sportra is nagy hatással volt, hiszen az Árpád Fejedelem téri új általános iskola tornaterme rengeteg sportág és sportfoglalkozás otthonául szolgál. Ám a játéktér csökkentett mérete számos sportág életét megnehezíti (pl.: futsal, kézilabda), hiszen nem felel meg a hivatalos mérkőzések szabványainak.

A legfrissebb egyben legnagyobb volumenű sportlétesítmény fejlesztés azonban a 2023-ban átadott Hargitay András Tanuszodához köthető, amelyre már nagyon régóta szüksége volt a városnak.

Budakeszi Város jelenleg egyetlen saját tulajdonú szabadidős-és versenysportra alkalmas létesítménnyel rendelkezik. Ez a Budakeszi Sportpálya. A dokumentum ennek köszönhetően kiemelten foglalkozik az ingatlan helyzetével és szerepével.

Budakeszin számos nem az önkormányzat által létrehozott sportegyesület és sportszervezet működik és teszi ezt sikereket halmozva. Ezek a szervezetek jelentősen hozzájárulnak Budakeszi hírnevének öregbítéséhez, illetve a szabadidő hasznos eltöltéséhez.

Budakeszin működő nagyobb sportegyesületek és sport szervezetek:

Ball Sport Club (kosárlabda)

Balu Sportegyesület szakosztályai (úszás, öttusa, röplabda)

Budakeszi Amatőr Asztalitenisz Sportegyesület (pingpong)

Budakeszi Labdarúgó Akadémia Sportegyesület (labdarúgás)

Budakeszi Multisport Akadémia (triathlon)

Kismészáros Sportegyesület (kempo)

Molnár Teniszakadémia (tenisz)

Viadal Sportegyesület (sí)

MÁV Repülőklub

2. Sporttevékenységek területei

2.1. Óvodai testnevelés

A 363/2012. (XII.17.) Korm. rendelet az Óvodai nevelés országos alapprogramjáról is külön fejezetet szentel az egészséges életmód kialakításának:

„Az egészséges életmódra nevelés, az egészséges életvitel igényének alakítása, a gyermek testi fejlődésének elősegítése ebben az életkorban kiemelt jelentőségű.”

Ezen belül az óvodai nevelés feladata:

- a gyermek gondozása, testi szükségleteinek, mozgásigényének kielégítése;
- a harmonikus, összerendezett mozgás fejlődésének elősegítése;
- a gyermeki testi képességek fejlődésének segítése;
- a gyermek egészségének védelme, edzése, óvása, megőrzése;
- megfelelő szakemberek bevonásával – a szülővel, az óvodapedagógussal együttműködve – speciális gondozó, prevenciós és korrekciós testi, lelki nevelési feladatok ellátása.

A gyermekeket a mozgásos játékok fejlesztik a mozgásban, testtartásban, rávezetik az egészséges életmódra és elősegítik a koncentrációs képességüket, tanulási hatékonyságukat. A tornának, játékos mozgásoknak teremben és szabad levegőn, eszközökkel és eszközök nélkül, spontán, vagy szervezett formában az óvodai nevelés minden napján lehetőséget kell biztosítani. Az éves tanterv meghatározásánál érdemes sportszakember bevonásával megtervezni a testmozgással kapcsolatos, életkori sajátosságoknak megfelelő feladatokat, akár éves szintű felméréseket.

Az egészséges életmódra nevelést nem lehet elég korán kezdeni. Minél fiatalabbak vagyunk, annál fogékonyabbak vagyunk, annál könnyebben tanulunk. Ebben az időszakban a legkönnyebb kialakítani szokásokat és a rendszeres testmozgásra nevelni a gyerekeket, úgy hogy a későbbiekben őket érő ingerek (leterheltség az iskolában, „okoskütyük”, közösségi oldalak, stb.) se vezessék le őket az egészséges életmód helyes útjáról..

A koncentrációzavar, hiperaktivitás, figyelemhiányosság napjaink komoly problémái, amelyek gyermekkorban jelennek meg és kísérik végig az ember életét. Számos kutatás és tanulmány eredménye állapította meg azt, hogy a mozgás segít a koncentrációs zavar javításában.

Az önkormányzat feladatai az óvodai sport területén:

- Sportszakemberek bevonása a tanév sportmunkatervének megtervezésébe
- A sportegyesületek, klubok bevonása az óvodai sportoktatásba
- Éves szinten a szülők edukálása az egészséges életmód témakörében, kihangsúlyozva a rendszeres sportolás pozitív hatásait gyermekük későbbi életében
- Az óvodák segítése önkormányzati, vagy más jellegű pályázati lehetőségek útján az óvodai testnevelés minél magasabb színvonalú feltételeinek biztosításához
- Az óvodák minél nagyobb számban történő bevonása az ingyenes városi sporteseményeken való részvételbe.

2.2. Iskolai testnevelés

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény egyik legfigyelemreméltóbb rendelkezése volt, hogy kötelezővé tette a mindennapos testedzés feltételeinek megteremtését. A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. Törvény 27. § 11. pontja elrendeli a mindennapos testnevelést legalább napi egy testnevelés óra keretében, melyből legfeljebb heti 2 óra tanításon kívüli sportfoglalkozás igazolásával kiváltható.

Az iskolák pedagógiai programjának egyik kiemelt feladata a diákok egészséges életmódra nevelése, fizikai állapotának fejlesztése, a rendszeres sportolás, mozgás iránti igényük megteremtése. Az iskolai testnevelésnek kiemelt szerepe van abban, hogy kialakítsa a tanulóknak a rendszeres, testmozgás iránti igényt, segítse a tanulót a számára legideálisabb mozgásforma, sportág megtalálásában.

Bár a törekvés megvan ennek ellenére a gyerekek körében, mégis nagy a mozgáshiány. Kutatások és tanulmányok mutattak rá arra is, hogy a túlsúlyos gyermekeknél minél nagyobb a túlsúly mértéke, annál rosszabbak a tanulmányi eredményeik. Az edzettebb, fittebb tanulók jobban teljesítenek az iskolapadban a kevésbé jó formában lévő társaikhoz képest.

A fiatalok fizikai állapotromlásának megállítása, az egészségkárosodás megelőzése, a káros szenvedélyek elleni küzdelem és a felnövekvő generációk egészséges életvitelének kialakítása csak a köznevelési intézmények és az ott dolgozó pedagógusok mind hatékonyabb szerepvállalásával oldható meg.

2.2.1. Úszásoktatás

Az iskolai úszásoktatás fontos szerepet játszik a gyermekek testi fejlődésében. A magyar úszásoktatás története szoros kapcsolatban áll az ország vízhez való viszonyával és sporthagyományaival. Az úszás, mint alapvető készség, kiemelt jelentőséggel bír, különösen a vízparti elhelyezkedés és a vízi balesetek megelőzése miatt.

Az úszásoktatásra vonatkozó szabályozások és ajánlások az évek során folyamatosan fejlődtek. A 2000-es évek elejétől kezdődően a magyar közoktatási rendszerben egyre nagyobb hangsúlyt kaptak az úszás tanulás és -oktatás kérdései.

Az iskolai úszásoktatás struktúrája

Az úszástanulás általában az általános iskola alsó tagozatán kezdődik. A cél, hogy a gyerekek elsajátítsák az úszás alapjait, és megszerezzék a vízhez való biztonságos hozzáállást.

Az úszásoktatás során a gyermekek különböző úszásnemeket tanulnak meg, mint például a gyorsúszást, mellúszást, hátúszást és pillangóúszást. Emellett fontos a helyes légzéstechnika és a víz alatti mozgásformák elsajátítása is.

Az úszásoktatást szakképzett úszóedzők és testnevelő tanárok végzik, akik rendelkeznek a szükséges szakmai képesítésekkel és tapasztalattal.

Előnyök és kihívások

Előnyök: Az úszás segít a gyermekek fizikai állapotának javításában, növeli a koordinációt, erősíti az izmokat és fejleszti a légzőrendszert. Emellett hozzájárul a gyermekek biztonságérzetéhez és önbizalmához a vízben.

Kihívások: Az úszásoktatás terén gyakran felmerülnek infrastruktúra- és finanszírozási problémák. A megfelelő úszómedencék hiánya, valamint a képzett szakemberek és a költségek jelentős hatással vannak a programok minőségére és elérhetőségére.

Az úszásoktatás beépítése a tantervbe Magyarországon egy komplex, de fontos feladat, amelynek célja a gyermekek biztonságos vízhasználatának és fizikai fejlődésének biztosítása. A sikeres beépítéshez átfogó tantervi reformok, pedagógiai programok, infrastrukturális fejlesztések és támogatási rendszerek szükségesek. Ha ezek a lépések megfelelően végrehajtásra kerülnek, az úszásoktatás hatékonyan hozzájárulhat a diákok egészséges fejlődéséhez és biztonságához.

Budakeszin a fent említett Hargitay András Tanuszoda elkészülte egy új szintre emelheti a városi úszásoktatást. A városi iskolák nagy részében már zajlik úszásoktatás, azonban fontos lenne markánsabb szerepbe helyezni ezt és szélesebb körben elérhetővé tenni.

2.3. Lakossági sport

A szabadidősport kedvtelésből, a szabadidő hasznos eltöltése céljából, az egészség megőrzésének érdekében végzett sporttevékenység, testedzés.

A szabadidősport, vagy lakossági sport rendezvények az alábbi formákban valósulhatnak meg:

- szervezett formában megrendezésre kerülő szabadidősport rendezvények (önkormányzat vagy civil szervezetek, sportegyesületek által szervezett események),
- spontán, egyéni formában vagy önszerveződő közösségi keretek között végzett szabadidősport rendezvények,
- vállalkozások által szolgáltatásként biztosított szabadidősport tevékenység.

A mai rohanó világban az emberek egyre több stressznek vannak kitéve – a munkahelyeken éppúgy, mint az élet más területein. Ahogy Daniel Goleman is fogalmaz: „Amikor feszültnek érezzük magunkat, agyunk stresszhormonokat termel. Ezek a hormonok, ha a stresszes állapot hónapokon vagy akár éveken át fennáll, komoly károkat okozhatnak egészségünkben, és idegileg is kimerülhetünk.”

A stressztűrés és a mozgás közötti kapcsolat szorosan összefügg a kortizollal, a mellékvesében termelődő stresszhormonnal. A rendszeres testmozgás hosszú távon hozzájárul ahhoz, hogy szervezetünk kevesebb kortizolt termeljen stresszhelyzetekben, így jobban viseljük a megterhelő szituációkat. Egy kutatás során a MIST tesztet alkalmazva kimutatták, hogy azoknak, akik a teszt előtt 30 perccel kerékpároztak, kisebb mértékben nőtt meg a stressz-szintjük, mint azoknak, akik nem mozogtak előtte – ez pedig összefügg az edzettségi állapottal.

Míndez jól példázza, milyen fontos szerepet játszik a rendszeres testmozgás egész életünk során. Gyerekként még természetes a mozgás – testnevelés órák, utánpótlásedzések biztosítják a fizikai aktivitást. Ám amint belépünk a munka világába, sokan életmódot váltanak, és a mindennapos vagy heti rendszerességű mozgás háttérbe szorul. Az ülőmunka (nem véletlenül nevezik „az új dohányzásnak”) és a tartós stressz mind negatív hatással van egészségünkre, ami kihat a társas kapcsolatainkra, munkahelyi teljesítményünkre és családi életünkre is.

Nem elhanyagolható az sem, hogy idősebb korban természetes módon romlanak bizonyos kognitív képességeink – csökken az emlékezőtehetség, lassul a gondolkodás, nehezebbé válik a koncentráció. A rendszeres mozgás azonban ezen a területen is segíthet: lassítja az agy öregedését. Egy 70 éveseken végzett kutatás során a Stroop-teszttel bizonyították,

hogy a jobb fizikai állapotban lévő alanyok agyuk kisebb részét használták a feladat megoldásához, mégis jobb eredményt értek el, mint a kevésbé aktív társaik.

Mindez rávilágít arra, hogy az önkormányzatnak átfogó szemlélettel kell foglalkoznia a szabadidősporttal, a legkisebbektől a legidősebb korosztályig. Fontos, hogy minden életkorban biztosítottak legyenek az ingyenes mozgáslehetőségek és események, amelyek támogatják az egészséges életmód kialakítását és fenntartását.

Jelenleg az alábbi önkormányzati tulajdonú, lakossági sportra alkalmas létesítmények állnak a budakeszi polgárok rendelkezésére:

- Budakeszi Sporttelep (edzőpark, futókör, élő füves és műfüves labdarúgó pálya, biciklis pumpa pálya, streetball pálya, teqball)
- Szabadtéri edzőpark a vállalkozói park területén

VI. Tervek

Budakeszi város vezetősége kiemelten fontosnak tartja a lakosság egészséges életmódjának támogatását, a sportolási lehetőségek szélesítését és az ehhez szükséges infrastrukturális fejlesztések előmozdítását. A sport nem csupán az egyéni egészséget és jólétet szolgálja, hanem hozzájárul a közösségi élet élénkítéséhez, a társadalmi összetartozás erősítéséhez és a fiatal generációk mozgáskultúrájának fejlesztéséhez is.

A tervek között nagy figyelmet kapott a Budakeszi Sportpálya, hiszen jelenleg ez a város egyetlen saját tulajdonú sportlétesítménye. Ennek okán az ingatlan fejlesztése időszerű, hiszen a mai modern kor feltételeinek meg kell felelnie. Így lehet a szabadidős és versenysportolók igényeit egyaránt kielégíteni.

Kiemelten fontos Budakeszi Város tekintetében az is, hogy a lakosság számának növekedését figyelembe véve a játszóterek mellett a sportolásra alkalmas terek számát is növelje. Indokolt egy Sport-és Szabadidőpark létrehozása, amely minden korosztályt kiszolgálna. Ennek esetleges helyét meg kell határozni, majd a lehetőségeket figyelembe véve egy terv elkészítése következhet.

A sportkoncepció kidolgozása lehetőséget nyújt arra, hogy rövid, közép- és hosszú távú terveket meghatározva egy egységes és átgondolt stratégiát biztosítsunk Budakeszi

sportéletének fellendítésére. A cél egy olyan fenntartható és modern sportkörnyezet kialakítása, amely minden korosztály számára lehetőséget biztosít az aktív és egészségtudatos életmód kialakítására.

1. Az önkormányzat feladatai és célkitűzései a sport terén

1.1. Az önkormányzat feladatai a lakossági sport területén

- Éves szinten megfelelő anyagi forrást biztosít a szabadidősport területén rendezvények megszervezésére, támogatására.
- Minden korosztály számára legalább évi egy alkalommal ingyenes sportolási lehetőséget biztosít, vagy valamely sportvállalkozásban, vagy rendezvény formájában.
- Az ingyenesen elérhető és használható szabadidős sportolásra alkalmas helyszínek, létesítmények folyamatos karbantartása és fejlesztése.
- A városban felmerülő szabadidősport igények kielégítése érdekében meg kell vizsgálni a rendelkezésre álló anyagi lehetőségeket
- Minél szélesebb körben népszerűsíteni a szabadidősportot, egészségmegőrzést és hangsúlyozni annak fontosságát. Erre egy kiváló módszer a “Mozgás receptre “ program bevezetése
- A szabadidősportban résztvevők számának növelése érdekében az Önkormányzat a saját fenntartású, illetve az általa támogatott sportegyesületek, köznevelési intézmények létesítményeiben (támogatási szerződések feltételeként), több ingyenes, vagy alacsony költséggel igénybe vehető lehetőséget biztosíthatna edzések megtartására
- Az óvodás korú és valamivel idősebb gyermekek számára a játszóterek biztosítanak remek mozgáslehetőséget, így ezek fejlesztése és folyamatos karbantartása is fontos feladat

2. Infrastruktúra fejlesztése

Budakeszi Sportpálya:

Budakeszi legnagyobb és legnépszerűbb sportolásra alkalmas létesítménye a Budakeszi Sporttelep. Ez az önkormányzati tulajdonú ingatlan több sportágnak is otthont ad. Az atlétika, testedzés, tenisz és kosárlabda mellett a labdarúgás a fő vonzereje a területnek.

A sporttelepen viszonylag új beruházként lehet felsorolni az egy sávos 400 méteres rekortán futókört, és a szabadtéri edző parkot.

Mindenképp fontos a meglévő infrastruktúra fenntartása, karbantartása és fejlesztése. Annak érdekében, hogy a jelenlegi sportélet színvonala megmaradjon, valamint magasabb szintre kerülhessen ez elengedhetetlen.

A Budakeszi sporttelep fejlesztése, beleértve egy kávézó vagy büfé létesítését és a meglévő sportterületek hatékonyabb felhasználását, nagyszerű módja lehet a közösségi tér gazdagításának és a sportolási lehetőségek bővítésének. A kiszolgáló egység és a sportterületek optimalizálása hozzájárulhat egy élénkebb és aktívabb közösségi tér kialakításához.

A közelmúltban a lakosság részéről az alábbi sportolásra alkalmas létesítmények megvalósítására érkezett javaslat:

- Mászófal
- Strandröplabda pálya
- Pétanque pálya, lengőteke, sakk
- Kosárlabda pálya
- Kresz park
- Szabadtéri úszómedence

Fenti lehetőségeket illetően szakértők segítségét igénybe véve és az önkormányzat anyagi lehetőségeit figyelembe véve kerülnek kialakításra a megvalósíthatósági tervek.

1.3. Kommunikáció és média megjelenés

1. Célok:

- Növelni a sportolási lehetőségek ismertségét városunkban
- Erősíteni a helyi sportközösséget és szorosabb kapcsolatokat építeni a helyi lakosokkal.
- Növelni a részvételt a sporteseményeken és programokon.
- Fokozni a helyi sportolók és csapatok elismerését és támogatottságát.

2. Célközönség

Helyi lakosok, különösen a családok, fiatalok és sportkedvelők.

- Helyi vállalkozások és potenciális szponzorok.
- Helyi média (újságok, rádiók, televíziók).
- Sportegyesületek és sportolók.

3. Kommunikációs Csatornák

- Helyi Média: újságok, helyi televíziók.
- Digitális Platformok: weboldalak, közösségi média (Facebook, Instagram, Twitter, TikTok), YouTube.
- Helyi Rendezvények: közösségi események, sportnapok, nyílt edzések.

3. “Mozgás receptre” program

2024. 09.06-án került aláírásra a Magyar Életmód Orvostani Társaság (MÉOT) és Budakeszi Város Önkormányzata között az az Együttműködési Megállapodás, amellyel városunk csatlakozott a “Mozgás receptre” programhoz.

A program célja az állampolgárok egészségben eltöltött évei számának növelése a lakosság fizikai aktivitásának fellendítése által. A rendszeres fizikai aktivitás bizonyítottan csökkenti számos életmóddal összefüggő, krónikus betegség kockázatát, mint például a szív- és érrendszeri betegségek, a cukorbetegség, daganatos megbetegedések, tüdőbetegségek, depresszió, demencia stb.

A házi orvosok megelőzés, illetve kezelés céljából a szakmai irányelveknek és ajánlásoknak megfelelően rendszeres fizikai aktivitást, mozgást írhatnak fel receptre, élve a helyi lehetőségekkel, az önkormányzat pedig a helyi sportlétesítményekben és szabadidős tereken mozgási lehetőségeket biztosít a programban résztvevő páciensek számára.

Ezen program analógiájára szeretnénk bevezetni, hogy az oktatási intézményekben a tanítási idő alatt önkormányzati támogatással ingyenes sportfoglalkozásokat biztosítsunk a gyermekek számára.

4. Kardo tanösvény

Fontos, hogy ennek létrehozása összhangban legyen Budakeszi népegészségügyi programjában meghatározottakkal.

A kardo tanösvény egy speciális edzési és rekreációs terület, amely célzottan a szív- és érrendszeri állóképesség fejlesztésére összpontosít, valamint ötvözi a fizikai aktivitást és a szabad levegőn való mozgást.

A szabadtéri mozgás és a természet közelsége hozzájárulhat a stressz csökkentéséhez és a mentális egészség javításához.

Budakeszi kedvező természeti adottságait kihasználva a várost körülölelő természetvédelmi területek túraútvonalai tökéletes terepet biztosítanak az ösvények kialakításának.

Az ilyen ösvények gyakran tartalmaznak különféle állomásokat és feladatokat, amelyek célja a kardiovaszkuláris edzés támogatása.

A tanösvény karbantartása ugyanakkor folyamatos odafigyelést igényel. A burkolatok állapotának, az állomások működésének és a jelölések láthatóságának rendszeres ellenőrzése fontos a látogatók biztonsága és a program hatékonysága érdekében. A helyi közösségek bevonása az ösvény fejlesztésébe és fenntartásába segíthet a projektek sikerében és a közösségi támogatás növelésében.

5. Tervek javasolt ütemezése:

5.1. Rövid távú célok

A rövid távú célkitűzések olyan kezdeményezéseket foglalnak magukban, amelyek gyorsan és viszonylag alacsony költségvetésből megvalósíthatók, miközben azonnali pozitív hatást gyakorolnak a város sportéletére.

Kis költségvetésű projektek:

Mozgás receptre program: Egy olyan kezdeményezés bevezetése, amelynek keretében az orvosok a megfelelő testmozgást is ajánlhatják betegeiknek, ezzel ösztönözve az egészséges életmódot.

Ingyenes vagy kedvezményes sportfoglalkozások: Helyi sportszervezetekkel való együttműködés révén biztosítani kell, hogy óvodákban és általános iskolákban heti rendszerességgel vagy alkalmasszerűen sportolási lehetőségekhez jussanak a gyermekek.

Online jelenlét erősítése: A város sportéletével kapcsolatos hírek, események és sikerek rendszeres bemutatása a közösségi média felületeken és a városi portálon.

Családi sportnap szervezése: A Hargitay András Tanuszodában vagy más sportlétesítményekben szervezett események, ahol minden korosztály számára lehetőség nyílik különféle sporttevékenységek kipróbálására.

Városi futóverseny újjáélesztése: Egy évente megrendezésre kerülő közösségi esemény létrehozása, amely ösztönzi a lakosságot a mozgásra és erősíti a közösségi összetartást.

Tematikus sportnapok szervezése: Például **Kihívás napja**, **Mozgás éjszakája**, **Mobilitás hét** rendezvények, amelyek játékos, szórakoztató formában népszerűsítik a testmozgást. Ehhez kapcsolódóan bevonni a városi intézmények sportlétesítményeit és, így színesebbé tenni a rendelkezésre álló palettát.

Költségesebb projektek:

A Napraforgó Tagozat tanulóinak úszásoktatását támogatni: Az intézmény tanulói központilag nem tartoznak a tankerület által támogatott kategóriákhoz, így az önkormányzat saját költségén támogatja a tanulók oktatását.

Budakeszi Sportpálya intézményesített működtetése: A sportpálya állandó felügyeletének biztosítása, az eszközpark fejlesztése és a szükséges humán erőforrás bővítése.

A karbantartás heti ütemezését az azt végző céggel, cégekkel célszerű közösen megtervezni, így egy harmonikus és kiszámítható működést lehetne generálni. A sportolók és sportegyesületek tevékenységének támogatása így markánsabban megjelenhetne. Emellett a tudatos városimázs formálás egyik jelentős eleme lehet.

Környezeti fejlesztések a sportpályán: Padok, öltözők korszerűsítése, új kapuk és korlátok telepítése a füves pályán.

Öntözési infrastruktúra fejlesztése: Kútúrás és puffer tartály telepítése a pálya megfelelő fenntartása érdekében. Valamint a locsoló vezeték korszerűsítése és locsoló óra felhelyezése.

5.2. Középtávú célok

A középtávú célok olyan fejlesztéseket foglalnak magukban, amelyek már jelentősebb infrastrukturális beruházásokat igényelnek, és hosszabb távon járulnak hozzá a sportélet fejlődéséhez.

Kis költségvetésű projektek:

Sportágválasztó események bevezetése: Egy minden évben szeptemberben megrendezésre kerülő sportágválasztó hét megszervezése, amely során a gyerekek és felnőttek is megismerkedhetnek a helyi sportlehetőségekkel és egyesületekkel.

Költségesebb projektek:

Sport-és szabadidőpark létrehozása: Egy olyan komplex sportpálya kialakítása, amely több sportág számára biztosít gyakorlási lehetőséget (foci, kosárlabda, kézilabda stb.).

Sportpálya öltözőépületének felújítása: A nyílászárók és a fűtési rendszer korszerűsítése a költséghatékonyság és biztonságos használat érdekében. Öltöző bútorok cseréje, valamint az épület homlokzatának és belső tereinek felújítása igencsak szükséges.

Műfüves labdarúgópálya (60m x 40m-es) burkolatának cseréje: A burkolat megújítása a biztonság és a minőség javítása érdekében.

A 2018-ban létesül 60*40 méteres műfüves borítású sportpálya burkolat cseréje a nagy igénybevétel miatt időszerűvé vált. Erre a sportegyesületek bevonásával TAO-pályázat keretein belül kerülhetne sor.

Játékos lejáró javítása: A meglévő infrastruktúra fejlesztése a sportpályán történő közlekedés biztonságosabbá tétele miatt.

Nyilvános WC létesítése: A Budakeszi Sportpálya területén nyilvános illemhely kialakítása a látogatók kényelméért.

5.3. Közép- és hosszú távú célok

A hosszabb távú tervek célja, hogy a város sportinfrastruktúráját fenntartható és korszerű módon fejlesszük.

Költségesebb projektek:

Új, korszerű öltözőépület építése: A sporttelep kiszolgálási kapacitásának növelése érdekében egy modern öltöző létrehozása, amely a jelenkor igényeinek megfelel. Az új épület számos új sportolási és bevételi lehetőséget teremthet.

Korszerű nagypálya kialakítása: Egy költséghatékony, de minőségi műfüves nagypálya létrehozása a helyi sportolók számára.

Az élő füves labdarúgó pálya korszerűsítése nagyon fontos lenne, akár költséghatékonysági szempontból, akár a kihasználtság növelése szempontjából. Itt egy műfüves borítású játéktérrel jelentősen lehetne növelni a terhelhetőséget. Ezzel nagyobb teret adni annak, hogy egyre több gyermek és felnőtt sportoló tudja helyben üzni a sportágat. Arról nem is beszélve, hogy a megfelelő hasznosítással folyamatos bevételt tudna generálni ez a létesítmény.

Városi sportszarnok építése: Egy többfunkciós létesítmény megvalósítása, amely különböző sportágak számára biztosít gyakorlási lehetőséget, valamint közösségi rendezvények helyszíne is lehet.

6. Gazdasági Tevékenységek

6.1. Bevételi Források

- Sportesemények Rendezése: Céges Sportversenyek, tornák és egyéb rendezvények szervezése és lebonyolítása. (ezek az infrastruktúra fejlesztésével egyre hatékonyabban tudnának megjelenni)
- Bérleti Díjak: Sportpálya és egyéb sportolási területek bérbeadása. (erre is mindenképpen hatással van az infrastruktúra állapota)

6.2. Kiegészítő Szolgáltatások

- Kávézó és Étterem: Kávézó vagy étterem üzemeltetése a sportpálya területén, ahol az események látogatói frissítőket vásárolhatnak.

7. Pénzügyi Források és Támogatások

7.1. Önkormányzati Támogatás

- Városüzemeltetési Alap: Pénzügyi források biztosítása a városüzemeltetési alapból, amely fedezheti a sportpálya üzemeltetésével és fejlesztésével kapcsolatos költségeket.
- BVV Kft. Erőforrások: munkások, alkalmazottak bevonása a sportpálya karbantartásába és üzemeltetésébe.

7.2. Szponzori Támogatások

- Helyi Vállalkozások: Szponzori megállapodások helyi vállalkozásokkal és cégekkel.

8. Sportdiplomáciai kapcsolatok, mint lehetőségek

Budakeszi Város Sportdiplomáciai Kapcsolatainak Kiépítése és Előnyei

A sportdiplomáciai kapcsolatok kiépítése Budakeszi számára lehetőséget nyújt arra, hogy a város sportélete nemcsak helyi, hanem nemzetközi szinten is elismert legyen. Az ilyen kapcsolatok kiépítése hozzájárulhat a város fejlődéséhez, és elősegítheti a helyi sportélet erősödését, valamint a közösség aktív részvételét.

A helyi sportélet fejlődése mellett a nemzetközi kapcsolatok és események gazdasági, kulturális és szakmai előnyöket is jelenthetnek. A sikeres sportdiplomáciai stratégia megvalósításához fontos a jól megtervezett és célzott megközelítés, valamint a helyi közösség és partnerek aktív bevonása.

Testvérvárosi kapcsolatok erősítése a sport terén

A testvérvárosi sportprogramok remek lehetőséget kínálnak arra, hogy a települések közötti kapcsolatokat sport és közösségi események révén építsük. Ezek a programok elősegíthetik a kulturális értékek cseréjét, a sportágak népszerűsítését, és hozzájárulhatnak a két város közötti kölcsönös megértés és együttműködés erősítéséhez. A jól megtervezett és sikeresen lebonyolított sportprogramok jelentős hatással lehetnek mindkét város fejlődésére.

VII. Zárszó

A Budakeszi sportkoncepció célja, hogy a város minden lakója számára biztosítsa a sportolás lehetőségét és az aktív életmódhoz szükséges feltételeket. A rövid, közép- és hosszú távú fejlesztési tervek hozzájárulnak a sportélet fejlődéséhez, növelik az elérhető sportinfrastruktúrát, és ösztönzik a közösségi összetartozás erősítését. Az itt megfogalmazott tervek révén Budakeszi egy sportos, egészségtudatos és élhetőbb várossá válhat.